



SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* DAN TERAPI
RELAKSASI MUSIK UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS KAHURIPAN**

IKHA SOLIKHA TUZZAHRO

P2.06.20.5.22.016

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
TASIKMALAYA**

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026



SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* DAN TERAPI
RELAKSASI MUSIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KAHURIPAN**

IKHA SOLIKHA TUZZAHRO

P2.06.20.5.22.016

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan Judul “Pengaruh Kombinasi *Art Therapy* dan Terapi Relaksasi Musik untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan”. Dalam penyusunan Skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep, Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa, Kepala Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep, Ners, M.Kep, Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners.
4. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB. Pembimbing 1 yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran dan telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ns. Novi Indriani, SST, M.Tr.Kep. Pembimbing 2 yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran dan telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga selama penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh staff pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
7. Teruntuk ibuku, terimakasih sudah menjadi pendengar setia mencurahkan keluh kesah, selalu memberikan dukungan baik berupa fisik, mental, spiritual, dan finansial serta senantiasa selalu mendoakan penulis.
8. Teruntuk sahabatku cila marcella, cindy aulia dan sahabat sekaligus teman seperjuangan, Yuki Ichirawati dan Asty Meylanie Rahmi Putri yang selalu ada, saling mendukung, berbagi cerita, dan memberikan semangat di setiap tahap perjalanan ini.

9. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengatasi berbagai tekanan yang datang dan tidak pernah memilih untuk menyerah, meskipun proses penyusunan skripsi ini tidaklah mudah. Dengan menyelesaikannya dengan sebaik-baiknya, ini adalah pencapaian yang patut untuk dibanggakan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan. Hal ini tidak terlepas dari keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, serta literatur yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif dari semua pihak. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan dapat menjadi amal soleh dan ibadah yang diterima oleh Allah SWT, serta mendapat balasan yang lebih baik dari-Nya.

Tasikmalaya, 3 juni 2026
Penulis,



Ikha Solikha Tuzzahro
P2.06.20.5.22.016

**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* DAN TERAPI RELAKSASI MUSIK
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAHURIPAN**

ABSTRAK

Ikha Solikha Tuzzahro¹, Ida Rosdiana², Novi Indriani³

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Tasikmalaya

Poltekkes kemenkes Tasikmalaya

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di masyarakat karena dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak terkontrol dengan baik. Selain terapi farmakologis, diperlukan terapi nonfarmakologis yang dapat membantu mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah kombinasi *art therapy* dan terapi relaksasi musik. *Art therapy* membantu mengekspresikan emosi, mengurangi stres, dan menciptakan perasaan rileks melalui aktivitas menggambar dan mewarnai, sedangkan terapi relaksasi musik memberikan efek menenangkan yang dapat membantu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi *art therapy* dan terapi relaksasi musik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kahuripan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *desain quasi-experimental* dan pendekatan *one group pre-test and post-test design without control group*. Sampel penelitian berjumlah 22 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sesudah intervensi menurun menjadi 143,41 mmHg dan tekanan darah diastolik menurun menjadi 89,64 mmHg. Hasil uji paired t-test menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi, baik pada tekanan darah sistolik ($p=0,000$) maupun tekanan darah diastolik ($p=0,000$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kombinasi *art therapy* dan terapi relaksasi musik berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Kesimpulan penelitian ini adalah kombinasi *art therapy* dan terapi relaksasi musik berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: *art therapy*; terapi relaksasi musik; hipertensi; tekanan darah; terapi nonfarmakologis.

**THE EFFECT OF THE COMBINATION OF ART THERAPY AND MUSIC
RELAXATION THERAPY ON LOWERING BLOOD PRESSURE OF
HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE WORK AREA OF THE KAHURIPAN
HEALTH CENTER**

ABSTRACT

Ikha Solikha Tuzzahro¹, Ida Rosdiana², Novi Indriani³

Applied Bachelor Study Program in Nursing and Professional Education of Nurses
Poltekkes, Ministry of Health, Tasikmalaya

Hypertension is one of the non-communicable diseases that is a major health problem in the community because it can cause various complications if not controlled properly. In addition to pharmacological therapy, non-pharmacological therapies are needed that can help control blood pressure in hypertensive patients. One of the nonpharmacological interventions that can be given is a combination of art therapy and music relaxation therapy. Art therapy helps to express emotions, reduce stress, and create a feeling of relaxation through drawing and coloring activities, while music relaxation therapy provides a calming effect that can help lower the activity of the sympathetic nervous system thereby contributing to a decrease in blood pressure. This study aims to determine the effect of the combination of art therapy and music relaxation therapy on reducing blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Kahuripan Health Center. This study uses a quantitative method with a quasi-experimental design and a one group pre-test and post-test design without control group approach. The research sample amounted to 22 respondents who were selected using the purposive sampling technique. Data analysis was conducted using a paired t-test. The results showed that the average systolic blood pressure after the intervention decreased to 143.41 mmHg and diastolic blood pressure decreased to 89.64 mmHg. The results of the paired t-test showed that there was a significant difference between blood pressure before and after the intervention, both in systolic blood pressure ($p=0.000$) and diastolic blood pressure ($p=0.000$). The results of this study show that the combination of art therapy and music relaxation therapy has an effect on reducing blood pressure in hypertensive patients. The conclusion of this study is that the combination of art therapy and music relaxation therapy has an effect on reducing systolic and diastolic blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: art therapy; music relaxation therapy; hypertension; blood pressure; nonpharmacological therapy.

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL BELAKANG	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS (KEASLIAN)	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR ARTI, SINGKATAN DAN ISTILAH	xvi
BAB I PENDAHULUAN	17
A. Latar Belakang	17
B. Rumusan Masalah	21
C. Tujuan Penelitian	22
D. Manfaat Penelitian	23
E. Keaslian Penelitian.....	24
BAB II KAJIAN TEORI	30
A. Konsep Hipertensi.....	30
1. Pengertian Hipertensi	30
2. Etiologi Hipertensi	30
3. Klasifikasi Hipertensi	32
4. Faktor Risiko Hipertensi.....	34
5. Tanda dan Gejala.....	36
6. Patofisiologi Hipertensi	37

7.	Komplikasi Hipertensi.....	39
8.	Penatalaksanaan Hipertensi	40
B.	Konsep Art Therapy	41
1.	Pengertian <i>Art Therapy</i>	41
2.	Mekanisme <i>Art Therapy</i> terhadap Tekanan Darah.....	42
3.	Manfaat Art Therapy	44
4.	Kegiatan <i>art therapy</i>	45
C.	Konsep Terapi Musik	47
1.	Pengertian Relaksasi Terapi Musik	47
2.	Mekanisme Terapi Musik terhadap Tekanan Darah.....	47
3.	Jenis Terapi Musik	49
D.	Standar Operasional Prosedur	55
E.	Kerangka Teori	57
F.	Kerangka Konsep.....	58
G.	Hipotesis.....	58
BAB III METODE PENELITIAN.....		60
A.	Desain Penelitian	60
B.	Populasi Sampel dan Sampling	60
1.	Populasi	60
2.	Sampel	61
3.	Sampling.....	62
C.	Variabel Penelitian	63
1.	Variabel Independen.....	64
2.	Variabel Dependen	64
D.	Definisi Operasional	64
E.	Tempat Penelitian.....	66
F.	Waktu Penelitian	67
G.	Instrument Penelitian	67
H.	Prosedur Pengumpulan Data	69
I.	Analisa Data	72
J.	Etika Penelitian.....	74

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	77
A. Hasil Penelitian	77
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	77
2. Karakteristik Responden	77
3. Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Pasien Hipertensi Sebelum Diberikan Intervensi Kombinasi <i>Art Therapy</i> dan Terapi Relaksasi Musik ...	80
4. Rata-rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Diberikan Intervensi Kombinasi <i>Art Therapy</i> dan Terapi Relaksasi Musik.....	80
5. Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Kombinasi <i>Art Therapy</i> dan Terapi Relaksasi Musik.....	81
6. Perbedaan Tekanan Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Kombinasi <i>Art Therapy</i> dan Terapi Relaksasi Musik.....	81
B. Pembahasan	82
1. Interpretasi Hasil.....	82
C. Keterbatasan Penelitian	105
D. Implikasi Untuk Keperawatan	106
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	108
A. Kesimpulan.....	108
B. Saran.....	109
DAFTAR PUSTAKA	111
LAMPIRAN.....	123

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	24
Tabel 2 Klasifikasi Hipertensi.....	32
Tabel 3 Standart Operasional Prosedur.....	55
Tabel 4 Desain Penelitian.....	60
Tabel 5 Definisi Operasional.....	64
Tabel 6 Hasil Uji Normalitas.....	74
Tabel 7 Distribusi Responden berdasarkan karakteristik responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.....	78
Tabel 8 Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Kombinasi art Therapy dan Terapi Relaksasi Musik	80
Tabel 9 Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Sesudah Diberikan Intervensi Kombinasi art Therapy dan Terapi Relaksasi Musik	80
Tabel 10 Perbedaan Tekanan Darah Sistolik sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Kombinasi art Therapy dan Terapi Relaksasi Musik	81
Tabel 11 Perbedaan Tekanan Darah Diastolik sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Kombinasi art Therapy dan Terapi Relaksasi Musik	81

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	57
Bagan 2.2 kerangka konsep	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Halaman Bebas Plagiasi.....	123
Lampiran 2 Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10).....	124
Lampiran 3 Lembar Observasi.....	126
Lampiran 4 Surat izin studi pendahuluan Dinkes KotaTasikmalaya.....	127
Lampiran 5 surat izin studi pendahuluan Puskesmas Kahuripan.....	128
Lampiran 6 Dokumentasi studi pendahuluan dengan kader Cikalang.....	129
Lampiran 7 Lembar karakteristik responden.....	130
Lampiran 8 Penjelasan untuk mengikuti penelitian (PSSP).....	131
Lampiran 9 Permohonan menjadi responden.....	132
Lampiran 10 Surat persetujuan responden (informed consent).....	133
Lampiran 11 Standar Operasional Prosedur Art Therapy dengan Terapi Relaksasi Musik.....	134
Lampiran 12 Lembar bimbingan proposal skripsi.....	136
Lampiran 13 Surat Permohonan Kaji Etik.....	137
Lampiran 14 Surat Pernyataan Layak Etik.....	138
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian.....	139
Lampiran 16 Surat Persetujuan Kesiediaan Menjadi Responden.....	140
Lampiran 17 Lembar Karakteristik Responden yang sudah diisi sebelum intervensi.....	142
Lampiran 18 Lembar Kuesioner Tingkat Stres Penelitian Sebelum Intervensi.....	144
Lampiran 19 Dokumentasi Responden.....	146
Lampiran 20 Lembar Hail Karya Gambar Responden.....	150
Lampiran 21 Hail Pengolahan Data.....	152
Lampiran 22 Lembar Bimbingan Skripsi.....	156
Lampiran 23 Daftar Riwayat Hidup.....	158