

PENGARUH LATIHAN PASRAH DIRI TERHADAP RESISTENSI INSULIN PADA PASIEN DIABETES TIPE 2 TANPA DEPRESI

AgusSiswanto¹, Mohammad Juffrie², Bambang Udji Djoko Rianto³, and H.A.H Asdie⁴

1 Mahasiswa Program Doktorat Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

2 Departemen Pediatri Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

3 Departemen Telinga Hidung TenggorokFakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

4 Departemen Ilmu Penyakit DalamFakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

Abstrak

Latar Belakang. Latihan Pasrah Diri (LPD) merupakan salah satu bentuk terapi relaksasi yang mulai banyak digunakan tidak hanya pada pengobatan penyakit psikosomatik, namun juga potensial digunakan pada penyakit non-psikosomatik lain. Hal ini didukung oleh banyaknya hasil penelitian tentang LPD yang menunjukkan perbaikan parameter klinis penderita penyakit kronis maupun infeksi, salah satunya yaitu diabetes. Terapi dengan LPD tidak hanya memperbaiki gejala depresi, namun juga kontrol glikemik penderita diabetes. Belum diketahui apakah LPD juga berpengaruh terhadap resistensi insulin yang merupakan mekanisme utama terjadinya diabetes tipe 2.

Metode. Penelitian ini bersifat prospektif, *single-blind*, *randomized controlled trial* yang dilakukan di unit rawat jalan bagian penyakit dalam RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten selama 8 minggu. Subyek penelitian adalah pasien berusia di atas 30 tahun yang terdiagnosis diabetes melitus dan tidak sedang mengalami depresi (dibuktikan dengan nilai *Beck Depression Inventory* < 17). Data yang diambil adalah resistensi insulin yang diukur dengan HOMA-IR, *Perceived Stress Scale* (PSS), gula darah puasa (GDP), HbA1c, dan gula darah 2 jam post prandial (GD2PP). Analisis statistik dilakukan dengan uji beda rerata antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Hasil. Subyek penelitian terdiri atas 44 orang yang dirandomisasi ke dalam 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan perlakuan (LPD). Tidak ada perbedaan bermakna pada karakteristik dasar kedua kelompok. Di akhir masa penelitian, pada kelompok LPD didapatkan penurunan yang tidak bermakna dari HOMA-IR dan HbA1c, (Δ HOMA-IR = $-0,39 \pm 1,52$; $p = 0,976$; Δ HbA1c = $-0,55\% \pm 0,85\%$; $p = 0,189$). Sedangkan GDP dan GD2JPP meningkat secara tidak bermakna pada kelompok LPD dibandingkan kontrol (Δ GDP = $10,16 \pm 50,33$; $p = 0,294$; Δ GD2JPP = $40,74 \pm 69,35$; $p = 0,062$). Pada kelompok LPD juga didapatkan penurunan PSS dibandingkan kontrol, tetapi tidak bermakna (Δ PSS = $-5,09 \pm 6,47$; $p = 0,655$).

Kesimpulan. Latihan Pasrah Diri (LPD) menurunkan HOMA-IR, memperbaiki kontrol glikemik (HbA1c), dan menurunkan stres pada pasien diabetes tanpa depresi, tetapi tidak berbeda bermakna.

Keywords: LPD, Diabetes mellitus, HOMA-IR

THE INFLUENCE OF SELF SURRENDER PRACTICE (LATIHAN PASRAH
DIRI) ON INSULIN RESISTENCE IN INDIVIDUALS WITH DIABETES
MELLITUS TYPE 2 WITHOUT DEPRESSION

AgusSiswanto¹, Mohammad Juffrie², Bambang Udji Djoko Rianto³, and H.A.H Asdie⁴

1 Doctoral Programme of Medical Science Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada

2 Department of Pediatric Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada

3 Department of Otorhinolaryngology Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada

4 Department of Internal Medicine Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada

Abstract

Background. Self Surrender Practice (Latihan Pasrah Diri, LPD) is a relatively new form of relaxation therapy that has been increasingly used, not only in the treatment of psychosomatic diseases, but also of other non-psychosomatic diseases. This is supported by so many researches addressing LPD that showed modest improvement on clinical parameters of patients with chronic diseases and infections, one of which is diabetes. LPD not only decreases symptoms of depression, but also glycemic control. However, it is still not known whether LPD also affects insulin resistance.

Method. This research is a prospective, single-blinded, randomized, controlled trial conducted in outpatient unit of Internal Medicine Department in RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten for 8 weeks. The subjects of the study were patients aged over 30 years diagnosed with diabetes mellitus and having no depression (evidenced by Beck Depression Inventory value <17). The data collected were insulin resistance, as measured by HOMA-IR, Perceived Stress Scale (PSS), fasting plasma glucose (FPG), HbA1c, and 2 hour post prandial plasma glucose (2-hour PPPG). Statistical analysis was performed by conducting the test of mean difference between control group and treatment group.

Result. The subjects consisted of 44 people, randomized into 2 groups, the control group and the treatment group (LPD group). There was no significant difference in the baseline characteristics of the two groups. At the end of the research period, the LPD group showed insignificant decrease of HOMA-IR and HbA1c, (Δ HOMA-IR = $-0,39 \pm 1,52$; $p = 0,976$; Δ HbA1c = $-0,55\% \pm 0,85\%$; $p = 0,189$). Meanwhile, the FPG and 2-hour PPPG was increased insignificantly in the LPD group compared to control (Δ FPG = $10,16 \pm 50,33$; $p = 0,294$; Δ 2-hour PPPG = $40,74 \pm 69,35$; $p = 0,062$). Following HbA1c, there were also observed an insignificant decrease of PSS in LPD group compared to control group (Δ PSS = $-5,09 \pm 6,47$; $p = 0,655$).

Conclusion. Self Surrender Practice (Latihan Pasrah Diri, LPD) decreases HOMA-IR, improves glycemic control (HbA1c) and reduces stress levels in diabetic patients without depression, but not significantly different.

Keywords: LPD, Diabetes mellitus, HOMA-IR