



NADA SAPE' DAN TEKANAN DARAH: HARMONI MUSIK TRADISIONAL DAYAK BAKATI DALAM MENGONTROL HIPERTENSI PADA LANSIA

Supriono, Ditha Astuti Purnamawati*, Usman, Kharisma Pratama

Program Studi Ners, Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat, Kubu Raya, Kalimantan Barat

*Email: ditha@itekesmukalbar.ac.id

ABSTRACT

Background: Traditional Sape' music, a distinctive instrument of the Dayak community, is known for its relaxing effects and potential to reduce blood pressure. Elderly individuals with hypertension often experience elevated blood pressure due to stress and anxiety. Non-pharmacological interventions such as music therapy can serve as an alternative approach to naturally stabilize blood pressure. **Objective:** To determine the effect of traditional Sape' music on the blood pressure of hypertensive elderly Dayak Bakati individuals in the working area of Seluas Health Center. **Methods:** This study employed a pre-experimental design with a one group pretest-posttest approach. Samples were selected using purposive sampling among hypertensive Dayak Bakati elders. The intervention involved listening to traditional Sape' music for a specific duration. Blood pressure was measured before and after the intervention using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed using the Paired Sample t-test with a significance level of $p < 0.05$. **Results:** There was a significant reduction in both systolic and diastolic blood pressure after exposure to Sape' music ($p < 0.05$). **Conclusion:** Traditional Sape' music effectively reduces blood pressure in hypertensive elderly Dayak Bakati individuals. This culturally rooted music therapy can serve as a complementary non-pharmacological approach in hypertension management.

Keywords: Traditional music, Sape', blood pressure, elderly, hypertension

ABSTRAK

Latar Belakang: Musik tradisional Sape' merupakan alat musik khas masyarakat Dayak yang memiliki efek relaksasi dan dapat membantu menurunkan tekanan darah. Lansia dengan hipertensi sering mengalami peningkatan tekanan darah akibat stres dan kecemasan. Intervensi nonfarmakologis seperti terapi musik dapat menjadi alternatif untuk membantu menstabilkan tekanan darah secara alami. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh musik tradisional Sape' terhadap tekanan darah lansia Dayak Bakati dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Seluas. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian dipilih secara purposive sampling pada lansia Dayak Bakati penderita hipertensi. Intervensi berupa pemutaran musik tradisional Sape' selama periode tertentu. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan sphygmomanometer digital. Analisis data menggunakan uji Paired Sample t-test dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. **Hasil:** Hasil menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik setelah mendengarkan musik tradisional Sape' ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Musik tradisional Sape' terbukti efektif menurunkan tekanan darah pada lansia Dayak Bakati dengan hipertensi. Terapi musik ini dapat digunakan sebagai pendekatan nonfarmakologis berbasis budaya lokal dalam penatalaksanaan hipertensi.

Kata kunci: Musik tradisional, Sape', tekanan darah, lansia, hipertensi

PENDAHULUAN

Peningkatan usia pada lanjut usia (lansia) menyebabkan penurunan fungsi reseptor dan elastisitas pembuluh darah, yang berdampak pada peningkatan tekanan darah (LeMone, Burke, & Bauldoff, 2018). Hipertensi yang berlangsung kronis dapat merusak pembuluh darah pada organ vital seperti jantung, otak, dan ginjal sehingga berisiko menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, hingga gagal ginjal apabila tidak ditangani dengan baik (Smeltzer & Bare, 2017). Dengan bertambahnya jumlah populasi lansia, maka timbul pula tantangan di bidang kesehatan, sosial, dan ekonomi yang memerlukan strategi kebijakan agar lansia menjadi sumber daya potensial dalam pembangunan (Maylasari et al., 2019).

Secara global, dua pertiga penderita hipertensi berada di negara berkembang berpenghasilan rendah hingga menengah (WHO, 2013). WHO (2019) melaporkan bahwa satu dari empat laki-laki dan satu dari lima perempuan mengalami hipertensi, dengan prevalensi global sekitar 22%. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk berusia >18 tahun mencapai 34,11% (Risikesdas, 2018), meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 (Kemenkes RI, 2021). Di Provinsi Kalimantan Barat tercatat 17.940 penduduk menderita hipertensi, termasuk 2.383 di Kota Pontianak. Di Kabupaten Bengkayang terdapat 23.322 lansia, dengan 1.020 di antaranya berada di wilayah kerja Puskesmas Seluas (Profil Puskesmas Seluas, 2022).

Hipertensi pada lansia didefinisikan sebagai tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg (NOC, 2015). Sebagian besar kasus hipertensi bersifat idiopatik dan asimtomatik, sehingga pemeriksaan tekanan darah rutin sangat penting untuk deteksi dini (Sari & Rekawati, 2019). Selain terapi farmakologis, intervensi nonfarmakologis seperti terapi musik dapat membantu menurunkan tekanan darah secara alami (Purnomo et al., 2020).

Tekanan darah yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan komplikasi seperti gangguan otak, jantung, mata, dan ginjal.

Upaya penanganan hipertensi mencakup pengaturan berat badan, pembatasan garam, olahraga teratur, berhenti merokok, dan terapi komplementer seperti terapi musik (Prawesti, 2015). Namun, penggunaan obat antihipertensi sering menimbulkan efek samping seperti rasa lemas, gangguan tidur, dan ketergantungan (Marti et al., 2020), sehingga pendekatan nonfarmakologis menjadi penting.

Terapi musik bekerja melalui sistem saraf pendengaran yang menstimulasi sistem limbik di otak, menghasilkan efek relaksasi tanpa memerlukan fungsi kognitif yang kompleks (Setyoadi & Kushariadi, 2015). Musik tradisional di Indonesia memiliki peran penting dalam budaya masyarakat dan dapat dijadikan alternatif terapi. Salah satunya adalah musik tradisional *Sape'*, alat musik petik khas suku Dayak, khususnya Dayak Kayaan, Kenyah, dan Iban. Musik ini memiliki nilai spiritual dan digunakan dalam berbagai ritual seperti penyembuhan (*Dayung*), tarian adat, dan upacara keagamaan (Neni, 2015; Andri, 2014).

Hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Seluas menunjukkan terdapat 113 penderita hipertensi. Namun, sebagian besar tidak rutin menjalani pengobatan karena keterbatasan jarak, akses transportasi, serta kejenuhan terhadap terapi obat yang berlangsung lama. Beberapa lansia mengaku merasakan ketenangan ketika mendengarkan musik tradisional, yang membantu mereka merasa rileks tanpa bergantung pada obat.

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh Musik Tradisional *Sape'* terhadap Tekanan Darah Lansia Dayak Bakati dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Seluas."

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*, yaitu melakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi musik tradisional *Sape'*. Desain ini memungkinkan peneliti membandingkan perubahan tekanan darah untuk mengetahui efek perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Seluas sebanyak 113 orang. Sampel penelitian ditentukan dengan rumus Slovin ($d=0,05$) dan diperoleh 87 responden, namun yang memenuhi kriteria inklusi dan berpartisipasi aktif sebanyak 64 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria inklusi: lansia suku Dayak Bakati penderita hipertensi yang bersedia menjadi responden, sedangkan eksklusi meliputi lansia dengan penyakit kronis lain, gangguan pendengaran, konsumsi alkohol, atau sedang menjalani terapi obat antihipertensi. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Seluas pada tanggal 10 Agustus – 2 Oktober 2023.

Intervensi dilakukan dengan memperdengarkan musik tradisional *Sape'* berdurasi 10–15 menit menggunakan headset dengan volume 60–70 desibel. Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan sphygmomanometer dan stetoskop, dicatat dalam lembar observasi pre dan post intervensi.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, dan bivariat menggunakan uji *t* berpasangan (*paired t-test*) guna mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. Analisis menggunakan SPSS dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden ($n=64$)

Variabel	<i>f</i>	%
Umur		
60 - 65 tahun	36	56,3
66 - 70 tahun	16	25,0
> 70 tahun	12	18,8
Jenis Kelamin		
Laki-laki	31	48,4
Perempuan	33	51,6
Pendidikan		
SD	44	68,8
SMP	9	14,1
SMA	9	14,1
Perguruan Tinggi	2	3,1
Pekerjaan		
Wiraswasta	8	12,5
Petani	25	39,1
Ibu rumah tangga	31	48,4
Total	64	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 60–65 tahun (56,3%), dengan jenis kelamin relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan. Sebagian besar berpendidikan Sekolah Dasar (68,8%) dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (48,4%). Hal ini menunjukkan bahwa responden umumnya merupakan lansia awal dengan tingkat pendidikan rendah dan aktivitas ekonomi sederhana.

Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Tradisional *Sape'*

Tabel 2 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Tradisional *Sape'*

Tekanan Darah	Mean	Max-min	SD
TD Pre sistolik	155	180	11,718
TD Post sistolik	148	130	8,726
TD Pre diastolik	97	110	6,889
TD Post diastolik	89	70	6,884

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik lansia sebelum terapi musik tradisional *Sape'* adalah 155 mmHg dan menurun menjadi 148 mmHg setelah terapi. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik turun dari 97 mmHg menjadi 89 mmHg. Nilai standar deviasi (SD) juga menurun baik pada sistolik (11,718 → 8,726) maupun diastolik (6,889 → 6,884), menandakan variasi hasil pengukuran lebih kecil setelah terapi. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada lansia setelah diberikan intervensi musik tradisional *Sape'*, yang mengindikasikan efek relaksasi dan potensi manfaat terapi terhadap pengendalian hipertensi.

Uji Statistik Sebelum Dan Sesudah Intervensi Musik Tradisional *Sape'*

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Paired Samples Test, diperoleh perbedaan yang signifikan antara nilai tekanan darah sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) intervensi pada kedua variabel, yaitu tekanan darah sistolik dan diastolik.

Hasil pengujian menunjukkan bahwa rata-rata selisih antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi adalah 12,266 mmHg dengan simpangan baku 8,210

Tabel 3 Paired sample Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pretest_sistolik - Posttest_sistolik	12,266	8,210	1,026	10,215	14,316	11,952	63	,000
Pretes diastolik - Posttest diastolik	10,078	5,598	,700	8,680	11,477	14,401	63	,000

dan *standard error mean* 1,026. Nilai *t hitung* sebesar 11,952 dengan derajat kebebasan (df) 63 dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi lansia berada pada rentang usia 60–65 tahun sebanyak 36 responden (56,3%), dan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 33 responden (51,6%).

Menurut Ardiansyah (2012), tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Pada usia lanjut, elastisitas arteri menurun karena dinding pembuluh darah mengeras dan kemampuan berkontraksi melemah, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah, terutama tekanan sistolik. Selain itu, tekanan darah pada perempuan umumnya lebih rendah dibandingkan laki-laki sebelum menopause, namun setelah menopause tekanan darah perempuan cenderung meningkat akibat penurunan kadar estrogen.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Dedi Supriadi (2015) yang menyatakan bahwa perempuan lebih berisiko mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki. Hal tersebut disebabkan oleh perubahan hormonal pascamenopause yang menurunkan kadar estrogen, sehingga memicu peningkatan tekanan darah. Eni Nuraini (2019) juga melaporkan hasil serupa dalam penelitiannya berjudul *"Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Berisiko dengan Kejadian Hipertensi di Klinik X Kota Tangerang"*, yang

menemukan bahwa faktor usia memiliki hubungan paling dominan terhadap kejadian hipertensi ($p=0,000$; $OR=8,431$).

Penelitian Piriani (2019) yang berjudul *"Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Pesisir"* juga menunjukkan bahwa lansia perempuan memiliki risiko 28,3 kali lebih besar mengalami hipertensi dibandingkan lansia laki-laki.

Berdasarkan karakteristik pendidikan dan pekerjaan, diketahui bahwa sebagian besar responden berpendidikan sekolah dasar sebanyak 44 responden (68,8%), dan sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 31 responden (48,4%). Hasil ini didukung oleh penelitian Yofita dkk. (2019) di Puskesmas Palaran, yang menunjukkan adanya hubungan antara tingkat ekonomi dan jenis pekerjaan dengan kejadian hipertensi.

Temuan ini juga konsisten dengan penelitian Kurniawati dkk. (2022) di Puskesmas Cilacap Selatan, yang menyimpulkan bahwa tingkat pendidikan memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi. Lansia dengan pendidikan rendah cenderung sulit mengakses informasi kesehatan, termasuk pencegahan dan penanganan hipertensi. Penelitian Maryam Suaib dkk. (2019) juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan kejadian hipertensi pada lansia ($p=0,002$), di mana pengetahuan yang baik berpengaruh terhadap kepatuhan pengobatan.

Tekanan Darah Sebelum Terapi Musik Tradisional Sape'

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi musik tradisional Sape', rata-rata tekanan darah sistolik responden adalah 155 mmHg, sedangkan

rata-rata tekanan darah diastolik adalah 89 mmHg.

Hasil ini sejalan dengan penelitian I Wayan Ariyanta dkk. (2017) di Puskesmas Lansot, Manado, yang menggunakan terapi musik tradisional Minahasa. Pada penelitian tersebut, rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi adalah 179,5 mmHg (rentang 140–209 mmHg), sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik adalah 99,5 mmHg (rentang 80–119 mmHg). Peneliti menjelaskan bahwa tekanan darah yang masih tinggi disebabkan karena terapi musik belum diberikan pada tahap tersebut, sehingga belum terjadi perubahan tekanan darah yang signifikan.

Tekanan Darah Sesudah Terapi Musik Tradisional Sape'

Setelah dilakukan terapi musik tradisional Sape', didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik 148 mmHg dengan standar deviasi 8,726, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik adalah 89 mmHg dengan standar deviasi 6,884.

Menurut American Music Therapy Association (Kühlmann et al., 2016), terapi musik merupakan penggunaan intervensi musik klinis berbasis bukti oleh tenaga profesional untuk mencapai tujuan terapeutik tertentu. Crowe (dalam Djohan, 2005; Primadita, 2011) menjelaskan bahwa musik dan ritme dapat memberikan efek penyembuhan, di antaranya meningkatkan produksi endorfin dan *salivary immunoglobulin A (S-IgA)*, yang berfungsi mempercepat penyembuhan, menurunkan risiko infeksi, dan menstabilkan tekanan jantung (Liang, 2016).

Penelitian ini juga konsisten dengan hasil penelitian Nur Kholifah dkk. (2021) di Panti Wredha Budi Dharma, yang menemukan bahwa terapi musik instrumental menurunkan rata-rata tekanan darah sistolik menjadi 148,5 mmHg dan diastolik menjadi 90,2 mmHg. Berdasarkan teori dan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terapi musik tradisional Sape' memberikan efek relaksasi dan ketenangan yang berkontribusi

terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

Pengaruh Terapi Musik Tradisional Sape'

Hasil uji statistik menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah terapi musik tradisional Sape'. Nilai maksimal tekanan darah sistolik sebelum terapi adalah 180 mmHg, dan minimal sesudah terapi 130 mmHg dengan rata-rata 155 mmHg. Sedangkan tekanan darah diastolik memiliki nilai maksimal sebelum terapi 130 mmHg dan minimal sesudah terapi 70 mmHg dengan rata-rata 95 mmHg. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan terapi musik tradisional Sape' terhadap penurunan tekanan darah pada lansia Dayak Bekati.

Penelitian ini mendukung temuan Ade Lastia Tangahu dkk. (2015) yang menunjukkan bahwa musik klasik dapat menurunkan tekanan darah, detak jantung, dan laju pernapasan secara signifikan, serta meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Edi Purnomo dkk. (2018), yang membuktikan bahwa terapi musik instrumental berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah (p -value sistolik 0,001; diastolik 0,023).

Penelitian Dedi Supriadi (2015) juga menunjukkan hasil serupa, di mana terapi musik tradisional kecapi suling Sunda menurunkan tekanan darah sistolik ($p=0,0001$) dan diastolik ($p=0,001$) secara signifikan.

Secara teori, menurut Niu, Perez, & Katz (2016), aktivitas mendengarkan musik atau bernyanyi dapat menurunkan stres dan tekanan darah. Musik tradisional sebagai terapi nonfarmakologis mampu membantu menurunkan tekanan darah dengan menciptakan ketenangan emosional dan fisiologis. Hal ini diperkuat oleh penelitian Diyono (2015), yang melaporkan bahwa terapi musik menurunkan tekanan darah secara signifikan ($p=0,000$) pada penderita hipertensi di Desa Taraman, Sragen.

Penelitian Aridayanti dkk. (2020) tentang terapi musik langgam Jawa juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah signifikan

($p < 0,05$) pada durasi 15 dan 30 menit terapi. Fitriani (2020) melaporkan hasil serupa, di mana terjadi perbedaan signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi musik klasik ($p = 0,000$).

Berdasarkan hasil penelitian ini dan berbagai temuan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terapi musik tradisional Sape' berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia Dayak Bekati dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Seluas ($p\text{-value} < 0,05$). Dengan demikian, terapi musik tradisional Sape' dapat direkomendasikan sebagai alternatif intervensi nonfarmakologis untuk membantu mengontrol tekanan darah pada lansia hipertensi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik tradisional Sape' memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia Dayak Bekati dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Seluas. Sebelum dilakukan terapi, rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik responden masing-masing adalah 155 mmHg dan 89 mmHg. Setelah diberikan terapi musik tradisional Sape', terjadi penurunan rata-rata tekanan darah sistolik menjadi 148 mmHg dan diastolik menjadi 89 mmHg, dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$ yang menunjukkan perbedaan bermakna secara statistik.

Penurunan tekanan darah tersebut menunjukkan bahwa musik tradisional Sape' mampu memberikan efek relaksasi dan ketenangan emosional yang menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga resistensi perifer dan tekanan darah menurun. Efek ini sejalan dengan teori fisiologis bahwa musik dapat menstimulasi sistem limbik dan hipotalamus untuk meningkatkan pelepasan hormon endorfin dan menurunkan sekresi hormon stres seperti adrenalin dan kortisol.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar tenaga kesehatan di Puskesmas Seluas, khususnya perawat

komunitas, dapat menggunakan terapi musik tradisional Sape' sebagai intervensi nonfarmakologis dalam pengendalian tekanan darah pada lansia hipertensi. Terapi ini dapat diterapkan dalam kegiatan posyandu atau senam lansia karena terbukti memberikan efek relaksasi dan menurunkan tekanan darah secara signifikan.

Bagi **lansia dan keluarga**, terapi musik Sape' dapat dilakukan secara mandiri di rumah selama 15–30 menit setiap hari untuk membantu menurunkan stres dan menjaga kestabilan tekanan darah.

Selain itu, institusi pendidikan keperawatan diharapkan menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi pembelajaran terkait intervensi berbasis budaya lokal dalam bidang keperawatan komunitas.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain eksperimen yang lebih kuat dan menambah variabel seperti tingkat stres, denyut nadi, atau kualitas tidur agar efektivitas terapi musik tradisional Sape' dapat dievaluasi lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Nurarif, H. K. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda NIC-NOC Edisi 3*. Jogjakarta: Mediacion Publishing.
- Ambarwati, D., & Rachmawati, D. (2016). *Pengaruh konsumsi kopi terhadap tekanan darah pada pekerja kantoran di Kota Semarang*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 14(2), 179-186.
- Andri WP, Moch. 2014. *Laporan Inventarisasi(tidak diterbitkan)*. Pontianak: Balai Pelestarian Nilai Budaya Wilayah Kalimantan.
- Artiyaningrum, B., & Azam, M. 2016. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin". *Public Health Perspective Journal*, 1(1)
- Baradero, M., Dayrit, M. W., & Siswandi, Y. (2013). *Klien gangguan ginjal: Seri asuhan keperawatan*. Jakarta: EGC

- Bernadeta Acu, Aloysius Mering, D. K. I., & Program. (2014). *Minat Kaum Muda Dayak Mualang Dalam Memainkan Alat Musik Tradisional Tebah Genang Manang Brani. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 1–10.
- Bulechek, G. M., Butcher, H. K., Dochterman, J. M., & Wagner, C. M. (2013). *Nursing Interventions Classification (NIC) (Sixth)*. United Kingdom: Elsevier.
- Chanda, M. L., & Levitin, D. J. (2013). *The neurochemistry of music. Trends in Cognitive Sciences*, 17(4), 179–193. <https://doi.org/10.1016/j.tics.20>
- Dian Prawesti, Novianto Erwin. (2015). "Analisis Efektivitas Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) di Puskesmas Kota Bandung", *Jurnal STIKES Volume 8*, No 1-10
- Eka, L., & Djaja, I. (2011). *Efek Musik terhadap Penurunan Stres pada Pasien yang Menjalani Kemoterapi*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14(2), 111-120.
- Franklin SS, Wong ND. *Hypertension and cardiovascular disease: contributions of the Framingham Heart Study*. *Glob Heart*.
- Haryanto, *Musik Suku Dayak, Edisi Revisi* (Yogyakarta: Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2021)
- Hoogendyk, F. W. D., Mering, A., & Muniir, A. (2019). "Assessing the quality of machine learning models for text generation: a survey and evaluation."
- Jazmarizal, Sastra Lenni, & Devi Yunita. (2015). *Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tengah Padang*
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Info Data dan Informasi: Hipertensi*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Klien Gangguan Kardiovaskular. Jakarta: EG
- Kühlmann, A. Y. R., Etnel, J. R. G., Roos-Hesselink, J. W., Jeekel, J., Bogers, A. J. J.C., & Takkenberg, J. J. M. (2016). Systematic review and meta-analysis of music interventions in hypertension treatment: A quest for answers. *BMC Cardiovascular Disorders*, 16(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12872-016-0244-0>
- LeMone, P., M.Burke, K., & Bauldoff, G. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Kardiovaskuler*. Jakarta: EGC.
- Liang, J., & Wang, Y. (2016). The effect of music therapy on salivary immunoglobulin A (sIgA) levels in patients with rheumatoid arthritis. *Chinese Journal of Integrative Medicine*, 22(1), 32-37.
- Marti, E., Estri, A. K., & Rahayu, M. H. (2020). The Effect Of Java Langgam Music Therapy As Adjuvant Therapy Towards Changes Blood Pressure In Hypertension Patients In Puskesmas Depok li Sleman Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 7(2), 86. [https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7\(2\).86-95](https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7(2).86-95)
- Maylasari, I., Rachmawati, Y., Wilson, H., Nugroho, S. W., Sulistyowati, N. P., & Dewi, F. W. R. (2019). *Statistik Penduduk Lanjut Usia. Jakarta*
- Neni Puji Nur Rahmawati. (2015). *Sape': Fungsi Dan Perkembangan Alat Musik Tradisional Suku Dayak Kayaan Di Kalimantan*. 6(2), 451–462.
- Niu, N. N., Perez, M. T. and Katz, J. N. (2016) 'Singing Intervention for Preoperative Hypertension Prior to Total Joint Replacement: A Case Report', 63(4). doi: 10.1002/acr.20406.
- Nugroho, P., & Santoso, A. (2013). *Stres psikologis dan hipertensi*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 206-212.
- Nurul Aini, Tanto Hariyanto, Vita Maryah Ardiyani (2017). *Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada*

Lansia Hipertensi Stadium 1 di Desa Donowarih Karangploso Malang

- Purnomo, E., Nur, A., Rahim, R., Sartika, Z., & Pulungan, A. (2020). The Effectiveness of Instrumental Music Therapy and Self-Hypnosis on Decreasing Blood Pressure Level among Hypertension Patients Article information. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(2), 214–223.<https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i2.317>
- Riduwan. (2013). Metode & Teknik Menyusun Proposal Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Riset Kesehatan Dasar 2013, *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*, Jakarta.
- Sape' Ting Dua' Suku Dayak Kayaan Mendalam (2015). *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(1), 1–7.
- Sarayar. (2013). *Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan pada pasien Pra-Hemodialisis di ruang Dahlia BLU RSUD.PROF.Dr.R.D. Kandou Manado*.
- Sari, N. L. P. D. Y., & Rekawati, E. (2019). The Effect of Traditional Music Therapy on Blood Pressure Among Elderly with Hypertension: A Literature Review. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 2(2), 55–65.<https://doi.org/10.35654/ijnhs.v2i2.103>
- Setiawan, D., & Wulandari, S. (2016). Pengaruh konsumsi alkohol terhadap kesehatan remaja di Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 167-174.
- Setyoadi & Kushariyadi. (2015). *Terapi Modalitas Keperawatan pada klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika
- Sitiativa, N. (2012). Metode Penelitian Kualitatif. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2017). *Keperawatan Medikal Bedah* (12th ed.). Jakarta: EGC.
- Sudjana, N. (2014). Metode Statistika. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. (2012). Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Supeno, Yoga dan Wijayanto, Ary Nugraha. *Aspek Sains dan Budaya Instrumen Cetik dalam Perspektif Etno Organologi Akustik*. Jurnal Ideas Vol. 7 No. 2 Mei 2021 Hal. 125-135. Ideas Publishing.
- Susilo, Y & Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: C.V Andi Offset. *Terapi musik menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi*.
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan keperawatan bagi Penderita Hipertensi secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- World Health Organization. (2019). *Hypertension*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>