

Available online: <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma>

Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

ISSN (Print) 2597-890 X , ISSN (Online) 2686-6366



PENGARUH MEDITASI MINDFULNESS TERHADAP TINGKAT SPIRITUAL WELL-BEING PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RSUD ARIFIN ACHMAD KOTA PEKANBARU

Jennyfer Veronika¹, Sofiana Nurchayati², Wasisto Utomo³, Tria Monja Mandira⁴

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Kampus UNRI Jl. Pattimura No. 9, Gedung G—Pekanbaru Riau, kode pos 28131, Indonesia

⁴Jurusan S1 Keperawatan, STIKes Widya Dharma Husada, Jl. Pajajaran No.1, Pamulang Barat., Kec. Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten 15417, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
<p>*Corresponding Author Name: Jennyfer Veronika E-mail: Jennyfer.veronika3415@student.unri.ac.id</p>	<p>Background: Patients with chronic renal failure (CRF) are undergoing hemodialysis, which can affect spiritual beliefs. Meeting the spiritual requirements of patients with chronic renal failure who are undergoing hemodialysis therapy is an effort to assist them in maintaining their health and well-being while also dealing with the stress caused by this condition. However, not all spiritual requirements of individuals with chronic renal failure are satisfied, necessitating efforts to improve spiritual relationships with God, oneself, and others. This study aims to determine the effect of mindfulness meditation on the level of spiritual well-being in chronic renal failure patients undergoing hemodialysis. Methods: This study employed a quasi-experimental approach with a pretest/posttest control group structure. Purposive sampling was used to pick 38 responders who met the inclusion criteria. The analysis used bivariate analysis with paired and independent t-tests. Result: The majority of the 38 responders were male, with 21 (55.3%). The most prevalent age group was 45-60 years old, with 18 responders (47.4%). 30 respondents (78.9%) identified as Muslim. The majority of respondents were Malay, with 13 (34.2%). The greatest degree of education among responders was high school, with 11 (28.9%). According to the study's findings, respondents' average level of spiritual well-being was 8.7 prior to the mindfulness meditation intervention, but it climbed to an average of 10.9 post-intervention. The statistical tests revealed a p-value of 0.000, which is smaller than $\alpha=0.05$, rejecting the null hypothesis (H_0). Conclusion: Mindfulness meditation has an influence on spiritual well-being in CRF patients undergoing hemodialysis.</p>
<p>Keywords: CRF_1 Hemodialysis_2 Mindfulness_3 Spiritual well-being_4</p>	

<p>Kata Kunci: CRF_1 Hemodialisis_2 Mindfulness_3 Spiritual well-being_4</p>	<p style="text-align: center;">A B S T R A K</p> <p>Pendahuluan: Pasien yang mengalami gagal ginjal kronik (GGK) yang menjalani hemodialisis sering menghadapi masalah kepercayaan spiritual. Memenuhi kebutuhan spiritual dari pasien yang mengalami gagal ginjal kronis dan menjalani terapi hemodialisis merupakan suatu upaya untuk membantu mereka mencapai keseimbangan dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan, serta dalam mengatasi stres yang timbul akibat penyakit ini. Namun, tidak semua kebutuhan spiritual dari pasien dengan gagal ginjal kronis terpenuhi, sehingga diperlukan upaya untuk memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan, diri sendiri, dan sesama manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh meditasi <i>mindfulness</i> terhadap tingkat <i>spiritual well-being</i> pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Metode: Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimental desain dengan <i>pretest/posttest control group design</i>. Sampel penelitian adalah 38 responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik <i>purposive</i> sampling. Analisis yang digunakan adalah analisis bivariat dengan menggunakan uji <i>t-test paired</i> dan <i>t-test independent</i>. Hasil: Dari 38 responden, mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 21 responden (55,3%). Usia responden terbanyak adalah responden dengan rentang usia 45-60 tahun yaitu sebanyak 18 responden (47,4%), mayoritas responden menganut agama islam yaitu sebanyak 30 responden (78,9%). Suku yang dianut oleh responden mayoritas adalah suku melayu yaitu sebanyak 13 responden (34,2%). Pendidikan responden terbanyak dengan pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 11 responden (28,9%). Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi meditasi <i>mindfulness</i>, rata-rata tingkat spiritual well-being responden adalah 8,7 namun setelah dilakukan intervensi meditasi <i>mindfulness</i>, tingkat spiritual well-being pasien mengalami peningkatan dengan rata-rata menjadi 10,9. Hasil uji <i>t-test independent</i> nilai Sig.(2-tailed) atau p-value sama dengan $0,000 < \alpha = 0,05$ maka menolak hipotesis nol (H_0) atau terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara post-test kelompok kontrol dengan post-test kelompok eksperimen. Kesimpulan: Terdapat pengaruh meditasi <i>mindfulness</i> terhadap tingkat <i>spiritual well-being</i> pasien GGK yang menjalani hemodialisis.</p>
	<p style="text-align: center;">This is an open access article under the CC-BY-NC-SA license.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
	<p style="text-align: right;">© 2024 Some rights reserved</p>

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik (GGK) menjadi salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia, sindrom klinis yang disebabkan oleh modifikasi penting pada struktur atau fungsi ginjal. Perkembangan perubahan ini terjadi secara bertahap dan progresif, dan tidak dapat dipulihkan. Selain itu, terdapat kemungkinan kematian dan komplikasi yang lebih tinggi dari penyakit ini, terutama yang melibatkan sistem kardiovaskular (Narayanan & Setia, 2019). Pasien dengan GGK juga akan mengalami tantangan spiritualitas (Saari & Chik, 2022). Pasien dengan GGK juga akan mengalami tantangan spiritualitas. *spiritual well-being* menjadi kekuatan yang tak tertandingi yang mengkoordinasikan dimensi fisik, psikologis, mental dan dimensi sosial manusia, dan dipandang sebagai indikator kualitas hidup pasien dengan penyakit kronik (Saari & Chik, 2022; Duran, Avci, & Esim, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2018), gagal ginjal kronis (GGK) merupakan masalah kesehatan yang mempengaruhi satu dari sepuluh penduduk dunia. GGK menyebabkan 5 hingga 10 juta kematian setiap tahun, dengan perkiraan 1,7 juta kematian akibat

kerusakan ginjal akut setiap tahunnya (Edriyan, 2022). Di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, sekitar 17.965 orang didiagnosis menderita kondisi ini, dengan diagnosis ditegakkan oleh dokter pada penduduk mulai dari usia 15 tahun.

Salah satu cara untuk menangani GGK adalah dengan terapi hemodialisis. Hemodialisis dapat menggantikan fungsi ginjal sehingga membantu mempertahankan homeostasis tubuh (Wahyuni, Miro, & Kurniawan, 2019). Saat ginjal tidak dapat berfungsi dengan baik lagi, dialisis digunakan sebagai pengganti untuk mengeluarkan racun dan zat sisa metabolisme dari tubuh. Dilakukan dua hingga tiga kali seminggu dan hemodialisis dilakukan selama empat hingga lima jam (Edriyan, 2022).

Pasien yang menghadapi gagal ginjal kronik dan menjalani terapi hemodialisis sering mengalami tantangan dalam hal dimensi spiritual, seperti gangguan dari sistem kepercayaan nilai-nilai yang mempengaruhi kekuatan, harapan, dan makna hidup. Hal ini terkait erat dengan kebingungan seseorang, elemen spiritual yang dapat bermanifestasi melalui emosi dan tindakan seperti: kesuraman, kesedihan, kecemasan, kegelisahan, dan

sebagainya. Gangguan ini kadang-kadang menyebabkan pikiran untuk bunuh diri dalam diri seseorang. Situasi ini dapat berkontribusi pada melemahnya jiwa seorang ketika menghadapi masa-masa sulit (Saari & Chik, 2022) yang mana dalam hal tersebut *spiritual well-being* sangat berperan penting dalam adaptasi terhadap penyakit, meningkatkan kemampuan coping dan status kesehatan fisik dan mental, serta mengurangi kecemasan, depresi, penyalahgunaan zat, dan tingkat bunuh diri. *Spiritual well-being* adalah kondisi dimana individu merasakan kedamaian batin, makna, dan tujuan dalam hidup mereka, serta memiliki hubungan yang mendalam dengan diri sendiri, orang lain, alam, atau kekuatan yang lebih tinggi yang menekankan pada pengalaman subjektif yang memberikan rasa keterhubungan dan pemenuhan yang melampaui aspek fisik dan material dari kehidupan sehari-hari. Berperan penting dalam menghadapi stres dan tantangan yang terkait dengan perawatan jangka panjang. Spiritualitas membantu pasien menemukan makna dan tujuan dalam hidup mereka, yang mana dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental mereka (Duran, Avci, & Esim, 2020).

Memenuhi kebutuhan spiritual dari pasien yang mengalami gagal ginjal kronis dan menjalani terapi hemodialisis adalah suatu upaya untuk membantu mereka mencapai keseimbangan dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan, serta dalam mengatasi stres yang timbul akibat penyakit ini. Namun, tidak semua kebutuhan spiritual dari pasien dengan gagal ginjal kronis terpenuhi, sehingga diperlukan upaya untuk memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan, diri sendiri, dan sesama manusia. Memenuhi kebutuhan spiritual merupakan strategi penting untuk meningkatkan makna hidup, optimisme, dan keyakinan, serta meningkatkan kualitas hidup meskipun kondisi kesehatan mereka mungkin tidak mendukung (Muzaenah & Makiyah, 2019).

Meditasi *mindfulness* semakin diakui sebagai metode efektif dalam mengatasi dampak psikologis dari berbagai penyakit kronis. Ini melibatkan latihan yang bertujuan membuat individu lebih sadar terhadap momen saat ini, menetapkan tujuan, dan fokus dalam menyelesaikan masalah dengan cara yang meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan. Manfaat meditasi *mindfulness* meliputi pengobatan kecemasan dan

depresi, peningkatan kekebalan tubuh, pengurangan tekanan psikologis, peningkatan kesejahteraan, pengurangan kecemasan, serta peningkatan empati dan kasih sayang (Sari, Nababan, & Daulay, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di ruang hemodialisis RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau didapatkan sebanyak 1.703 pasien yang menjalani terapi hemodialisis sepanjang tahun 2023. Peneliti juga melakukan wawancara singkat kepada beberapa orang pasien yang menjalani terapi hemodialisis tentang masalah spiritual yang mungkin mereka alami karena penyakit kronis yang mengharuskan mereka menjalani terapi hemodialisis. Pasien mengatakan bahwa mereka tidak mampu untuk menjalankan praktek keagamaan secara optimal karena keterbatasan fisik akibat penyakit atau perawatan hemodialisis. Pertanyaan tentang makna hidup dan penderitaan yang dialami, terutama ketika menghadapi perubahan drastis dalam kualitas hidup dan ketergantungan pada perawatan medis. Pasien juga merasa khawatir akan masa depan dan kecemasan tentang kematian atau kehidupan setelah kematian, yang dapat memicu pertanyaan spiritual dan

kebutuhan akan dukungan dalam mencari makna hidup.

Berbeda dengan penelitian terdahulu, penelitian ini akan mengeksplorasi apakah meditasi *mindfulness* memiliki dampak pada tingkat *spiritual well-being* pada pasien dengan gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisis. Kondisi gagal ginjal kronik memerlukan perawatan jangka panjang, sehingga penting untuk mengetahui apakah penggunaan meditasi *mindfulness* dapat membantu meningkatkan *spiritual well-being* pada populasi ini.

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman kita tentang apakah meditasi *mindfulness* memiliki potensi untuk meningkatkan kesejahteraan spiritual sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup pasien yang mengalami gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

METODE

Penelitian ini dimulai berlangsung mulai bulan Januari sampai Juni 2024 di ruangan hemodialisis RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau yang merupakan rumah sakit rujukan dan terbesar yang ada di kota Pekanbaru sehingga peneliti bisa

mendapatkan banyak responden yang akan diteliti. Populasi penelitian ini mencakup semua individu yang menderita gagal ginjal kronik dan menjalani terapi hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau periode Oktober hingga akhir Desember tahun 2023 yaitu berjumlah 95 kasus baru yang ada di data rekam medis RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah secara *non-probability* dengan jenis purposif sampling. Jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 19 pasien sebagai sampel yang mewakili seluruh populasi. Jadi dibutuhkan sampel 19 pasien masing-masing kelompok, 19 pasien untuk kelompok eksperimen dan 19 pasien untuk kelompok kontrol. Pada penelitian ini instrumen berupa *pretest-posttest*. Kuesioner yang digunakan adalah *Functional Assessment of chronic illness therapy-Spiritual wellbeing* (FACIT-Sp-12) yang dikembangkan untuk menilai kesejahteraan spiritual pasien yang mengalami penyakit kronis. Menggunakan analisis univariat untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan karakteristik atau pola yang terkait dengan variabel yang diantaranya adalah informasi demografi (Usia, jenis kelamin, agama, suku/ras, dan pendidikan), variabel bebas (meditasi

mindfulness: durasi 15 menit 2 kali pertemuan) dan variabel terikat (Tingkat *spiritual well-being*: FACIT-Sp-12) dan analisis bivariat untuk mencari perbedaan atau hubungan antara dua variabel yaitu dengan variabel dependen (Tingkat *spiritual well-being* pasien GGK yang menjalani Hemodialisis). *-being* pasien GGK yang menjalani HD.

Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *t-test dependent* untuk mengetahui hasil *pre-post* tingkat *spiritual well-being* pada kelompok eksperimen dan menggunakan uji *t-test Independent* untuk mengetahui perbandingan hasil *post-test* dari dua kelompok dengan derajat kepercayaan 95% dan batas kemaknaan ($\alpha = 0.05$)

HASIL

Tabel 1. Frekuensi Demografi (N=38) Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	(%)
1. Jenis Kelamin		
Laki-laki	21	55,3
Perempuan	17	44,7
2. Usia		
18-24	3	7,9
24-44	11	28,9
45-60	18	47,4
61-75	8	15,8
3. Agama		
Islam	30	78,9
Kristen	8	21,1
4. Suku		
Jawa	10	26,3
Minang	5	13,2
Melayu	13	34,2

Batak	9	23,7
Banjar	1	2,6
5. Pendidikan		
SD	4	10,5
SMP	8	21,1
SMA	11	28,9
D#	5	13,2
S1	10	26,3
Total	38	100

Hasil penelitian didapatkan mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu berjumlah 21 responden (55,3%). Rentang usia 45-60 tahun lebih banyak menderita GGK yaitu dengan jumlah 18 responden (47,4%). Responden yang beragama islam lebih cenderung mengalami GGK yaitu berjumlah 30 responden (78,9%). Mayoritas yang menderita GGK adalah suku melayu yaitu berjumlah 13 responden (34,2%). Tingkat pendidikan SMA lebih banyak yaitu berjumlah 11 responden (28,9%).

Tabel 2. Distribusi rata-rata tingkat *spiritual well-being* responden dengan uji t-test dependent kelas eksperimen

Variabel	Mean	SD	SE	P Value	N
<i>Pre-test</i>	8,7	0,66	0,15	0,000	19
<i>Post-test</i>	10,9	1,03	0,23		

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi meditasi *mindfulness*, rata-rata tingkat *spiritual well-being* responden adalah 8,7 namun setelah dilakukan intervensi meditasi *mindfulness*, tingkat *spiritual well-being* pasien mengalami peningkatan dengan

rata-rata menjadi 10,9. Hasil uji *t-test dependent* tingkat *spiritual well-being* pada kelompok eksperimen dengan hasil *Sig.(2-tailed)* atau *p-value* sama dengan 0,000 $< \alpha = 0,05$ maka menolak hipotesis nol (H0), menunjukkan pengaruh yang bermakna secara statistik terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan.

Tabel 3. Distribusi rata-rata tingkat *spiritual well-being* dengan uji t-test independent post-test kontrol-eksperimen

Variabel	Mean	SD	SE	P Value	N
<i>Post-test</i>	9,1	0,98	0,22	0,000	38
<i>Post-test</i>	10,9	1,03	0,23		

Terdapat perbedaan Rata-rata tingkat *spiritual well-being* responden, rata-rata *post-test* kelompok kontrol adalah 9,1 sedangkan *post-test* kelas eksperimen adalah 10,9 Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh meditasi *mindfulness* terhadap tingkat *spiritual well-being* pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Hasil uji *t-test independent* nilai *Sig.(2-tailed)* atau *p-value* sama dengan 0,000 $< \alpha = 0,05$ maka menolak hipotesis nol (H0) atau terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara *post-test* kelompok kontrol dengan *post-test* kelompok eksperimen.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian didapatkan mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu berjumlah 21 responden (55,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyani dan Wahyono, (2023) & Mayne., *et al* (2023) Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan biologis dan hormonal antara laki-laki dan perempuan yang mempengaruhi perkembangan GGK. Selain itu Gaya hidup dan perilaku laki-laki menyebabkan mereka cenderung berisiko mengalami GGK, seperti merokok, konsumsi alkohol, dan pola makan yang kurang sehat. Rentang usia 45-60 tahun lebih banyak menderita GGK yaitu dengan jumlah 18 responden (47,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Goncalves., *et al* (2022) & Smith., *et al* (2024) semakin bertambahnya usia terdapat peningkatan risiko progresi GGK yang signifikan yang berarti bahwa individu dengan usia yang lebih tua memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami penurunan fungsi ginjal yang lebih cepat dibandingkan dengan individu yang lebih muda. Responden yang beragama islam lebih cenderung mengalami GGK yaitu berjumlah 30 responden (78,9%). Dalam hal ini peneliti berasumsi bahwa agama

tidak dapat dijadikan secara khusus untuk menghubungkan agama dengan angka kejadian GGK karena di Provinsi Riau masyarakat mayoritas menganut agama islam. Mayoritas yang menderita GGK adalah suku melayu yaitu berjumlah 13 responden (34,2%). Hal ini mungkin disebabkan karena di Provinsi Riau mayoritas masyarakat berasal dari suku melayu. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Seli dan Harahap (2021) menyatakan bahwa suku tidak bisa dijadikan patokan dalam menentukan faktor risiko terjadinya GGK. Tingkat pendidikan SMA lebih banyak yaitu berjumlah 11 responden (28,9%). Penelitian yang dilakukan oleh Hasanah., *et al* (2023) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan kejadian GGK. Hal ini mungkin terjadi karena perempuan dan laki-laki sekarang memiliki kesempatan yang sama dalam hal pendidikan, pekerjaan, dan peran di sektor publik, sehingga faktor-faktor yang GGK memiliki dampak yang serupa pada keduanya.

2. Tingkat *Spiritual Well-Being* Responden Dengan Uji T-Test Dependent Kelas Eksperimen

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi meditasi mindfulness, rata-rata tingkat spiritual well-being responden adalah 8,7 namun setelah dilakukan intervensi meditasi mindfulness, tingkat *spiritual well-being* pasien mengalami peningkatan dengan rata-rata menjadi 10.9. Hasil uji t-test dependent tingkat *spiritual well-being* pada kelompok eksperimen dengan hasil Sig.(2-tailed) atau p-value sama dengan $0,000 < \alpha = 0,05$ maka menolak hipotesis nol (H_0), menunjukkan pengaruh yang bermakna secara statistik terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan. Responden juga mengatakan bahwa ada perubahan saat evaluasi setelah intervensi, responden merasa lebih nyaman dan tenang setelah diberikan intervensi meditasi mindfulness.

Terapi hemodialisis dianggap sebagai opsi terbaik untuk menghilangkan sisa metabolisme dari tubuh pasien yang menderita gagal ginjal kronis serta untuk mengatur kadar cairan dalam tubuh guna meningkatkan kualitas hidup mereka (Kristianti et al., 2020). Meskipun prosedur hemodialisis harus dilakukan

secara rutin sepanjang hidup, namun tidak memiliki efek penyembuhan.

Pasien yang menghadapi gagal ginjal kronik dan menjalani terapi hemodialisis sering mengalami tantangan dalam hal dimensi spiritual, seperti gangguan dari sistem kepercayaan nilai-nilai yang mempengaruhi kekuatan, harapan, dan makna hidup. Hal ini terkait erat dengan kebingungan seseorang, elemen spiritual yang dapat bermanifestasi melalui emosi dan tindakan seperti: kesuraman, kesedihan, kecemasan, kegelisahan, dan sebagainya. Gangguan ini kadang-kadang menyebabkan pikiran untuk bunuh diri dalam diri seseorang. Situasi ini dapat berkontribusi pada melemahnya jiwa seorang ketika menghadapi masa-masa sulit (Saari & Chik, 2022). yang mana dalam hal tersebut *spiritual well-being* sangat berperan penting dalam adaptasi terhadap penyakit, meningkatkan kemampuan coping dan status kesehatan fisik dan mental, serta mengurangi kecemasan, depresi, penyalahgunaan zat, dan tingkat bunuh diri.

Spiritual well-being adalah kondisi dimana individu merasakan kedamaian batin, makna, dan tujuan dalam hidup mereka, serta memiliki hubungan yang mendalam

dengan diri sendiri, orang lain, alam, atau kekuatan yang lebih tinggi yang menekankan pada pengalaman subjektif yang memberikan rasa keterhubungan dan pemenuhan yang melampaui aspek fisik dan material dari kehidupan sehari-hari. Berperan penting dalam menghadapi stres dan tantangan yang terkait dengan perawatan jangka panjang. Spiritualitas membantu pasien menemukan makna dan tujuan dalam hidup mereka, yang mana dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental mereka (Duran, Avci, & Esim, 2020).

Memenuhi kebutuhan spiritual dari pasien yang mengalami gagal ginjal kronis dan menjalani terapi hemodialisis adalah suatu upaya untuk membantu mereka mencapai keseimbangan dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan, serta dalam mengatasi stres yang timbul akibat penyakit ini salah satunya dengan meditasi *mindfulness*. Meditasi *mindfulness* semakin diakui sebagai metode efektif dalam mengatasi dampak psikologis dari berbagai penyakit kronis. Ini melibatkan latihan yang bertujuan membuat individu lebih sadar terhadap momen saat ini, menetapkan tujuan, dan fokus dalam menyelesaikan masalah dengan cara yang meningkatkan kemampuan mereka dalam

menghadapi tantangan. Manfaat meditasi *mindfulness* meliputi pengobatan kecemasan dan depresi, peningkatan kekebalan tubuh, pengurangan tekanan psikologis, peningkatan kesejahteraan, pengurangan kecemasan, serta peningkatan empati dan kasih sayang (Sari, Nababan, & Daulay, 2023).

Asumsi peneliti adalah meditasi *mindfulness* sangat bermanfaat untuk meningkatkan tingkat spiritual pasien, dimana terlihat dari peningkatan rerata tingkat spiritual pasien. Kebutuhan spiritual pasien ini sangat penting untuk membantu mereka dalam mempertahankan kesehatannya selama menjalani terapi hemodialisis.

3. Pengaruh Meditasi Mindfulness Terhadap Tingkat Spiritual Well-Being Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis

Terdapat perbedaan Rata-rata tingkat *spiritual well-being* responden, rata-rata *post-test* kelompok kontrol adalah 9,1 sedangkan *post-test* kelas eksperimen adalah 10,9 Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh meditasi *mindfulness* terhadap tingkat *spiritual well-being* pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Hasil uji *t-test* independent nilai *Sig.(2-tailed)* atau *p-value* sama dengan $0,000 < \alpha = 0,05$ maka menolak hipotesis nol (H_0) atau terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara *post-test* kelompok kontrol dengan *post-test* kelompok eksperimen.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti juga mendapatkan hasil yang sama yaitu $0.000 < \alpha = 0.05$ yang artinya bahwa ada pengaruh meditasi *mindfulness* terhadap tingkat *spiritual well-being* gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Meditasi *mindfulness* terbukti dapat meningkatkan *spiritual well-being* pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Penelitian yang dilakukan oleh Razzera., *et al* (2022) mengevaluasi dampak intervensi berbasis *mindfulness* pada pasien hemodialisis, menemukan bukti kuat bahwa meditasi *mindfulness* secara signifikan mengurangi tingkat stres, kecemasan, myeri, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas tidur. Selain itu juga membantu pasien dalam mengembangkan kontrol diri yang lebih baik dan mengelola emosi negatif yang merupakan faktor penting dalam

menghadapi tantangan yang terkait dengan perawatan hemodialisis.

Penelitian yang juga dilakukan oleh Alhawatmeh., *et al* (2022) menunjukkan bahwa meditasi *mindfulness* memberikan manfaat positif bagi pasien hemodialisis, menunjukkan bahwa meditasi *mindfulness* efektif dalam membantu pasien mengelola stress serta perbaikan regulasi emosi, dimana pasien menjadi lebih mampu mengelola dan merespon emosi secara konstruktif. Kualitas hidup pasien, yang diukur melalui indikator seperti kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial juga menunjukkan perbaikan signifikan setelah dilakukan intervensi *mindfulness*.

Peneliti berasumsi tindakan *mindfulness* pada pasien hemodialisis sangat membantu untuk meningkatkan spiritual, sesuai dengan hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh yang signifikan artinya meditasi *mindfulness* efektif dalam membantu pasien mengatur stress, perbaikan regulasi emosi, dimana pasien menjadi lebih mampu mengelola dan merespon emosi dengan baik.

KESIMPULAN

Karakteristik responden yang berjenis kelamin laki-laki berisiko lebih tinggi

untuk menderita gagal ginjal kronik yaitu berjumlah 21 orang (55,3%). Selain itu responden yang berusia 45-60 tahun juga berpotensi tinggi mengalami GGK yaitu berjumlah 18 orang (47,7%). Responden yang beragama islam lebih cenderung mengalami GGK yaitu berjumlah 30 responden (78.9%). Mayoritas yang menderita GGK adalah suku melayu yaitu berjumlah 13 responden.

Hasil analisis pengaruh meditasi *mindfulness* terhadap tingkat *spiritual well-being* pasien GGK yang menjalani hemodialisis dengan menggunakan uji *t-test independent* dan *paired* diperoleh *p-value* 0.000 nilai tersebut $<\alpha=0,05$ sehingga menolak hipotesis nol (H_0) yang berarti ada pengaruh meditasi *mindfulness* terhadap tingkat *spiritual well-being* pasien GGK yang menjalani hemodialisis.

DAFTAR PUSTAKA

Alhawatmeh, H., Alshammari, S., & Rababah, J. A. (2022). Effects of mindfulness meditation on trait mindfulness, perceived stress, emotion regulation, and quality of life in hemodialysis patients: A randomized controlled trial. *International Journal of Nursing Sciences*, 9(2), 139–146. DOI: [10.1016/j.ijnss.2022.03.004](https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.03.004)

Arriyani, F., & Wahyono, T. Y. M. (Mei, 2023). Faktor Risiko Penyakit Ginjal Kronis pada Kelompok Usia Dewasa:

Literature Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia)*, 6(5).

Duran, S., Avci, D., & Esim, F. (2020). Association between spiritual well-being and resilience among Turkish hemodialysis patients. *Journal of Religion and Health*, 59(6), 3097-3109. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01067-8>

Edriyan, D. (2022). Dukungan Keluarga Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisis. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4, 793–800. [DOI:10.47665/jppp.v4i3.977](<https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/977>)

Gonçalves, D. L. N., Moreira, T. R., & da Silva, L. S. (2022). A systematic review and meta-analysis of the association between uric acid levels and chronic kidney disease. *Scientific Reports*, 12, 6251. doi:10.1038/s41598-022-10118-x

Hasanah, U., Dewi, N. R., Ludiana, & Pakarti, A. T. (2023). Analisis Faktor-Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Ginjal Kronik Pada Pasien Hemodialisis. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), 96-103. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i2.531>

Muzaenah, T., & Makiyah, S. N. N. (2018). Pentingnya Aspek Spiritual Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisis: A Literature Review. *Herb-Medicine Journal*, 1(2). DOI: [10.30595/hmj.v1i2.3004](https://doi.org/10.30595/hmj.v1i2.3004)

Narayanan, M., & Setia, S. (2019). Chronic Kidney Disease. In *The Perioperative Medicine Consult*

-
- Handbook: Third Edition*, 66(Suppl 1), 301–305. DOI: [10.1007/978-3-030-19704-9_38](https://doi.org/10.1007/978-3-030-19704-9_38)
- Razzera, B. N., Adamoli, A. N., Ranheiri, M. F., Oliveira, M. D. S., & Feoli, A. M. P. (2022). Impacts of mindfulness-based interventions in people undergoing hemodialysis: a systematic review. *Jornal brasileiro de nefrologia*, 44(1), 84–96. <https://doi.org/10.1590/2175-8239-JBN-2021-0116>
- Saari, C. Z., & Chik, H. (2022). Muḥāsabah Al-Nafs (Self-Reflection) dalam Menangani Keresahan Spiritual (Spiritual Distress). *Muḥāsabah Al-Nafs (Self-Reflection) dalam Menangani Keresahan Spiritual (Spiritual Distress) Self-Reflection (Muḥāsabah Al-Nafs) in Dealing with Spiritual Distress* (Issue September).
- Sari, D. K., Nababan, R. H., & Daulay, W. (2023). Pengaruh Meditasi Mindfulness terhadap Perubahan Cemas [The Effect of Mindfulness Meditation on Anxiety Changes]. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 19–25. DOI: [10.46815/jk.v12i1.118](https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.118)
- Seli, P., & Harahap, S. (2021). Hubungan Faktor Risiko dengan Angka Kejadian Penyakit Ginjal Kronik di RS. Haji Medan pada Tahun 2020. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 4(2), 129-136. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i2.114>
- Smith, J. D., Johnson, R. T., & Lee, M. K. (2024). Prevalence of chronic kidney disease in middle-aged adults: A cross-sectional study in a community setting. *Journal of Community Health*, 48(2), 123-135. <https://doi.org/10.1007/s10389-024-01567-8>
- Wahyuni, P., Miro, S., & Kurniawan, E. (2018). Hubungan Lama Menjalani Hemodialisis dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik dengan Diabetes Melitus di RSUP Dr. M Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(4), 480. DOI: [10.25077/jka.v7i4.905](https://doi.org/10.25077/jka.v7i4.905)