

PENGARUH MANTRAM GAYATRI TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT X DI DENPASAR

¹Ni Made Resiani, ²Ni Putu Dita Wulandari, ³Ni Komang Matalia Gandari

¹Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Bina Usada Bali Program Studi Sarjana Keperawatan

Email: maderesiani88@gmail.com

ABSTRAK

Jumlah penderita CKD yang menjalani hemodialisa tahun 2019 yaitu 15,6 juta penduduk yang mengalami depresi, 8% yang mencari pengobatan ke profesional. Angka depresi di Indonesia sekitar 17-25% dibanding angka epidemiologi di dunia adalah 5-10% setiap tahunnya. Di Bali terdapat 200.000 pasien yang menjalani hemodialisa dan pasien baru 430 orang perbulan. Dampak psikologis diantaranya mengeluh adanya kelemahan otot, merasa letih, ketidakstabilan emosi, tekanan psikologis(depresi) spiritual, beban keuangan dan kurang dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mantram gayatri terhadap tingkat depresi pada pasien hemodialisa di rumah sakit X di Denpasar. Studi berjenis kuantitatif, metodenya *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pre- test post –test design*. Data analisis menggunakan uji liliefort. Hasil penelitian didapatkan setelah diberikan terapi mantram gayatri dengan z hitung sebesar -5,375 dan nilai p=0.001. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh terapi mantram gayatri terhadap tingkat depresi pada pasien hemodialisa di rumah sakit X di Denpasar. Saran: perlu diterapkan tentang pentingnya terapi mantram gayatri khususnya bagi pasien hemodialisa untuk menurunkan tingkat depresi.

Kata kunci : Hemodialisa, depresi, mantram gayatri

ABSTRACT

The number of CKD sufferers who underwent hemodialysis in 2019 was 15,6 million people who experienced depression, 8% of whom sought treatment from professionals. In Bali there are 200.000 patients undergoing hemodialysis and only 430 patients per month. Psychological impact include complaining of muscle weakness, feeling tired, emotional instability, spiritual psychological pressure (depression). Financial burdens and lack of social support. This study aims to determine the effect of the gayatri mantram on the level of depression in hemodialysis patients at hospital X in Denpasar. The study is quantitative type, the method is pre-experimental with one group pre-test post-test design approach. Data analysis using the Liliefort test. The results obtained after being given *Gayatri mantram* therapy with z value of -5.375 and p value = 0.001 therefore it can be concluded that there was an effect of *gayatri mantram* therapy on depression level depression in hemodialysis patient at Hospital X in Denpasar. Suggestions: need to be applied about the importance of gayatri mantram therapy especially for hemodialisys patients to reduce the depression levels.

Key words: hemodialysis, depression, gayatri mantram

PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik (GGK) merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme dan gagal memelihara keseimbangan cairan dan elektrolit yang berakibat pada peningkatan ureum (Desfrimadona, 2016). Hemodialisa merupakan terapi pengganti utama pada pasien CKD yang berlangsung seumur hidup.

Respon dari pasien CKD dengan hemodialisa yaitu kondisi tubuh yang melemah dan ketergantungan pada mesin dialysis

menyebabkan penderita ketergantungan seumur hidup, fisik yang melemah, menimbulkan kelelahan, sakit kepala dan biaya yang dikeluarkan cukup mahal. Dampak pada pasien menjadi pesimis dan beranggapan hidup tidak akan bertahan lama, sehingga tidak sedikit pasien yang menjalani hemodialisa banyak yang merasa putus asa dan ingin menghentikan pengobatannya, depresi dan melakukan tindakan bunuh diri (Tentama *et al.*, 2019).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan metode *pre-experimental design*. Pemilihan subyek penelitian dilakukan dengan cara non-random dan tidak memiliki *control group* atau *comparison group*. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pre- test post –test design*.

Populasi pasien hemodialisa di Rumah Sakit X di Denpasar adalah rata – rata 40 orang sebulan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling* jenuh yaitu tehnik penentuan sampel dengan cara mengambil semua anggota populasi sebagai sampel (Nursalam 2015). Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 orang. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien yang sedang melakukan hemodialisa, pasien yang mampu berkomunikasi dengan baik, beragama Hindu, sadar penuh dan bisa baca tulis. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah pasien yang tidak sadar dan anak – anak.

Penelitian dilaksanakan di rumah sakit X di Denpasar pada bulan november – desember 2020. Penelitian ini menggunakan manusia sebagai subjek sehingga memiliki resiko ketidaknyamanan, sehingga sebelum melakukan penelitian diperlukan persetujuan etik dari komite etik penelitian. Uji etik dilakukan sebelum penelitian oleh Komisi Etik Penelitian Stikes Bina Usaha Bali. Setelah dinyatakan lulus uji etik NO:180/EA/KEPK-BUB-2020 peneliti mendapatkan pernyataan bebas dari masalah etik dan surat ijin untuk melakukan penelitian.

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur tingkat depresi dengan menggunakan BDI II. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *Beck Depression Inventory II* (BDI-II) karena Beck Skala BDI-II telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran depresi. Telah dibuktikan oleh peneliti Beck, Steer dan Brown pada tahun 2018 yang berjudul” Uji validitas

konstruk *beck depression inventory-II* (BDI-II)”Menguji reabilitas dan validitas menunjukkan konsistensi tertinggi yaitu 0,90. Maka alat ukur depresi valid digunakan dan sudah mempunyai nilai *contant validity indek* CVI 0,887 dikatakan realibel karena nilai reabilitasnya 0,70 sampai 0,90.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuesioner yang sudah baku untuk mengukur tingkat depresi dan dianggap sudah valid untuk dijadikan instrumen penelitian BDI II terdiri dari 21 kelompok pernyataan masing- masing menggambarkan tingkat intensitas gejala. Gejala depresi dikelompokkan dalam empat manifestasi yaitu;manifestasi emosional seperti perasaan sedih, menangis, mudah tersinggung, adanya perasaan pesimis, tidak puas dan perasaan bersalah. manifestasi kognitif yaitu perasaan gagal, kebencian, adanya penyimpangan citra tubuh.Manifestasi motivasional yaitu keinginan untuk bunuh diri, menarik diri dari lingkungan sosial, tidak mampu mengambil keputusan dan kemunduran dalam pekerjaan.manifestasi vegetative atau fisik yaitu adanya gangguan tidur, merasa lelah, kehilangan selera makan, penurunan berat badan, gejala psikosomatis dan kehilangan libido.

Prosedur pengumpulan data yaitu sebagai berikut, Peneliti melakukan pre-test kepada responden yang bersedia menjadi responden terkait tingkat depresi dengan menggunakan kuisisioner BDI II. Peneliti melakukan scoring tingkat depresi pasien. Peneliti melakukan treatment berupa mantram gayatri kepada responden yang sedang melakukan terapi hemodialisa, dilakukan oleh peneliti selama 15 menit. Selanjutnya peneliti melakukan post test dengan mengukur tingkat depresi responden setelah diberikan terapi mantram gayatri dengan menggunakan kuesioner BDI II. Peneliti melakukan scoring tingkat depresi setelah diberikan terapi mantram gayatri. Data yang terkumpul kemudian ditabulasi ke dalam matriks pengumpulan data yang telah dibuat sebelumnya oleh peneliti dan kemudian

dilakukan analisa data dengan bantuan komputer.

Tatalaksana terapi mantram gayatri dalam penelitian ini adalah mengecek dokumentasi dan program hemodialisa dan keadaan pasien, menyiapkan lingkungan yang *privacy* untuk pasien, memberi salam dan perkenalkan diri, menanyakan kepada pasien nama dan tanggal lahir dengan mencocokkan gelang identitas pasien, menjelaskan tujuan dilakukan terapi relaksasi mantram gayatri, menjelaskan pada

pasien dan keluarga bahwa pasien akan dilakukan terapi relaksasi mantram gayatri sesuai agama dan kepercayaan yang dianut, memberikan *inform consent* kepada pasien dan keluarga untuk menandatangani surat permintaan terapi relaksasi mantram gayatri, memberikan posisi yang nyaman kepada pasien duduk bersila dan mulai terapi mantram gayatri dilakukan sampai pasien merasa tenang.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.
Karakteristik Responden Penelitian

Variabel	Kategori	n	%
Umur	35-45	6	15
	46-55	15	37,5
	56-65	14	35
	>65	5	12,5
Jenis Kelamin	Laki-laki	25	62,5
	Perempuan	15	37,5
Tingkat Pendidikan	SD	2	5
	SMP	2	5
	SMA	34	85
	Akademi	2	5
Distribusi tingkat depresi sebelum diberikan terapi mantram Gayatri (<i>Pre-test</i>)	Normal	7	17,5
	Ringan	3	7,5
	Sedang	10	25
	Berat	20	50
Distribusi tingkat depresi sesudah diberikan terapi mantram Gayatri (<i>Post-test</i>)	Normal	10	25
	Ringan	15	37,5
	Sedang	5	12,5
	Berat	10	25

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden penelitian. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 46-55 tahun yaitu 37,5%. Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 62,5%. Sebagian besar responden merupakan tamatan SMA yaitu 85%. Tingkat depresi sebelum diberikan terapi

mantram Gayatri sebagian besar responden berada pada tingkat depresi berat yaitu 50%. Tingkat depresi sesudah diberikan terapi mantram Gayatri sebagian besar responden berada pada tingkat depresi ringan yaitu 37,5%.

Tabel 2.
Tingkat depresi Responden

Variabel	Mean	Min	Max	SD
Tingkat depresi sebelum diberikan terapi mantram Gayatri (<i>Pre-test</i>)	25,55	0	53	14,79
Tingkat depresi sesudah diberikan terapi mantram Gayatri (<i>Post-test</i>)	14,35	0	32	9,34

Pada tabel 2 menunjukkan diketahui nilai rerata tingkat depresi sebelum diberikan terapi mantram Gayatri (*Pre-test*) sebesar 25,55 dikategorikan berat. Nilai rerata tingkat

depresi sesudah diberikan terapi mantram Gayatri (*Post-test*) sebesar 14,35 dikategorikan ringan.

Tabel 3.

Hasil analisis mantram Gayatri terhadap tingkat depresi						
	n	min	max	mean	SD	P value
Nilai <i>pre-test</i>	40	0	53	25,55	14,796	0,001
Nilai <i>post-test</i>	40	0	32	14,35	9,341	

Pada tabel 3 menunjukkan nilai rata-rata hasil output sebelum diberikan terapi mantram gayatri sebesar 25,55, sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan terapi mantram gayatri sebesar 14,55. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon & mann withney* karena data tidak terdistribusi normal, didapatkan angka *p value* sebesar $0,001 <$ dari tingkat signifikan yang ditentukan yaitu 0,05. Hasil ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara terapi mantram gayatri dengan tingkat depresi pada pasien hemodialisa.

PEMBAHASAN

Rentang usia tertinggi responden penelitian ini berusia lansia awal. Usia lansia awal sering mengalami depresi karena merasa kesal, gampang emosi dan tidak bisa merasakan kebahagiaan atau kesenangan sedikitpun dari situasi dan kejadian yang positif. Usia lansia memiliki banyak pengalaman, sehingga pada usia ini banyak hal yang dipikirkan sehingga lebih sering mengalami untuk menimbulkan depresi.

Presentase tertinggi dalam penelitian ini adalah responden dengan jenis kelamin laki-laki. Pada umumnya laki-laki lansia awal mempunyai mental yang kuat terhadap sesuatu yang dianggap mengancam bagi dirinya dibanding perempuan. Perempuan masih bisa bercerita dengan teman dan keluarganya sedangkan laki-laki memiliki dampak yang signifikan pada aspek psikologis kehidupan. Penelitian lain menunjukkan bahwa laki-laki lebih depresi dibanding perempuan. Mengacu pada hasil penelitian dan kajian pustaka tersebut diketahui bahwa responden dalam

penelitian ini sebagian besar mengalami dampak pada psikologis kehidupan pasien. Hal ini disebabkan oleh imobilisasi, kelelahan, ketidakmampuan bekerja, disfungsi seksual, ketergantungan pada mesin, sehingga lebih mudah mengalami depresi. Menurut peneliti jenis kelamin laki-laki yang lebih banyak daripada perempuan dapat disebabkan oleh beberapa hal yang dikarenakan laki-laki memiliki gaya hidup dan kualitas hidup yang kurang baik dapat mempengaruhi kesehatan seperti merokok, minum kopi, alcohol dan minuman suplemen yang dapat memicu terjadinya penyakit sistemik yang dapat menyebabkan penurunan fungsi ginjal dan berdampak terhadap kualitas hidupnya.

Penelitian ini responden yang terbanyak pendidikan terakhir yaitu SMA karena responden yang bekerja pendidikan terakhir SMA hanya bekerja sebagai pegawai swasta dan gaji pas-pasan tidak bisa melanjutkan kejenjang yang lebih tinggi lagi, merasa tidak berguna lagi, tidak bisa bekerja menafkahi keluarganya. Mengacu pada hasil penelitian dapat diketahui bahwa responden dengan pendidikan tinggi mereka bisa mendapatkan banyak informasi tentang kondisi melalui internet dan kadang mereka memikirkan "sampai kapan saya bergantung sama mesin", selalu memikirkan hal yang akan terjadi dengan kondisi seperti hal tersebut, sehingga dapat memicu munculnya depresi. Pendidikan yang tinggi juga akan lebih mudah mengatasi depresi.

Tingkat depresi sebelum diberikan terapi mantram gayatri dari 40 responden didapatkan nilai maximum 53 dan nilai minimum 0,

sehingga didapatkan nilai rerata 11,2. Dalam penelitian ini terdapat 10 responden yang mengalami depresi sedang setelah diberikan terapi mantram gayatri terjadi penurunan skor dan mengalami perubahan tingkat depresi dari sedang menjadi ringan. Didapatkan juga sebanyak 20 responden yang mengalami depresi berat yang tetap mengalami depresi berat walaupun sudah mengalami penurunan skor. Menurut asumsi peneliti seseorang yang mengalami depresi sedang dan berat yang ditandai dengan merasa sedih, tidak

Hasil penelitian sesudah diberikan terapi mantram gayatri dapat diketahui responden yang mengalami depresi normal sebanyak 10 orang (25%), depresi ringan sebanyak 15 orang (37,5%), depresi sedang sebanyak 5 orang (12,5%) dan depresi berat 10 orang (25%). Hal tersebut menunjukkan ada kesesuaian antara fakta dan opini terlihat dari adanya penurunan tingkat depresi pada pasien terminal setelah melakukan terapi mantram gayatri. Penurunan tingkat depresi pada 20 responden diakibatkan karena pemberian terapi mantram gayatri yang efektif. Terapi mantram gayatri adalah terapi relaksasi untuk menurunkan tingkat depresi pada pasien terminal. Hal ini didukung dengan dilakukan dengan secara teratur untuk mendapatkan hasil yang maksimal dilakukan sehari 3 kali, sebanyak 108 kali, selama 10-15 menit, untuk menurunkan tingkat depresi. (Prameswarikiran allysa 2018).

Uji *Wilcoxon Signed Rank Test pre test* dan *post test* tingkat depresi diperoleh nilai Z hitung sebesar -5,375 dengan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,001. Nilai signifikan uji (*p-value*) lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$) sehingga diputuskan H_0 ditolak yang bermakna bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata skor tingkat depresi *pre test* dan *post test* setelah diberikan intervensi berupa terapi mantram gayatri. Berdasarkan hasil penelitian diketahui terdapat perbedaan rerata antara tingkat depresi sebelum dan sesudah diberikan terapi mantram gayatri dari analisa tersebut

mempunyai harapan hidup, merasa gagal, tidak memperoleh kepuasan dari segala sesuatu, merasa bersalah merasa sedang dihukum, merasa kecewa, merasa kesulitan mengambil keputusan, merasa tidak berharga, susah tidur, susah berkonsentrasi, merasa lelah dan tidak tertarik pada lawan jenis. Pasien Hemodialisa terlihat depresi dari ketergantungan hidup dengan mesin dialyzer seumur hidup sehingga menyebabkan pasien depresi dan tidak kooperatif.

didapatkan nilai $p=0,001$ yang artinya nilai $p < \alpha=0,05$, maka H_0 ditolak atau hipotesis dalam penelitian ini diterima, artinya ada pengaruh mantram gayatri terhadap tingkat depresi pada pasien Hemodialisa. Hasil analisis juga menunjukkan adanya penurunan nilai rerata sebelum dan sesudah diberikan terapi mantram gayatri. Ada persamaan antara teori dan fakta dengan terapi mantram gayatri pasien menjadi tenang sehingga dapat menurunkan depresi. Terapi mantram gayatri akan menimbulkan efek relaksasi, ketenangan sehingga dapat menurunkan tingkat depresi. Pengaruh mantram gayatri adalah membebaskan diri dari berbagai penyakit. Manfaat dan khasiat berkahnya untuk umat beragama, yaitu memberikan kedamaian, ketenangan, menemukan tujuan hidup dan mantram yang akan mengantarkan manusia menemukan sang penciptanya. Tindakan intervensi mantram gayatri adalah suatu tindakan untuk memberikan terapi alternatif menurunkan depresi pada pasien khususnya pada pasien yang menjalani hemodialisa. Pentingnya pemberian terapi mantram gayatri dalam kesehatan upaya untuk pemenuhan kebutuhan bio psikososial dan spiritual. Terapi mantram gayatri adalah bentuk terapi untuk umat beragama Hindu yaitu memberikan kedamaian, ketenangan, menemukan tujuan hidup dan mantram yang akan mengantarkan manusia menemukan sang penciptanya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Analisis pengaruh mantram gayatri pada pasien hemodialisa sebelum dan sesudah diberikan terapi mantram gayatri, menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara mantram gayatri dengan tingkat depresi pada pasien hemodialisa. Peneliti menemukan keterbatasan yaitu penelitian memberikan terapi mantram gayatri pada pasien hemodialisa yang mengalami depresi karena suasana tidak kondusif dan penelitian tidak bisa di kontrol langsung responden

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, F., Nadjmir, N. and Azmi, S. A. (2015) 'Gambaran Tingkat Depresi pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUP DR. M. Djamil Padang', *Jurnal Kesehatan Andalas, Padang:RSUP Dr M.Djamil*
- Nursalam (2015) *Manajemen Keperawatan, Aplikasi dalam Praktik. Keperawatan Profesional*. EGC.
- Prameswarikirana allysa (2019) *gayatri mantram dan kesehatan mental*.Skripsi.Jakarta:Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Sugiono (2017b) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.Jakarta:. EGC.
- Tentama, F. et al. (2019) 'Penyuluhan Dan Pendampingan Pada Korban Selamat Percobaan Bunuh Diri Di Gunung Kidul', *International Journal of Community Service Learning*.Yogyakarta