

TERAPI SPIRITUAL TERHADAP KECEMASAN DAN DEPRESI PADA PASIEN HEMODIALISIS : LITERATUR REVIEW

Erlangga Galih Z.N.¹, Heryanto Adi Nugroho², Abdurrahman³, Henni Kusuma⁴

^{1,3}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh

²Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Semarang

⁴Jurusan Keperawatan, Universitas Diponegoro

Corresponding author :
erlanggagzeen@gmail.com

ABSTRACT

In the end-stage renal disease of CKD, the patients should be hemodialysis to stabilize the state of the kidney function. Increased psychological problems such as anxiety and depression resulting from CKD complications and the consequences of hemodialysis programs performed on patients. It is important for nurses to provide psychological support to patients. The application of complementary therapies such as spiritual therapy is essential. The purpose of this study was to explore various forms of spiritual therapy in hemodialysis for anxiety and depression. This study used electronic database were identified from MEDLINE, CINAHL, Proquest, and GARUDA. The criteria of the paper in this study are : articles published at 2012 – 2020, full text, the article using English or Bahasa Indonesia, and the method of study using experimental study. We extracted 6 intervention studies and critical analyzes used PICO (Population, Intervention, Comparator, Outcome) method. After applying spiritual therapy, several studies resulted in average scores of anxiety and depression that decreased in the intervention group, including Self Paced Therapy, Prayer, Dhikr, Murotal Holy Quran and Spiritual Counseling. In addition, this therapy also has a positive impact on some aspects of the patient's life include the physical and social relationships. Based on the analysis of the results some studies on CKD patients with hemodialysis therapy for anxiety and depression experienced the results obtained that spiritual therapy like include self-paced, prayer and dhikr therapy, and spiritual counselling can decrease anxiety and depression.

Keywords : Anxiety, Chronic Kidney Disease, Depression, Hemodialysis, And Spiritual Therapy

ABSTRAK

Pasien yang mengalami Penyakit Ginjal Kronik (PGK) stadium akhir harus menjalani Hemodialisis untuk menstabilkan keadaan fungsi ginjalnya. Terjadi peningkatan permasalahan psikologis seperti kecemasan dan depresi akibat komplikasi PGK dan konsekuensi dari program hemodialisis dialami oleh pasien. Penting bagi perawat untuk memberikan dukungan psikologis kepada pasien. Penerapan terapi komplementer seperti terapi spiritual sangat penting. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi berbagai bentuk terapi spiritual untuk mengatasi kecemasan dan depresi pada pasien Hemodialisis. Penelitian ini menggunakan database elektronik dari MEDLINE, CINAHL, Proquest, dan GARUDA. Kriteria inklusi dari artikel dalam penelitian ini adalah : terbitan tahun 2012 – 2020, full text, artikel menggunakan bahasa Inggris atau bahasa Indonesia, dan metode penelitian menggunakan studi eksperimen. Ditemukan 6 studi dengan metode quasy eksperimental dan analisis pada artikel menggunakan metode PICO (*Population, Intervention, Comparator, Outcome*). Setelah dilakukan terapi spiritual,

beberapa penelitian menghasilkan rata-rata skor kecemasan dan depresi yang menurun pada kelompok intervensi, antara lain *Self Paced Therapy*, Sholat, Dzikir, Murotal Al-Qur'an dan Konseling Spiritual. Selain itu, terapi ini juga memberikan dampak positif pada beberapa aspek kehidupan pasien meliputi hubungan fisik dan sosial. Berdasarkan analisis hasil beberapa penelitian pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisis didapatkan hasil bahwa terapi spiritual seperti Latihan Pasrah Diri, Terapi doa dan dzikir, serta Konseling Spiritual dapat menurunkan kecemasan dan depresi.

Kata Kunci : Kecemasan, Penyakit Ginjal Kronik, Depresi, Hemodialisis, Terapi Spiritual

PENDAHULUAN

Penyakit Ginjal Kronis (PGK) terutama Penyakit Ginjal Stadium Akhir/*End Stage Renal Disease* (ESRD) merupakan salah satu penyakit penyebab kematian tertinggi di dunia. Angka Prevalensi Penyakit Ginjal Kronik di Indonesia per 1.000.000 penduduk ditemukan antara 200-300 penderita baru PGK (Depkes RI, 2004). Berdasarkan data yang dirilis oleh IRR (*Indonesian Renal Registry*) tahun 2011 dalam *Report Of Indonesian Renal Registry* diperoleh data bahwa jumlah penderita PGK yang terdiagnosis tercatat sebanyak 15.350 pasien dengan rincian terbanyak 13.619 penderita ESRD (Sartika et al, 2015).

Pasien PGK yang sudah memasuki stadium akhir harus menjalani program dialisis yang berkelanjutan. Dengan program hemodialisis telah meningkatkan kualitas hidup bagi pasien. Menurut PERNEFRI (Persatuan Perhimpunan Nefrologi Indonesia) (2012), jenis pelayanan yang diberikan oleh Unit Pelayanan Penyakit Ginjal adalah hemodialisis (78%), *Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis* (3%), transplantasi (16%) dan *Continuous Renal Replacement Therapy* (3%). Jumlah pasien baru yang menjalani hemodialisis pada tahun 2007 sebanyak 49.977 pasien, tahun 2008 sebanyak 5.392 pasien, tahun 2009 sebanyak 8.193 pasien, tahun 2010 sebanyak 9.649 pasien, tahun 2011 sebanyak 1.535 pasien dan tahun 2012 sebanyak 19.621. Dari data diatas bahwa terlihat dari tahun ke tahun terjadi peningkatan jumlah pasien baru yang menjalani hemodialisis.

Pasien PGK yang menjalani hemodialisis akan mengalami berbagai gejala fisik dan psikologis. Kecemasan dan depresi yang merupakan dampak psikologi dari Hemodialisis terutama bagi pasien baru yang akan menurunkan kualitas hidupnya. Sedangkan gejala fisik yang dialami oleh pasien meliputi kelelahan, kram otot, nyeri, gangguan seksual, dan insomnia. Angka Insidensi yang tinggi terutama gejala fisik dan psikologi dapat berkontribusi pada penurunan kualitas hidup pasien PGK. Kecemasan dan Depresi pada pasien PGK harus dikelola dengan baik karena memiliki dampak besar pada HRQOL (*Health Related Quality of Life*) dan efek sampingnya dalam pengelolaan dan perawatan pasien kedepannya. Prevalensi depresi pada pasien hemodialisis mencapai 20-30% bahkan dapat mencapai 47%. Depresi pada pasien PGK sendiri dapat berdampak buruk bagi penderitanya seperti memperberat gejala klinis penyakit ginjal, mempengaruhi kelangsungan pengobatan, menambah lama perawatan dan jumlah pengobatan, tingkat kekambuhan dan biaya pengobatan yang tinggi, serta penurunan kualitas hidup pasien (Chen, dkk, 2010). Penelitian Rahma W. (2008) menyebutkan bahwa pada penderita PGK yang mengalami kecemasan sebagian besar 90% tentang masalah kematian dan 10% masalah yang berhubungan dengan keluarga.

Penatalaksanaan permasalahan kecemasan dan depresi dapat menggunakan terapi farmakologis dan non farmakologis. Dalam pengobatan nonfarmakologis sebagian besar menggunakan terapi komplementer seperti terapi spiritual dan terapi yang berhubungan dengan kepercayaan pasien. Spiritualitas dan agama berhubungan positif

dengan kesehatan fisik dan mental (Patimah, dkk, 2015). Banyak literatur dan penelitian menunjukkan bahwa keyakinan dan praktik keagamaan selalu dikaitkan dengan peningkatan hasil kesehatan fisik dan mental, fungsi kekebalan tubuh, kesejahteraan, tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi, peningkatan optimisme, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah. Aktivitas spiritual yang sering digunakan pasien dapat memfasilitasi kesehatan mental selama proses transisi untuk menerima penyakit dan meningkatkan kesejahteraan (Errick, dkk, 2013). Terapi spiritual lebih dari sekadar sumber untuk mempromosikan dan mengenalkan hal positif dan ketentraman. Hal ini juga menimbulkan harapan dengan memberikan hubungan khusus dengan Tuhan dengan dimensi sakral. Ini adalah cara untuk terhubung dengan diri sendiri, dengan Tuhan dan dengan orang lain dengan cara yang lebih dekat. Terapi spiritual dikenal sebagai sumber kenyamanan dan harapan pada pasien dengan penyakit terminal termasuk penyakit ginjal yang pengobatannya berlangsung lama (Kevin et al. , 2013). Beberapa terapi spiritual yang dicatat dalam penelitian dalam menangani kecemasan dan depresi pada pasien PGK antara lain berdoa, membaca Quran, dan konseling spiritual, dll.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh berbagai terapi spiritual terhadap kecemasan dan depresi yang dialami pasien PGK yang menjalani hemodialisis, dengan menyelidiki efek penggunaan terapi spiritual terhadap kondisi psikologis pasien.

METODE

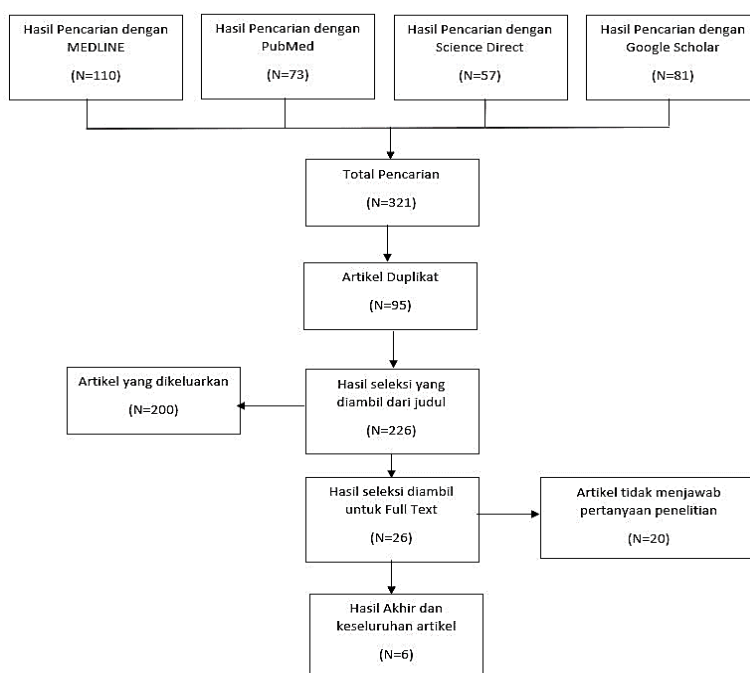
Data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari hasil-hasil penelitian yang sudah dilakukan dan diterbitkan dalam jurnal Internasional dan Nasional. Dalam melakukan penelitian ini, peneliti melakukan penelusuran literatur jurnal yang dipublikasikan di internet menggunakan *database* berikut ini : MEDLINE, CINAHL, PubMed, Science Direct, Google Scholar dan menggunakan metode PICO (*Population, Intervention, Comparison, Outcome*) sebagai pedoman dalam melakukan analisis jurnal. Setiap *database* dicari menggunakan kata kunci : Kecemasan, Depresi, Penyakit Ginjal Kronis, Hemodialisis, dan Terapi Spiritual. Hanya artikel jurnal dalam bahasa Inggris dan Indonesia yang berfokus pada terapi spiritual yang diambil. Penelitian yang dicari merupakan jenis uji klinis acak yang melibatkan subyek dewasa di rumah sakit. Terdapat batasan usia responden dari 18 sampai 60 tahun. Tahun sumber literatur diambil dari tahun 2012-2020. Tidak terdapat batasan durasi dalam pemberian terapi.

HASIL

Sebanyak 321 artikel ditemukan dan dilakukan diidentifikasi. Ditemukan sebanyak 95 artikel terduplikasi ganda, dan 200 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria yang dipersyaratkan. Hasil akhir artikel yang digunakan dalam literatur review adalah sebanyak 6 artikel penelitian yang diterbitkan di beberapa jurnal kesehatan, tiga di antaranya terkait dengan jurnal kedokteran dan keperawatan serta satu artikel dari jurnal sains. Tiga dari seluruh artikel tersebut merupakan penelitian kuantitatif yang berupa penelitian eksperimental sedangkan sisanya merupakan penelitian kualitatif. Semua penelitian ini terbagi dari beberapa tindakan terapi spiritual seperti dzikir dan berdoa. Terdapat 3 jurnal yang menggabungkan dzikir dengan latihan relaksasi napas dalam dan mendengarkan ayat suci Al-Qur'an, 1 jurnal menggabungkan doa dengan minum air zamzam. Dalam kaitannya dengan populasi dan hasil, dan semua penelitian menggunakan responden pasien PGK yang menjalani Hemodialisis. Ada 2 jurnal yang meneliti tentang pengaruh terapi spiritual terhadap kecemasan dan depresi pasien PGK sedangkan 2 jurnal lainnya hanya mengkaji efek terapi spiritual terhadap depresi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Widyaningrum, dkk. (2013) menunjukkan penurunan skor BDI yang signifikan secara statistik pada kedua kelompok, $23,00 \pm 5,34$ hingga $15,00 \pm 8,55$ ($p=0,001$) pada kelompok intervensi dan $23,00 \pm 5,34$ hingga $18,33 \pm 6,66$ ($p=0,022$) pada kontrol kelompok. Skor KDQOL-SF setelah pengobatan bila dibandingkan antara kelompok intervensi dan kontrol mengalami perubahan yang signifikan secara statistik pada domain efek penyakit ginjal $59,65 \pm 23,52$ dibandingkan dengan $39,41 \pm 20,03$ ($p=0,022$). Hal ini menunjukkan bahwa Latihan Pasrah Diri dapat menurunkan depresi pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Wijayanti (2015) diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa uji Wilcoxon Sign Rank Test sebelum dan sesudah mendapat terapi spiritual terdapat perbedaan tingkat depresi yang signifikan pada kedua kelompok Hasil ini menunjukkan bahwa perawatan spiritual memiliki efek positif untuk menurunkan depresi dan meningkatkan kebermaknaan hidup yang dimiliki oleh klien hemodialisis.

Dua penelitian lain yang dilakukan oleh Friha, dkk (2017) dan Endra, dkk (2013) menunjukkan bahwa Efek mendengarkan bacaan Al-Qur'an dan latihan fisik serta *Islamic Self Healing* dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada pasien hemodialisis. Dalam penelitian ini, kami menemukan bahwa mendengarkan bacaan Al-Qur'an memiliki efek positif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada pasien yang menjalani HD dengan skor $9,3 \pm 2,1^{*†}$ dan $9,4 \pm 1,9^{*†}$. Pada terapi *Islamic Self Healing* diperoleh hasil 4 tema yang telah teridentifikasi dalam *Quality of Life* pasien gagal ginjal kronik yaitu gangguan status fisik, status psikologis, dan status hubungan sosial dan lingkungan. Dampak Terapi Islam Self Healing terhadap Kualitas Hidup pada pasien gagal ginjal kronis telah mengidentifikasi tiga tema, meliputi dampak positif terhadap status fisik, sosial dan psikologis. Berdasarkan analisis wawancara terhadap seluruh partisipan dengan terapi gagal ginjal kronik hemodialisis menunjukkan bahwa terapi Islamic Self Healing dapat meningkatkan Kualitas Hidup, khususnya dalam ranah psikologi seperti kecemasan dan depresi.



Gambar 1.1. Proses seleksi jurnal penelitian.

PEMBAHASAN

Konsep agama dan spiritualitas terdiri dari beberapa dimensi yang berbeda (afektif, kognitif, dan perilaku), dan beberapa tindakan spiritual Islam seperti doa dan dzikir dianggap sebagai ekspresi dari dimensi perilaku. Orang dewasa yang menghadapi masalah kehidupan dan mengalami situasi stress sering menggunakan doa dan dzikir untuk mengatasi masalah mereka. Doa dan dzikir lebih banyak digunakan dalam artikel penelitian yang ditemukan daripada jenis terapi yang lain. Pada abad ke-20 penggunaan terapi spiritual seperti doa dan dzikir terus meningkat dalam mengatasi masalah fisik dan mental, khususnya dalam menangani masalah psikologis pasien kronis seperti kecemasan dan depresi yang selalu muncul dan tidak diprediksi (Raphael, et.al, 2012). Beberapa literatur menunjukkan bahwa doa dan dzikir diakui sebagai intervensi terapeutik komplementer yang diidentifikasi oleh para profesional perawatan kesehatan sebagai pengobatan yang memadai dalam pemenuhan kebutuhan spiritual serta dalam memecahkan masalah fisik dan mental pasien kronis, terutama pasien PGK yang menjalani hemodialisis. Dalam paradigma holistik dan perawatan semua dimensi kebutuhan pasien harus dipertimbangkan dan semua kebutuhan harus dipenuhi, dan ini sering dimasukkan dalam etika profesi dalam melakukan tindakan atau asuhan kepada pasien (Phillips, et al., 2015).

Pasien PGK yang menjalani hemodialisis jangka panjang sering merasa khawatir tentang penyakitnya terutama terkait keberlangsungan hidup kedepan. Mereka biasanya menghadapi masalah keuangan, kesulitan dalam mempertahankan pekerjaan, hilangnya dorongan seksual, depresi akibat kondisi kronis, dan ketakutan akan kematian. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Chen, dkk (2010) pada 200 pasien PGK yang menjalani hemodialisis ditemukan 35% mengalami depresi, kecemasan sebesar 21%, keinginan untuk bunuh diri sebesar 21,5%. Adanya pembatasan terutama dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan sangat mempengaruhi fungsi sosial pasien dalam mengambil tindakan untuk memastikan pemeliharaan tingkat kesehatannya. Pembatasan tersebut dapat berdampak pada keyakinan pasien tentang rasa sakit, rasa kontrol diri yang mengarah pada kecemasan dan depresi, menghambat koping, serta penyesuaian diri. Penelitian yang dilakukan oleh Nia, dkk (2009) tentang pengaruh shalat terhadap kesehatan mental pada pasien hemodialisis menemukan bahwa terapi doa merupakan terapi yang tepat atau cocok untuk penyakit gagal ginjal kronis karena tidak hanya menurunkan tingkat stres juga dapat meningkatkan status spiritual. Enam artikel yang telah diteliti dan dianalisis terdapat beberapa intervensi spiritual antara lain zikir, doa, mendengarkan Al-Qur'an, dan latihan penyerahan diri menunjukkan dampak positif dalam mengurangi kecemasan dan depresi pada pasien PGK yang menjalani program hemodialisis.

Dalam mengatasi masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi pada pasien PGK yang menjalani program hemodialisa dapat menggunakan teknik konsentrasi pikiran. Salah satunya melalui teknik relaksasi yang ada dalam terapi spiritual. Implementasi teknik relaksasi dalam enam penelitian yang dianalisis di atas merupakan kombinasi teknik relaksasi dengan pembacaan dzikir, mendengarkan Al-Qur'an atau latihan penyerahan diri (Latihan Pasrah Diri). Pengulangan zikir merupakan salah satu cara untuk memfokuskan pikiran pada makna kalimat dzikir/doa yang dipanjatkan. Kalimat dzikir itu sendiri mengandung makna positif, sehingga pikiran negatif yang dialami oleh orang yang cemas akan digantikan oleh pikiran positif ketika orang tersebut fokus pada kalimat dzikir tersebut. Dalam beberapa penelitian, dzikir dapat menurunkan kecemasan, seperti

kecemasan pada pasien IMA (*Infark Miokard Akut*) (Mardiyono, Songwathana & Petpichetchian, 2011), kecemasan pasien sebelum operasi besar (Mardiyono, Angraeni, & Sulistyowati, 2007), serta nyeri dan kecemasan pada pasien yang menjalani operasi abdomen (Soliman, 2013).

Terapi spiritual dalam Islam adalah suatu tindakan yang bertujuan untuk memberikan efek terapi pengobatan Islami dengan cara menguatkan hati, bersandar diri dan tawakal kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala, dan berdoa kepada-Nya untuk penyembuhan yang dilakukan dengan memperagakan dan membimbing pasien dalam pelaksanaan terapi. Doa dan dzikir akan membangkitkan keyakinan, rasa optimis, membawa kedamaian, dan merasakan kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala sehingga dengan mengingatnya maka keimanan seseorang bertambah dan adanya asupan energi serta ketenangan dalam jiwa. Hal tersebut akan menyebabkan rangsangan pada hipotalamus untuk menurunkan produksi CRF (*Corticotropin Releasing Factor*) yang selanjutnya akan merangsang kelenjar hipofisis anterior untuk menurunkan produksi ACTH (*Adreno Cortico Tropic Hormone*). Hormon ini akan merangsang korteks adrenal untuk menurunkan sekresi kortisol yang akan menekan sistem kekebalan tubuh sehingga mengurangi tingkat kecemasan dan depresi (Catrine & King, 2013). Hal ini sesuai hasil aplikasi enam penelitian di atas dimana semua terapi spiritual yang dilakukan antara lain berdoa, berdzikir, mendengarkan ayat suci Al-Qur'an, latihan pasrah diri, minum air zam zam dan melakukan relaksasi napas dalam dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada pasien PGK yang harus menjalani pengobatan/terapi seumur hidup.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dari 6 artikel penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi spiritual berupa sholat, dzikir, mendengarkan Al-Qur'an, Latihan Pasrah Diri, Minum Air Zamzam, dan Latihan Relaksasi Napas Dalam yang semuanya dapat dikombinasikan mampu menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pasien PGK yang menjalani Hemodialisis.

REFERENSI

- Bechir Frih, Wajdi Mkacher, Abir Bouzguenda, Hamdi Jaafar, Salem Ali Al kandari, Zohra Ben Salah, Bart Sas, Mohamed Hammamia, and Ameer Frih. (2017). Effects of listening to Holy Qur'an recitation and physical training on dialysis efficacy, functional capacity, and psychosocial outcomes in elderly patients undergoing haemodialysis. *Libyan Journal Of Medicine*, Vol. 12, 1372032.
- Catherine & King, J. D. (2013). Problem Solved Anxiety. *Prevention*, 65 (11), 62.
- Chen, C.K., Tsai, Y.C., Hsu, H.J., Wu, I.W., Sun, C.Y., Chou, C.C., et al. (2010). Depression and suicide risk in hemodialysis patients with chronic renal failure. *Psychosomatics*, 51, 528-528.
- Erick Endra Cita, Tri Wulandari, Yuni Permatasai Istanti. (2013). Islamic Self-Healing Therapy Against Quality of Life in Clients of Chronic Kidney Failure with Hemodialysis. *Muhammadiyah Journal of Nursing*, 41-57.

- Hassan Babamohamadi, Nemat Sotodehasl, Harold G. Koenig, Faten Al Zaben, , Changiz Jahani, and Raheb Ghorbani. The Effect of Holy Qur'an Recitation on Depressive Symptoms in Hemodialysis Patients: A Randomized Clinical Trial. *Journal Religion Health*, DOI 10.1007/s10943-016-0281-0
- Iin Patimah , Suryani, & Aan Nuraeni. (2015). Effect of Dhikr Relaxation on Anxiety Levels of Kidney Failure Patients. 3(1)
- Lono Wijayanti, Joni Haryanto, Suharto. 2013. The Effects of Spiritual Care on Depression and Meaning in Life in the Clients with Kidney Failure Receiving Hemodialysis in Rumah Sakit Islam Surabaya. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, Vol 6, 7.
- Mardiyono, M., Songwathana, P., & Petpichetchian, W. (2011). Spirituality intervention and outcomes: Corner stone of holistic nursing practise. *Nurse Media Journal of Nursing*, 1(1), 117–127.
- Nia, S.H.S. (2009). The Effect of Prayer on Mental Health of Hemodialysis Patients Referring to Imam Reza Hospital in Amol City. *Iranian Journal of Critical Care Nursing*, 5(1), 29 – 34.
- Raphael, B., Rachel E. D., Harold G. Koenig., David H. Rosmarin, and Sasan Vasegh. (2012). Religious and Spiritual Factors in Depression: Review and Integration of the Research. *Hindawi*, ID 962860, <http://dx.doi.org/10.1155/2012/962860>
- Sartika , Ade Insani. (2015). Pengaruh Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Menurunkan Tingkat Depresi pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Universitas Padjajaran*.
- Suzette Brémault-Phillips, Joanne Olson, Pamela Brett-MacLean, Doreen Oneschuk, Shane Sinclair, Ralph Magnus, Jeanne Wei, Marjan Abbasi, Jasneet Parmar, and Christina M. (2015). Integrating Spirituality as a Key Component of Patient Care. *The Journal of Religions*. 6 : 476–98.
- Widyaningrum, Agus Siswanto, Bambang Djarwoto. 2013. Effects Self-Surrender Training (Latihan Pasrah Diri) In Quality Of Life In Chronic Kidney Disease-Dialysis Patients With Depression Symptoms. *The Journal of Internal Medicine*, Vol.2, 2.