

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Subjek Penelitian

Subyek penelitian yang menjadi partisipan dalam penelitian ini berjumlah lima orang penderita hipertensi esensial yang terdiri dari 4 perempuan dan 1 laki-laki dengan kisaran usia antara 53 sampai 67 tahun. Pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*. Penentuan jumlah dan kriteria subyek tersebut didasarkan pada karakteristik yang telah ditentukan berdasar diagnosis dokter dan rekomendasi dari pihak Puskesmas Bendilwungu berdasarkan nilai tekanan darah para subyek. Berikut adalah data tekanan darah subjek yang diperoleh:

Tabel 4.1

Nilai Tekanan Darah Subyek

Nama Subjek	Nilai Tekanan Darah (Sistol/Diastol)	Klasifikasi Tekanan Darah
ST	180/120	Tingkat 2
AS	155/90	Tingkat 1
YN	185/100	Tingkat 2
KS	180/100	Tingkat 2
SM	155/100	Tingkat 2 Diastolik

Proses penentuan subyek diawali dengan seleksi yang dilakukan pihak Puskesmas terhadap para pasien yang menderita hipertensi. Pihak Puskesmas perlu melakukan seleksi karena harus melakukan diagnosa dan meneliti data pasien yang memenuhi persyaratan sebagai subyek penelitian. Setelah itu

pasien dilimpahkan kepada peneliti untuk diseleksi lagi sesuai kriteria subyek yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

B. Deskripsi Data Kuantitatif

1. Hasil Analisis Kuantitatif Sebelum dan Sesudah Intervensi

Pada bagian ini akan dipaparkan dua macam data hasil penelitian, yaitu data hasil pengukuran tekanan darah sistol dan hasil pengukuran tekanan darah diastol sebelum dilakukan intervensi (*pre-test*) dan data hasil pengukuran sesudah dilakukan intervensi (*post-test*). Berikut adalah paparan data yang diperoleh:

Tabel 4.2

Rekapitulasi Hasil Pre-test dan Post-test

Nama Subjek	Tekanan darah Pre-Test (Sistol/Diastol)	Klasifikasi Tekanan Darah	Tekanan Darah Post-Test (Sistol/Diastol)	Klasifikasi Tekanan Darah
ST	180/120	Tingkat 2	165/100	Tingkat 2
AS	155/90	Tingkat 1	140/80	Tingkat 1
YN	185/100	Tingkat 2	160/88	Tingkat 2 Sistolik
KS	180/100	Tingkat 2	145/90	Tingkat 1
SM	155/100	Tingkat 2 Diastolik	150/100	Tingkat 1

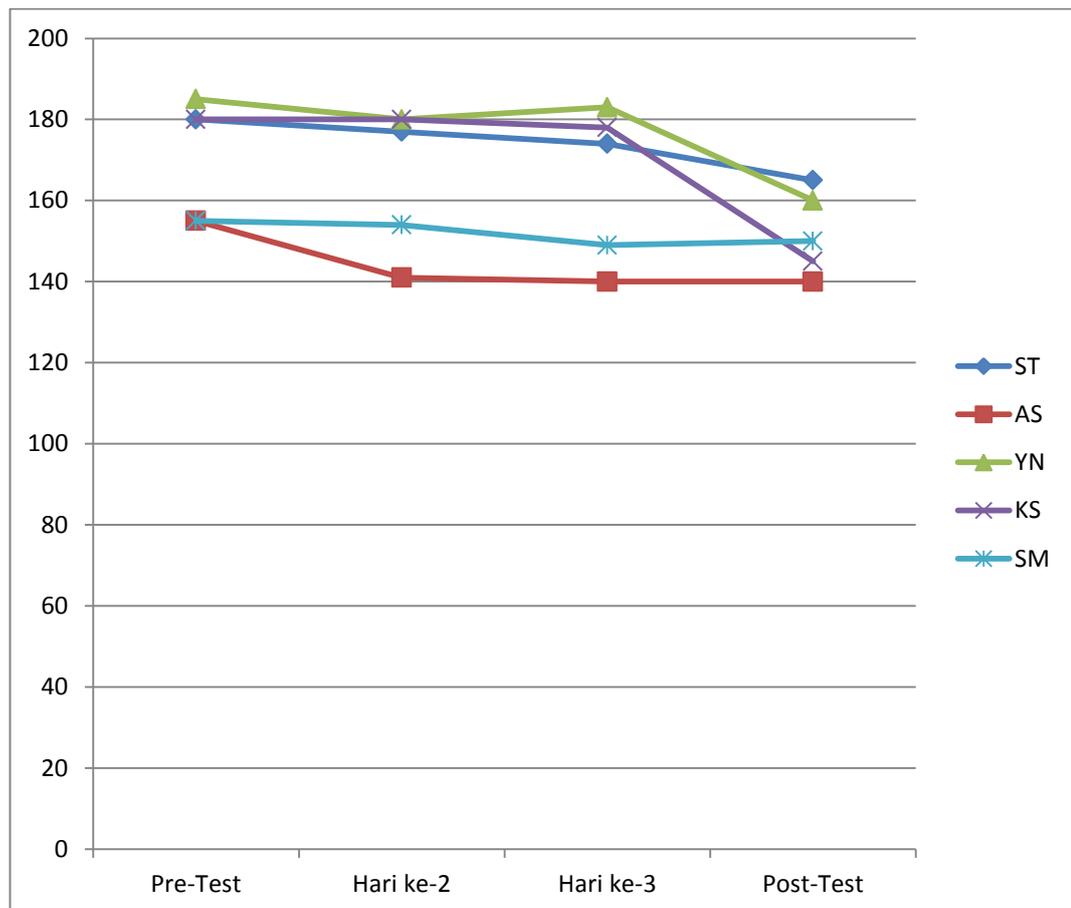
Agar hasil lebih representatif, peneliti melakukan pengukuran tekanan darah tidak hanya sebelum dan setelah rangkaian intervensi selesai diberikan namun juga pada hari ke-dua dan ketiga setelah rangkaian sesi intervensi dilakukan. Dari pengukuran tersebut maka dapat dipresentasikan

dinamika tekanan darah sistol dan diastol para partisipan dalam dua grafik di bawah ini:

Gambar 4.1

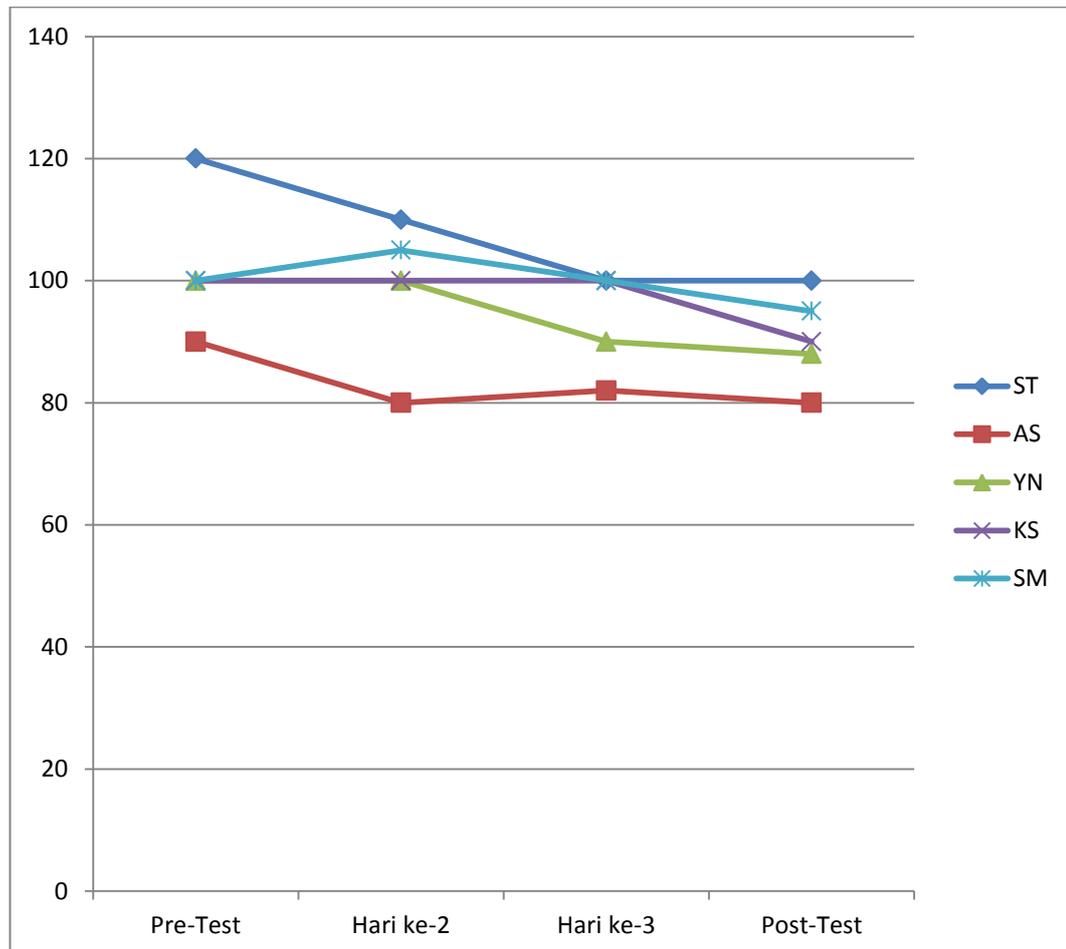
Grafik Perbandingan Tekanan Darah Sistolik

Pre dan Post-Test



Dari grafik di atas dapat diketahui dinamika tekanan darah para subjek sejak sebelum hingga setelah intervensi diberikan. Data dalam grafik menunjukkan adanya perbedaan nilai tekanan darah sistolik antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Gambar 4.2
Grafik Perbandingan Tekanan Darah Diastolik
Pre dan Post-Test



Dari grafik di atas dapat diketahui dinamika tekanan darah para subjek sejak sebelum hingga setelah intervensi diberikan. Data dalam grafik menunjukkan adanya perbedaan nilai tekanan darah diastolik antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Berdasarkan data yang telah diperoleh tersebut, kemudian dilakukan analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Uji wilcoxon digunakan untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan dari dua data, apakah terdapat perbedaan atau tidak pada subyek yang mendapat intervensi. Karena setiap data terdiri dari dua bagian yaitu data tekanan darah sistolik dan diastolik, maka pengujian dilakukan pada masing-masing bagian data tersebut. Dari hasil uji Wilcoxon diperoleh data *wilcoxon signed rank test*, sebagai berikut:

Tabel 4.3

Deskripsi *Positive-Negative Ranks Test*

Tekanan Darah Sistolik Subjek Penelitian

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Test -	Negative Ranks	5 ^a	3,00	15,00
Pre_Test	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. Post_Test < Pre_Test

b. Post_Test > Pre_Test

c. Post_Test = Pre_Test

Dari hasil uji Wilcoxon tersebut dapat disimpulkan bahwa *negative ranks* atau selisih antara *pre-test* dan *post-test* yang bernilai negatif sebanyak lima subjek. Dengan demikian seluruh subjek penelitian memiliki nilai *post-test* lebih kecil dari *pre-test* dengan nilai *mean rank* perbedaan *pre* dan *post-test* sebesar 3,0. Hal ini menunjukkan bahwa nilai tekanan darah sistol pada lima subjek penelitian menurun setelah diberikan intervensi REBT berbasis *tazkiyatun nafs*.

Kesimpulan yang sama juga didapatkan dari hasil uji Wilcoxon pada data tekanan darah diastol sebagaimana ditunjukkan pada tabel di bawah ini. Perbedaan nilai *mean rank* yang diperoleh yaitu sebesar 3,0. Dari paparan dua hasil uji ini dapat diketahui bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik dari lima subyek tersebut mengalami penurunan setelah diberikan intervensi.

Tabel 4.4

Deskripsi *Positive-Negative Ranks Test*

Tekanan Darah Diastolik Subjek Penelitian

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Test -	Negative Ranks	5 ^a	3,00	15,00
Pre_Test	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. Post_Test < Pre_Test

b. Post_Test > Pre_Test

c. Post_Test = Pre_Test

2. Uji Hipotesis

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk menjawab hipotesa penelitian mengenai pengaruh intervensi REBT berbasis *tazkiyatun nafs* terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi esensial di Puskesmas Bendilwungu. Untuk pengujian hipotesis, peneliti menggunakan uji statistik Wilcoxon. Sama pada uji sebelumnya, pengujian hipotesis juga dipisahkan berdasarkan data tekanan darah sistolik dan diastolik dengan

harapan mampu mendapatkan hasil yang jelas. Dari pengujian tersebut didapatkan hasil sebagaimana yang tercantum dalam dua tabel berikut:

Tabel 4.5
Hasil Uji Statistik Wilcoxon
Tekanan Darah Systolik

Test Statistics ^a	
	Post_Test - Pre_Test
Z	-2,032 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,042

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil uji statistik di atas, diperoleh nilai $Z = -2,032$, dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,042 ($<0,05$) yang berarti bahwa pemberian intervensi REBT berbasis *tazkiyatun nafs* memiliki pengaruh cukup baik terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi esensial di Puskesmas Bendilwungu

Tabel 4.6
Hasil Uji Statistik Wilcoxon
Tekanan Darah Diastolik

Test Statistics ^a	
	Post_Test - Pre_Test
Z	-2,032 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,042

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil uji statistik data tekanan darah diastolik di atas, diperoleh hasil yang sama yaitu nilai $Z = -2,032$, dengan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,042 ($<0,05$) yang berarti bahwa pemberian intervensi REBT berbasis *tazkiyatun nafs* memiliki pengaruh cukup baik terhadap penurunan tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi esensial di Puskesmas Bendilwungu.

C. Deskripsi Data Kualitatif

Data penelitian kualitatif diperoleh dari hasil observasi secara langsung selama proses terapi dan self monitoring terhadap perubahan perilaku sehari-hari subjek. Selain itu, data kualitatif juga diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan pada akhir rangkaian sesi harian. Data kualitatif dalam penelitian ini digunakan sebagai pelengkap dari data utama yaitu data kuantitatif. Berikut adalah pemaparan hasil penggalan data kualitatif dari masing-masing subjek:

Tabel 4.7

Perubahan Pikiran Irrasional-Rasional

Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Nama	Pikiran Irrasional dan Tidak Konstruktif Sebelum Intervensi	Pikiran Rasional dan Konstruktif Setelah Intervensi
1	ST	Khawatir dengan masa depan anak karena anak saya tidak mampu memikirkan masa depannya	Saya sadar bahwa semua itu butuh proses dan saya akan selalu mendoakan
2	AS	Semua orang harus berperilaku sesuai dengan yang saya harapkan	Lebih baik saya lebih memahami orang lain

3	YN	Takun dimusuhi suami dan khawatir dengan anak-anak dan cucu ketika saya meninggal nanti	Keluarga saya baik-baik saja, anak-anak saya sudah mapan dan mandiri
4	KS	Tidak percaya dengan suami karena tidak menafkahi dengan cukup	Walaupun begitu, suami saya orang yang rajin dan bertanggung jawab
5	SM	Sering merasa cemas dan was-was karena pernah dijambret. Saya takut di rumah sendirian, masih trauma.	Saya yakin tidak semua orang jahat dan orang di lingkungan saya baik-baik

a. Subjek ST

Masalah yang menurut subjek paling dominan adalah kekhawatiran terhadap masa depan anak-anaknya. Subyek merasa gagal, tidak puas dan kecewa bila anaknya kelak tidak mampu hidup secara layak. Kekhawatiran subyek tersebut dimulai ketika mengetahui anak pertamanya yang telah lulus kuliah namun tidak mau mencoba mencari pekerjaan di instansi terutama lembaga negara dan memilih untuk menjadi wiraswasta yang memiliki pekerjaan berat.

Dari ketidak-puasan subyek terhadap anak pertamanya membuat ia mengasosiasikan hal yang sama terhadap anaknya yang lain. Ia menjadi khawatir bila anaknya yang lain akan mengalami hidup yang serba kesusahan pada masa mendatang. Subyek semakin khawatir dengan anaknya yang lain dan takut hanya bisa menjadi pekerja kasar seperti anak pertama subyek. Kadang subyek juga mudah marah karena hal-hal sepele seperti ketika cucunya nakal.

Setelah mengikuti sesi terapi, subyek mengalami perubahan kognitif dari semula yang sering berprasangka buruk menjadi lebih positif dalam

memaknai kekhawatirannya. Subyek lebih percaya diri dan memahami bahwa kehidupan yang dijalani anak-anaknya butuh proses dan tahapan yang harus dilalui untuk menjadi sukses.

b. Subjek AS

Subyek memiliki perasaan yang sangat sensitif terhadap perilaku orang disekitarnya. Sering kali hal ini membuatnya berburuk sangka hanya karena, contohnya, temannya tidak menyapa ketika bertemu di jalan. Hal semacam itu sudah membuat subyek berpikir keras dan khawatir atas kemungkinan kadanya kesalahan yang ia lakukan dan hal semacam itu sering terjadi. Kekhawatiran subjek semacam ini sering membuatnya sulit tidur dan menghabiskan berjam-jam waktu istirahatnya hanya untuk mencari-cari pokok permasalahannya.

Subyek juga memiliki kemauan yang kuat dan cukup perfeksionis. Ini ditunjukkan dari cerita subyek sendiri yang didukung keterangan dari sumber lain yang menyatakan bahwa subyek sering jengkel dan marah bila melihat sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginannya. Selain faktor tersebut, subyek juga sering kelelahan karena aktifitasnya sebagai pemangku masjid dan pembimbing calon jamaah haji. Dan sekalipun waktu bimbingan dilakukan di rumahnya, tetap saja subyek sering merasa lelah karena harus melayani calon jamaah sedangkan kondisinya semakin renta.

Rasa khawatir dan sifat yang terkesan perfeksionis dari subyek membuatnya sulit tidur dan berpikir sepanjang malam sehingga ia kurang

istirahat. Ditambah lagi banyaknya aktifitas yang dijalani semakin memperparah hipertensinya. Subyek sendiri telah mengalami dua kali serangan stroke, namun untungnya subyek dapat pulih dengan baik sehingga masih mampu melakukan banyak aktifitas lagi.

Setelah mengikuti rangkaian sesi terapi, subyek mampu mengganti pikirannya yang negatif menjadi lebih positif dan membangun. Subyek mampu memahami dan meyakini bahwa semua orang mampu menerimanya. Subyek juga menyadari bahwa dalam kehidupan sosial ia memang harus menghargai dan berprasangka baik kepada orang lain. Perasaan tenang, cerah, dan terberkati dirasainya semakin nyata sebab dari pemahaman yang lebih konstruktif. Subyek merasa sangat senang dan antusias selama mengikuti sesi terapi dan khususnya karena ia mendapat materi pelatihan dzikir nafas yang kemudian sering ia gunakan untuk meredakan gejolak emosi dan pikiran yang kadang muncul.

c. Subjek YN

Subjek YN memiliki permasalahan rumah tangga, ia sering berbeda pendapat dengan suaminya. Subyek merasa sang suami juga sering berkata kasar kepadanya. Walau demikian, ia tidak berani mengutarakan perasaannya tersebut dan memilih untuk memendamnya sendiri. Sesekali subyek menangis dalam sesi intervensi ketika menceritakan berbagai permasalahannya tersebut. Selain itu, subyek juga memiliki kekhawatiran terhadap keluarganya yang lain, cucu dan anak-anaknya. Untuk masalah

hipertensi, subyek merasa kesulitan menghindari makanan yang menjadi pantangan penderita hipertensi yaitu makanan bersantan.

Setelah pemberian intervensi, subyek menunjukkan beberapa perubahan kognisi ke arah yang lebih konstruktif. Kini subjek sadar bahwa; walaupun memiliki masalah dengan suaminya, rumah tangga subyek tetap baik-baik saja. Subyek menilai permasalahannya tidak begitu besar dan masih bisa diatasi dn anak-anaknya sudah mapan sehingga tidak perlu dikhawatirkan lagi.

d. Subjek KS

Hampir sama dengan subyek YN, KS juga memiliki permasalahan keluarga. Ia tidak suka dengan perilaku suaminya yang suka merokok dan kurang memberi nafkah padanya. Hal tersebut membuat subyek merasa sebal, berpikir buruk dan khawatir. Ia sangat menyayangkan uang yang digunakan suaminya untuk merokok. Berulang kali subyek menegur agar suaminya merokok tapi tidak ada hasilnya, suami subyek tetap merokok walau tidak secara terang-terangan. Peneliti meyakini permasalahan ini muncul akibat subyek merasa suaminya tidak memberi nafkah yang cukup padanya. Hal itu pula yang membuat subyek tidak memiliki kepercayaan pada sang suami.

Perubahan pola pikir terjadi setelah subyek menjalani sesi terapi, ia mampu merubah prasangka buruknya terhadap suami dan diganti dengan yang lebih positif. Sebagai contoh, subyek berpikir walau bagaimanapun juga, sang suami adalah orang yang baik, bertanggung jawab dan rajin

bekerja. Subyek tidak lagi menghawatirkan masalah nafkah karena anak-anaknya yang sudah mapan mampu merawatnya.

e. Subjek SM

Pertama kali diketahui subjek memiliki penyakit hipertensi adalah setelah ia menjadi korban penjambretan yang terjadi di depan rumahnya. Dari situ bisa diasumsikan bahwa kejadian tersebut membuatnya stress dan tekanan darahnya meningkat.

Subyek mengalami trauma dan sering merasa was-was ketika keluar rumah. Sering kali subyek merasa takut sendirian di rumah. Ia mengatakan bahwa itu karena ia khawatir ada penjahat masuk rumah dan menganiaya dirinya. Selain itu subyek juga menjadi mudah kaget dan takut melihat orang yang dianggapnya mencurigakan karena itu membuatnya ingat kejadian penjambretan yang pernah ia alami.

Subyek pernah mengalami pendarahan pada saluran pernapasan atas yang diduga akibat pecahnya pembuluh darah akibat tekanan darah. Berdasarkan konsultasi subyek dengan dokter yang merawatnya, hal itu lebih baik daripada pembuluh darah tersebut pecah di area otak karena dapat mengakibatkan stroke.

Setelah pemberian intervensi, subyek mampu mengubah pikiran negatifnya menjadi lebih positif, tenang, dan mampu berpikir jernih. Perasaannya yang semula mudah kaget dan was-was menjadi berkurang. Ia memiliki keyakinan bahwa tak semua orang melakukan kejahatan dan banyak juga orang-orang baik di lingkungan tempat tinggalnya. Subyek juga

lebih memahami tentang penyakitnya dan mengerti cara penanggulangannya. Subyek merasa sangat tenang setiap setelah melakukan relaksasi dzikir nafas sehingga ini menjadi “senjata”-nya bila setiap saat rasa was-was itu muncul lagi.