

Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di RSUD Rupit

Nanda Permata Sari ¹⁾; Mariza Arfianti ²⁾; Sulastris ³⁾

^{1,2,3)} Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Email: ¹⁾ nandapermata66@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [15 Juni 2026]

Revised [22 Juli 2026]

Accepted [27 Juli 2026]

KEYWORDS

Classical Music, Blood Pressure, Older Adults, Systolic and Diastolic.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang terjadi karena interaksi banyak faktor risiko terjadinya hipertensi. RSUD Rupit terletak di kecamatan rupit kabupaten Muratara provinsi Sumatera Selatan, berdasarkan pra-survey yang penulis lakukan di temukan data di bagian pelayanan bidang kesehatan bahwa di RSUD Rupit masih cukup banyak lansia yang menderita penyakit hipertensi dan terus meningkat setiap tahunnya di samping banyak penyakit yang lainnya seperti diabetes melitus, asam urat, osteoporosis dan inilah alasan penulis melakukan penelitian di tempat tersebut, RSUD Rupit Kabupaten Muratara Provinsi Sumatera Selatan. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah metode quasi eksperimental dengan pendekatan pre dan post tes tanpa kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di RSUD Rupit pada Juli-Agustus 2025 dengan melibatkan responden sebanyak 23 Orang lansia penderita Hipertensi dan merupakan pasien rawat jalan di RSUD Rupit. Menggunakan Uji SPSS Versi 25.0.0. Karakteristik responden dengan usia diatas 60 tahun yang dikatakan sudah lansia sebanyak 23 (100%) orang yang menjadi responden, dengan responden laki-laki sebanyak 9 orang (40%) dan wanita sebesar 14 orang (60%). Tekanan darah pasien lansia pada RSUD Rupit sebelum diberikan treatment musik klasik dengan nilai rata-rata sistolik 152.17 mmHg dan diastolik 93.87 mmHg. Nilai Minimum sistolik 140-160 mmHg dan diastolik 90-99 mmHg. Tekanan darah pasien lansia pada RSUD Rupit sesudah diberikan treatment musik klasik dengan nilai rata-rata sistolik 123.61 mmHg dan diastolik 77.87 mmHg. Nilai Minimum sistolik 110 mmHg dan diastolik 70 mmHg. Nilai Minimum tekanan darah sistolik sebesar 110-130 mmHg dan diastolik sebesar 70-85 mmHg. Berdasarkan data yang sudah diolah melalui uji SPSS diatas maka diambil keputusan bahwa adanya pengaruh yang cukup signifikan terhadap penurunan darah sebelum dan sesudah diberikan treatment musik klasik pada pasien lansia di ruang rawat jalan di RSUD Rupit.

ABSTRACT

Hypertension is a condition caused by the interaction of many risk factors. Rupit Regional General Hospital is located in Rupit Subdistrict, Muratara Regency, South Sumatra Province. Based on a preliminary survey conducted by the author, data from the hospital's health services department revealed that there are still a significant number of elderly patients suffering from hypertension at Rupit Regional General Hospital, and this number continues to rise each year alongside other conditions such as diabetes mellitus, gout, and osteoporosis. This is why the author chose to conduct this study at that location, Rupit Regional General Hospital, Muratara Regency, South Sumatra Province. This study employed a quantitative research design using a quasi-experimental method with a pre- and post-test approach without a control group. The study was conducted at Rupit Regional General Hospital from July to August 2025, involving 23 elderly respondents with hypertension who were outpatients at the hospital. SPSS Version 25.0.0 was used for data analysis. The respondents, all of whom were 60 years of age or older and thus classified as elderly, numbered 23 (100%); among them, 9 (40%) were men and 14 (60%) were women. The blood pressure of elderly patients at Rupit Regional General Hospital before receiving classical music therapy had an average systolic reading of 152.17 mmHg and a diastolic reading of 93.87 mmHg. The minimum systolic range was 140–160 mmHg, and the minimum diastolic range was 90–99 mmHg. The blood pressure of elderly patients at Rupit Regional General Hospital after receiving classical music therapy had an average systolic value of 123.61 mmHg and a diastolic value of 77.87 mmHg. The minimum systolic value was 110 mmHg and the minimum diastolic value was 70 mmHg. The minimum systolic blood pressure is 110–130 mmHg, and the minimum diastolic blood pressure is 70–85 mmHg. Based on the data analyzed using SPSS as described above, it was concluded that there was a statistically significant effect on blood pressure reduction before and after classical music therapy was administered to elderly patients in the outpatient department at Rupit Regional General Hospital.

PENDAHULUAN

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 sebanyak 1,3 miliar orang didunia menderita hipertensi. Artinya 1 dari 3 orang didunia. Jumlah orang yang mengidap hipertensi pada setiap tahunnya meningkat, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada sekitar 1,5 miliar orang akan mengidap hipertensi. Berdasarkan riset kesehatan dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 angka kejadian hipertensi di

Indonesia yang terjadi pada usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1% tertinggi pada provinsi Kalimantan Selatan dengan angka kejadian (44,1%), sedangkan angka kejadian terendah terjadi di provinsi Papua sebesar (22,2%). Provinsi Jawa Tengah sendiri jumlah penderita hipertensi pada tahun 2017 menunjukkan 35,53% orang menderita hipertensi, dengan presentasi laki-laki lebih besar yaitu sebanyak 13,16% sedangkan wanita sebanyak 13,10%. Hipertensi yang terjadi pada usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%). Angka kejadian di Sukoharjo Kecamatan Bulu sebesar 25,62%. Dari angka kejadian tersebut sebanyak 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% lainnya terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal tersebut menunjukkan bahwa para penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi dan akhirnya tidak mendapatkan pengobatan (RIKESDA, 2018). Salah satu terapi non farmakologis untuk hipertensi yaitu dengan menggunakan terapi musik klasik. Terapi musik diduga dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena dapat mempengaruhi stres, membantu seseorang untuk lebih rileks. Saat tubuh rileks, otak memberikan rangsangan dengan melepaskan hormon endorfin dan serotonin, dimana tugas hormon tersebut adalah membuat tubuh seseorang merasa rileks (Prasetyo, 2021). Mendengarkan musik serta melakukan pengaturan tempo pernapasan yang lambat dan teratur dinilai efektif dalam menurunkan tekanan darah dan tanpa efek samping yang ditimbulkan. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol akan menimbulkan komplikasi (Pratama Sari et al., 2018).

Kejadian hipertensi terjadi pada semua populasi. Faktor yang berpengaruh pada kejadian hipertensi diantaranya genetik, ras, regional, sosio budaya yang juga menyangkut gaya hidup yang berbeda-beda sehingga angka kejadian yang berbeda-beda (Nursakinah, Y., & Handayani, 2021). Lanjut usia (lansia) merupakan fase yang ditandai dengan mulainya kelemahan pada tubuh dan rentannya terkena penyakit, lingkungan yang berubah-ubah, hilangnya ketangkasan dan berkurangnya mobilitas serta perubahan secara fisiologis. Pada lansia mengalami penurunan kesehatan fisik terutama berkaitan dengan energi, aktivitas, kapasitas kerja, kesakitan dan ketergantungan pada perawatan medis (Murwani, 2020).

Musik klasik adalah esensi keteraturan dan membaca pada semua hal yang baik, adil dan indah. Berdasarkan pengertian musik secara umum dapat diartikan sebagai sesuatu cipta, rasa, dan karsa manusia yang indah dan dituangkan dalam bentuk bunyi-bunyian, suara melodi, ritme dan harmoni yang dapat membangkitkan emosi, dan bisa membuat mood menjadi bahagia, menghilangkan stress, pengiring selama proses pembelajaran dan juga bisa untuk mengurangi nyeri (Campbell, D. 2007). Musik klasik akhir-akhir ini mulai diperkenalkan dan dipopulerkan setelah banyak penelitian yang membahas dan mengkaji lebih dalam tentang pengaruh positif musik klasik terhadap kehidupan baik untuk kesehatan ataupun juga peranannya dalam pembelajaran. Musik klasik seperti karya Mozart, Bach, Bethoven, dan Vivaldi dapat meningkatkan kemampuan mengingat, mengurangi stress, meredakan ketegangan, meningkatkan energi dan meningkatkan daya ingat. Hal ini mengakibatkan penurunan tekanan darah dan denyut jantung, Terapi musik instrumental mampu memberikan rangsangan, yang akan memberikan efek mental dan fisik, diantaranya mampu menghilangkan perasaan yang tidak menyenangkan, musik mampu menyeimbangkan dan memperlambat gelombang otak, mempengaruhi denyut jantung, nadi, mempengaruhi ketegangan otot, mampu mengontrol hormon yang menyebabkan stres dan menurunkan tekanan darah (Cahyanti & Hirmawati, 2021).

RSUD Rupit terletak di kecamatan rupit kabupaten Muratara provinsi Sumatera Selatan, berdasarkan pra-survey yang penulis lakukan di temukan data di bagian pelayanan bidang kesehatan bahwa di RSUD Rupit masih cukup banyak lansia yang menderita penyakit hipertensi dan terus meningkat setiap tahunnya di samping banyak penyakit yang lainnya seperti diabetes militus, asam urat, osteoporosis dan inilah alasan penulis melakukan penelitian di tempat tersebut, RSUD Rupit Kabupaten Muratara Provinsi Sumatera Selatan.

LANDASAN TEORI

Lansia

Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang mengklasifikasikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaan. Seseorang dikatakan lansia apabila berusia 60 tahun atau lebih, karena faktor tertentu tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar baik jasmani, rohani sosial (Nugroho, 2019). Riset menunjukkan bahwa pembuluh darah memang mengeras (kaku) seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Inilah yang menyebabkan jantung memompa lebih kuat, dan akhirnya mengakibatkan munculnya hipertensi pada lansia.

Penuaan adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan tahapan-tahapan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh, yang ditandai dengan semakin rendahnya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian misalnya pada system kardiovaskuler dan pembuluh darah,

pernapasan, pencernaan, endokrin dan lain sebagainya. hal tersebut disebabkan seiring meningkatnya usia sehingga terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta system organ, perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduran kesehatan fisik dan psikis yang pada akhirnya akan berpengaruh pada ekonomi dan sosial lansia. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada activity of daily living (Khairani, L & Fadhila, 2015).

Hipertensi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg (milimeterhidrogen) dan peningkatan pada tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg (milimeterhidrogen) pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2014).

Hipertensi merupakan risiko penyakit kardiovaskuler aterosklerosis, gagal ginjal, gagal jantung dan stroke ditandai dengan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg, berdasarkan pada dua kali pengukuran atau lebih (Smeltzer & Bare., 2012). Menurut (Ardiansyah, 2012) hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Secara Umum seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mmHg. Hipertensi juga sering diartikan sebagai suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg.

Terapi Musik

Terapi musik merupakan intervensi alami non invasif yang dapat diterapkan secara sederhana tidak selalu membutuhkan kehadiran ahli terapi, harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping. Terapi musik adalah suatu terapi kesehatan menggunakan musik dimana tujuannya adalah untuk meningkatkan atau memperbaiki kondisi fisik, emosi, kognitif dan sosial bagi individu dari berbagai kalangan usia. Terapi musik adalah keahlian menggunakan musik atau elemen musik oleh seorang terapis untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional dan spritual. Dalam kedokteran, terapi musik disebut sebagai terapi pelengkap (Complementary Medicine) (Pratiwi, 2014).

Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, intrumentalia, slow music, orkestra dan musik modern lainnya. Tetapi beberapa ahli menyarankan untuk tidak menggunakan jenis musik tertentu seperti pop, disco, rock and roll dan musik berirama keras (anapestic beat) lainnya, karena jenis musik dengan anapestic beat beat pendek, beat panjang dan kemudian pause) merupakan irama yang berlawanan dengan irama jantung.

METODE PENELITIAN

Metode Analisis

Analisis Univariat

Analisa Univariat atau mendeskripsikan karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, tingkat pendidikan setiap variabel penelitian dari hasil penelitian yang akan menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel. Variable pada penelitian ini adalah variable independen terapi music klasik, dan variable dependen adalah tekanan darah. Analisis data univariat disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi yang kemudian akan ditampilkan dalam bentuk table dan diagram.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variable yang di duga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010), yaitu kriteria terapi musik dan tekanan darah pada lansia. Analisa data untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah kerja RSUD Rupit di Ruang Rawat Jalan. Menggunakan Uji T test. Alasan dipilih teknik analisis ini untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan treatmen terapi musik klasik

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Lansia Sebelum Diberikan Terapi Musik Klasik.

Tabel 1. Distribusi Tekanan Darah Sebelum Diberikan Terapi Musik Klasik

No	Variabel	N	Mean	Median	Standar Deviasi	Min-Max	95%CI
1	Tekanan Darah Sistolik Pre	23	152,17	153	7.402	140-160	142.02-152
2	Tekanan Darah Diastolik	23	93,87	93	2,25	90-99	93-95

Tabel 1. didapatkan hasil tekanan darah penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Rupit sebelum diberi treatment musik klasik yaitu dengan nilai rata-rata nilai minimal sistolik sebesar 140 mmHg dan nilai maksimal sebesar 160 mmHg. Serta nilai minimal diastolik sebesar 90 mmHg dan nilai maksimal diastolik sebesar 99 mmHg. Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Lansia Sesudah diberikan Terapi Musik Klasik.

Tabel 2. Distribusi Tekanan Darah Sesudah diberikan Musik Klasik

No	Variabel	N	Mean	Median	Standar Deviasi	Min-Max	95%CI
1	Tekanan Darah Sistolik Post	23	123.61	125	6.760	110-130	120.04-150
2	Tekanan Darah Diastolik Post	23	77.87	80	4.751	70-85	76-86

Tabel 2. didapatkan hasil tekanan darah penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Rupit sebelum diberi treatment musik klasik yaitu dengan nilai rata-rata nilai minimal sistolik sebesar 110 mmHg dan nilai maksimal sebesar 130 mmHg. Serta nilai minimal diastolik sebesar 70 mmHg dan nilai maksimal diastolik sebesar 85 mmHg

Pembahasan

Tekanan Darah Sebelum di Beri Treatment Musik Klasik

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sebelum diberikan musik klasik kepada 23 orang responden yaitu dengan tekanan darah sistolik 152,17 mmHg dan tekanan darah diastolik 93,87 mmHg yang masuk dalam klasifikasi hipertensi grade 1. Nilai median sistolik sebesar 153 mmHg dan tekanan darah median diastolik sebesar 93 mmHg. Kemudian nilai Standar Deviasi Tekanan darah sistolik sebesar 7.402 dan nilai standar standar deviasi tekanan darah diastolik sebesar 2.25.

Terlihat dari data responden yang diambil oleh peneliti adalah kelompok lansia yang sedang berobat jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Rupit dan merupakan penderita hipertensi grade 1. Peneliti berpendapat bahwa tingkat usia sangat mempengaruhi tekanan darah. Maka dari itu peneliti sangat tertarik untuk meneliti langsung para penderita hipertensi yang usia nya sudah memasuki tingkat lansia. Hal tersebut dialami oleh lansia karena katup jantung mulai menebal dan kaku sehingga kemampuan jantung menurun 1% setiap tahunnya, sehingga pembuluh darah kehilangan sensitivitas dan elastivitas pembuluh darah serta mengakibatkan kurangnya efektivitas pembuluh darah ferifer untuk oksigenasi yang bisa menyebabkan tekanan darah meninggi.

Tekanan darah sendiri adalah kekuatan yang diberikan oleh darah terhadap dinding arteri saat dipompa oleh jantung. Untuk pasien hipertensi darah tinggi proses terjadinya peningkatan tekanan darah bisa disebabkan oleh beberapa faktor yang memengaruhi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yeni Rusyani yang mengatakan bahwa tekanan darah disebabkan banyak faktor dan hipertensi merupakan hal yang sering terjadi dan merupakan kasus terbanyak pada dunia medis dan tidak bisa dianggap sepele. Tekanan darah sendiri terjadi akibat kondisi ketika tekanan darah terhadap dinding terlalu tinggi.

Tekanan Darah Sesudah di Beri Treatment Musik Klasik

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah dari responden sesudah diberikan musik klasik pada responden lansia pasien rawat jalan Rumah Sakit Umum Daerah Rupit dengan tekanan darah sistolik 123,61 mmHg dan tekanan darah diastolik 77.87 mmHg. Nilai median setelah

diberi musik klasik tekanan darah sistolik sebesar 125 mmHg dan tekanan darah median diastolik sebesar 80 mmHg. Kemudian nilai Standar Deviasi setelah diberi treatment musik klasik Tekanan darah sistolik sebesar 6.760 dan nilai standar standar deviasi tekanan darah diastolik sebesar 4.751. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik pada pasien lansia rawat jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Rupit dapat menenangkan respon dari relaksasi pasien itu sendiri. Musik klasik dapat memengaruhi aktivitas saraf parasimpatis yang membantu penurunan tekanan darah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ayu Candrasari yang menunjukkan hasil penelitian bahwa treatment musik klasik pada penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah pada penderitanya. Karena ketika seseorang mendengarkan musik klasik akan merangsang tubuh untuk mengaktifkan jalur dalam tubuh di area otak. Jadi musik tidak hanya berfungsi sebagai anti depresi tetapi juga digunakan sebagai terapi musik bagi penderita hipertensi. Berdasarkan penelitian diatas maka disimpulkan bahwa penurunan tekanan darah dapat dilakukan dengan cara nonfarmakologis yakni dengan cara treatment musik klasik kepada penderita hipertensi grade 1 pada lansia pasien Rumah Sakit Umum Daerah Rupit Kabupaten Musi Rawas Utara Provinsi Sumatera Selatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Musi Klasik Terhadap Penurunan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Rupit” melalui uji SPSS maka didapatkan kesimpulan bahwa tekanan darah pasien lansia pada Rumah Sakit Daerah Umum Rupit sebelum diberikan treatment musik klasik dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 152.17 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 93.87 mmHg. Nilai Minimum tekanan darah sistolik sebesar 140-160 mmHg dan diastolik sebesar 90-99 mmHg. Tekanan darah pasien lansia pada Rumah Sakit Umum Daerah Rupit sesudah diberikan treatment musik klasik dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 123.61 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 77.87 mmHg. Nilai Minimum sistolik 110 mmHg dan diastolik 70 mmHg. Nilai Minimum tekanan darah sistolik sebesar 110-130 mmHg dan diastolik sebesar 70-85 mmHg. Serta berdasarkan data yang sudah diolah melalui uji SPSS diatas maka diambil keputusan bahwa adanya pengaruh yang cukup signifikan terhadap penurunan darah sebelum dan sesudah diberikan treatment musik klasik pada pasien lansia di ruang rawat jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Rupit

Saran

Diharapkan bagi peneliti lebih mengetahui manfaat dari hasil penelitian ini sendiri. Serta sebagai salah satu pengobatan alternatif yang perlu dipertimbangkan bagi penderita hipertensi terutama pada lansia. Dan diharapkan untuk seluruh pihak menjadikan baha referensi untuk dapat di beri saran yang mendidik dalam ilmu kesehatan khususnya ilmu keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraeni A, Widya, dkk. (2014). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Segeri Kabupaten Pangkep. Bagian Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanudin.
- Aini, N., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. (2012). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 Di Desa Donowarih Karangploso Malang. *Journal Nursing News*, XI.1, 31–37.
- Aridayanti Fajar Putri, Muflih, S. D. (2020). Efektivitas Waktu Terapi Musik Langgam Jawa Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Muara Rengas. 8, 139–148.
- Arifin, M.H., Weta, I., & R. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada kelompok Lanjut Usia di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Bandung.
- Aspiyani, R. . (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik. Trans Info Media.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia. Bps.Go.Id. https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik_penduduk-lanjut-usia-2021.html
- Casey, Anggie & Benson, Herbert. (2006). Menurunkan Tekanan Darah. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Popule.
- Cahyanti, L., & Hirmawati, E. R. (2021). Terapi Musik Instrumental Dalam Menurunkan Hipertensi. 8(2), 202–214.

- Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan. (2021). Laporan Spm Sasaran dan Capaian Tahun 2021 Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan.
- Diyono. (2015). Efek Terapi Musik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Taraman Sragen Jawa Tengah. 3(2).
- Guyton A.C and J.E. Hall, (2012). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Jakarta: EGC.
- Health in Aging. Diakses pada 2020. High Blood Pressure (Hypertension).
- Jasmarizal. (2013). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kec. Koto Tangah Padangtahun 2011. Jurnal. STIKES Mecu Bakti Jaya Padang.
- Kemenkes RI. (2019). Hari Hipertensi Dunia 2019 : “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK.” P2ptm.Kemkes.Go.Id. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>
- Kemenkes RI. (2022). Lansia Berdaya, Bangsa Sejahtera. Pusdatin.Kemkes.Go.Id. <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/22051900001/lansia-berdaya-bangsa-sejahtera.html>
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Lansia. Lembaga Penelitian, Publikasi dan Pengabdian.
- Mahatidanar, A., & Nisa, K. (2017). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. Agromed Unila, 4(2), 264–268.
- Nurhidayat, S. (2016). Asuhan keperawatan pada Hipertensi. Pasien Universitas Muhammadiyah Ponorogo Press.
- Saing, Klementina, & Saloma. (2007). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah.
- Susilo, Y. & Wulandari, A. (2011). Cara Jitu Mengatasi Hipertensi. Yogyakarta:
- Swarjana, I. K. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan (edisi II). Yogyakarta: Penerbit Andi & STIKES Bali.
- WHO. (2015). WHO Report (Online), <http://www.who.int/features/qa/82/en/>diakses pada tanggal 22 Maret 2015 jam 15.30 WIB
- Yulastri, P. R., Betriana, F & Kartika, I. M. (2019). Terapi Musik untuk Pasien Hipertensi: A Literature Review. STIKes Fort de Kock Bukittinggi. Real in Nursing Journal (RNJ) volume 2 Nomor 2, agustus 201