

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah.

Hemodialisa adalah salah satu penanganan penderita penyakit gagal ginjal kronik (Profil Kesehatan Indonesia, 2015). Hasil survei yang diperoleh menurut Indonesia Renal Registry (2016) menunjukkan bahwa didapatkan sebanyak 98% pasien menjalani terapi Hemodialisa dan 2% dengan terapi Peritoneal Dialisis (Kemenkes, 2018). Terapi Hemodialisa berlangsung dalam waktu yang lama sehingga tak jarang di temukan masalah psikososial pada pasien, masalah psikososial yang sering di temukan adalah depresi (Tezel, 2011) dan kecemasan (Bossola, 2009). Pada penelitian (Galea, 2008) dan (Carmin, 2012) masalah psikososial seperti depresi dan kecemasan sangat berpengaruh pada penurunan kualitas tidur pasien. Kualitas tidur pasien dapat ditingkatkan dengan murottal Al-Qur'an yang sebelumnya telah diteliti oleh (Pratiwi & Hasneli, 2015). Murottal Al-Qur'an surah Ar-Rahman yang diperdengarkan menghasilkan gelombang alfa dan delta yang dapat mempengaruhi kualitas tidur (Heru, 2008) selain itu surah Ar-Rahman yang terdiri dari 78 ayat, memiliki maknasilifat kasih sayang dan kemurahan Tuhan kepada HambaNya, yang dimana terdapat ayat yang diulangi sebanyak 31 kali yakni " Maka nikmat Tuhan kamu Manakah yang kamu dustakan" yang memberi pelajaran bahwa untuk selalu bersyukur atas apa yang diberikan Tuhan kepada hambaNya (Oken, 2004). Namun, belum ada penelitian tentang

pengaruh mendengarkan murottal surah Ar-Rahman terhadap kualitas tidur pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit Islam Sultan Agung.

Ahmad dkk.(2013) memaparkan hingga 80% pasien hemodialisa terdapat beberapa tingkat gangguan tidur.Tingkat insomnia dari 50% hingga 75%. Pada penelitian (Murtagh, Addington, 2007) menjelaskangangguan tidur yang terjadi pada populasi hemodialisa sekitar 44%. Pada studi terdahulu di poli ginjal dan hipertensi RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado diperoleh hasil 5 dari 5 pasien hemodialisa mengalami gangguan tidur.(Althasian, 2013).Kesulitan tidur pada pasien hemodialisa terjad karena peningkatan Hormon ACTH, yang yang dimana hormon tersebut akan merangsang produksi hormon-hormon stress seperti adrenalin dan kortisol yang dimana hormon tersebut memberi efek ketegangan pada fisik maupun mental sehingga seorang individu terjadi kesulitan untuk memulai tidur(Smeltzer *et al*, 2010).

Kualitas tidur yang buruk pada penderita penyakit gagal ginjal kronik dapat berpengaruh pada kualitas hidup dan dapat memperberat penyakit tersebut, sehingga perlu dilakukan penanganan.Penanganan nonfarmakologis gangguan tidur seperti insomnia diantaranya adalah memperbaiki keteraturan tidur, terapi psikologi dan terapi relaksasi. Ada beberapa metode terapi relaksasi semisal dengan cara bernafas dalam dan panjang, relaksasi otot, latihan berserah diri, terapi musik. Salah satu lantunan yang dapat membuat relaks pendengarnya adalah Murottal Al-Qur'an (Widayarti, 2011).

Mendengarkan murottal Al-Qur'an akan mengurangi ketegangan otot saraf memberikan efek penyembuhan secara jasmani dan rohani (Yana, 2015), mendengarkan murottal Al-Qur'an juga mampu menurunkan hormon ACTH yang berpengaruh pada penurunan kualitas tidur (Pratiwi & Hasneli, 2015). Penurunan ACTH ditimbulkan dari mendengarkan murottal Al-qur'an Surah Ar-Rahman yang merangsang stimulasi aktivitas hipotalamus sehingga menurunkan aktifitas sistem saraf simpatis dengan menurunkan aktivitas dan reaktivitas *system sympathoadrenal* dan *hipotalamus pituitary adrenal* (HPA) yang menghambat pengeluaran *corticotropinreleasing hormone* (CRH), sehingga kelenjar *pituitary* akan menghambat pengeluaran *adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) untuk menghambat produksi hormon-hormon stres seperti adrenalin dan kortisol yang akan memicu serangkaian perubahan fisiologis tubuh (Smeltzer *et al*, 2010). Pada penelitian (Faisal, 2016) terdapat peningkatan kualitas tidur yang signifikan pada peserta lanjut usia yang telah mendapatkan terapi Murrotal Al Qur'an. Murrotal Al-Qur'an yang diperdengarkan adalah surah Ar-Rahman karena menurut (Pramisiwi, 2011) surah tersebut memiliki efek terapeutik. Hal ini juga sudah dijelaskan pada Al-Qur'an "Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian" (*QS. Al-Israa': 82*), maka salah satu cara mengingat Allah yaitu dengan mendengarkan atau membaca ayat Al-Qur'an.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang pengaruh mendengarkan murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalankan terapi hemodialisa di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, adapun rumusan masalah dapat disimpulkan “Apakah terdapat pengaruh mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalankan terapi hemodialisa di Rumah Sakit Islam Agung, Semarang ?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap kualitas pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalankan Hemodialisa di Rumah Sakit Islam Agung, Semarang.

1.3.2. Untuk Tujuan Khusus

1.3.2.1. Untuk mengetahui kualitas tidur sebelum dan sesudah mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman

1.3.2.2. Untuk mengetahui kualitas tidur pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber penelitian selanjutnya terkait perihal masalah kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik menjalankan hemodialisa.

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu pilihan alternatif dalam intervensi untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalankan hemodialisa yang efektif dan efisien.