

ABSTRAK

Nama : Rusiani Nasilah
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul : Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Tingkat Depresi pada Pasien Hemodialisis dan Tinjauannya Menurut Islam

Latar Belakang: Depresi merupakan penyakit kejiwaan yang sering terjadi pada penderita penyakit ginjal kronis. Penderita penyakit ginjal kronis harus menerima kenyataan untuk melakukan hemodialisis sepanjang hidupnya sehingga dapat menimbulkan perubahan psikologis dan kelemahan otot sehingga diperlukan latihan fisik untuk mempertahankan dan menguatkan otot dan menurunkan tingkat depresi. Islam mengajarkan bahwa untuk menghadapi cobaan atau penyakit yaitu berobat dan mendekatkan diri dengan Allah dengan cara dzikir dan sabar.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah pasien penyakit ginjal kronis yang sedang menjalani hemodialisis di RS Anna Medika Bekasi, dengan syarat memenuhi kriteria inklusi. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dan analisis data dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil: Terdapat empat tingkat depresi setelah dilakukan latihan fisik yaitu depresi minimal 73,7%, sedang 7,9%, berat 13,2%, sangat berat 5,3%. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan tingkat depresi yang signifikan antara sebelum dan sesudah latihan fisik ($p = 0.056$). Latihan fisik mempengaruhi tingkat depresi menjadi lebih baik.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan yang signifikan tingkat depresi sebelum dan sesudah latihan fisik. Latihan fisik selama hemodialisis dapat menurunkan tingkat depresi pada penderita penyakit ginjal kronis.

Saran: Bagi para tenaga kesehatan diharapkan dapat mengajarkan dan memotivasi pasien untuk melakukan latihan fisik selama hemodialisis, serta untuk keluarga pasien agar dapat memberikan perhatian lebih dan menjadi *life support system* untuk kemajuan dan kelangsungan hidup pasien.

Kata Kunci: Depresi, Latihan Fisik, Penyakit Ginjal Kronis, Hemodialisis, Depresi pada pasien penyakit ginjal kronis

ABSTRACT

*Nama : Rusiani Nasilah
Study Program : Medical Faculty
Title : The Effect of Physical Exercise on Self Depression in Hemodialysis Patients and The Reviews According to Islam*

Background: *Depression is a psychiatric disease that often occurs in patients with chronic kidney disease. Patients with chronic kidney disease must accept the reality to do hemodialysis throughout his life so that it can cause psychological changes and muscle weakness so that physical exercise is needed to maintain and strengthen muscles and reduce the level of depression. Islam teaches that to deal with trials or illnesses that is seeking treatment and getting closer to Allah by way of remembrance and patience.*

Method: *This research was conducted using a cross sectional approach. The sample of this study was chronic kidney disease patients who were undergoing hemodialysis at Anna Medika Hospital Bekasi, with the requirement to meet the inclusion criteria. Samples were taken using purposive sampling technique and data analysis using Wilcoxon test.*

Results: *There are four levels of depression after physical exercise, that is depression minimal 73.7%, moderate 7.9%, severe 13.2%, very severe 5.3%. The results of this study indicate a significant difference in the level of depression between before and after physical exercise ($p = 0.056$). Physical exercise affects the level of depression for the better.*

Conclusion: *There are significant differences in the level of depression before and after physical exercise. Physical exercise during hemodialysis can reduce the level of depression in patients with chronic kidney disease.*

Suggestion: *Health workers are expected to be able to teach and motivate patients to do physical exercise during hemodialysis, as well as for the patient's family to be able to give more attention and become a life support system for patient progress and survival.*

Keywords: *Depression, Physical Exercise, Chronic Kidney Disease, Hemodialysis, Depression in patients with chronic kidney disease*