

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SKRIPSI, AGUSTUS 2026**

**RINDIANA SAMTIA
Ns. JULI ANDRI., S.Kep., M.Kep**

**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI NAPAS DALAM DAN TERAPI
MUSIK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMERINDU**

xviii+ 83 halaman, 11 tabel, 14 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang perlu mendapat perhatian di Provinsi Bengkulu, termasuk di Kota Bengkulu. Kondisi tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai konsekuensi kesehatan, seperti penyakit kardiovaskular, stroke, gangguan fungsi ginjal, serta komplikasi lainnya. Selain penggunaan terapi farmakologis, pengendalian tekanan darah dapat didukung melalui pendekatan nonfarmakologis, salah satunya dengan memberikan intervensi berupa relaksasi napas dalam yang dipadukan dengan terapi musik.

Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu.

Pendekatan yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan one group pretest-posttest. Sebanyak 15 responden dilibatkan sebagai sampel melalui purposive sampling. Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan digital sphygmomanometer dan dicatat pada lembar observasi. Selanjutnya, data yang diperoleh dianalisis dengan Wilcoxon Signed Rank Test.

Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kelompok usia 37–52 tahun, yaitu 53,3%, sedangkan berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh perempuan sebesar 73,3%. Setelah memperoleh intervensi kombinasi, ditemukan adanya penurunan rata-rata tekanan darah sistolik maupun diastolik dibandingkan sebelum intervensi diberikan. Pengujian secara bivariat memperlihatkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), baik pada tekanan darah sistolik maupun diastolik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Berdasarkan temuan tersebut, Puskesmas Sukamerindu diharapkan dapat mempertimbangkan penggunaan kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik sebagai salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang dapat mendukung upaya pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Relaksasi Napas Dalam, Terapi Musik
Daftar Bacaan :59 (2017-2026)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BACHELOR OF NURSING PROGRAM
THESIS, AUGUST, 2026

RINDIANA SAMTIA
Ns. JULI ANDRI., S.Kep., M.Kep

**THE EFFECT OF THE COMBINATION OF DEEP BREATHING
RELAXATION AND MUSIC THERAPY ON BLOOD PRESSURE IN
HYPERTENSIVE PATIENTS AT THE SUKAMERINDU COMMUNITY
HEALTH CENTER WORKING AREA, BENGKULU CITY**

xviii+83 Pages, 11 Tables, 14 Appendices

ABSTRACT

Hypertension remains a major health concern in Bengkulu Province, including Bengkulu City. Poorly controlled blood pressure may contribute to the development of cardiovascular disease, stroke, impaired kidney function, and other related complications. In addition to pharmacological treatment, blood pressure management can be supported through non-pharmacological approaches, including deep breathing relaxation combined with music therapy.

This study aimed to examine the effect of combining deep breathing relaxation and music therapy on blood pressure among patients with hypertension in the working area of Sukamerindu Public Health Center, Bengkulu City.

A quantitative approach was employed using a one-group pretest-posttest design. The study involved 15 respondents selected through purposive sampling. Blood pressure measurements were obtained using a digital sphygmomanometer and recorded on observation sheets. The collected data were subsequently analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test.

The findings indicated that most respondents were 37–52 years old (53.3%) and predominantly female (73.3%). Following the intervention, the mean systolic and diastolic blood pressure values decreased compared with the measurements obtained before the intervention. Bivariate analysis demonstrated a statistically significant effect of the combined intervention on both systolic and diastolic blood pressure, with $p=0.001$ ($p<0.05$). These findings indicate that the combination of deep breathing relaxation and music therapy significantly influenced blood pressure reduction among patients with hypertension.

Based on these findings, Sukamerindu Public Health Center is encouraged to consider incorporating deep breathing relaxation combined with music therapy as a complementary non-pharmacological intervention to support blood pressure control in patients with hypertension

Keywords: Hypertension, Deep Breathing Relaxation, Music Therapy

References: 59 (2017-2026)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan gangguan kesehatan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara menetap, yaitu tekanan sistolik mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi tersebut menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya berbagai penyakit kardiovaskular, termasuk penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan stroke. Hipertensi kerap dikenal sebagai *silent killer* karena pada tahap awal sebagian besar penderita tidak merasakan keluhan yang khas. Keadaan tersebut menyebabkan banyak kasus baru diketahui setelah terjadi gangguan atau komplikasi yang lebih berat (Carey et al., 2023).

Berdasarkan laporan World Health Organization (2025), pada tahun 2024 diperkirakan terdapat sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun yang hidup dengan hipertensi, atau sekitar 33% dari keseluruhan populasi pada kelompok usia tersebut. Sebagian besar penderita, yakni sekitar dua pertiga, berada di negara dengan tingkat pendapatan rendah dan menengah. Permasalahan lainnya adalah masih tingginya jumlah penderita yang belum mengetahui kondisi kesehatannya. WHO memperkirakan sekitar 44% individu yang mengalami hipertensi belum menyadari bahwa dirinya memiliki kondisi tersebut (World Health Organization, 2025).

Secara regional, hipertensi masih menjadi persoalan kesehatan yang cukup menonjol di kawasan Asia Tenggara dan sejumlah negara berkembang. World Health Organization (2023) melaporkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk dewasa di kawasan tersebut berada pada kisaran 24,7% hingga 25%.

Meskipun demikian, besarnya prevalensi tidak menunjukkan angka yang sama pada setiap negara maupun wilayah. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik penduduk, pola kehidupan sehari-hari, kondisi sosial ekonomi, serta kemudahan masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan (World Health Organization, 2023).

Permasalahan hipertensi juga masih terlihat jelas di Indonesia. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan ringkasan informasi yang diterbitkan Kementerian Kesehatan, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah masih berada pada tingkat yang tinggi. Pada kelompok dewasa, prevalensinya tercatat sekitar 30–31%, bergantung pada kelompok usia dan indikator yang digunakan, yaitu ≥ 18 tahun atau ≥ 15 tahun. Sementara itu, proporsi individu yang telah mendapatkan diagnosis dari tenaga kesehatan berada di bawah angka tersebut. Perbedaan antara hasil pengukuran dan diagnosis tersebut mengindikasikan bahwa masih terdapat masyarakat dengan hipertensi yang belum teridentifikasi atau mengalami *under-diagnosis* (Kementerian Kesehatan, 2023).

Kondisi serupa ditemukan di Provinsi Bengkulu. Data Dinas Kesehatan tahun 2024 menempatkan Provinsi Bengkulu pada peringkat ke-26 secara nasional dengan prevalensi hipertensi sebesar 28,14%. Apabila dilihat berdasarkan kabupaten/kota, angka tersebut memperlihatkan variasi yang cukup besar. Kabupaten Bengkulu Utara tercatat memiliki prevalensi tertinggi sebesar 73,542%, kemudian Rejang Lebong sebesar 65,540%, sedangkan Kota Bengkulu mencapai 50,898%. Kabupaten/kota lainnya juga menunjukkan angka prevalensi yang berbeda-beda. Khusus Kota Bengkulu, prevalensi hipertensi

pada tahun 2024 tercatat sebesar 50,898%, dengan perbedaan jumlah kasus pada masing-masing wilayah kerja Puskesmas.

Tingginya angka kejadian tersebut turut tercermin pada jumlah penderita hipertensi di Kota Bengkulu. Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024 mencatat sebanyak 12.536 penderita hipertensi. Salah satu wilayah yang menunjukkan jumlah kasus cukup tinggi adalah wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu. Berdasarkan data Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu tahun 2025, terdapat 326 penderita hipertensi. Pada periode Oktober, November, dan Desember tercatat 120 penderita, yang terdiri atas 85 perempuan dan 35 laki-laki. Sementara itu, wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan menempati urutan berikutnya dengan sekitar 1.779 kasus pada tahun 2024. Wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa berada pada urutan ketiga dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 348 orang pada tahun yang sama (Dinkes, 2025).

Hipertensi yang tidak mendapatkan pengelolaan secara tepat berpotensi berkembang menjadi kondisi yang lebih serius. Penatalaksanaannya pada dasarnya dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Namun, penggunaan terapi obat dalam jangka panjang tetap memerlukan perhatian karena dapat berkaitan dengan efek samping dan permasalahan lain dalam proses pengobatan. Selain itu, pengendalian hipertensi belum sepenuhnya optimal apabila hanya mengandalkan terapi farmakologis (Muharni & Wardhani, 2020).

Keberhasilan pengobatan hipertensi juga sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat. Pada praktiknya, sebagian penderita tidak menjalankan terapi secara teratur karena berbagai alasan, antara lain rasa

obat yang tidak menyenangkan, merasa kondisi tubuh telah membaik, maupun kurangnya pemahaman mengenai konsekuensi apabila tekanan darah tidak dikendalikan. Ketidakpatuhan tersebut dapat menyebabkan tekanan darah tetap berada dalam kondisi tidak terkontrol dan dalam jangka panjang meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi, seperti penyakit kardiovaskular, aterosklerosis, gagal jantung, stroke, serta gagal ginjal. Bahkan, penderita yang menghentikan konsumsi obat memiliki kemungkinan lima kali lebih besar mengalami stroke (Siswanti, 2020).

Penggunaan intervensi nonfarmakologis menjadi salah satu alternatif yang dapat melengkapi penatalaksanaan hipertensi. Bukti mengenai manfaat kombinasi teknik relaksasi ditunjukkan dalam penelitian Pathan et al. (2023) yang melibatkan 64 responden. Penelitian tersebut menemukan bahwa kelompok yang memperoleh kombinasi latihan pernapasan lambat dan relaksasi otot progresif mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol maupun kelompok yang hanya memperoleh satu teknik. Pathan, Kumar, & Singh (2023) menyimpulkan bahwa penggabungan teknik relaksasi dapat memberikan manfaat dalam menurunkan tekanan darah, denyut jantung, dan tingkat kecemasan. Walaupun penelitian tersebut tidak menggunakan terapi musik, hasilnya memberikan dasar bahwa kombinasi beberapa pendekatan relaksasi dapat memberikan efek yang lebih baik dalam membantu pengendalian tekanan darah.

Temuan lain yang mendukung penggunaan pendekatan kombinasi diperoleh dari penelitian Hasina, Sari, & Wulandari (2024) terhadap 62 responden di Posyandu lansia Desa Janti. Sebelum memperoleh intervensi,

kelompok perlakuan memiliki rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 146,00 mmHg dan diastolik 91,52 mmHg yang termasuk hipertensi derajat 1. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh kombinasi relaksasi otot progresif dan terapi musik terhadap tekanan darah serta denyut nadi. Meskipun penelitian tersebut tidak secara khusus menguji musik relaksasi sebagai intervensi tunggal, hasilnya tetap relevan karena memperlihatkan adanya manfaat ketika terapi musik dipadukan dengan teknik relaksasi dalam membantu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Salah satu bentuk intervensi yang dapat dikembangkan lebih lanjut adalah penggabungan relaksasi napas dalam dengan musik relaksasi. Relaksasi napas dalam dapat membantu menciptakan kondisi tubuh yang lebih tenang, sedangkan musik relaksasi memiliki karakteristik berupa tempo yang lambat, irama teratur, dan harmonisasi nada yang mendukung terciptanya respons relaksasi. Musik dengan kecepatan sekitar 60–80 *beat per minute* (BPM), termasuk musik klasik, instrumental, maupun *guided relaxation music*, dapat membantu meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis sekaligus mengurangi dominasi aktivitas simpatis. Respons tersebut berhubungan dengan penurunan denyut jantung dan tahanan perifer serta munculnya kondisi tubuh yang lebih rileks, sehingga pada akhirnya dapat berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah (Gresia, Genisa, & Rahmat, 2023).

Terapi musik sendiri telah banyak dikaji sebagai salah satu pilihan intervensi pendamping dalam pengelolaan hipertensi. Selain berpotensi membantu menurunkan tekanan darah, pemberian musik juga dapat memberikan efek psikologis dan fisiologis, seperti mengurangi kecemasan, mendukung

kualitas tidur, serta meningkatkan keadaan relaksasi. Dari sisi penerapannya, terapi ini relatif sederhana, tidak invasif, dan dapat dilakukan secara mandiri sehingga berpotensi digunakan sebagai bagian dari upaya perawatan di rumah (Lorber & Divjak, 2022).

Pemilihan kombinasi relaksasi napas dalam dan musik relaksasi dalam penelitian ini juga didasarkan pada kondisi yang ditemukan di lapangan. Hasil wawancara awal terhadap 10 penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu menunjukkan bahwa seluruh responden belum pernah memperoleh terapi relaksasi napas dalam, musik relaksasi, maupun kombinasi kedua intervensi tersebut. Temuan tersebut menjadi dasar bagi peneliti untuk mengembangkan penelitian mengenai penggunaan kedua terapi secara bersamaan sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis dalam membantu mengendalikan tekanan darah. Penggabungan kedua metode diharapkan dapat memberikan efek relaksasi yang lebih optimal sehingga penurunan tekanan darah yang dihasilkan dapat lebih besar. Selain itu, berdasarkan penelusuran peneliti, penelitian yang secara khusus mengombinasikan relaksasi napas dalam dan musik relaksasi pada penderita hipertensi di wilayah tersebut belum pernah dilakukan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah dipaparkan pada uraian sebelumnya, beberapa kondisi yang menjadi perhatian dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan pasien hipertensi mengenai kondisi dan pengelolaan penyakitnya masih tergolong rendah.

2. Kesadaran dan dorongan pasien hipertensi dalam melakukan pengendalian penyakit masih belum optimal. Hal tersebut terlihat dari rendahnya kepedulian terhadap kondisi tekanan darah, anggapan bahwa hipertensi bukan merupakan masalah kesehatan yang serius karena sering dialami, serta ketidakteraturan dalam menjalankan pengobatan.
3. Sebagian pasien hipertensi yang tinggal di Kelurahan Sukamerindu menghadapi kendala akses pelayanan kesehatan akibat jarak antara tempat tinggal dengan Puskesmas Sukamerindu.
4. Peran serta dukungan keluarga dalam memberikan motivasi dan dorongan kepada pasien hipertensi untuk menjalani pengobatan dan mencapai kondisi kesehatan yang lebih baik masih rendah.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menjaga agar penelitian tetap terarah dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan, ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada pasien yang telah didiagnosis hipertensi grade 1–2 serta tidak mengalami komplikasi berat. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada satu fasilitas pelayanan kesehatan yang telah ditentukan sebelumnya.

Kajian penelitian secara khusus diarahkan pada penerapan kombinasi relaksasi napas dalam dengan terapi musik sebagai pendekatan non-farmakologis dalam membantu pengendalian tekanan darah. Penelitian tidak membandingkan intervensi tersebut dengan jenis teknik relaksasi lainnya. Musik yang diberikan berupa musik instrumental dengan karakteristik tempo lambat, yaitu 60–80 *beat per minute* (BPM). Durasi serta frekuensi pemberian intervensi dibuat seragam pada seluruh responden untuk menjaga keseragaman perlakuan.

Parameter utama yang menjadi fokus pengukuran terbatas pada tekanan darah sistolik dan diastolik. Pengukuran dilakukan menggunakan tensimeter digital. Penelitian ini tidak mencakup pemeriksaan terhadap parameter fisiologis lainnya dan tidak menganalisis pengaruh faktor eksternal yang berpotensi memengaruhi tekanan darah, seperti pola makan, penggunaan obat antihipertensi, aktivitas fisik, tingkat stres, maupun pola tidur (World Health Organization, 2023).

D. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian permasalahan dan batasan penelitian yang telah ditetapkan, pertanyaan utama yang hendak dijawab melalui penelitian ini adalah:

Apakah pemberian kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik berpengaruh terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Tujuan Khusus:

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat penyakit pada pasien hipertensi.

- b. Mengetahui gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik responden sebelum memperoleh kombinasi intervensi relaksasi napas dalam dan terapi musik.
- c. Mengetahui kondisi tekanan darah sistolik dan diastolik responden setelah diberikan kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik.
- d. Menganalisis pengaruh pemberian kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik terhadap perubahan atau penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan, terutama yang berkaitan dengan pemanfaatan terapi komplementer sebagai bagian dari penatalaksanaan hipertensi. Selain itu, temuan penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pendukung dalam pengembangan pengetahuan mengenai mekanisme teknik relaksasi dalam membantu menurunkan tekanan darah.

2. Manfaat Praktis:

- a. Bagi Pasien Hipertensi: Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pilihan intervensi komplementer yang relatif sederhana, aman, dan mudah diterapkan sebagai upaya pendamping dalam membantu mengontrol tekanan darah.
- b. Bagi Tenaga Kesehatan: Hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai tambahan bukti ilmiah bagi tenaga kesehatan dalam mempertimbangkan

penerapan kombinasi relaksasi napas dalam dan terapi musik sebagai bagian dari intervensi keperawatan pada pasien hipertensi.

- c. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan: Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan sumber referensi bagi institusi pelayanan kesehatan dalam mengembangkan bentuk pelayanan yang lebih inovatif, komprehensif, dan berorientasi pada pendekatan holistik untuk mendukung pengelolaan hipertensi.

G. Keaslian Penelitian

Table 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama	Judul	Metode dan Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Perawat et al., (2024)	Terapi Relaksasi Nafas Dalam pada Pasien Hipertensi untuk Mengurangi Gejala Nyeri Kepala	Penelitian tersebut menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus (<i>case study</i>) untuk menggambarkan penerapan asuhan keperawatan pada pasien. Hasil intervensi menunjukkan adanya perubahan intensitas nyeri pada kedua pasien setelah diberikan teknik relaksasi napas dalam. Setelah intervensi dilakukan, tingkat nyeri yang dirasakan kedua pasien berada pada kategori nyeri ringan	Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan, yaitu sama-sama mengkaji penerapan relaksasi napas dalam sebagai intervensi pada pasien hipertensi untuk membantu menurunkan tekanan darah.	Perbedaan dari jurnal tersebut Adalah hanya meneliti satu terapi relaksasi napas dalam
2.	Falo, (2023)	Penerapan relaksasi napas dalam terhadap tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD	Penelitian ini menerapkan desain <i>case study</i> atau studi kasus. Penerapan teknik relaksasi napas dalam dilakukan pada dua subjek penelitian. Hasil	Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti Pengaruh relaksasi napas dalam terhadap tekanan darah	Perbedaan dari jurnal tersebut Adalah hanya meneliti satu terapi relaksasi napas dalam

		Puskesmas rawat inap Banjarsari Kota Metro	penerapan memperlihatkan adanya penurunan tekanan darah pada kedua subjek setelah memperoleh intervensi relaksasi napas dalam.	pada pasien Hipertensi	
3.	Damayanti S (2025)	Pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi	Penelitian ini menggunakan pendekatan quasi experiment dengan rancangan <i>one group pretest-posttest design</i>. Penelitian dilakukan dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik yang dikombinasikan dengan teknik relaksasi napas dalam. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan tekanan darah setelah responden mendapatkan intervensi tersebut.	Penelitian memiliki kesamaan dalam mengkaji pemanfaatan terapi musik relaksasi untuk memengaruhi atau menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.	Perbedaan dari jurnal tersebut Adalah hanya meneliti satu terapi musik klasik
4.	Hanum, Sukmarini, Zahra, (2023)	Efektifitas terapi musik dalam menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi	Penelitian dilakukan menggunakan metode survei literatur (<i>literature survey</i>) dengan menelaah berbagai sumber yang berkaitan dengan penerapan terapi musik pada penderita hipertensi. Berdasarkan hasil kajian, terapi musik diketahui dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penurunan tekanan darah sistolik dilaporkan berada	Kesamaan penelitian terdapat pada fokus pembahasan mengenai penggunaan terapi musik relaksasi sebagai upaya untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.	Perbedaan dari jurnal tersebut adalah hanya meneliti satu terapi musik dalam

			pada kisaran 10–29 mmHg, sedangkan tekanan diastolik mengalami penurunan sekitar 2–16 mmHg.		
5.	Siburian, Hasibuan, (2026)	Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi didesa Sei Tuan Kecamatan Pantai Labu	Penelitian tersebut menggunakan pendekatan quasi eksperimental dengan rancangan <i>The One Group Pretest-Posttest Design</i>. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah responden memperoleh intervensi terapi musik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi musik memberikan pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Sei Tuan, Kecamatan Pantai Labu.	Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama membahas pengaruh terapi musik relaksasi terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.	Perbedaan dari jurnal tersebut adalah hanya meneliti satu terapi musik