

# Pengaruh Film Horor dengan Penyakit Jantung

Category: Opini

written by Redaksi | 25/06/2024



**\*Oleh: dr. Zakiaturrahmi, M. Kes., AIFO-K**

Jantung merupakan organ vital yang berfungsi sebagai pemompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi ke seluruh tubuh. Apabila jantung mengalami gangguan, peredaran darah dalam tubuh dapat terganggu sehingga menjaga kesehatan jantung sangatlah penting agar terhindar dari berbagai jenis penyakit jantung.

Jantung bertugas memompa darah dan mengalirkan ke seluruh tubuh, begitu pula jantung mengalirkan darah ke otak untuk nutrisi dan fungsi fisiologis otak.

Uniknya, selain secara fisiologi bertugas memompa darah, Allah menciptakan jantung sebagai alat “perasa”, seolah-olah jantung mempunyai “rasa” terhadap situasi yang dilihat, dialami dan didengar.

Jantung merupakan navigator bagi manusia. Pada kondisi tertentu manusia akan merasakan suatu perasaan yang bermacam-macam seperti: rasa bahagia, menangis, takut, khawatir, marah dan sebagainya, maka rangsangan impuls saraf dari otak akan mempengaruhi kinerja jantung.

Kita sering mengalami perubahan detak jantung ketika ada emosi tertentu, sehingga aliran darah juga ikut berubah. Otak dan jantung saling berkoordinasi secara signifikan sebagaimana otak merespon dunia luar.

Perkembangan ilmu, menimbulkan ketertarikan seorang Ilmuwan yang melakukan pengamatan terhadap hubungan otak dan jantung.

Penelitian Dr. J. Andrew Armour menemukan jantung mempunyai sistem saraf intrinsik yang kompleks (complex intrinsic nervous system). Sel saraf ini mampu mendeteksi adanya perubahan hormon, zat kimia saraf dan informasi yang berada di jantung.

Jantung memiliki bioelektrikal (listrik biologis) yang menjadi sumber energi keberlangsungan kehidupan organ tubuh. Jantung dalam menjalankan fungsinya, titik awal listrik tersebut ada pada SA node, yang kemudian membangun jaringan komunikasi yang terhubung ke seluruh tubuh, pikiran, jiwa, emosi dan sifat rohaniyah berupa sinyal bioelektris, sehingga hubungan otak dan jantung terjalin suatu informasi yang dilihat atau didengar diterima oleh otak dalam bentuk persepsi kemudian diproses, selanjutnya otak mengirim informasi tersebut melalui saraf ke jantung.

Melalui sistem bioelektrikal, jantung menerima informasi dan melibatkan "rasa" terhadap hasil akhir "proses informasi" berupa: rasa sedih, bahagia, gembira dan sebagainya.

Fungsi jantung setara dengan fungsi otak dalam memahami dan berpikir Al Qur'an surah Al Hajj ayat 46 menjelaskan bahwa "jantung" dalam istilah kedokteran adalah "hati": Artinya : "Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? Karena sesungguhnya – bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta, ialah hati yang didalam dada".

Di era globalisasi yang terus berkembang saat ini, film bisa menjadi media yang berperan penting dalam menanamkan pesan-pesan yang positif maupun negatif bagi penontonnya.

Film merupakan media komunikasi yang paling efektif untuk menyampaikan suatu pesan. Pesan dalam film dapat berbentuk apa saja, tergantung dari misi film tersebut.

Berdasarkan pada pencapaiannya yang menggambarkan realitas,

film dapat memberikan imbas secara emosional dan popularitas. Film dapat memberikan pengaruh yang besar sekali pada jiwa manusia.

Dalam suatu proses menonton sebuah film terjadi suatu gejala yang disebut oleh ilmu jiwa sosial sebagai 'identifikasi psikologi' yaitu seseorang akan merasa terlibat dengan tokoh yang ditampilkan sehingga ia ikut merasa apa yang dirasakan tokoh tersebut.

Kekuatan dan kemampuan sebuah film menjangkau banyak segmen sosial, membuat film memiliki potensi untuk mempengaruhi khalayak. Penonton akan sangat mudah terbawa suasana dalam alur cerita sebuah film, tergantung dari genre cerita yang akan ditonton.

Film horor merupakan sebuah genre yang berkembang dalam film horor ini memberikan rasa ketakutan dan ketegangan pada penontonnya. Rasa takut dan stress saat menonton bisa memicu penyempitan pembuluh darah yang tentu akan berbahaya bagi kesehatannya.

Menonton film horor akan meningkatkan denyut jantung hingga 15 kali dalam 1 menitnya. Saat seseorang dihadapkan rasa takut, organ di dalam otak besar yang berfungsi dalam mengatur emosi dan ingatan yang berhubungan dengan rasa takut dan bahagia yang disebut amigdala akan mengaktifkan sistem saraf dan mengirimkan sinyal rangsangan ke area otak memulai respon fight-or-flight untuk melindungi atau menyelamatkan diri jika ada ancaman atau bahaya yang nyata.

Respon fight-or-flight ini juga merangsang beberapa organ, seperti jantung, paru-paru, dan kelenjar adrenal, untuk bekerja lebih cepat sehingga detak jantung akan lebih cepat, napas yang tersengal-sengal, serta respons stres karena pelepasan hormon adrenalin oleh kelenjar adrenal.

Hormon adrenalin memiliki berbagai efek bagi tubuh di antaranya adalah peningkatan denyut jantung, peningkatan

frekuensi nafas, keringat dingin, peningkatan tekanan darah, pupil mata membesar, kelopak mata terbuka, merinding, peningkatan metabolisme tubuh dan peningkatan rasa cemas.

Menurut American Psychological Association (APA), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya).

Kecemasan dapat menyebabkan respon sistem kardiovaskuler seperti palpitasi, jantung berdebar, rasa ingin pingsan, penurunan tekanan darah dan penurunan denyut nadi. Cemas pada pasien penyakit jantung koroner (PJK) memungkinkan timbulnya masalah yang lebih berat terhadap jantung, terlepas dari kategori tingkat kecemasannya.

Cemas secara fisiologis dapat merangsang hipotalamus untuk bekerja secara langsung dalam sistem saraf otonom. Stimulasi oleh karena stress atau cemas dapat meningkatkan kerja dari sistem saraf simpatis yang merupakan bagian dari sistem saraf otonom yang berfungsi untuk meningkatkan frekuensi denyut jantung serta meningkatkan resistensi vaskular di dalam tubuh, kondisi ini memiliki pengaruh dalam meningkatkan beban kerja jantung sehingga kebutuhan oksigen jantung akan mengalami peningkatan.

Cemas memiliki korelasi positif dengan frekuensi angina pectoris (nyeri dada ketika otot jantung tidak mendapatkan suplai darah yang cukup, akibat penyempitan atau penyumbatan pada pembuluh darah arteri di jantung), sehingga semakin cemas maka pasien PJK akan lebih sering mengalami angina pectoris begitu pula sebaliknya semakin sering mengalami angina pectoris maka pasien PJK akan semakin merasakan cemas.

Semakin sering pasien PJK mengalami kecemasan hal ini akan semakin memperburuk kondisi fisik pasien. Efek buruk yang

terjadi antara lain sesak, nyeri dada, dan intoleransi aktivitas serta meningkatnya keterbatasan fisik, peningkatan frekuensi angina (nyeri dada), dan memperburuk stabilitas angina.

Kecemasan melibatkan perasaan takut, tegang, atau panik, atau pemikiran bahwa sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu.

Kecemasan berupa rasa takut dapat menyebabkan efek berupa respon terhadap sistem kardiovaskuler, antara lain palpitasi, jantung berdebar, rasa ingin pingsan, penurunan tekanan darah dan penurunan denyut nadi. Selain itu gejala psikologis juga dapat muncul yang dapat memperburuk kondisi jantung.

Penyakit yang dapat ditimbulkan dari rasa takut yang berlebihan, diantaranya gangguan panik. Gangguan panik mencakup munculnya serangan panik yang berulang dan tidak terduga. Serangan-serangan panik melibatkan reaksi kecemasan yang intens disertai dengan simptom-simptom fisik, seperti jantung yang berdebar-debar, nafas cepat, nafas tersengal atau kesulitan bernafas, banyak mengeluarkan keringat, dan terdapat rasa lemas dan pusing.

Jantung berdebar pada sebagian orang menandakan adanya gangguan pada kerja jantung, yang paling sering terjadi yaitu gangguan irama jantung. Pada kondisi ini, kelistrikan jantung yang awalnya normal sebanyak 60-100 kali per menit, mengalami gangguan.

Gangguan pada pembentukan atau penjalaran impuls listrik menimbulkan gangguan irama jantung yang disebut dengan aritmia. Secara garis besar aritmia terdiri atas dua kelompok yaitu bradiaritmia yang dicirikan dengan laju jantung yang terlalu lambat (kurang dari 60 kali per menit) dan takiaritmia yang dicirikan dengan laju jantung yang terlalu cepat (lebih

dari 100 kali per menit).

Aritmia seringkali tidak disadari oleh penderitanya dikarenakan aritmia terkadang tidak memiliki gejala apapun dan baru diketahui setelah adanya pemeriksaan pada jantung. Namun, pada beberapa kasus muncul berbagai kondisi seperti jantung berdebar, sesak nafas, pusing, mudah lelah bahkan dapat menyebabkan pingsan mendadak.

Umumnya aritmia tidaklah berbahaya, namun beberapa kasus dapat menyebabkan berbahaya apabila terjadi komplikasi seperti gagal jantung, stroke, bahkan kematian.

Menonton film horor terlalu sering dapat memicu peningkatan denyut jantung secara mendadak. Peningkatan denyut jantung akan membuat jantung membutuhkan oksigen yang lebih besar untuk berdenyut. Jika suplai darah terhadap jantung tidak baik, misalnya karena ada penyumbatan pembuluh darah jantung, maka jantung akan kekurangan oksigen dan dapat memicu terjadinya serangan jantung.

Masyarakat perlu adanya self filtering atau kemampuan memilih dan memilah tontonan yang bermanfaat. Oleh sebab itu berhati-hatilah dalam memilih tontonan agar tidak terbawa arus siaran media yang menyebabkan fisiologis tubuh terganggu.

***Penulis adalah Staf Pengajar di Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala (USK) dan S2 Ilmu Kedokteran Dasar Universitas Padjadjaran (Unpad).***