

Efek Terapi Musik Klasik Terhadap Stabilitas Hemodinamik: Tinjauan Literatur Sistematis

Risty Mandane Laloan

Universitas Klabat
Email: risty@unklab.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif pengaruh terapi musik klasik terhadap stabilitas hemodinamik dalam konteks klinis. Sebagai pendekatan non-farmakologis, musik klasik menunjukkan potensi dalam mendukung regulasi kardiovaskular melalui mekanisme relaksasi fisiologis dan psikologis. Metode penulis menggunakan pendekatan Systematic Literature Review dengan menganalisis 12 artikel penelitian yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025, dengan melibatkan populasi pasien yang beragam, termasuk lansia, pasien ICU, pasien pascaoperasi, serta individu yang menjalani hemodialisis. Hasil temuan menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik—terutama musik dengan tempo lambat dan komposisi yang menenangkan—dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah, frekuensi denyut jantung, dan frekuensi napas. Selain itu, manfaat psikologis seperti penurunan kecemasan dan stres turut berkontribusi pada peningkatan fungsi kardiovaskular secara keseluruhan. Efek-efek ini berkaitan erat dengan aktivasi sistem saraf parasimpatik dan mekanisme regulasi emosi. Diskusi: Meskipun terdapat variasi dalam desain penelitian, pemilihan musik, dan kondisi pasien, bukti kolektif mendukung terapi musik klasik sebagai intervensi pelengkap yang efektif, berbiaya rendah, dan non-invasif. Tinjauan ini juga menekankan pentingnya pemilihan musik yang sesuai secara budaya serta penggunaan protokol yang terstandarisasi guna memastikan hasil klinis yang konsisten. Temuan ini memberikan wawasan praktis bagi tenaga kesehatan dalam mengintegrasikan terapi musik ke dalam praktik keperawatan rutin guna meningkatkan kenyamanan pasien, mendorong relaksasi, dan meningkatkan kualitas asuhan secara keseluruhan.

Keywords: Intervensi non-farmakologis, Sistem saraf otonom, Stabilitas hemodinamik, Terapi musik klasik

PENDAHULUAN

Terapi musik klasik semakin banyak diapresiasi sebagai pendekatan non-farmakologis yang mendukung stabilitas fisiologis pasien, terutama di lingkungan klinis dengan tingkat stres tinggi seperti unit perawatan intensif (ICU) dan ruang bedah (Agung Ayu Putri Laksmidewi & Tjandra Dewi, 2022; Liang et al., 2021). Terapi ini bekerja dengan menenangkan tubuh dan pikiran, yang pada akhirnya dapat berkontribusi terhadap kestabilan tekanan darah, frekuensi nadi, dan sirkulasi darah. Sejumlah penelitian menunjukkan

bahwa mendengarkan musik klasik dapat memberikan peningkatan signifikan terhadap parameter hemodinamik. Menjaga kestabilan parameter ini sangat penting dalam upaya pencegahan komplikasi klinis (Cao & Zhang, 2023; Genisa et al., 2023; Mathew & Mukkadan, 2021). Musik klasik tidak hanya berfungsi sebagai latar suara, tetapi juga sebagai intervensi terapeutik yang mendukung kemampuan alami tubuh dalam mempertahankan keseimbangan dan mempercepat proses penyembuhan selama perawatan medis (Matha Sams & Balamurugan, 2025; Yan et al., 2025).

Meskipun efek positif terapi musik klasik terhadap stabilitas hemodinamik telah mendapatkan perhatian yang meningkat, mekanisme fisiologis yang mendasarinya belum sepenuhnya dipahami. Beberapa studi terbaru mengemukakan bahwa musik klasik memengaruhi aktivitas sistem saraf otonom dengan meningkatkan aktivitas parasimpatis, menstabilkan tekanan darah, serta memperbaiki fungsi kardiovaskular (Darki et al., 2022; Du et al., 2022; Mathew & Mukkadan, 2021; Raglio et al., 2022). Selain itu, faktor psikologis seperti penurunan kecemasan, peningkatan relaksasi, serta pengalihan perhatian dari stresor medis juga berperan penting dalam efek terapeutik yang ditimbulkan. Hal ini menunjukkan adanya interaksi yang kompleks dan bermakna antara kesejahteraan psikologis dan kesehatan fisik dalam konteks pelayanan kesehatan (Cao & Zhang, 2023; Matha Sams & Balamurugan, 2025).

Namun demikian, penelitian yang ada menunjukkan ketidakkonsistenan dalam hal metode intervensi, karakteristik pasien, pemilihan jenis musik, serta cara pengukuran hasil. Variasi ini menyulitkan penarikan kesimpulan yang definitif. Beberapa studi menggunakan komposisi musik klasik yang berbeda, durasi sesi yang bervariasi, serta kondisi pasien yang tidak seragam, sehingga hasil penelitian menunjukkan perbedaan di berbagai setting klinis (Agung Ayu Putri Laksmidewi & Tjandra Dewi, 2022; Genisa et al., 2023b; Yan et al., 2025). Variabilitas ini menegaskan perlunya dilakukan sintesis

sistematis terhadap literatur yang ada untuk memperjelas implikasi klinis dari terapi musik klasik secara komprehensif dan valid.

Hingga saat ini, belum ada tinjauan Pustaka sistematis yang secara khusus mengevaluasi bukti terbaru mengenai efek terapi musik klasik terhadap stabilitas hemodinamik, terutama yang memfokuskan pada publikasi dalam rentang waktu 2020-2025. Sebagian tinjauan terdahulu cenderung mencakup intervensi musik secara umum tanpa membedakan genre musik klasik, atau tidak memetakan secara rinci perbedaan hasil berdasarkan setting klinis, populasi, maupun pendekatan metodologis. Oleh karena itu, pelaksanaan tinjauan pustaka sistematis terhadap studi-studi yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025 menjadi penting untuk mengkonsolidasikan pengetahuan terkini, menilai kualitas bukti secara kritis, serta mengidentifikasi konteks dan kondisi spesifik di mana terapi musik klasik paling optimal dalam mendukung stabilitas hemodinamik. Dengan menelaah literatur terbaru, tinjauan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan yang masih ada serta memberikan panduan praktis bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya, guna mengintegrasikan terapi musik secara efektif ke dalam praktik klinis untuk meningkatkan kualitas asuhan kepada pasien.

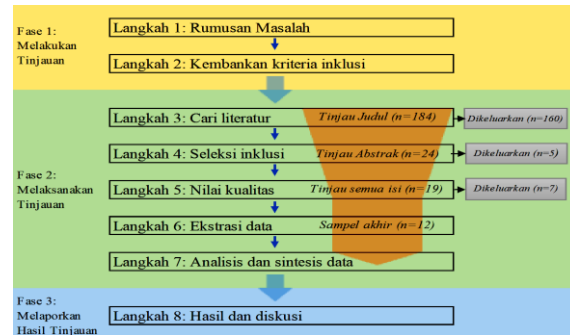
METODE

Penelitian ini menggunakan metode Tinjauan Literatur Sistematis (*Systematic*

Literature Review/SLR) yang telah dikenal luas dalam dunia akademik. Berdasarkan petunjuk penulisan *Systematic Literature Review* yang dikembangkan oleh Xiao dan Watson (2017), yang memberikan struktur sistematis dalam menelaah dan menggabungkan hasil-hasil penelitian terdahulu mengenai topik atau pertanyaan penelitian tertentu.

Metode SLR memiliki perbedaan mendasar dibandingkan dengan tinjauan literatur konvensional karena menggunakan pendekatan yang transparan dan terstruktur, sehingga menjamin proses telaah yang menyeluruh, dapat direplikasi, serta minim bias. Dengan mengikuti langkah-langkah yang sistematis, peneliti dapat memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai studi-studi yang telah dilakukan sebelumnya, mengidentifikasi kesenjangan penelitian, serta mengamati pola dan tren yang berkembang di bidang tersebut.

Dalam penelitian ini, metode SLR berperan sebagai alat yang esensial untuk mengumpulkan, mengevaluasi secara kritis, dan mensintesis kontribusi ilmiah yang telah ada. Proses ini diharapkan dapat memberikan dasar yang kuat dalam memahami topik yang dikaji serta menjadi panduan dalam merumuskan arah penelitian keperawatan di masa mendatang.



Gambar 1. Proses tinjauan literatur sistematis (Xiao & Watson, 2017).

Fase Pertama: Merencanakan tinjauan. Fase perencanaan dimulai dengan merumuskan pertanyaan penelitian, yang bertujuan untuk mengidentifikasi efek terapi musik klasik terhadap stabilitas hemodinamik pada pasien. Fokus utama adalah memperjelas bagaimana terapi musik klasik memengaruhi parameter fisiologis, termasuk denyut jantung, tekanan darah, dan fungsi kardiovaskular secara keseluruhan. Selanjutnya, ditetapkan kriteria inklusi yang jelas guna memastikan pemilihan studi yang relevan dan berkualitas tinggi. Tinjauan sistematis ini menargetkan artikel yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025, yang diperoleh dari basis data seperti PubMed, ScienceDirect, dan Web of Science. Kata kunci utama yang digunakan meliputi “Terapi Musik Klasik,” “Stabilitas Hemodinamik,” “Fungsi Kardiovaskular,” dan “Hasil Fisiologis,” untuk memastikan bahwa studi yang dipilih secara langsung membahas efek terapeutik musik klasik dalam konteks klinis.

Fase Kedua: Pada fase ini, dilakukan serangkaian langkah sistematis untuk menyaring literatur yang telah dikumpulkan pada tahap sebelumnya. Proses dimulai

dengan pencarian literatur, di mana sebanyak 184 artikel berhasil diidentifikasi dari berbagai basis data yang relevan. Selanjutnya, dilakukan seleksi inklusi melalui peninjauan judul, yang menghasilkan pengeluaran sebanyak 160 artikel karena tidak memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, sehingga tersisa 24 artikel untuk ditinjau abstraknya. Pada tahap tinjauan abstrak, sebanyak 5 artikel tambahan dikeluarkan karena dinilai tidak sesuai, sehingga menyisakan 19 artikel untuk tahap penilaian kualitas. Penilaian kualitas dilakukan dengan membaca keseluruhan isi artikel secara mendalam untuk mengevaluasi metodologi penelitian, kejelasan pelaporan, dan relevansi dengan pertanyaan penelitian; pada tahap ini, 7 artikel kembali dieliminasi. Akhirnya, diperoleh 12 artikel sebagai sampel akhir yang layak untuk diekstraksi datanya. Seluruh data dari artikel-artikel terpilih kemudian dianalisis dan disintesis untuk mengidentifikasi pola, tren, temuan utama, serta kesenjangan penelitian yang ada. Hanya studi yang memenuhi kriteria ketat ini yang akan dilanjutkan ke tahap ekstraksi dan sintesis data.

Fase Ketiga: Melaporkan temuan. Fase akhir ini berfokus pada sintesis dan penyajian hasil temuan secara sistematis dan jelas. Hasil utama yang dirangkum meliputi pengaruh terapi musik klasik terhadap variabilitas denyut jantung, regulasi tekanan darah, tingkat kecemasan, serta stabilitas hemodinamik secara keseluruhan. Selain itu, hasil juga menyoroti faktor-faktor penting seperti

durasi dan frekuensi sesi terapi musik, karakteristik populasi pasien, pengaturan klinis spesifik, serta dukungan institusional terhadap integrasi terapi musik klasik dalam praktik pelayanan keperawatan rutin. Dengan menyampaikan temuan-temuan ini secara komprehensif, tinjauan ini memberikan rekomendasi yang bernilai bagi praktik klinis, serta mendukung tenaga kesehatan dalam mengoptimalkan penggunaan terapi musik klasik untuk meningkatkan luaran pasien dan mutu pelayanan keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tinjauan literatur sistematis ini menganalisis 12 studi yang dilaksanakan antara tahun 2020 hingga 2025, mencakup berbagai populasi pasien, mulai dari individu sehat hingga pasien di unit perawatan intensif (ICU), pasien pasca-operasi, lansia, dan individu yang menjalani hemodialisis. Metodologi yang digunakan dalam studi-studi tersebut meliputi randomized controlled trials, quasi-experimental designs, dan desain crossover. Intervensi terapi musik yang digunakan bervariasi dalam hal durasi, frekuensi, dan pilihan musik (terutama musik klasik Barat seperti Mozart, Beethoven, Vivaldi, serta genre musik klasik yang disesuaikan secara budaya seperti musik klasik Hindustani dan musik klasik Thailand).

1. Peningkatan Fungsi Kardiovaskular dan Sistem Saraf Otonom.

Beberapa penelitian memfokuskan pada efek musik klasik atau tradisional

terhadap denyut jantung, tekanan darah, dan aktivitas sistem saraf otonom.

Penurunan Tekanan Darah.

Chatterjee & Mukherjee (2020) serta Anwari et al. (2023) melaporkan penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia serta individu dengan hipertensi setelah pemberian terapi musik klasik setiap hari. Genisa et al. (2023b) menemukan bahwa efek penurunan tekanan darah meningkat ketika musik klasik dikombinasikan dengan latihan relaksasi pernapasan dalam. Darki et al. (2022) menunjukkan bahwa musik bertempo lambat secara signifikan menurunkan tekanan darah dan denyut jantung dibandingkan musik bertempo cepat.

Regulasi Sistem Saraf Otonom.

Wannamool et al. (2023) mengamati penurunan aktivitas simpatis melalui penurunan nilai SDNN dan daya LF setelah mendengarkan musik klasik Thailand. Siragusa et al. (2020) menemukan bahwa musik klasik yang bersifat relaksatif menurunkan pulsabilitas jaringan otak, denyut jantung, dan konduktansi kulit, meskipun tidak terdapat perubahan signifikan pada variabilitas denyut jantung (HRV).

2. Penurunan Nyeri dan Stres.

Terapi musik juga menunjukkan efektivitas dalam mengurangi nyeri fisik dan stres psikologis: Godjali et al. (2023) menemukan penurunan signifikan pada nyeri dismenore dan tingkat kecemasan pada mahasiswi yang terpapar musik klasik. Rahgoi et al. (2021) mengamati bahwa pasien ICU yang tidak sadar

mengalami penurunan skor nyeri observasional dan perilaku setelah diberikan terapi musik klasik. Sovianti et al. (2024) menunjukkan penurunan tingkat depresi pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis setelah diberikan terapi musik klasik.

3. Peningkatan Fungsi Kognitif dan Emosional.

Beberapa studi mengevaluasi pengaruh musik klasik dan tradisional terhadap fungsi kognitif dan suasana hati: Laksmidewi & Dewi (2022) melaporkan peningkatan fungsi kognitif dan kadar dopamin pada lansia setelah mendengarkan kombinasi musik klasik (Vivaldi) dan musik seruling Bali. Siragusa et al. (2020) mengaitkan musik yang bersifat relaksatif dengan penurunan pulsabilitas otak dan respon fisiologis terhadap stres, yang menunjukkan peningkatan ketenangan mental.

4. Intervensi Kombinasi dan Komparatif.

Musik juga diuji sebagai bagian dari intervensi multimodal atau dibandingkan dengan pendekatan lainnya: Handono et al. (2020) menemukan bahwa terapi rendam kaki air hangat lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan terapi musik klasik saja, menunjukkan bahwa musik sebaiknya dipadukan dengan intervensi lain. Genisa et al. (2023) mendukung hal tersebut dengan menggabungkan musik klasik dan latihan pernapasan untuk hasil yang lebih optimal dalam menurunkan tekanan darah.

Akelma et al. (2024) menyoroiti bahwa musik pilihan pasien memberikan penurunan kecemasan dan tingkat kepuasan pasca operasi yang lebih baik dibandingkan musik klasik, menekankan pentingnya personalisasi dalam intervensi musik.

Dari hasil tinjauan ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik dapat memberikan manfaat nyata bagi pasien, mulai dari menstabilkan tanda-tanda vital (tekanan darah, nadi), mengurangi rasa nyeri dan stres, hingga mendukung fungsi kognitif. Musik klasik muncul sebagai intervensi sederhana, murah, dan aman yang dapat diterapkan di berbagai *setting* klinis, baik pada pasien sadar maupun tidak sadar. Namun, meskipun hasil antar penelitian cenderung positif, terdapat banyak variasi dalam hal jenis musik, durasi, frekuensi pemutaran, serta karakteristik pasien, sehingga perlu berhati-hati dalam menarik kesimpulan umum.

Dari sisi metodologi, sebagian besar penelitian yang ditinjau menggunakan desain pra-eksperimental atau kuasi-eksperimental dengan sampel terbatas. Perbedaan dalam cara pengukuran, setting klinis (seperti ICU, ruang hemodialisis, atau panti lansia), serta jenis musik yang

digunakan juga menambah tingkat variasi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun hasil awal menjanjikan, penelitian selanjutnya perlu menggunakan desain yang lebih kuat, melibatkan beberapa tempat penelitian atau institusi kesehatan yang berbeda, dan memiliki protokol yang seragam, agar manfaat terapi musik klasik dapat dipastikan secara lebih meyakinkan.

Bagi praktik keperawatan, temuan ini membuka peluang besar. Perawat dapat memanfaatkan musik klasik sebagai bagian dari perawatan holistik, untuk membantu pasien menghadapi stres, nyeri, atau ketidaknyamanan selama perawatan. Agar intervensi ini efektif, penting mempertimbangkan preferensi musik pasien, waktu pemutaran yang tepat (misalnya sebelum tindakan invasif atau selama perawatan rutin), serta durasi yang sesuai. Dengan pelatihan sederhana, perawat dapat dengan percaya diri mengintegrasikan terapi musik ke dalam praktik sehari-hari. Penelitian mendatang yang berfokus pada personalisasi musik dan dampak jangka panjang diharapkan dapat memperkuat protokol perawatan berbasis bukti dan meningkatkan kualitas asuhan perawatan pasien.

Tabel 1. Deskripsi Ringkasan Penelitian

Penulis	Tujuan	Metodologi	Menemukan	Peserta
(Wannamool et al., 2023)	Untuk menyelidiki efek dari jenis musik yang berbeda (klasik Barat, heavy metal, dan klasik Thailand) terhadap aktivitas otonom jantung menggunakan pengukuran HRV.	Desain eksperimental crossover; 11 subjek sehat yang terpapar musik klasik, heavy metal, dan musik klasik Thailand. EKG dan HRV diukur sebelum, selama, dan setelah mendengarkan musik.	Musik klasik Thailand secara signifikan menurunkan daya SDNN dan LF, yang menunjukkan berkurangnya aktivitas simpatis. Daya HF tetap tidak berubah, menunjukkan aktivitas otonom yang seimbang.	12 sukarelawan sehat (6 pria, 6 wanita), berusia 20-49 tahun. Satu subjek tidak diikutsertakan karena kelainan EKG, sehingga analisis akhir melibatkan 11 peserta.

(Chatterjee & Mukherjee, 2020)	Untuk mengevaluasi efek Raga Todi (Musik Klasik Hindustan) terhadap tekanan darah, denyut nadi, dan laju pernapasan pada pria sehat, lanjut usia, dan bebas penyakit selama intervensi 30 hari.	Uji coba terkontrol secara acak; 80 pria lanjut usia yang sehat (50-60 tahun) dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mendengarkan musik klasik Hindustan Raga Todi (instrumental) selama 20 menit setiap hari selama 30 hari. Kelompok kontrol beristirahat dengan tenang tanpa musik untuk durasi yang sama. Tekanan darah, denyut nadi, dan laju pernapasan diukur sebelum dan sesudah intervensi.	Penurunan yang signifikan ($p < 0,001$) pada tekanan darah sistolik dan diastolik, denyut nadi, dan laju pernapasan pada kelompok eksperimen setelah mendengarkan Raga Todi selama 20 menit setiap hari selama 30 hari - Tidak ada perubahan yang signifikan pada kelompok kontrol. - Disimpulkan bahwa Raga Todi dapat membantu mencegah gangguan kardiovaskular dengan meningkatkan regulasi otonom dan pernapasan.	80 pria sehat berusia 50-60 tahun, secara acak dibagi menjadi kelompok eksperimen ($n = 40$) dan kelompok kontrol ($n = 40$) Kriteria eksklusi termasuk perokok, pecandu alkohol, mereka yang menderita hipertensi, dan mereka yang sedang dalam pengobatan.
(Anwari et al., 2023)	Untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada individu lanjut usia dengan hipertensi.	Pra-eksperimental (one-group pre-test post-test design) yang melibatkan 15 orang lansia hipertensi yang dipilih secara purposive sampling. Responden mendengarkan musik klasik melalui pemutar MP3 dengan headphone. Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi, dan data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon pada tingkat kepercayaan 95%.	Tekanan darah sistolik rata-rata menurun secara signifikan dari 142 mmHg sebelum intervensi menjadi 124 mmHg setelahnya ($p = 0,001$), menunjukkan penurunan rata-rata 19,2 mmHg.	15 orang lansia hipertensi (usia ≥ 60 tahun), penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera, Provinsi Kalimantan Selatan, yang dipilih dengan menggunakan purposive sampling
(Handono et al., 2020)	Untuk mengevaluasi efektivitas terapi rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada klien hipertensi.	Desain pra-eksperimental (hanya pre-test post-test) Pengambilan sampel acak sederhana Mengukur tekanan darah selama 3 hari untuk setiap intervensi.	Terapi rendam kaki hangat secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada hari ke-3 ($p = 0,046$ dan $p = 0,025$). - Terapi musik klasik tidak secara signifikan menurunkan tekanan darah pada hari apa pun ($p > 0,05$). -	

			Terapi air hangat lebih efektif daripada musik klasik untuk menurunkan tekanan darah sistolik ($p = 0,036$).	
(Genisa et al., 2023b)	Untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik dan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada individu dengan hipertensi.	Desain kuasi-eksperimental satu kelompok pretest-posttest. Sampel: 15 pasien hipertensi. Intervensi: Terapi musik klasik (15 menit) + terapi relaksasi pernapasan dalam (10 menit), setiap hari selama 7 hari. Tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi. Wilcoxon Sign Rank Test digunakan untuk analisis.	Tekanan darah rata-rata berkurang dari 148/96 mmHg menjadi 121/76 mmHg. P-value = 0,000 untuk tekanan sistolik dan diastolik, yang menunjukkan efek yang signifikan dari intervensi gabungan.	15 responden dengan hipertensi dari RW 001 Desa Samba Danum, Kalimantan Tengah, yang dipilih melalui kriteria inklusi/eksklusi.
(Godjali et al., 2023).	Untuk mengetahui efektivitas terapi musik klasik dalam mengurangi nyeri dismenore dan kecemasan pada mahasiswa kedokteran.	Uji klinis terkontrol secara acak dengan 122 mahasiswi kedokteran yang dibagi menjadi kelompok kontrol (suara 40Hz) dan intervensi (terapi musik klasik selama 20 menit). Rasa sakit dinilai melalui Skala Penilaian Numerik; kecemasan melalui Skala Kecemasan Penilaian Diri Zung.	Nyeri haid menurun secara signifikan pada kelompok intervensi (dari 6,46 menjadi 3,39; $\Delta = 3,07$; $p < 0,001$), sementara perubahan minimal pada kelompok kontrol ($\Delta = 0,05$; $p = 0,366$).- Tingkat kecemasan juga turun secara signifikan pada kelompok intervensi ($\Delta = 0,77$; $p < 0,001$), tetapi tidak pada kelompok kontrol ($\Delta = 0,02$; $p = 0,317$) - Terapi musik klasik efektif dalam mengurangi rasa sakit dan kecemasan selama menstruasi.	Terapi musik klasik secara signifikan mengurangi rasa sakit dan kecemasan, mendukung penggunaannya sebagai intervensi non-farmakologis, intervensi berbiaya rendah untuk kesehatan fisiologis dan emosional-sejalan dengan mekanisme yang memengaruhi stabilitas hemodinamik.
(Siragusa et al., 2020)	Untuk menyelidiki efek dari musik klasik yang menenangkan dan menggairahkan terhadap pulsilitas jaringan otak (BTP) dan respons otonom (detak jantung [HR], konduktansi kulit [SC], variabilitas detak jantung [HRV])	Studi eksperimental menggunakan Tissue Pulsatility Imaging (TPI) untuk mengukur Brain Tissue Pulsatility (BTP), Denyut Jantung (HR), Konduktansi Kulit (SC), dan HRV pada 25 orang dewasa yang sehat yang terpapar musik klasik yang	Musik klasik yang menenangkan secara signifikan menurunkan BTP, HR, dan SC dibandingkan dengan keheningan - Tidak ada perubahan signifikan dalam HRV atau dari musik yang menarik - Kutipan Minkus memiliki efek terkuat - TPI divalidasi sebagai alat yang tidak invasif dan sensitif untuk	25 orang dewasa yang sehat (usia rata-rata 26,5 tahun; 60% perempuan), tanpa gangguan pendengaran, neurologis, kejiwaan, atau kardiovaskular.

	dengan menggunakan metode pencitraan ultrasound yang baru.	menggairahkan musik klasik yang menenangkan. Para peserta mendengarkan empat cuplikan musik klasik berdurasi 5 menit dengan waktu istirahat di antaranya, dalam urutan yang diacak.	vs penelitian reaktivitas emosional.	
(Agung Ayu Putri Laksmidewi & Tjandra Dewi, 2022)	Untuk mengeksplorasi peran musik klasik dan tradisional dalam meningkatkan fungsi kognitif dan mengurangi kecemasan/stres pada pasien yang sakit kritis, terutama pasien lanjut usia dan pasien yang berada di ICU.	Desain kelompok kontrol pretest-posttest eksperimental dengan 32 partisipan lansia (berusia 60-74 tahun). Kelompok kontrol mendengarkan lagu "Spring" karya Vivaldi, sedangkan kelompok intervensi mendengarkan lagu "Spring" dan musik instrumental suling Bali "Morning Happiness" selama 20 menit setiap hari selama 21 hari. Penilaian kognitif dilakukan melalui MoCA-Ina dan kadar dopamin serum diukur.	Kedua kelompok menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam fungsi kognitif berdasarkan skor MoCA-Ina (kontrol: 4,67; intervensi: 5,22; $p < 0,001$) - Kadar dopamin juga meningkat pada kedua kelompok (kontrol: 3,60; intervensi: 3,56), meskipun tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok - Terapi musik (terutama tradisional Bali) secara positif berdampak pada daya ingat dan domain kognitif pada lansia.	32 subjek lansia yang sehat (usia 60-74 tahun) dalam sebuah penelitian eksperimental; dibagi menjadi kelompok kontrol (mendengarkan musik klasik "Spring" oleh Vivaldi) dan kelompok intervensi (mendengarkan musik klasik yang sama ditambah dengan musik suling Bali "Morning Happiness").
(Rahgoi et al., 2021)	Untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap karakteristik fisiologis, dan tindakan observasi serta perilaku nyeri pada pasien ICU yang tidak sadar.	Penelitian kuasi-eksperimental pretest-posttest dengan kelompok kontrol; 30 pasien ICU yang tidak sadar (convenience sampling). Kelompok intervensi mendengarkan 33 menit musik klasik yang menenangkan (Beethoven, Mozart, Bach) setiap hari selama 3 hari. Kelompok kontrol menerima perawatan standar. Alat yang digunakan: COPT dan BPC untuk nyeri; ukuran	Tidak ada perubahan signifikan dalam parameter fisiologis (misalnya, denyut nadi, tekanan darah, saturasi oksigen) antar kelompok ($p > 0,05$) - Penurunan yang signifikan pada skor nyeri COPT dan BPC pada kelompok intervensi ($p < 0,05$) - Musik klasik secara efektif mengurangi indikator observasi dan perilaku nyeri pada pasien ICU yang tidak sadar.	30 pasien yang tidak sadarkan diri (usia 23-65 tahun) di ICU Rumah Sakit Shohadaye Haft-e-Tir, Teheran, Iran; diacak menjadi 2 kelompok: intervensi ($n=15$, menerima terapi musik klasik) dan kontrol ($n=15$, hanya menerima perawatan standar).

		fisiologis termasuk tekanan darah, HR, RR, suhu, saturasi oksigen, dan GCS.		
(Darki et al., 2022)	Untuk mengevaluasi dampak musik klasik-cepat (<i>Symphony of Fate</i> karya Beethoven) dan lambat (<i>Moonlight Sonata</i> karya Beethoven)-terhadap detak jantung (HR), tekanan darah (BP), dan suasana hati.	Desain eksperimental; 100 partisipan dihadapkan pada dua karya musik klasik: cepat (Simfoni Takdir Beethoven) dan lambat (<i>Moonlight Sonata</i>). Denyut jantung (HR), tekanan darah (BP), dan respons suasana hati diukur sebelum dan sesudah mendengarkan menggunakan EKG, monitor BP, dan survei suasana hati. Analisis subkelompok berdasarkan usia, jenis kelamin, dan status musisi.	Musik cepat secara signifikan meningkatkan HR dan BP; musik lambat secara signifikan menurunkan HR dan BP ($p < 0,05$) - Musik cepat dianggap membangkitkan semangat (skor rata-rata 4,2/5); musik lambat dianggap menenangkan (skor rata-rata 4,5/5) - 98-99% partisipan merasa bahwa kedua jenis musik tersebut membantu mengatasi stres - Analisis subkelompok menunjukkan bahwa musisi dan orang dewasa yang lebih tua merespons secara lebih positif (HR/BP yang lebih rendah) terhadap musik yang lambat.	100 peserta (53 laki-laki, 47 perempuan), usia rata-rata 39,8 $\pm$ 17,8 tahun. 40% adalah musisi; 35% sedang dalam pengobatan; 62% menikmati musik klasik.
(Sovianti et al., 2024).	Untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik (Beethoven) terhadap tingkat depresi pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.	Kuasi-eksperimental, desain pretest-posttest satu kelompok. 45 pasien hemodialisis yang dipilih melalui pengambilan sampel secara tidak sengaja. Depresi diukur dengan menggunakan Beck Depression Inventory (BDI). Terapi musik (Beethoven) diberikan dengan kecepatan 40-80 bpm selama 15-20 menit dua kali seminggu selama 5 minggu. Data dianalisis dengan uji Wilcoxon.	Tingkat depresi menurun secara signifikan setelah intervensi: - Pre-test: 62,2% mengalami depresi sedang, 37,8% ringan- Post-test: 48,9% tidak depresi, 31,1% ringan, 20,0% sedang- Hasil uji Wilcoxon: $p = 0,000$ ($p < 0,05$) - Musik memberikan relaksasi, meningkatkan suasana hati, dan menurunkan stres.	45 pasien yang menjalani hemodialisis di Klinik Ginjal & Hipertensi "Lestari"; usia berkisar antara 26 hingga 65 tahun; 53% laki-laki, 47% perempuan.
(Akelma et al., 2024)	Untuk membandingkan efek dari musik yang dipilih pasien	Studi prospektif, acak, terkontrol, dan tersamar tunggal. 217 pasien yang	Kecemasan pasca operasi (STAI-1): Berkurang secara signifikan pada	Untuk membandingkan efek dari musik yang dipilih

sebelum operasi dan musik klasik terhadap kecemasan pasca operasi, kualitas pemulihan, rasa sakit, dan kepuasan pasien pada pasien yang menjalani operasi hernia inguinalis.	dijadwalkan menjalani operasi hernia inguinalis diacak ke dalam tiga kelompok: Kelompok P (musik pilihan pasien), Kelompok C (musik klasik: Vivaldi's Four Seasons), dan Kelompok N (tanpa musik). Mengukur STAI (kecemasan), QoR-40 (kualitas pemulihan), data hemodinamik, NRS (nyeri), dan skor kepuasan.	Kelompok P vs Kelompok N ($p = 0,025$); Kelompok C tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan - Kualitas pemulihan (QoR-40): Lebih tinggi pada Kelompok P dibandingkan Kelompok N ($p = 0,003$); tidak ada peningkatan yang signifikan pada Kelompok C. - Nyeri (NRS): Tidak ada perbedaan yang signifikan di antara kelompok - Kepuasan pasien: Tertinggi pada Kelompok P ($p = 0,003$) Stabilitas hemodinamik meningkat secara signifikan pada Kelompok P saja.	pasien sebelum operasi dan musik klasik terhadap kecemasan pasca operasi, kualitas pemulihan, rasa sakit, dan kepuasan pasien pada pasien yang menjalani operasi hernia inguinalis.
--	--	--	---

Tabel 2. Ringkasan Karakteristik Studi

Penulis	Pengkodean	Sub-Tema	Tema
Wannamool dkk., 2023	Musik klasik Thailand, HRV, SDNN, daya LF, keseimbangan HF	Regulasi Saraf Otonom Jantung	Fungsi Kardiovaskular dan Otonom
Chatterjee & Mukherjee, 2020	Raga Todi, tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, lansia	Regulasi Kardiovaskular	
Anwari dkk., 2023	Musik klasik, penurunan tekanan darah sistolik, hipertensi	Kontrol Tekanan Darah	
Genisa dkk., 2023b	Musik klasik, pernapasan dalam, hipertensi, tekanan darah	Teknik Terapi Gabungan	
Siragusa dkk., 2020	Musik klasik yang santai vs. musik klasik yang menarik, BTP, HRV, SC	Respons Neurofisiologis	
Darki dkk., 2022	Musik klasik cepat vs. lambat, HR, detak jantung, suasana hati Referensi	Dampak Emosional dan Kardiovaskular	
Godjali dkk., 2023.	Musik klasik, dismenore, kecemasan, siswa perempuan	Manajemen Nyeri dan Kecemasan	Pengurangan rasa sakit dan stres
Rahgoi dkk., 2021	Musik klasik, pasien ICU yang tidak sadar, indikator nyeri	Penilaian Nyeri Non-verbal	
Sovianti dkk., 2024.	Beethoven, depresi, pasien hemodialisis, BDI	Pengurangan Depresi	
Laksmidewi & Dewi, 2022	Musik klasik, musik tradisional, fungsi kognitif, dopamin	Peningkatan Kognitif	Peningkatan kognitif dan emosional
Handono dkk., 2020	Rendam kaki hangat, musik klasik, tekanan darah	Intervensi Non-Farmakologis	Intervensi komparatif dan gabungan
Akelma dkk., 2024	Musik yang disukai pasien vs musik klasik, pemulihan setelah operasi, kecemasan	Hasil Pemulihan Bedah	
Genisa dkk., 2023	Musik klasik, pernapasan dalam, hipertensi, tekanan darah	Teknik Terapi Gabungan	

KESIMPULAN

Tinjauan sistematis ini menegaskan bahwa terapi musik klasik dan tradisional memberikan dampak positif bagi kesehatan fisiologis dan psikologis, termasuk penurunan tekanan darah, denyut jantung, nyeri, kecemasan, dan depresi, serta peningkatan fungsi kognitif pada berbagai populasi klinis. Meski terdapat keterbatasan dalam desain penelitian dan variasi intervensi, bukti yang ada sudah cukup kuat untuk mendukung pemanfaatan terapi musik sebagai intervensi pelengkap yang efektif di berbagai bentuk layanan kesehatan.

Untuk penelitian selanjutnya masih dibutuhkan penelitian dengan rancangan yang lebih kuat, sampel lebih besar, dan protokol yang seragam agar manfaat terapi musik semakin jelas. Ke depan, personalisasi musik sesuai preferensi pasien juga berpotensi meningkatkan efektivitas intervensi, baik di rumah sakit maupun di komunitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, saya mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas pertolongan dan bimbingan-Nya yang senantiasa menyertai sepanjang proses penulisan ini. Apresiasi juga disampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Semoga hasil karya ini dapat memberikan sumbangsih yang berarti bagi pengembangan ilmu di bidang kesehatan, khususnya keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Ayu Putri Laksmidewi, A., & Tjandra Dewi, V. (2022). Classic and Traditional Music Role in Cognitive Function and Critically Ill Patients. In *Music in Health and Diseases*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.98698>
- Akelma, F. K., Altinsoy, S., Nalbant, B., Özkan, D., & Ergil, J. (2024). Comparison of classical and patient-preferred music on anxiety and recovery after inguinal hernia repair: a prospective randomized controlled study. *Perioperative Medicine*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s13741-024-00434-3>
- Anwari, M., . N., & Ilmi, B. (2023). The Effect of Classical Music Therapy on Blood Pressure Reduction in Hypertension in the Elderly at Tresna Werdha Budi in South Kalimantan Province. *KnE Medicine*. <https://doi.org/10.18502/kme.v3i3.13526>
- Cao, M., & Zhang, Z. (2023). Adjuvant music therapy for patients with hypertension: a meta-analysis and systematic review. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 23(1), 110. <https://doi.org/10.1186/s12906-023-03929-6>
- Chatterjee, S., & Mukherjee, R. (2020). Evaluation of the Effects of Music Therapy Using Todi Raga of Hindustani Classical Music on Blood Pressure, Pulse Rate and Respiratory Rate of Healthy Elderly Men. *Journal of Scientific Research*, 64(01), 159–166. <https://doi.org/10.37398/jsr.2020.640123>
- Darki, C., Riley, J., Dadabhoy, D. P., Darki, A., & Garetto, J. (2022). The Effect of Classical Music on Heart Rate,

- Blood Pressure, and Mood. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.27348>
- Du, J., Shi, P., Fang, F., & Yu, H. (2022). Effect of music intervention on subjective scores, heart rate variability, and prefrontal hemodynamics in patients with chronic pain. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.1057290>
- Genisa, G., Yuliza, E., & Gunardi, S. (2023a). The Effect of Classical Music Therapy and Deep Breathing Relaxation Therapy on Lowering Blood Pressure in Hypertension Sufferers in RW 001 Samba Danum Village, Katingan Tengah District, Central Kalimantan Year 2022. *Journal of Complementary Nursing*, 2(2), 172–179. <https://doi.org/10.53801/jcn.v2i2.111>
- Genisa, G., Yuliza, E., & Gunardi, S. (2023b). The Effect of Classical Music Therapy and Deep Breathing Relaxation Therapy on Lowering Blood Pressure in Hypertension Sufferers in RW 001 Samba Danum Village, Katingan Tengah District, Central Kalimantan Year 2022. *Journal of Complementary Nursing*, 2(2), 172–179. <https://doi.org/10.53801/jcn.v2i2.111>
- Godjali, H. A., Haryanto, H., & Sungono, V. (2023). *The Role of Classical Music Therapy on Dysmenorrhea Pain and Anxiety in Pelita Harapan University Medical Students*.
- Handono, K., Rahman, F., Bahri, S., Siswanto, H., Keperawatan, F., Nurul, U., Probolinggo, J., Bondowoso, P. I., & Koesnadi Bondowoso, R. D. (2020). The Effectiveness of Warm Water Soak Therapy on Feet and Classical Music Therapy on Blood Pressure of Hypertensive Clients at Puskesmas Ijen Bondowoso. *JURNAL MIDPRO*, 12(02). <http://jurnalkesehatan.unisla.ac.id/index.php/midpro>
- Liang, J., Tian, X., & Yang, W. (2021). Application of Music Therapy in General Surgical Treatment. *BioMed Research International*, 2021(1). <https://doi.org/10.1155/2021/6169183>
- Matha Sams, L., & Balamurugan, G. (2025). *Effectiveness of Music Therapy on Physiological Parameters Among Mechanically Ventilated Patients: A Systematic Review*.
- Mathew, E., & Mukkadan, J. K. (2021). The Therapeutic Effect of Music on Oxidative Stress Markers and Anxiety in Hypertension. *Journal of Pharmaceutical Research International*, 825–833. <https://doi.org/10.9734/jpri/2021/v33i47B33189>
- Raglio, A., Maestri, R., Robbi, E., Pierobon, A., La Rovere, M. T., & Pinna, G. D. (2022). Effect of Algorithmic Music Listening on Cardiac Autonomic Nervous System Activity: An Exploratory, Randomized Crossover Study. *Journal of Clinical Medicine*, 11(19), 5738. <https://doi.org/10.3390/jcm11195738>
- Rahgoi, A., Mohammadzadeh Zarankesh, S., Kasaeizadeghan, S. S., & Naghibeiranvand, M. (2021). Effect of Classical Music on Physiological Characteristics and Observational and Behavioral Measures of Pain in Unconscious Patients Admitted to Intensive Care Units. *Complementary Medicine Journal*, 10(4), 368–379. <https://doi.org/10.32598/cmja.10.4.1016.1>
- Siragusa, M. A., Brizard, B., Dujardin, P.-A., Révéniéras, J.-P., Patat, F., Gissot, V., Camus, V., Belzung, C., El-Hage, W., Wosch, T., & Desmidt, T. (2020). When classical music relaxes the brain: An experimental study using Ultrasound Brain Tissue

- Pulsatility Imaging. *International Journal of Psychophysiology*, 150, 29–36.
<https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2020.01.007>
- Sovianti, V., Wening Saraswanti, G., Puspitasari, E., Cobalt Angio, M. S., Juwariyah, S., & Nafisah, M. (2024.). *Article Reducing Depression with Classical Music Therapy in Chronic Kidney Failure Patients Undergoing Hemodialysis*.
<https://jhsr.sabdaedupress.org/index.php/journal>
- Wannamool, O., Phoglin, P., Changsap, M., & Bangsumruaj, B. (2023). *Alteration in cardiac autonomic activity during listening to Thai classical music in male subjects*. <https://li01.tci-thaijo.org/index.php/sehs>
- Xiao, Y., & Watson, M. (2017). Guidance on Conducting a Systematic Literature Review. *Journal of Planning Education and Research*, 39(1), 93–112.
<https://doi.org/10.1177/0739456X17723971>
- Yan, J., Liu, J., Wang, J., Chen, W., & Hu, J. (2025). Effects of music therapy on physiological response and anxiety in perioperative ophthalmic patients: a systematic review. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25(1), 72.
<https://doi.org/10.1186/s12906-025-04815-z>.