

ABSTRAK

PERBEDAAN PENURUNAN TEKANAN SISTOLIK DAN DENYUT JANTUNG ANTARA MENDENGARKAN DAN TIDAK MENDENGARKAN MUSIK INSTRUMENTAL PADA LANSIA DI PANTI JOMPO TRESNA WHERDA LAMPUNG SELATAN

Oleh

M. APRIMOND SYUHAR

Penyakit yang berhubungan dengan penyakit degeneratif telah menjadi suatu masalah besar di dalam dunia kesehatan. Terutama gangguan jantung pada lansia yang ditandai dengan peningkatan sistolik serta denyut jantung yang kemungkinan besar bisa menyebabkan timbulnya kejadian stroke dan infark myocard. Musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi yang mengakibatkan penurunan pada tekanan darah dan denyut jantung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik instrumental dalam penurunan tekanan darah sistolik dan denyut jantung pada lansia. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Kelompok terdiri atas kelompok kontrol yang tidak mendengarkan musik dan kelompok perlakuan yang mendengarkan musik.

Total sampel penelitian menggunakan 36 lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji analisis menggunakan uji nonparametrik *Kruskal-Wallis* pada hasil tekanan sistolik bermakna dengan $p < 0,05$ (0,000). Dan pada hasil denyut jantung didapatkan hasil yang bermakna yaitu $p < 0,05$ (0,048). Kesimpulan dari penelitian ini adalah mendengarkan musik instrumental berpengaruh untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan denyut jantung di menit ke 30 pada lansia di Panti Jompo Tresna Wherda Lampung Selatan.

Kata kunci : denyut jantung, musik instrumental, tekanan sistolik.