

Pengaruh Terapi Musik Islami Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris

The influence of Islamic music therapy on intelligence in hypertension sufferers in Batu Belah village, the working area of the air tiris health center

Ramadiani Syafitri^{1*}, Yenny Safitri², Dhini Angraini Dhilon³

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

² Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

ABSTRACT

The increase in the incidence of hypertension in the community occurs because of worry or anxiety, tension in oneself, social status, and anxiety, especially feelings of anxiety that can worsen the condition of people with hypertension. One of the treatments to reduce anxiety in hypertension sufferers is non-pharmacological therapy, namely Islamic music therapy. The aim of the study was to determine the effect of Islamic music therapy on anxiety in hypertensive patients in Batu Belah Village, Air Tiris Public Health Center. The research design was pre-experimental with a one group pre test – post test design approach. The population in the study was 1,147 hypertension sufferers in Batu Belah Village and the number of samples in this study were 13 people. The sampling technique used was purposive sampling. Data collection tools are observation sheets and HARS questionnaires. The results of this study showed that the average anxiety before giving Islamic music therapy was $21.77 \pm SD 2.204$ and included in the moderate anxiety category, while the average anxiety after giving Islamic music therapy was $14.46 \pm SD 2.787$ and included in the mild anxiety category. After conducting the Paired T-test, P value = 0.000 ($p \leq 0.05$) means that there is an effect of Islamic music therapy on anxiety in hypertension sufferers in Batu Belah Village, Air Tiris Public Health Center. The results of this study are expected to be useful for hypertension sufferers and to add new knowledge insights for health workers and nursing students in improving nursing knowledge, as well as a source of references and reading related to the provision of Islamic music therapy as an alternative treatment for hypertension sufferers.

Keywords: Islamic Music Therapy, Anxiety, Hypertension

ABSTRAK

Peningkatan kejadian hipertensi di masyarakat banyak terjadi karena adanya kekhawatiran atau kecemasan, ketegangan pada diri, status sosial, dan kegelisahan, terutama perasaan cemas yang dapat memperburuk kondisi penderita hipertensi. Salah satu pengobatan untuk mengurangi kecemasan pada penderita hipertensi yakni dengan terapi non farmakologis yaitu terapi musik islami. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris. Desain penelitian adalah *pra eksperimen* dengan pendekatan *one group pre test – post test design*. Populasi dalam penelitian 1.147 penderita hipertensi yang ada di Desa Batu Belah dan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 13 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yaitu lembar observasi dan kuesioner HARS. Hasil penelitian ini didapatkan rerata kecemasan sebelum pemberian terapi musik islami adalah $21,77 \pm SD 2,204$ dan termasuk dalam kategori kecemasan sedang, sedangkan rerata kecemasan sesudah pemberian terapi musik islami adalah $14,46 \pm SD 2,787$ dan termasuk dalam kategori kecemasan ringan. Setelah dilakukan uji *Paired T-test* didapatkan P value = 0,000 ($p \leq 0,05$) artinya ada pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penderita hipertensi dan menambah wawasan pengetahuan baru bagi tenaga kesehatan dan mahasiswa keperawatan dalam meningkatkan ilmu keperawatan, serta sebagai sumber referensi dan bacaan terkait pemberian terapi musik islami sebagai pengobatan alternatif untuk penderita hipertensi.

Kata kunci : Terapi Musik Islami, Kecemasan, Hipertensi

Correspondence : Ramadiani Syafitri
Email : ramadianisyafitri026@gmail.com

Received 17 Juni 2023 • Accepted 27 Juni 2023 • Published 30 Juli 2023

• e- ISSN : 2963 – 413X • DOI : <https://doi.org/10.31004/emj.v2i3.10350>

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman yang pesat dan teknologi yang terus berkembang saat ini, membuat adanya perubahan pada gaya hidup masyarakat serta pola kebiasaan dalam kehidupan sehari-harinya, misalnya seperti perubahan pola konsumsi makanan dan aktivitas fisik yang kurang. Perubahan tersebut tanpa disadari dapat berdampak pada kesehatan masyarakat serta akan menimbulkan penyakit, baik itu penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak bisa ditularkan dari orang ke orang lain dengan bentuk kontak apapun, yang salah satunya adalah hipertensi (Sudayasa *et al.*, 2020).

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diluar batas normal yaitu ≥ 140 mmHg (sistolik) dan ≥ 90 mmHg (diastolik), dengan dilakukannya pengukuran sebanyak dua kali atau lebih menggunakan alat pengukur tekanan darah (sfigmomanometer). Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat di seluruh dunia pada saat ini, sehingga diperlukan tindakan pencegahan dan pengendalian dengan baik (M. F. Hidayat *et al.*, 2018). Penyakit ini berkembang secara perlahan dan sering disebut sebagai *The Silent Killer* karena tidak menimbulkan tanda- tanda atau gejala apapun, sehingga banyak masyarakat yang tidak menyadari atau terlambat mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi, dan baru menyadari ketika sudah terjadinya komplikasi (Aini *et al.*, 2018).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan bahwa penyakit hipertensi menyerang hampir 1,13 miliar orang di dunia, yakni sekitar 26,6% terjadi pada pria dan 26,1% terjadi pada wanita (Hidayat & Agnesia, 2021). Sebagian besar penderita hipertensi terjadi pada negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Penyakit ini akan terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,5 miliar orang yang mengidap penyakit hipertensi. Setiap tahunnya kematian akibat hipertensi dan komplikasi mencapai 9,4 juta orang (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang melakukan pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun, didapatkan hasil bahwa terjadinya peningkatan hipertensi mencapai 8,3% dibandingkan pada tahun 2013. Pada tahun 2013 prevalensi hipertensi sebesar 25,8% sementara pada tahun 2018 terjadi peningkatan yakni mencapai 34,1% (Riskesdas, 2018a). Penyakit ini banyak dijumpai pada usia 30-70 tahunan. Di Indonesia sendiri hipertensi menempati peringkat pertama pada kasus PTM yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler yang mencapai 31,7%, dimana hampir 1 dari 3 penduduk berusia ≥ 18 tahun menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Riau tahun 2020, prevalensi hipertensi mengalami penurunan dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2018 penderita hipertensi mencapai 33%, sementara pada tahun 2019 mengalami penurunan yakni mencapai 18,4%, dan pada tahun 2020 kembali mengalami penurunan hingga mencapai 14,2% (Dinkes Provinsi Riau, 2021). Hipertensi menjadi kasus PTM tertinggi di Kabupaten Kampar pada tahun 2020 yakni mencapai 8.554 orang, dengan 5.414 orang perempuan dan 3.140 orang laki-laki (Dinkes Kabupaten Kampar, 2020). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2021, hipertensi termasuk ke dalam sepuluh penyakit terbanyak dengan jumlah kasus mencapai 14.662 penderita.

Tabel 1 Data 10 Penyakit Terbanyak di Wilayah Kabupaten Kampar Tahun 2021

No.	Nama Penyakit	Total	%
1.	Nasofaringitis akut (<i>common cold</i>)	20.985	28
2.	Hipertensi esensial (primer)	14.662	19
3.	Dispepsia	10.097	13
4.	Artritis rheumatoid	8.010	11
5.	Kehamilan normal	6.086	8
6.	Gastritis	5.661	7
7.	Gastroenteritis	3.086	4
8.	Diabetes Melitus tidak bergantung insulin (Tipe II)	2.871	4
9.	Infeksi kulit dan jaringan subkutan/piodema	2.822	4
10.	Dermatitis kontak	1.736	2
Jumlah		76.016	100

Sumber : Data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2021

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa 10 Puskesmas yang berada di Kabupaten Kampar berjumlah 15.934. Sedangkan puskesmas yang memiliki penderita hipertensi terbanyak di Kabupaten Kampar yakni Puskesmas Air Tiris yaitu sebanyak 2.838 (18%). Sedangkan jumlah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Air Tiris pada tahun 2021 dapat dilihat pada tabel 1.3 berikut:

Tabel 2 : Jumlah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris pada Tahun 2021

No.	Desa	Jumlah	%
1.	Batu Belah	1.147	11
2.	Air Tiris	988	9
3.	Penyasawan	973	9
4.	Padang Mutung	851	8
5.	Rumbio	745	7
6.	Pulau Jambu	655	6
7.	Koto Tibun	633	6
8.	Tanjung Berulak	590	6
9.	Naumbai	510	5
10.	Limau Manis	493	5
11.	Pulau Tinggi	474	4
12.	Simpang Kubu	469	4
13.	Tanjung Rambutan	448	4
14.	Ranah	445	4
15.	Ranah Singkuang	343	3
16.	Bukit Ranah	331	3
17.	Pulau Sarak	315	3
18.	Ranah Baru	287	3
Jumlah		10.697	100

Sumber : Puskesmas Air Tiris Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa jumlah dari 18 desa di wilayah kerja Puskesmas Air Tiris secara keseluruhan yaitu 10.697. Sedangkan jumlah penderita hipertensi terbanyak yang berada di wilayah kerja Puskesmas Air Tiris yakni di desa Batu Belah yang berjumlah 1.147 (11%).

Peningkatan kejadian hipertensi di masyarakat banyak terjadi karena adanya kekhawatiran atau kecemasan, ketegangan pada diri, status sosial, dan kegelisahan. Dimana hal ini menjadi salah satu penyebab terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi (Sumiatin *et al.*, 2013). Terutama perasaan cemas yang dapat memperburuk kondisi penderita hipertensi (Setyawan & Hasnah, 2020).

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang membuat tidak nyaman dan tidak berdaya yang disebabkan oleh sesuatu yang belum jelas. Kecemasan ini ditandai dengan perasaan tegang, khawatir dan disertai respon fisik seperti jantung berdetak kencang, berkeringat, dan badan menjadi lemas (Annisa & Ifdil, 2016). Kecemasan yang berulang bisa berdampak buruk terhadap kesehatan, seperti kenaikan tekanan darah.

WHO merilis data terbaru mengenai masalah kecemasan di dunia saat ini yang mengalami peningkatan secara signifikan yakni mencapai 25% pada tahun 2020, data ini diperoleh dari laporan ilmiah yang diperoleh dari 90% negara di dunia (Prihatini & Zintan, 2022). Menurut Riset Kesehatan (2020) menunjukkan terjadinya peningkatan gangguan kejiwaan pada bulan April-Agustus yakni lebih dari 4.010 ribu penduduk. Untuk masalah kejiwaan penduduk yang mengalami kecemasan didapatkan hasil yaitu sekitar 64,8% dan yang tidak mengalami kecemasan sekitar 35% (Rozali *et al.*, 2021). Sementara itu prevalensi gangguan mental emosional di Provinsi Riau mencapai 10,4% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018).

Kecemasan ini dapat mengaktifkan hipotalamus untuk melepaskan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CTH) yang akan menstimulus *Adrenocorticotropin Hormone* (ACTH), dimana hormon ini dapat memicu kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon kortisol. Sehingga dapat menyebabkan peningkatan denyut jantung dan penyempitan pembuluh darah yang akan memicu peningkatan tekanan darah (Setyawan & Hasnah, 2020). Kecemasan yang tidak segera ditangani akan mengganggu kesehatan dan melemahkan

daya tahan tubuh, oleh karena itu diperlukan penanganan yang baik dan tepat untuk menurunkan kecemasan agar tekanan darah dan denyut jantung penderita tidak meningkat (Napitupulu & Icca, 2019).

Penanganan yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi yaitu bisa secara farmakologi dan non farmakologi. Untuk penanganan secara farmakologi dilakukan dengan pemberian pengobatan seperti alprazolam, benzodiazepin, buspiron, dan obat antridepresan lainnya. Sementara itu, untuk penanganan secara non farmakologi salah satunya yakni dengan cara relaksasi, seperti terapi musik islami (Pragholapati *et al.*, 2021).

Semua musik dapat dijadikan terapi, akan tetapi dianjurkan musik yang memiliki tempo 60 ketukan per menit yang dijadikan sebagai terapi, karena dapat membuat tubuh menjadi rileks serta menenangkan jiwa. Musik dapat menstimulus hipotalamus yang dapat membuat perasaan menjadi tenang dan rileks. Hal ini akan berpengaruh terhadap produksi endokrin, kortisol, serta katekolamin dalam pengaturan tekanan darah (Awalin *et al.*, 2021).

Di dalam Islam, musik sudah digunakan sejak lama oleh filsuf muslim sebagai terapi kesehatan. Salah satunya yakni Al-Kindi yang merupakan ilmuwan muslim yang telah menggunakan terapi musik untuk menyembuhkan seorang anak yang memiliki penyakit *quadriplegic* atau lumpuh total. Hal ini dapat membuktikan bahwa musik islami dapat digunakan sebagai terapi pengobatan (Sasongko, 2018).

Terapi musik islami merupakan terapi yang menggunakan media musik islami untuk menjadi sarana pengobatan. Musik islami selain menenangkan juga bisa mendorong pendengarnya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui syair-syairnya. Dimana syair yang digunakan dapat membuat nyaman dan tidak menghukum (Utomo & Santoso, 2013).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Vera M. Wilianto dan MG. Adiyanti (2012), terhadap penderita penyakit tekanan darah tinggi primer yang berjenis kelamin perempuan berusia 40-60 tahun, di dapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi musik kognitif perilaku untuk menurunkan kecemasan pada penderita tekanan darah tinggi primer (Wilianto & Adiyanti, 2012).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Eka Lavenia Martini dan Dian Hudiyawati (2020), terhadap penderita hipertensi yang mengalami kecemasan berusia 18-65 tahun, di dapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi, dengan analisa penelitian *p-value* = 0,001 (Martini & Hudiyawati, 2020).

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan dengan mewawancarai 7 orang masyarakat yang memiliki penyakit hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris, pada tanggal 18 Mei 2022. Di dapatkan hasil bahwa 5 dari 7 orang mengatakan merasa cemas terhadap penyakitnya terutama terkait perubahan pola hidup penderita, penderita juga mengatakan merasa takut jika penyakitnya bertambah parah dan menimbulkan komplikasi. Dari 5 orang tersebut diketahui bahwa saat mereka merasa cemas dampak yang dirasakan yakni susah tidur, gelisah, dan sering gemetar. Sementara 2 dari 7 orang lainnya mengatakan selalu berusaha berfikir positif dan menenangkan diri serta mengurangi kecemasan dengan cara olahraga dan rekreasi.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan hasil survei awal yang telah diuraikan di atas, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris”.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pra-eksperimen*, dengan menggunakan rancangan *one group pre test - post test design*. Dimana sampel dalam penelitian ini harus diobservasi terlebih dahulu sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan diobservasi kembali (Nursalam, 2015).

HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris. Pengumpulan data diperoleh melalui pengukuran kecemasan menggunakan kuesioner HARS dan pemberian terapi musik islami yang dilakukan pada tanggal 18 – 20 Oktober 2022 dengan jumlah sampel 13 responden. Hasil penelitian disajikan dalam tabel sebagai berikut:

A. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari usia, pendidikan, dan pekerjaan responden yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 13 responden, adapun karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi	(%)
1.	Pendidikan		
	SD	1	8
	SMP	2	15
	SMA	7	54
	Perguruan Tinggi	3	23
	Jumlah	13	100
2.	Pekerjaan		
	Wiraswasta	3	23
	PNS	2	15
	Petani	8	62
	Jumlah	13	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pendidikan responden terbanyak yaitu tamatan SMA sebanyak 7 orang (54%), dan pekerjaan responden terbanyak adalah petani sebanyak 8 orang (62%).

B. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitiannya. Adapun hasil analisis univariat dapat dilihat pada tabel-tabel berikut ini:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Islami di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Batu Belah

No.	Variabel	Frekuensi	%
1.	Tingkat Kecemasan Sebelum		
	Tidak Mengalami Cemas	0	0
	Kecemasan Ringan	4	31
	Kecemasan Sedang	9	69
	Jumlah	13	100
2.	Tingkat Kecemasan Sesudah		
	Tidak Mengalami Cemas	8	62
	Kecemasan Ringan	5	38
	Kecemasan Sedang	0	0
	Jumlah	13	100

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan responden sebelum diberikan terapi musik islami yang memiliki kecemasan sedang sebanyak 9 orang (69%), dan kecemasan ringan sebanyak 4 orang (31%). Sesudah diberikan terapi musik islami terjadi penurunan yakni responden yang tidak mengalami cemas sebanyak 8 orang (62%), dan responden yang memiliki kecemasan ringan sebanyak 5 orang (38%).

Tabel 5: Rerata Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Islami di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Batu Belah

Variabel	Mean	± SD	CI 95%
Kecemasan Sebelum	21,77	2,204	20,44 – 23,10
Kecemasan Sesudah	14,46	2,787	12,78 – 16,15

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari hasil analisis didapatkan rerata kecemasan sebelum diberikan terapi musik islami adalah $21,77 \pm SD 2,204$ dan termasuk dalam kategori kecemasan sedang. Sementara itu rerata kecemasan sesudah diberikan terapi musik islami adalah $14,46 \pm SD 2,787$ dan termasuk dalam kategori kecemasan ringan.

C. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisis pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi. Adapun analisis bivariat dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 6: Pengaruh Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Islami di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Batu Belah

Variabel	Mean	Selisih mean	± SD	P Value
Kecemasan Sebelum	21,77		2,204	
Kecemasan Sesudah	14,46	7,31	2,787	0,000

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa rerata kecemasan sebelum diberikan terapi musik islami adalah $21,77 \pm SD 2,204$ dan termasuk dalam kategori kecemasan sedang. Sementara itu rerata kecemasan sesudah diberikan terapi musik islami adalah $14,46 \pm SD 2,787$ dan termasuk dalam kategori kecemasan ringan. Terlihat selisih mean antara kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik islami adalah sebesar 7,31. Hasil uji statistik *Paired sample T-test* didapatkan nilai *P value* adalah 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi.

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 13 orang penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris tentang “Pengaruh Terapi Musik Islami terhadap Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris”. Penelitian ini dilakukan selama 3 hari dalam waktu 30 menit. Pada saat sampai di rumah responden, langkah awal yang peneliti lakukan adalah menjelaskan tujuan peneliti melakukan penelitian dan dampak yang dirasakan jika bersedia menjadi responden peneliti. Responden yang bersedia menjadi responden maka akan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden, kemudian akan dilakukan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dan diberikan terapi musik islami selama 3 hari. Data yang didapatkan kemudian diolah dan disajikan dalam bentuk tabel.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan pada 13 orang (100%) responden penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris setelah pemberian terapi musik islami, dimana sebelum pemberian terapi musik islami rerata kecemasan responden adalah $21,77 \pm SD 2,204$ dan termasuk dalam kategori kecemasan sedang. Sesudah pemberian terapi musik islami selama 3 (tiga) hari rerata kecemasan responden turun menjadi $14,46 \pm SD 2,787$ dan termasuk dalam kategori kecemasan ringan. Dari penelitian

ini didapatkan selisih mean antara kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik islami adalah sebesar 7,31 dengan *P value* 0,000.

Menurut asumsi peneliti penderita hipertensi yang mengalami kecemasan di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris disebabkan oleh beberapa faktor seperti masalah keluarga, ekonomi, pekerjaan, dan penyakit yang diderita. Berdasarkan wawancara peneliti, responden mengatakan merasa cemas jika hasil/gaji dari pekerjaannya tidak mencukupi kebutuhan sehari – hari, keperluan sekolah dari anak – anaknya, dan keperluan lainnya. Pada saat perasaan cemas ini muncul responden mengatakan badannya lemas, pusing, sakit kepala, dan tengkuk terasa berat. Hal ini sesuai dengan tanda dan gejala dari hipertensi, jika kecemasan ini terus berlanjut maka akan meningkatkan risiko kekambuhan dari hipertensi yang diderita.

Kecemasan dapat mengaktifkan hipotalamus untuk melepaskan *Corticotrophine Releasing Hormone* (CTH) yang akan menstimulasi *Adrenocorticotrophine Hormone* (ACTH), dimana hormon ini dapat memicu kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon kortisol. Sehingga dapat menyebabkan peningkatan denyut jantung dan kontraksi otot jantung yang lebih kuat. Pembuluh darah yang mengalirkan darah ke jantung pun melebar sehingga meningkatkan jumlah darah yang dipompa. Peningkatan jumlah darah dapat meningkatkan tekanan darah pada seseorang (Setyawan & Hasnah, 2020).

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebanyak 13 orang (100%) penderita hipertensi setelah pemberian terapi musik islami mengalami penurunan kecemasan, dengan rerata penurunan kecemasan adalah 7,31. Hal ini sesuai dengan teori Rizem Aizid (2011) yang menjelaskan bahwa terapi musik dapat menstimulus hipotalmus yang dapat membuat perasaan menjadi lebih tenang dan rileks. Metode musik merupakan salah satu terapi non farmakologis untuk membantu mengatasi kecemasan. Musik yang menenangkan menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan kecemasan dan berpengaruh terhadap produksi endokrin, kortisol, serta katekolamin dalam pengaturan tekanan darah (Utomo & Santoso, 2013).

Menurut asumsi peneliti setelah dilakukan terapi musik islami selama 3 hari dalam waktu 30 menit didapatkan kecemasan yang dirasakan responden berkurang dan keadaan responden pun tampak lebih tenang dan rileks. Hal ini disebabkan oleh musik yang diperdengarkan kepada responden memiliki *beat* dan irama yang lambat serta menenangkan, sehingga memberikan kenyamanan atau relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan pada responden. Disamping itu terjadinya penurunan kecemasan juga didukung oleh responden yang mengikuti prosedur pemberian terapi musik islami dengan baik.

Pemberian terapi musik islami dapat merelaksasi tubuh dan menurunkan tingkat kecemasan sehingga mencegah kenaikan tekanan darah pada penderita hipertensi. Sebagian besar tingkat kecemasan responden setelah dilakukan terapi musik islami yakni menjadi tidak mengalami kecemasan, tetapi ada 5 (lima) responden yang tingkat kecemasannya masih tergolong kecemasan ringan. Hal ini dapat disebabkan karena adanya stimulasi eksternal seperti suara, pengunjung, panggilan telepon selama mendengarkan musik, yang dapat mengurangi fokus dari responden. Ada tiga hal utama yang diperlukan dalam terapi musik islami ini yakni posisi yang nyaman, pikiran yang tenang, serta lingkungan yang tenang.

Terapi musik islami merupakan terapi yang menggunakan media musik islami untuk mengatasi masalah kesehatan. Menurut (Utomo & Santoso, 2013) terapi musik islami dapat mengatasi masalah kesehatan karena musik islami cenderung memiliki irama yang menenangkan

dan memberi dorongan pada seseorang untuk menemukan kesadaran diri untuk bisa lebih dekat kepada Allah SWT melalui syair-syairnya. Selain itu musik islami juga bermanfaat dalam mengatasi kecemasan dan rasa nyeri (Karman & Robby, 2020).

Hasil penelitian ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Vera M. Wilianto dan MG. Adiyanti (2012) didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi musik kognitif perilaku untuk menurunkan kecemasan pada penderita tekanan darah tinggi primer. Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Eka Lavenia Martini dan Dian Hudiawati (2020), didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi, dengan analisa penelitian $P\ value = 0,001$.

Melihat hasil penelitian ini maka dapat dikatakan bahwa pemberian terapi musik islami mempunyai pengaruh terhadap penurunan kecemasan pada penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris. Sehingga pemberian terapi musik islami dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif penatalaksanaan nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi. Pemberian terapi musik islami harus memperhatikan kondisi lingkungan sekitar (seperti suara, pengunjung, panggilan telepon) selama terapi diberikan, karena kondisi tersebut menjadi faktor keberhasilan dari terapi yang diberikan untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari penelitian dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi musik islami terhadap kecemasan pada penderita hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan didalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah membantu dan mengarahkan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dan dipublikasikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. N., Wulandari, P., & Astuti, S. P. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Cempaka RSUD dr. H. Soewondo Kendal. *Journal Ners, 1*, 1–10.
- Andri, J., Padila, & Arifin, N. A. W. (2021). Tingkat Kecemasan Pasien Kardiovaskuler pada Masa Pandemi COVID-19. *Journal of Telenursing (JOTING ...)*, 3(1), 382–389.
- Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor, 5*(2), 94–99. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Awalin, F., Septimar, Z. M., & Aidah. (2021). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Nusantara Hasana Journal, 1*(1), 76–84.
- Baharudin, & Hasan, Y. (2020). Kecemasan Masyarakat Saat Pandemi Covid-19. *QALAM: Jurnal Pendidikan Islam, 01*(2), 308–317.
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI, 5*(2), 277–282. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Dinkes Kabupaten Kampar. (2020). *Profil Kesehatan Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2020* (Vol. 512).Kementerian Kesehatan Republik

- Indonesia. <https://id.scribd.com/document/545766081/Profile-Dinkes-Kampar-2020>
- Dinkes Provinsi Riau. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2020* (Issue 0761). Dinas Kesehatan Provinsi Riau.
- Hamria, Mien, & Saranani, M. (2020). Hubungan Pola Hidup Penderita Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu Kabupaten Muna. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 17–21.
- Hidayat, M. F., Nahariani, P., & Mubarrok, A. S. (2018). Pengaruh Terapi Musik Klasik Jawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di UPT Panti Werdha Mojopahit Mojokerto. *Scientific Journal of Nursing*, 4(1), 31–36. <https://doi.org/10.33023/jikep.v4i1.132>
- Hidayat, R., & Agnesia, Y. (2021). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Pulau Jambu Uptd Blud Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 5(1), 8–19.
- Jumari, & Putri, W. I. (2021). Pengaruh Terapi Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 5(1), 48–55. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss1.539>
- Karman, & Robby. (2020). *Musik Islami: Aliran dan Perkembangannya di Indonesia*. Ibtimes.id. <https://ibtimes.id/musik-islami-ragam-aliran-dan-perkembangannya-di-tanah-air/>
- Kemendes RI. (2018). *Faktor Risiko Hipertensi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/faktor-risiko-hipertensi>
- Kemendes RI. (2019a). *Apa Komplikasi Berbahaya dari Hipertensi?* Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/5/apa-komplikasi-berbahaya-dari-hipertensi#:~:text=Jika tidak terkontrol, Hipertensi dapat, Penyakit Ginjal>
- Kemendes RI. (2019b). *Yuk, Kenali Gejala Hipertensi*. P2PTM Kemendes RI. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/yuk-kenali-gejala-hipertensi>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemendes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Martini, E. L., & Hudiawati, D. (2020). Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Musik Klasik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *University Research Colloquium*, 328–336.
- Napitupulu, & Icca, I. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Pada Lansia yang Menderita Hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019. *Poltekkes Kemenkes Medan*, 5–12.
- Notoatmodjo, & Prof. Dr. Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Pragholapati, A., Megawati, S. W., & Suryana, Y. (2021). Psikoterapi Reeducasi terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperatif Sectio Caesaria. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 13, 15–20.
- Prihatini, & Zintan. (2022). *WHO: Hampir 1 Miliar Orang di Dunia Alami Gangguan Kesehatan Mental*. Kompas.com. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/06/20/193000823/who-hampir-1-miliar-orang-di-dunia-alami-gangguan-kesehatan-mental>
- Purnamasari, & Indah. (2014). Hubungan Persepsi Mahasiswa Keperawatan Dengan Kecemasan Selama Mengikuti Pembelajaran Klinik Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 1, 130–135.
- Riskesdas. (2018a). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Kementerian*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.litbang.kemkes.go.id/hasil-utama-riskesdas-2018/>
- Riskesdas. (2018b). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik

Indonesia.

- Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., & Lenggogeni, A. (2021). Meningkatkan Kesehatan Mental Di Masa Pandemic. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(2). <https://doi.org/10.47007/abd.v7i2.3958>
- Safitri, Y. (2020). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Desa Air Tiris Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampar Tahun 2019. *Jurnal Ners*, 4(1), 13–20. <https://doi.org/10.31004/jn.v4i1.683>
- Sasongko, A. (2018). *Musik dalam Peradaban Islam*. Republika.co.id. <https://www.republika.co.id/berita/pdwfmm313/musik-dalam-peradaban-islam>
- Setyawan, A., & Hasnah, K. (2020). Efektivitas Wet Cupping Therapy Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 212–217. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.574>
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, Parawansah, Alifariki, L. O., Arimaswati, Noor, A., & Kholidha. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 153–160. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Sumiatin, T., Yunariyah, B., & Christiawan, M. R. (2013). Hubungan Tingkat Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan. *Jurnal Keperawatan*, VI(1), 19–22.
- Trisnawan, & Adi. (2019). *Mengenal Hipertensi* (Ade (ed.)). Mutiara Aksara.
- Utomo, A. W., & Santoso, A. (2013). Studi Pengembangan Terapi Musik Islami Sebagai Relaksasi untuk Lansia. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 62–75.
- Wilianto, V. M., & Adiyanti, M. (2012). Terapi Musik Kognitif Perilaku Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Penderita Tekanan Darah. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 4(1), 87–111. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol4.iss1.art6>
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Medical Journal of Lampung University*, 6(1), 25–33.