

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan darah yang lebih tinggi dari kapasitas dinding arteri disebut hipertensi. Banyak penderita hipertensi yang tidak menyadari penyakit mereka sampai mereka mengukur tekanan darahnya dan menjalani pengecekan. Hipertensi ialah penyakit kronis yang dikenal sebagai pembunuh diam (*silent killer*). Gejala awal hipertensi biasanya tidak berat, seperti pusing yang tiba-tiba datang dalam jangka waktu tidak lama yang sering kali dianggap sebagai gangguan biasa dan tidak berbahaya. Sehingga, banyak orang yang tidak sadar tentang penyakit yang sedang terjadi dalam dirinya. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. hipertensi dapat menimbulkan resiko atau komplikasi yang serius pada penyakit jantung, stroke dan penyakit ginjal (Wiyono et al., 2022). Terdapat beberapa penyebab kematian yang berhubungan dengan penyakit kardiovaskular termasuk hipertensi, yang juga merusak organ lain seperti ginjal, otak (stroke), dan banyak lagi. Oleh karena itu, hipertensi perlu segera dihindari, dicegah dan diobati (Juniartati et al., 2023).

World Health Organization (WHO, 2023) melaporkan para penderita hipertensi tidak mendapatkan terapi yang tepat. Dari tahun 1990 hingga 2019, populasi global penderita hipertensi meningkat menjadi 1,3 miliar orang. Negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, sekitar 75% orang menderita tekanan

darah tinggi. Sebagaimana dilaporkan oleh *IHME*, penyakit jantung ialah kematian terbesar didunia termasuk di Indonesia dan merupakan penyebab resiko kesehatan global. Jumlah kematian tahunan akibat penyakit kardiovaskular adalah 651.481, 50.620 dari kematian ini disebabkan oleh penyakit jantung dan hipertensi (*IHME*, 2019 dalam Adinkes, 2022).

Menurut Riset Kesehatan Daerah (*Rikesdas*) (2018), 31,7% orang dewasa di atas 18 tahun mengalami hipertensi. Perempuan lebih besar kemungkinannya dibandingkan laki-laki (31,34%) untuk mempunyai tekanan darah tinggi (36,85%). Dibandingkan di perdesaan (33,72%), prevalensi di perkotaan sedikit lebih besar (34,43%) (*Sinaga & Muntu, 2022*). Pada tahun 2023, 3.212.072 orang di Jawa Barat menderita hipertensi (*Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023*). Dari data *Dinkes* dalam tiga tahun terakhir ditemukan prevalensi tekanan darah di Kota Tasikmalaya yaitu sebesar 41,47%. Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya diperkirakan berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki 681 jiwa dan perempuan 1.330 jiwa, total sebanyak 2011 jiwa yang menderita hipertensi pada tahun 2023. Oleh karena itu, berdasarkan data ini penting bagi masyarakat di sekitar Puskesmas Kahuripan untuk mendapatkan perawatan yang tepat untuk mereka yang menderita hipertensi.

Hasil dari wawancara yang dilakukan dengan pemegang program PTM Puskesmas Kahuripan menunjukkan bahwa ada program penanganan penyakit kronis di Puskesmas Kahuripan (*Prolanis*). Setelah melakukan wawancara dengan pemegang *prolanis*, peneliti menemukan bahwa *prolanis* memberikan intruksi dan pengobatan untuk mengontrol tekanan darah. Namun, angka kejadian penderita

hipertensi di Puskesmas Kahuripan ini tetap tidak mengalami penurunan yang signifikan. Maka selain dari terapi obat yang di kontrol oleh pihak puskesmas, salah satunya dalam program prolanis ini. Harus dilakukan terapi yang dilakukan beriringan dengan pengontrolan obat yaitu terapi komplementer salah satunya dengan melakukan terapi yoga dan musik klasik. Berdasarkan keterangan dari pihak pemegang program prolanis belum pernah dilakukan terapi yoga dan musik klasik ini terhadap penderita hipertensi khususnya pada peserta program prolanis di Puskesmas Kahuripan.

Pasien dengan hipertensi dapat ditangani dengan teknik pengobatan farmakologi atau nonfarmakologi. Pendekatan farmakologi melibatkan pemberian obat antihipertensi secara teratur. Pemberian obat antihipertensi harus mempertimbangkan sejumlah parameter, termasuk usia pasien, komplikasi terkait usia, dan perspektif klinis (parah atau tidak parah/ tidak serius) (Ayuningtyas & Maryatun, 2023). Salah satu contoh obat antihipertensi yaitu captopril. Diperlukan dosis perhitungan obat yang tepat bagi penderita hipertensi dalam mengonsumsi obat antihipertensi agar tidak menimbulkan efek samping dari obat ini yaitu seperti batuk kering, memicu perut mual dan melilit, tubuh lemas dan bahkan dapat menyebabkan alergi. Dalam melakukan terapi obat akan lebih efektif jika dilakukan juga terapi komplementer sebagai terapi pendukung yang dapat membantu proses pemulihan pasien hipertensi (Usman, 2020).

Menurut Wiyono et al. (2022) terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan ialah yoga. Karena sifatnya menenangkan dan kemampuan untuk meningkatkan aliran darah ke seluruh tubuh, yoga disarankan untuk yang memiliki tekanan darah

tinggi untuk meningkatkan fungsi jantung. Terdapat beberapa latihan terapi yang terkandung dalam yoga, yaitu latihan pernapasan, peregangan lembut, dan meditasi tubuh-pikiran. Penelitian ini juga menyebutkan bahwa yoga bertujuan untuk mendorong pelepasan hormon endorfin. Sebagai obat penenang alami tubuh, hormon ini menurunkan tekanan darah dan meningkatkan relaksasi dengan meningkatkan kadar endorfin. Itu berasal dari otak. Pada 30 responden yang pernah menerima terapi yoga dan berpartisipasi dalam penelitian ini, dan hampir 70% di antaranya melaporkan penurunan tekanan sistolik dari hipertensi ringan menjadi normal. Terdapat 30% responden menyatakan hipertensi ringan, tetapi 80% lainnya menyatakan penurunan tekanan darah. Hampir separuh pasien dengan hipertensi ringan mengalami penurunan frekuensi denyut nadi dan tekanan darah diastolik kembali normal. Namun, semua pasien memiliki frekuensi denyut nadi yang berada dalam kisaran wajar. Otak dan sumsum tulang belakang adalah organ yang memproduksi endorfin. β -endorfin dilepaskan selama aktivitas fisik seperti yoga dan diserap oleh reseptor di sistem limbik dan hipotalamus, yang mengontrol emosi. Inilah sebabnya mengapa perawatan yoga dapat meningkatkan kadar β -endorfin dalam darah (Sari et al., 2022).

Terapi musik merupakan jenis terapi nonfarmakologis lain yang dapat digunakan. Melodi dan harmoni merupakan komponen rangsangan pendengaran yang digunakan dalam terapi musik. Saat musik dimainkan, terjadi proses rangsangan yang mula-mula dideteksi oleh reseptor suara di telinga bagian dalam, kemudian berpindah ke sistem limbik, yang mengontrol emosi, dan terakhir ke sistem saraf dan korteks otak, yang menerjemahkan gelombang suara ke dalam

tubuh, ritme pendengaran internal. Setelah hipotalamus mensekresi pengeluaran hormone *corticotropin-releasing (CRH)*, hormone *adrenokortikotropik (ACTH)* dikirim melalui hipofisis menuju kelenjar adrenal. Sehingga memicu kelenjar adrenal untuk melepas hormon stress (kortisol), yang berdampak pada tingkat denyut nadi, tingkat respirasi dan saturasi oksigen (Sidik, 2020). Sekresi hormone β -endorphin dalam tubuh dapat meningkatkan mood atau mengubah suasana hati. Walaupun β -endorphin di sekresi secara alami di dalam tubuh, namun β -endorphin juga tidak bisa melakukan sekresi apabila tubuh dalam keadaan tidak rileks, karena β -endorphin melakukan sekresi pada saat tubuh dalam keadaan relaks (Dayyana et al., 2020).

Rendi et al. (2022), menjelaskan bahwasanya terapi musik dapat dengan efektif menurunkan tekanan darah. Penelitian itu menyatakan bahwasanya sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan sebelum dan sesudah pengobatan relaksasi musik klasik.

Alat musik penyembuhan sering digunakan untuk menampilkan musik klasik di Indonesia. Manfaat mendengarkan musik klasik dengan volume sedang (60 hingga 80 dB) selama 10 hingga 30 menit sehari sangatlah besar bagi tubuh. Menurut Larasati et al., (2019), mendengarkan musik membuat bagian otak tertentu bekerja, yaitu sistem limbik, terkait dengan perilaku emosional. Tubuh distimulasi oleh musik, yang menghasilkan pembentukan molekul *Nitric Oxide (NO)*. Dengan meningkatkan tonus pembuluh darah, molekul-molekul ini menurunkan tekanan darah pasien. Musik klasik mozart sering dipakai dalam terapi musik klasik.

Komposisi mozart menampilkan suara frekuensi tinggi, rentang nada yang luas, serta tempo yang cepat (Pratama et al., 2023).

1.2 Rumusan Masalah

Penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan sudah memberikan program untuk mewedahi para penderita hipertensi seperti prolanis, posbindu, dan pengobatan untuk mengatur tekanan darah. Namun, tidak ada penurunan yang nyata dalam kejadian atau tekanan darah di antara pasien hipertensi setelah pelaksanaan program. Terapi yoga dan terapi musik klasik digunakan bersama-sama untuk membantu meningkatkan upaya pengendalian tekanan darah. Oleh karena itu, rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh yoga dan musik klasik terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh yoga dan musik klasik terhadap tekanan darah penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, pekerjaan) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- b. Menganalisis tekanan darah sistolik pada resposnden sebelum dan setelah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

- c. Menganalisis tekanan darah diastolik pada responden sebelum dan setelah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- d. Menganalisis perbedaan tekanan darah sistolik pada responden antara sebelum dan setelah terapi yoga dan musik klasik pada kelompok intervensi.
- e. Mengidentifikasi perbedaan tekanan darah diastolik pada responden antara setelah dan sesudah terapi yoga dan musik klasik pada kelompok intervensi.
- f. Menganalisis perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik pada responden setelah dilakukan perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- g. Menganalisis perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik pada responden setelah dilakukan perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian terapi kombinasi yoga dan musik klasik sebagai teori dan pelengkap untuk terapi nonfarmakologi pengendalian tekanan darah.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat untuk Subjek Penelitian

- 1) Penelitian ini dapat memberi informasi kepada subjek penelitian tentang bagaimana terapi kombinasi yoga dan musik klasik berkontribusi pada penurunan tekanan darah penderita hipertensi.
- 2) Meningkatkan kesadaran subjek penelitian mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri.

b. Manfaat untuk Pelayanan Kesehatan

Penelitian terapi yoga dan musik klasik dapat menjadi pengembangan penemuan baru dan pelengkap dari terapi nonfarmakologi untuk mengendalikan tekanan darah.

c. Manfaat untuk Ilmu Pengetahuan

Penelitian tentang terapi yoga dan musik klasik diharapkan dapat memberikan lebih banyak pengetahuan dan penemuan baru tentang terapi komplementer, khususnya tentang terapi yoga dan musik klasik terhadap penderita hipertensi. Mata kuliah komplementer, KMB dan keperawatan komunitas akan menjadi fokus penelitian ini

d. Manfaat untuk Peneliti lain

Penelitian ini dijadikan sebagai landasan bagi para peneliti untuk melaksanakan penelitian berikutnya.

1.5 Orisinalitas Penelitian

Penelusuran pustaka yang dilakukan menghasilkan beberapa penelitian mirip dengan penelitian ini, ialah tentang pengaruh yoga dan musik klasik

menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.

Tabel 1. 1 Orisinalitas Penelitian

No.	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil
1.	Endyta Youlastri Ayuningtyas, Maryatun Maryatun. 2023. Penerapan senam yoga terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Jebres Surakarta	<p>Jumlah sampel : Terdapat dua responden dengan jenis kelamin wanita dalam penelitian ini yang berusia antara 45 dan 55 tahun.</p> <p>Metode penelitian : Untuk melakukan studi kasus deskriptif, penelitian ini melakukan observasi.</p>	Berdasarkan temuan penelitian, sebelum intervensi yoga, pasien hipertensi memiliki nilai tekanan darah yang lebih tinggi dari biasanya. Setelah empat kali pertemuan selama dua minggu, dan rata-rata berdurasi 15 hingga 20 menit, kedua responden tersebut tergolong menderita hipertensi derajat 2. Namun setelah diberikan terapi yoga tekanan, tekanan darah turun dan pasien tergolong menderita hipertensi derajat 1.
2.	Rr. Sri Endang Pujiastuti, Sawab, Safitri Zummy Afiyati. 2019. Pengaruh terapi yoga terhadap penurunan tekanandarah pada penderita hipertensi.	<p>Jumlah sampel : Dalam penelitian ini, complete sampling merupakan teknik sampel yang digunakan. Tiga puluh orang dimasukkan secara acak ke dalam kelompok intervensi (n = 30) dan kelompok kontrol (n = 30), terdiri dari enam puluh responden dengan hipertensi primer yang melakukan penelitian ini.</p> <p>Metode penelitian : Desa Pedalangan RW 01 menjadi lokasi penelitian dengan desain quasi eksperimen ini. Uji Mann Whitney dan Wilcoxon digunakan dalam pengolahan data bivariat untuk penelitian ini.</p>	Data menunjukkan variasi mean tekanan darah sistolik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol (p=0,000, p=0,000). Oleh sebab itu, disimpulkan bahwasanya baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol mengalami penurunan tekanan darah sistolik. Rata-rata tekanan darah sistolik kelompok intervensi turun 8,64 mmHg setelah aktivitas; namun, ada perbedaan tekanan darah sistolik yang signifikan secara statistik antara kedalaman intervensi dan kedalaman kontrol. Yoga berbeda dari latihan non-instruksikan. Selain itu, ada perbedaan nilai p sebesar 0,000 pada rata-rata tekanan darah diastolik antara kelompok intervensi serta kontrol; ini menunjukkan bahwa tekanan darah diastolik kedua kelompok tersebut menurun.

No.	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil
			Yoga adalah jenis pengobatan tambahan untuk penderita hipertensi; penelitian telah menyatakan bahwasanya berlatih yoga bisa membantu menurunkan tekanan darah.
3.	Joko Wiyono, Elinda Miftahur Rohma, Fiashriel Lundy. 2021. Pengaruh senam yoga terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.	<p>Jumlah sampel : penelitian ini mengambil sebanyak 30 responden.</p> <p>Metode penelitian : Purposive sampling ialah metode untuk pengambilan sampel pada penelitian ini. Untuk mengumpulkan data, yoga ditawarkan selama dua minggu dan empat pertemuan. Uji perbandingan uji-t berpasangan dengan nilai P 0,000 digunakan pada analisis penelitian ini. Nilai P menunjukkan hubungan substansial antara berlatih yoga dan variasi tekanan darah.</p>	Hasil penelitian menyatakan bahwasanya dari 30 responden, hampir semuanya (n=70%) penurunan tekanan darah sistolik dari hipertensi ringan ke nilai normal, sebagian kecil (n=30%) mengalami penurunan tekanan darah setelah terapi yoga. Hampir separuh dari responden (n=50%) mengalami penurunan denyut jantung, dan hampir semuanya (n=80%) mengalami penurunan tekanan darah diastolik dari hipertensi ringan ke nilai normal.
4.	I Dewa Gede Dwija Yasa , Abdul Azis , I Made Widastra. 2017. Penerapan hatha yoga dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.	<p>Jumlah sample : penelitian ini memakai metode purposive sampling dengan mengambil 30 sampel.</p> <p>Metode penelitian : Dengan pre-test dan post-test pada satu kelompok, dengan pendekatan quasi eksperimen. Menggunakan sphygmomanometer digital, tekanan darah diukur sebagai bagian dari metode observasi ini sesuai dengan protokol yang diikuti dalam pengumpulan data.</p>	Hasil penelitian yang melibatkan 30 peserta menyatakan perbedaan yang sign secara statistik antara skor tekanan darah sebelum dan sesudah sesi yoga. Nilai tekanan darah sistolik, yang mencapai 9,03 mmHg, tekanan darah diastolik, yang mencapai 6,56 mmHg, masing-masing ditunjukkan dengan Paired t-Test. Ada perbedaan statistik yang signifikan di sini. dengan tingkat signifikansi (p)=0,000. Hasilnya menunjukkan bahwa yoga mempengaruhi tekanan darah orang tua dengan hipertensi yang tinggal di wilayah Puskesmas II Denpasar Selatan.
5.	Rendi, Aidil Shafwan, Mustafa, Muh. Rinvil Amiruddin, Saasa,	<p>Jumlah sample : Dari 120 peserta penelitian, 18 orang dijadikan sampel.</p>	Sebelum intervensi musik dilaksanakan, pembacaan tekanan darah dilakukan untuk penelitian ini. Hasil

No.	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil
	Nirwana, La Ode Liaumin Azim. 2022. Pengaruh terapi relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi di ruang perawatan interna BLUD Rumah Sakit Konawe.	Metode penelitian : Desain pengambilan sampel satu arah, khususnya purposive sampling, digunakan pada tahap pra-eksperimental dalam penyelidikan ini. Peralatan untuk mengukur tekanan darah adalah sphygmomanometer; stetoskop digunakan untuk mendengarkan denyut nadi pasien; dan temuan pembacaan tekanan darah dicatat pada formulir lembar observasi peneliti. Wilcoxon Signed Ranks Test digunakan dalam analisis data penelitian ini.	penelitian menunjukkan bahwa 10 (55,6%) responden menderita hipertensi stadium 2, dan 8 (44,4%) responden menderita hipertensi stadium 1. Setelah terapi relaksasi musik klasik, pembacaan tekanan darah menunjukkan penurunan tekanan darah rata-rata peserta dibandingkan sebelum intervensi. Hasil pengukuran post-test menyatakan bahwasanya setiap peserta penelitian mengalami penurunan tekanan darah setelah terapi relaksasi musik klasik. Sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah yang sign baik sebelum dan sesudah intervensi pengobatan relaksasi musik klasik. menurut pengamatan tekanan darah yang dilakukan sebelum dan setelah sesi.
6.	Netty Herawati, Kurniati Maya Sari,WD dan Armanda Tri MurtiNingsih. 2018. Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di kelurahan simpang rumbio wilayah Kerja Puskesmas Ktk Kota Solok	Jumlah sample : Dalam penelitian ini, 18 sampel digunakan. Metode penelitian : Ada dua tes pada penelitian kuantitatif ini: pretest dan posttest. Metodologi penelitian yang ialah one group pretest posttest quasi eksperimen design. Analisis univariat dan bivariat ialah metode analisis data pada penelitian ini.	Uji statistik dilakukan pada responden dengan hipertensi sedang; nilai p sebesar 0,001 (<0,05) menunjukkan bahwa terapi musik klasik menyebabkan penurunan tekanan darah setelah intervensi. Untuk responden dengan hipertensi berat, uji statistik menemukan nilai p sebesar 0,175 (>0,05), yang menunjukkan bahwasanya tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap penggunaan terapi musik klasik. penelitian menyatakan bahwa terapi musik klasik bisa membantu menurunkan tekanan darah hingga tingkat sedang, tetapi tidak efektif pada orang yang memiliki hipertensi berat.

No.	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil
7.	Abu Bakar Sidik. 2020. Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi pada lansia	<p>Jumlah sample : penelitian ini mengambil 35 responden dengan teknik Purposive sampling.</p> <p>Metode penelitian : metode Penelitian ini dengan desain one-group pretest-posttest dalam metodologi penelitian kuasi-eksperimental. Alat yang digunakan pada penelitian ini merupakan kuesioner. Penelitian ini memakai uji <i>wilcoson</i></p>	<p>Mayoritas responden dalam penelitian ini ialah individu lanjut usia, berusia antara 57 hingga 70 tahun, yaitu sebanyak 24 (68,8%) dari total 35 responden. Dari 35 orang yang menjawab, 20 (57,1%) adalah laki-laki. Hasilnya sebelum terapi musik klasik digunakan menunjukkan standar deviasi 0,73, skor rata-rata 2,60, skor median 2,00. Setelah terapi musik klasik digunakan, hasilnya menunjukkan standar deviasi 0,71, skor rata-rata 1,69, dan skor median 2,00. Dengan demikian, tekanan darah pasien hipertensi lanjut usia di Panti Sosial Teratai Palembang dipengaruhi oleh terapi musik klasik.</p>
8.	Mahfud Dwi Prasetyo, Burhanto. 2021. Pengaruh intervensi terapi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara	<p>Jumlah sample : penelitian ini sebanyak 30 sampel dengan teknik Purposive sampling.</p> <p>Metodel Penelitian : Penelitian ini dengan pendekatan pra-eksperimental, dengan desain kelompok tertentu sebelum dan sesudah tes yang difokuskan hanya pada kelompok intervensi.</p>	<p>Temuan penelitian ini didasarkan pada pemeriksaan distribusi frekuensi tekanan darah sebelum penerapan intervensi. Enam belas responden, atau 63,3 persen, melaporkan menderita hipertensi. Berikutnya, tekanan darah rendah dialami oleh 11 orang (36,7%). Setelah mendapat terapi musik klasik, dari 22 responden pada penelitian ini menunjukkan frekuensi tekanan darah sebesar (73,3%) memiliki tekanan darah rendah dan 19 responden (19,7%) memiliki tekanan darah tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan dari pemikiran di atas bahwa musik klasik mempunyai efek menurunkan tekanan darah.</p>
9.	Syahrial S. 2019. Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan	<p>Jumlah sample : teknik pengambilan sampel yang dilakukan ialah purposive</p>	<p>Hasil dari penelitian ini, yaitu melihat bagaimana distribusi frekuensi tekanan darah sebelum intervensi</p>

No.	Pengarang dan Judul Penelitian	Keterangan	Hasil
	darah pada pasien hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang Tahun 2019	sampling dengan jumlah sampel 30 orang. Metodel Penelitian : Penelitian ini dengan jenis penelitian <i>Pre Experimental Design</i> dengan menggunakan rancangan penelitian <i>One-group pre and post test design</i> pada satu kelompok yaitu kelompok intervensi saja.	Setelah terapi musik klasik diberikan kepada jumlah keseluruhan dari 30 responden, tekanan darah tinggi turun dari 19 responden menjadi 8 responden (26,7%) dan tekanan darah rendah turun dari 22 responden (73,3%). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwasanya musik klasik memengaruhi tingkat tekanan darah.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah:

- 1.5.1 Pada penelitian sebelumnya intervensi menggunakan satu intervensi untuk dilakukan perlakuan. Berbeda dengan penelitian ini yang mengambil 2 intervensi yang dikombinasikan untuk dilakukan. Terapi tersebut merupakan terapi yoga dan musik klasik.
- 1.5.2 Lokasi penelitian yang digunakan tidak sama dengan lokasi penelitian sebelumnya. Penelitian ini dilakukan di wilayah Puskesmas Kahuripan.
- 1.5.3 Dalam intervensi sebelumnya, yoga dilakukan dalam 15-20 menit dan 30-43 menit. Dalam penelitian ini, dua kelompok dipilih untuk diberikan perlakuan. Untuk kelompok intervensi menerima terapi kombinasi yoga dan musik klasik selama 20 menit selama 5x pertemuan yaitu hari ke 2, ke 5, ke 8, ke 11. Untuk kelompok kontrol menerima edukasi sesuai dengan program puskesmas. Semua ini dilakukan dengan cara *door to door* selama 2 minggu.