

INTISARI

Latar Belakang: Latihan Pasrah Diri merupakan salah satu teknik manajemen stres non-farmakologi yang sudah banyak dilakukan sebagai modalitas terapi non farmakologi untuk mengatasi stres dan depresi. Manajemen stres dapat memperbaiki derajat inflamasi pada pasien diabetes mellitus sekalipun pasien tersebut tidak depres. Rasio NLR dapat menjadi parameter penurunan stress yang terjadi pada pasien diabetes mellitus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh LPD terhadap perubahan kadar NLR pada pasien diabetes melitus tanpa depresi

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian ekperimental, *single-blind, Randomized Controlled Trial* (RCT) yang berlangsung pada Februari-April 2018 di RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro, Klaten, Jawa Tengah. Subyek penelitian ini adalah pasien yang tegak dengan diagnosis diabetes melitus (sesuai kriteria dari Perkeni 2015), berusia 30 – 60 tahun, yang memeriksakan dirinya ke poliklinik Penyakit Dalam RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten pada bulan Januari - Juni 2018. Latihan Pasrah Diri dilakukan dua kali sehari masing-masing selama 20-30 menit, selama 8 minggu. Randomisasi pada penelitian ini menggunakan program SPSS. Data diolah dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22.0.

Hasil Penelitian: Pasien DM tipe 2 tanpa depresi yang masuk dalam penelitian sebanyak 36 subyek. Subyek yang mendapatkan latihan pasrah diri dan kontrol masing-masing sebanyak 18 subyek. Rerata NLR pada subyek kelompok perlakuan didapatkan pada awal penelitian $2,26 \pm 0,91$ kemudian terjadi penurunan pada akhir penelitian bulan perlakuan $1,99 \pm 0,73$. Pada kelompok kontrol rerata NLR pada awal penelitian $2,15 \pm 0,95$ menurun pada akhir penelitian $2,1 \pm 0,85$. Pada kelompok perlakuan didapatkan penurunan NLR pada akhir intervensi sebesar $0,27 \pm 0,7$ sedangkan pada kelompok kontrol menurun $0,05 \pm 1,22$ dengan nilai p 0,151. Perubahan rerata PSS pada kelompok intervensi pada awal perlakuan $15,36 \pm 5,12$ kemudian terjadi penurunan pada 1 bulan dan 2 bulan perlakuan $13,59 \pm 5,08$ dan $10,27 \pm 6,49$. Pada kelompok kontrol rerata PSS pada awal perlakuan $17,09 \pm 6,22$ kemudian menurun pada 1 bulan perlakuan $16,36 \pm 5,86$ dan semakin menurun pada bulan kedua perlakuan $12,45 \pm 4,68$. Pada kelompok perlakuan didapatkan penurunan PSS pada akhir intervensi sebesar $5,09 \pm 6,47$ sedangkan pada kelompok kontrol menurun $4,64 \pm 5,21$ dengan nilai p 0,655.

Kesimpulan: Tidak terdapat pengaruh LPD terhadap perubahan kadar NLR pada pasien diabetes tipe 2 tanpa depresi

Kata kunci: Latihan pasrah diri, Diabetes mellitus, *Neutrophil lymphocyte ratio*

ABSTRACT

Background. Latihan pasrah diri is one of the many non-pharmacological stress management techniques that has been carried out as a non-pharmacological therapeutic modality to deal with stress and depression. Stress management can improve the degree of inflammation in patients with diabetes mellitus even if the patient is not depressed. The NLR ratio can be a parameter of decreased stress that occurs in patients with diabetes mellitus. This study aims to determine whether there is any effect of LPD on changes in NLR levels in patients with diabetes mellitus without depression

Methods. This study used an experimental, single-blind, Randomized Controlled Trial (RCT) design that took place in February-April 2018 at Dr. Soeradji Tirtonegoro, Klaten, Central Java. The subjects of this study were patients who were upright with a diagnosis of diabetes mellitus, aged 30 - 60 years, who examined him at the Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten from January to June 2018. Latihan pasrah diri is carried out twice a day for 20-30 minutes, for 8 weeks. Randomization in this study uses the SPSS program. Data is processed using the SPSS version 22.0 application.

Result. Type 2 DM patients without depression were included in the study as many as 36 subjects. Subjects who received *Latihan pasrah diri* and control training were 18 subjects respectively. The mean NLR in the subjects of the treatment group was obtained at the beginning of the study 2.26 ± 0.91 then there was a decrease at the end of the study in the month of treatment 1.99 ± 0.73 . In the control group the mean NLR at the beginning of the study 2.15 ± 0.95 decreased at the end of the study 2.1 ± 0.85 . In the treatment group, there was a decrease in NLR at the end of the intervention of 0.27 ± 0.7 while in the control group decreased 0.05 ± 1.22 with p-value of 0.151. Changes mean PSS at the beginning of the study intervention groups $15,36 \pm 5,12$ and then decrease in 1 month dan 2 month intervention $13,59 \pm 5,08$ dan $10,27 \pm 6,49$. In the control group the mean PSS at the beginning of treatment was 17.09 ± 6.22 and then decreased at 1 month treatment 16.36 ± 5.86 and decreased in the second month of treatment 12.45 ± 4.68 . In the treatment group, there was a decrease in PSS at the end of the intervention of 5.09 ± 6.47 while in the control group decreased by 4.64 ± 5.21 with a p value of 0.655.

Conclusion. There was no effect of LPD on changes in NLR levels in patients with type 2 diabetes mellitus without depression

Keywords. *Latihan pasrah diri*, Diabetes mellitus, Neutrophil lymphocyte ratio