



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENGARUH KOMBINASI TERAPI MUSIK KLASIK DAN
EXPRESSIVE WRITING TERHADAP SKOR KECEMASAN
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

**SELVIA DEWI
NIM.P2.06.20.6.250.35**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENGARUH KOMBINASI TERAPI MUSIK KLASIK DAN
EXPRESSIVE WRITING TERHADAP SKOR KECEMASAN
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

**SELVIA DEWI
NIM.P2.06.20.6.250.35**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, Juni 2026

Pengaruh Kombinasi Terapi Musik Klasik dan *Expressive writing* terhadap Skor Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya

Selvia Dewi, Ridwan Kustiawan

INTISARI

Latar belakang: Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disertai masalah psikologis berupa kecemasan akibat kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan, pengobatan jangka panjang, dan risiko komplikasi. Kecemasan yang tidak teratasi dapat memperburuk kondisi fisik serta kualitas hidup penderita. Landasan teori penelitian meliputi konsep dasar hipertensi yang mencakup pengertian, etiologi, faktor risiko, patofisiologi, manifestasi klinis, komplikasi, pemeriksaan penunjang, dan penatalaksanaan. Selain itu, dibahas konsep dasar kecemasan yang meliputi definisi, etiologi berdasarkan teori psikoanalitik, interpersonal, dan perilaku, tanda dan gejala, tingkat kecemasan, faktor risiko, komplikasi, prognosis, pengukuran menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), serta penatalaksanaan farmakologis dan nonfarmakologis. Penelitian ini juga menguraikan konsep terapi musik klasik dan *expressive writing* sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi. **Tujuan:** Memberikan gambaran asuhan keperawatan serta penerapan kombinasi terapi musik klasik dan *expressive writing* terhadap penurunan kecemasan pada pasien hipertensi. **Metode:** Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua pasien hipertensi yang mengalami ansietas melalui proses asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi kombinasi terapi musik klasik dan *expressive writing* diberikan selama empat hari, sedangkan tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen HARS. **Hasil:** Setelah intervensi, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada kedua pasien. Skor HARS pasien 1 (Ny. N) menurun dari 21 menjadi 7 (66,7%), sedangkan pasien 2 (Ny. Y) menurun dari 22 menjadi 9 (59,1%). Kedua pasien mengalami perubahan kategori dari ansietas sedang menjadi ansietas ringan, disertai penurunan gejala berupa kekhawatiran berlebihan, ketegangan, gangguan tidur, dan kesulitan berkonsentrasi. **Kesimpulan:** Kombinasi terapi musik klasik dan *expressive writing* efektif membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi melalui mekanisme relaksasi fisiologis dan pengolahan emosi. Rekomendasi: Intervensi ini dapat dijadikan salah satu terapi keperawatan nonfarmakologis dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan.

Kata kunci: hipertensi, kecemasan, terapi musik klasik, *expressive writing*, HARS

**TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH
NURSING PROFESSIONAL EDUCATION STUDY PROGRAM**

Final Scientific Work of Nurse, June 2026

The Effect of Combined Classical Music Therapy and Expressive writing on Anxiety Scores among Patients with Hypertension in the Working Area of Tamansari Public Health Center, Tasikmalaya City

Selvia Dewi, Ridwan Kustiawan

ABSTRACT

Background: Hypertension is a chronic disease that is often accompanied by psychological problems in the form of anxiety due to concerns about health conditions, long-term treatment, and the risk of complications. Anxiety that is not properly managed can worsen physical conditions and reduce patients' quality of life. The theoretical basis of this study includes the basic concepts of hypertension, covering its definition, etiology, risk factors, pathophysiology, clinical manifestations, complications, diagnostic examinations, and management. In addition, the study discusses the basic concepts of anxiety, including its definition, etiology based on psychoanalytic, interpersonal, and behavioral theories, signs and symptoms, levels of anxiety, risk factors, complications, prognosis, measurement using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), as well as pharmacological and non-pharmacological management. This study also describes the concepts of classical music therapy and expressive writing as non-pharmacological nursing interventions to reduce anxiety in patients with hypertension. **Objective:** To describe nursing care and the implementation of a combination of classical music therapy and expressive writing to reduce anxiety in patients with hypertension. **Methods:** This study used a qualitative descriptive method with a case study approach involving two patients with hypertension who experienced anxiety, using the nursing care process, including assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The combination of classical music therapy and expressive writing was administered for four days, while anxiety levels were measured using the HARS instrument. **Results:** After the intervention, a decrease in anxiety levels was observed in both patients. The HARS score of patient 1 (Mrs. N) decreased from 21 to 7 (66.7%), while patient 2 (Mrs. Y) decreased from 22 to 9 (59.1%). Both patients showed a change in category from moderate anxiety to mild anxiety, accompanied by a reduction in symptoms such as excessive worry, tension, sleep disturbances, and difficulty concentrating. **Conclusion:** The combination of classical music therapy and expressive writing was effective in helping reduce anxiety levels in patients with hypertension through physiological relaxation and emotional processing mechanisms. **Recommendation:** This intervention can be considered as one of the non-pharmacological nursing therapies in providing nursing care to patients with hypertension who experience anxiety.

Keywords: hypertension, anxiety, classical music therapy, expressive writing, HARS.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis haturkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat, berkah, hidayah, dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Profesi Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, semangat, serta bimbingan yang sangat berarti. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep, Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
2. H. Ridwan Kustiawan, Ns., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya sekaligus Pembimbing I, yang telah meluangkan waktunya di tengah kesibukan untuk memberikan bimbingan, serta kritik dan saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners;
3. Ida Rosdiana, M.Kep., Ns.,Sp.kep.MB., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
4. Seluruh Staf Dosen Program Studi Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;

5. Teruntuk Bapak Aris dan Mamah Sumyati, terima kasih atas segala usaha, pengorbanan, kasih sayang, doa, serta dukungan yang telah diberikan selama ini. Terima kasih Bapak atas perjuangan dan kerja keras dalam memberikan pendidikan terbaik, serta terima kasih Mamah atas doa yang selalu dipanjatkan dalam setiap sholat. Dukungan moral maupun material dari Bapak dan Mamah menjadi motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini. Teruntuk abang Angga Arista, A.Md.Kep, kakak ipar Riska Haryani, A.Md.Kep, adik Rara Saputri, keponakan Almeer Faeyza Ramadha dan Barra Airlangga, serta seluruh keluarga besar, terima kasih atas perhatian, bantuan, doa, dan dukungan yang telah diberikan baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini;
6. Rekan-rekan sejawat dan semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini;
7. Terimakasih juga kepada Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya yang telah memberikan izin serta dukungan selama proses penelitian;

Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih memiliki kekurangan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk penyempurnaan karya ini. Penulis berharap segala bantuan yang diberikan mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT serta karya ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca.

Tasikmalaya, 17 Juni 2026



Selvia Dewi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORSINALITAS	ii
INTISARI	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN LITERATUR.....	9
A. Konsep Dasar Penyakit.....	9
B. Konsep Dasar Kecemasan	22
C. Konsep Intervensi Kasus	34
D. Konsep Asuhan Keperawatan.....	43
E. Kerangka Teori	53
BAB III GAMBARAN KASUS	54
A. Gambar Lokasi Penelitian.....	54
B. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2	55
C. Menggambarkan Pelaksanaan Kombinasi Terapi Musik Klasik dan <i>Expressive writing</i> terhadap Kecemasan pada Penderita Hipertensi.....	74
D. Menggambarkan Respon atau Perubahan Kecemasan pada Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Kombinasi Terapi Musik Klasik dan <i>Expressive writing</i>	75
BAB IV PEMBAHASAN.....	81
A. Gambaran Tahapan Pelaksanaan Proses Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Kecemasan	81
B. Gambaran Respon atau Perubahan pada Pasien Hipertensi yang Mengalami Kecemasan Setelah Dilakukan Kombinasi Terapi Musik Klasik dan <i>Expressive writing</i>	94
C. Analisa Kesenjangan pada Kedua Pasien Kecemasan Penderita Hipertensi Setelah Pemberian Kombinasi Terapi Musik Klasik dan <i>Expressive writing</i>	97
D. Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah	100

E. Implikasi Keperawatan	100
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	102
A. Kesimpulan	102
B. Saran	103
DAFTAR PUSTAKA	105
LAMPIRAN	110
BIODATA PENELITI	125

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut <i>European Society of Hypertension</i> (ESH) Tahun 2023	10
Tabel 2.2 Standar Operasional Prosedur	41
Tabel 2.3 Diagnosa Keperawatan	47
Tabel 2.4 Intervensi Keperawatan	49
Tabel 3.1 Karakteristik Responden	55
Tabel 3.2 Pengkajian Pasien	56
Tabel 3.3 Rumusan Diagnosa	60
Tabel 3.4 Intervensi Keperawatan	61
Tabel 3.5 Implementasi Keperawatan	62
Tabel 3.6 Evaluasi Keperawatan Keperawatan	70
Tabel 3.7 Pelaksanaan Tindakan Terapi Musik Klasik dan <i>Expressive writing</i>	74
Tabel 3.8 Penurunan Skor Kecemasan Berdasarkan HARS	76
Tabel 3.9 Instrumen HARS	76

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 <i>Web Of Causation</i>	21
Bagan 2. 2 Tingkat Kecemasan.....	24
Bagan 2.3 Kerangka Teori.....	53
Bagan 2.4 Pohon Masalah.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 3 Format Bimbingan KIAN
- Lampiran 4 Waktu Penelitian
- Lampiran 5 Penjelasan Tentang Penelitian
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 7 Lembar Kuesioner Kecemasan
- Lampiran 8 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 9 Media Terapi Expressive writing
- Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian Pada Tahap Pelaksanaan
- Lampiran 11 Hasil Uji Similarity
- Lampiran 12 Riwayat Hidup

DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN

Ansietas	: Kondisi emosional berupa perasaan khawatir, takut, atau tidak nyaman akibat persepsi terhadap ancaman tertentu.
<i>Expressive writing</i>	: Teknik menulis yang digunakan untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman emosional secara bebas.
Farmakologi	: Penggunaan obat-obatan untuk mengatasi masalah kesehatan, termasuk kecemasan.
GABA	: <i>Gamma-Aminobutyric Acid</i> (Asam gamma-aminobutirat).
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
Hipertensi	Kondisi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg secara persisten.
<i>Informed Consent</i>	: Persetujuan yang diberikan oleh responden setelah memahami tujuan dan prosedur penelitian.
Koping	: Upaya individu dalam mengatasi stres, masalah, atau tekanan yang dihadapi.
Mozart	: Komposer musik klasik yang karyanya banyak digunakan sebagai terapi relaksasi.
Non-Farmakologi	: Pendekatan terapi yang tidak melibatkan obat-obatan, seperti terapi musik atau menulis ekspresif.
Patofisiologi	: Studi tentang perubahan fungsi tubuh yang terjadi akibat penyakit atau kondisi tertentu.
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
RI	: Republik Indonesia.
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia.
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia.
SKI	: Survei Kesehatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia.
SOP	: Standar Operasional Prosedur

UPTD : Unit Pelaksana Teknis Daerah.

WHO : *World Health Organization* (Organisasi Kesehatan Dunia).

WOC : *Web of Causation*