



MENURUNKAN DAMPAK PSIKOLOGIS SAAT KEMOTERAPI PADA PASIEN CA MAMAE DENGAN TERAPI GAYATRI MANTRAM DAN RINDIK BALI

Agus Ari Pratama*, Ketut Eka Larasati Wardana

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng, Jl. Raya Air Sanih, Bungkulan, Sawan, Buleleng, Bali 81171, Indonesia

*ariajuz05@gmail.com

ABSTRAK

Ca Mamae merupakan salah satu penyebab kematian utama pada wanita. Tingginya angka kematian akibat *ca mamae* disebabkan karena umumnya kanker tersebut ditemukan distadium lanjut. Tindakan kemoterapi dilakukan pada penderita *ca mamae* yang sudah terjadi metastase atau berada pada stadium lanjut. Kemoterapi pada penderita kanker dapat menimbulkan dampak psikologis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dan mengidentifikasi efektifitas pemberian terapi gayatri mantram dan rindik bali terhadap penurunan dampak psikologis pasien *ca mamae* yang sedang menjalani kemoterapi. Penelitian ini merupakan penelitian mix method, desain penelitian ini yaitu *quasy experiment pre post with control group design*. Besar sampel penelitian ini dihitung menggunakan *probality sampling tipe purposive sampling*. Sehingga sampel penelitian ini adalah 63 responden. Hasil yang di dapat dari penelitian ini adalah terdapat penurunan tingkat kecemasan ketika diberikan terapi gayatri mantram dan rindik bali pada pasien *ca mamae* yang sedang menjalani kemoterapi dengan nilai P value 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi kombinasi terapi gayatri mantram dan rindik bali lebih efektif dalam menurunkan dampak psikologis pada pasien *ca mamae* yang sedang menjalani kemoterapi. Saran bagi petugas kesehatan agar lebih memperhatikan kondisi psikologis pasien *ca mamae* dengan memberikan terapi gayatri mantram dan rindik bali selama menjalani kemoterapi.

Kata kunci: *ca mamae*; dampak psikologis; gayatri mantram; kemoterapi; rindik bali

REDUCING THE PSYCHOLOGICAL IMPACT OF CHEMOTHERAPY ON CA MAMAE PATIENTS WITH GAYATRI MANTRAM AND RINDIK BALI THERAPY

ABSTRACT

Ca Mamae is one of the leading causes of death in women. The high mortality rate due to *Ca Mamae* is caused because generally the cancer is found at an advanced stage. Chemotherapy is carried out on patients with *Ca Mamae* who have metastased or are at an advanced stage. Chemotherapy in cancer patients can have a psychological impact. The purpose of this study is to explore and identify the effectiveness of gayatri mantram and rindik bali therapy on reducing the psychological impact of *Ca Mamae* patients undergoing chemotherapy. This research is a mix method research, the design of this research is *quasy experiment pre post with control group design*. The sample size of this study was calculated using *probality sampling type purposive sampling*. So that the sample of this study was 63 respondents. The results obtained from this study were a decrease in anxiety levels when given gayatri mantram and rindik bali therapy in patients who were undergoing chemotherapy with a P value of 0.000 ($p < 0.05$). This shows that the combination intervention of gayatri mantram and rindik bali therapy is more effective in reducing the psychological impact on patients undergoing chemotherapy. Advice for health workers to pay more attention to the psychological condition of *ca mamae* patients by providing gayatri mantram and rindik bali therapy during chemotherapy.

Keywords: *ca mamae*; chemotherapy; gayatri mantram; psychological impact; rindik bali

PENDAHULUAN

Ca Mamae menjadi suatu sebab kematian utama pada wanita dan merupakan tumor ganas atau benjolan yang tumbuh di dalam jaringan payudara, terlebih sebanyak 8,2 juta orang wanita meninggal (Ashariati, 2019). Frekuensi kejadian penyakit ini cukup berpotensi di negara maju dan menjadi jenis kanker yang paling dominan dialami dibandingkan kanker lain (Fatmiwiryastini et al., 2021). Data *Global Cancer Observatory* dari WHO (2021) membuktikan kejadian kanker payudara paling tinggi yaitu di Indonesia. Di Indonesia data *ca mamae* menempati angka kematian hingga 20.052 atau sejumlah 1,41% dari semua kematian yang terjadi (Riskesdas, 2020) Angka kejadian kanker payudara di Provinsi Bali cukup tinggi dalam hal deteksi dini kanker payudara berdasarkan pemeriksaan klinis (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2018). Peningkatan angka kematian akibat kanker payudara disebabkan karena umumnya kanker tersebut ditemukan distadium lanjut deteksi dini kanker dapat dilakukan melalui melakukan pemeriksaan payudara klinis (Fauzi et al., 2020). Pada tahun 2021, dari total estimasi 92.002 perempuan usia 30-50 tahun di Kabupaten Buleleng terdapat 2.389 diantaranya telah melaksanakan pemeriksaan kanker payudara dan kanker leher rahim. Sebanyak 1 orang (0,04%) memiliki tumor atau benjolan (Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng, 2021).

Penatalaksanaan *ca mamae* dapat dilakukan dengan pemeriksaan fisik, pemeriksaan radiologi, dan laboratorium. Selain itu penatalaksanaan *ca mamae* dapat dilakukan dengan pembedahan, radioterapi, kemoterapi, terapi target, serta terapi hormonal (Ashariati, 2019). Tipe pembedahan yang bisa dipilih seperti biopsi eksisi dengan lokalisasi lesi, mastektomi radikal, *breast conserving surgery*, serta rekonstruksi payudara dan dinding dada (Harun & Amalia, 2021). Tindakan kemoterapi dilakukan pada penderita kanker payudara berada pada stadium lanjut atau yang sudah terjadi metastase (Supradewi & Sukmawati, 2020). Kemoterapi pada penderita kanker payudara dapat menimbulkan dampak psikologis (Kartini et al., 2019). Dampak psikologis diantaranya rasa cemas karena tidak menarik lagi, rasa malu atau kurang percaya diri karena adanya perubahan fisik, ketidakberdayaan, mudah putus asa karena proses kemoterapi yang lama, perasaan kurang diterima oleh orang lain, harga diri rendah karena tidak memiliki payudara lagi, mudah marah karena tidak mampu mengurus keluarga, stres menghadapi efek fisik yang dialami dari kemoterapi (Retnaningsih et al., 2022). Gangguan dari psikologis dapat menggambarkan suasana mental pasien yang berubah selama menjalani keseluruhan tindakan kemoterapi (Supradewi & Sukmawati, 2020). Respons psikologis pasien dapat terjadi karena adanya perubahan fisik yang dialami (Pratama & Wardaningsih, 2020). Ketidaknyamanan pada otot atau seluruh badan, peradangan pada membran mukosa, dan mual muntah dapat menyebabkan pasien cemas, takut, dan gelisah dengan keadaannya (Fauzi et al., 2020).

Intervensi yang dapat dilakukan untuk menurunkan dampak negatif psikologis pasien *ca mamae* yang sedang menjalani terapi kemoterapi yaitu dengan pemberian terapi gayatri mantram dan rindik bali (Rahayu et al., 2021). Terapi gayatri mantram merupakan bentuk terapi umat beragama Hindu yang memberikan ketenangan, kedamaian, dan menemukan tujuan hidup (Resiani et al., 2021). Sedangkan rindik Bali merupakan salah satu alat musik tradisional yang berasal dari pulau Bali (Widiartha, 2017). Rindik terbuat dari bambu yang terdiri dari beberapa batang bambu. Setiap bagian batang bambu memiliki ukuran yang berbeda satu sama lain (Ayu Mirah Cahya Dewi et al., 2022). Terapi rindik bali yang sederhana akan menghasilkan kumpulan nada yang mendayu dan harmois, sehingga dapat bermanfaat sebagai pembawa stimulus yang mampu mempengaruhi suasana hati dan psikologi bagi pendengarnya (Widiartha, 2017). Berpedoman kepada data yang diperoleh melalui studi pendahuluan di RSUD Kabupaten Buleleng, pasien penderita kanker payudara dengan kemoterapi periode Januari 2021-Desember 2021 sebanyak 34 pasien, sedangkan terdapat 42 pasien pada periode

Januari 2022-Oktober 2022. Perolehan wawancara yang pengkaji laksanakan terhadap salah satu perawat di RSUD Buleleng mendeskripsikan pasien yang melangsungkan kemoterapi merasa putus asa karena didiagnosa kanker dan harus menjalani kemoterapi, selain itu secara psikologis takut apabila tidak ditemani dalam menjalani pengobatan, tidak diantar didalam melakukan kontrol, tidak diingatkan untuk rutin mengkonsumsi obat dan stigma masyarakat yang menyatakan bahwasanya penyakit kanker tidak dapat untuk disembuhkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplor, mengidentifikasi efektifitas pemberian terapi gayatri mantram dan rindik bali terhadap penurunan dampak negatif psikologis pasien *Ca Mamae* yang sedang menjalani kemoterapi.

METODE

Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian *mix method*, dengan desain penelitian yaitu *quasy experiment pre post with control group design*. Populasi dari penelitian ini yaitu pasien yang melakukan kemoterapi di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Buleleng sebanyak 75 orang. Perhitungan besaran sampel dalam penelitian ini menggunakan *probality sampling tipe purposive sampling*, dan didapatkan sebanyak 21 responden pada masing-masing kelompok. Sehingga didapatkan sampel penelitian ini, yaitu 63 pasien yang memenuhi kriteriaklusi dan eksklusi. Variabel independent dari penelitian ini, yaitu terapi gayatri mantram dan rindik bali, Variabel dependennya yaitu dampak psikologis. Intervensi yang diberikan yaitu intervensi kombinasi terapi gayatri mantram dan rindik bali yang dilakukan bersamaan. Intervensi yang dilakukan pada responden adalah dengan cara memberikan musik gayatri mantram dan rindik bali untuk di dengarkan dan diakhiri dengan doa memohon kesembuhan, dan diwaktu yang sama diberikan juga terapi musik rindik bali. Intervensi ini dilakukan 1 kalisehari selama 15 hari selama 15-30 menit. Sebelum dan sesudah intervensi, kelompok kontrol dan intervensi dinilai tingkat kecemasan menggunakan instrumen penilaian yang sudah baku yaitu kuesioner kecemasan dari *HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)* kemudian dilakukan analisis menggunakan analisis statistik. Analisis statistik yang digunakan adalah Uji *Kruskall-Wallis* menggunakan SPSS. Selanjutnya data kualitatif di analisis dengan menggunakan analisis data deskriptif pada fenomenologi dan mengembangkan semua dengan teknik *In-depth Interview*. Adapun tahapan proses analisa data menggunakan 9 langkah dalam metode Colaizzi (1978). *Ethical clereance* didapatkan dari KEPK Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Buleleng pada tanggal 14 Agustus 2023 dengan nomor No: 030/EC/KEPK-RSB/VIII/2023 yang meliputi *respect for person, informed consent, anonymity, confidentiality, beneficence, non-maleficence and justice*.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan pada variabel tingkat kecemasan sebelum diberikan gayatri mantram sebagian besar mengalami kepanikan dengan frekuensi 16 (76.2%), pada variabel tingkat kecemasan setelah diberikan gayatri mantram sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan dengan frekuensi 10 (47.6), kemudian pada variabel tingkat kecemasan sebelum diberikan rindik bali sebagian besar mengalami kepanikan dengan frekuensi 13 (62%), pada variabel tingkat kecemasan setelah diberikan rindik bali sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan dengan frekuensi 12 (57.1%). selanjutnya pada variabel tingkat kecemasan sebelum diberikan gayatri mantram dan rindik bali sebagian besar responden mengalami kepanikan dengan frekuensi 19 (90.4%), sedangkan pada variabel tingkat kecemasan setelah diberikan gayatri mantram dan rindik bali sebagian besar responden tidak mengalami kecemasan lagi dengan frekuensi 13 (61.9%). Tabel 2 menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan ketika diberikan terapi gayatri mantram dan rindik bali pada pasien *ca mamae* yang sedang menjalani kemoterapi dengan nilai P value 0,000 ($p < 0,05$)

Tabel 1.
Distribusi frekuensi kecemasan pretest dan posttest pada responden ca mamea yang menjalani kemoterapi (n=21)

Karakteristik Responden			
Variabel	Nilai	f	%
Tingkat kecemasan sebelum diberikan gayatri mantram	Kecemasan sedang	2	9,5
	Kecemasan berat	3	14,3
	Panik	16	76,2
Tingkat kecemasan setelah diberikan gayatri mantram	Tidak ada kecemasan	6	28,6
	Kecemasan ringan	10	47,6
	Kecemasan sedang	5	23,8
Tingkat kecemasan sebelum diberikan rindik bali	Kecemasan sedang	4	19
	Kecemasan berat	4	19
	Panik	13	62
Tingkat kecemasan setelah diberikan rindik bali	Tidak ada kecemasan	3	14,3
	Kecemasan ringan	12	57,1
	Kecemasan sedang	5	23,8
	Kecemasan berat	1	4,8
Tingkat kecemasan sebelum diberikan gayatri rindik	Kecemasan sedang	1	4,8
	Kecemasan berat	1	4,8
	Panik	19	90,4
Tingkat kecemasan setelah diberikan gayatri rindik	Tidak ada kecemasan	13	61,9
	Kecemasan ringan	8	38,1

Tabel 2.
Uji Kruskal-Wallis

Variabel	f	H	P value
Gayatri			
Sebelum	21	8,746	0,011
Sesudah	21	11,111	
Rindik Bali			
Sebelum	21	10,131	0,045
Sesudah	21	6,187	
Gayatri Rindik			
Sebelum	21	10,833	0,000
Sesudah	21	20,000	

Partisipan dalam penelitian ini sejumlah 10 orang, dan berada pada rentang umur 35-45 tahun, partisipan yang beragama hindu dan serta menyetujui *informed consent*. Hasil penelitian ini menemukan 4 tema utama, yaitu: *spiritual and culture therapy*, pengendalian emosi, ikhlas menjalani treatment, dan menemukan tujuan hidup.

Tabel 3.
Kategori dan Tema Hasil Penelitan

Kategori	Tema
Pendamping Terapi Kemoterapi	
Ketentraman Suasana Hati	<i>Spiritual and Culture Therapy</i>
Membantu Mengoptimalkan Kesehatan Fisik Dan Psikis	
Jenuh Menjalani Pengobatan	
Marah dengan Keadaan	Pengendalian Emosi
Menerima Penyakit Yang Diderita	
Selalu Bersyukur	Ikhlas Menjalani Treatment
Pandangan Positif	
Semangat dalam Hidup	
Peningkatan Konsep Diri	Menemukan Tujuan Hidup

Spiritual and Culture Therapy

Partisipan dalam menurunkan dampak psikologis saat kemoterapi dengan terapi gayatri mantram dan rindik bali akan merasakan manfaat *Spiritual and Culture Therapy*, diantaranya partisipan mengungkapkan terapi gayatri mantram dan rindik bali dapat menjadi pendamping terapi kemoterapi, mendapatkan ketentraman suasana hati, dan membantu mengoptimalkan kesehatan fisik dan psikis, seperti uraian berikut:

“Kalau dari yang saya dengarkan dan saya rasakan...ee, ini membantu dalam pengobatan medis, karena saya bisa relax saat kemoterapi mendengarkan lantunan doa-doa gayatri mantram dan musik Rindik Bali” (P1)

“Ini membantu saya kalau saya jenuh menjalankan kemoterapi, yaaa..membuat saya santai sambil mendengarkan Rindik Bali” (P8)

“Saat pengobatan sambil mendengarkan Gayatri Mantram, membuat saya lebih tenang dan nyaman,eee..berserah dirilah saya dengan keadaan” (P3)

“Ini merupakan pengobatan non medis secara keagamaan dan budaya bali,,,bagus untuk menjernihkan pikiran saya yang menderita kanker” (P5)

Pengendalian Emosi

Partisipan menjelaskan tentang menurunkan dampak psikologis saat kemoterapi dengan terapi gayatri mantram dan rindik bali sebagai media pengendalian emosi, diantaranya partisipan mengungkapkan jenuh menjalani pengobatan, marah dengan keadaan, dan menerima penyakit yang diderita, seperti uraian berikut:

“Awalnya saya bosan dengan jalannya pengobatan ini, tetapi setelah mendengarkan gayatri mantram dan rindik bali sambil kemoterapi,jadi saya tidak merasakan bosan,eee...ya sambil saya berdoa juga untuk kesehatan saya” (P2)

“Yang jelas saya marah, saat pertama kali didiagnosa kanker, kenapa ini bisa terjadi sama saya dan saya menolak kalau terus harus kemoterapi” (P8)

“Mau enggak mau,ya saya harus menerima kenyataan, yang penting suami selalu mendukung saya dalam pengobatan” (P3)

“Pertama saya stress, enggak terima,marah, sampai saya tidak nafsu makan, namun berjalannya waktu, saya mengikuti anjuran dokter dan dukungan dari keluarga saya, saya bisa menerima” (P10)

Ikhlas Menjalani Treatment

Partisipan menjelaskan tentang menurunkan dampak psikologis saat kemoterapi dengan mendengarkan terapi gayatri mantram dan rindik bali dapat merasakan ikhlas menjalani treatment, diantaranya partisipan mengungkapkan selalu bersyukur dan berpandangan positif, seperti uraian berikut:

“Ada hikmah yang saya dapatkan dari penyakit saya ini,bersyukur masih bisa hidup sampai saat ini walaupun dengan bantuan pengobatan rutin yang harus saya jalani” (P7)

“saya menerima kenyataan dan bersyukur masih diberikan hidup walaupun dengan bantuan kemoterapi” (P4)

“Oh iya,,,saya berpikiran semua ini hanya titipan Sang Hyang Widhi, jadi dengan pengobatan kemoterapi saya manfaatkan kesempatan ini untuk happy dalam hidup” (P9)

Menemukan Tujuan Hidup

Partisipan menjelaskan tentang menurunkan dampak psikologis saat kemoterapi dengan mendengarkan terapi gayatri mantram dan rindik bali dapat menemukan tujuan hidup, diantaranya partisipan mengungkapkan semangat dalam menjalani hidup dan merasakan peningkatan konsep diri, seperti uraian berikut:

“Walaupun saya selalu berobat kemoterapi, namun saya tidak luntur semangatnya untuk tetap

bertahan hidup demi keluarga dan anak-anak saya” (P4)

“Saya merasa semua akan baik-baik saja kalau saya rutin menjalani pengobatan, walaupun salah satu bagian tubuh saya hilang karena tindakan medis, toh saya tetap hidup dan masih bisa berkumpul bersama keluarga” (P6)

“Rasa malu pasti ada karena salah satu bagian payudara saya harus hilang di operasi karena kanker dan menjalani kemoterapi yang membuat rambut rontok, tapi saya berpikir buat apa saya malu, karena keluarga menerima saya apa adanya” (P1)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dapat ditunjukkan dengan adanya perubahan dan perbedaan tingkat kecemasan pasien setelah dilakukan intervensi kombinasi, terapi gayatri mantram dan rindik bali yaitu dengan nilai *p value* pada Uji Kruskal-Wallis sebesar 0.000. Sejalan dengan penelitian terdahulu, bahwa penurunan kondisi psikologis dilakukan dengan cara penerapan relaksasi menggunakan terapi spiritual sebagai upaya distraksi atas penyakit yang didiagnosanya (Jayanti et al., 2022). Dengan pemberian terapi spiritual seperti terapi gayatri mantram dan rindik bali, pasien kanker merasakan ketenangan dan *relaxing effect* sehingga tingkat depresi menurun dari jadwal kemoterapi, memberikan ketenangan, kedamaian, mendekatkan diri kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa dan menemukan tujuan hidup (Marwin et al., 2021; Resiani et al., 2021). Tindakan intervensi ini merupakan intervensi alternatif untuk memberikan dan menurunkan depresi pada pasien khususnya pada pasien *Ca Mamae* yang sedang menjalani kemoterapi (Wiksuarini et al., 2023). Pentingnya pemberian terapi gayatri mantram dan rindik bali sebagai upaya untuk memberikan pemenuhan kebutuhan biopsikososial dan spiritual (Resiani et al., 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yaitu tentang terapi dzikir yang dapat meningkatkan rasa tenang dan nyaman, sehingga kecemasan pasien dapat menurun saat melakukan dzikir sebagai terapi spiritual (Apriyeni, 2021). Dzikir merupakan salah satu intervensi komplementer yang bermanfaat dalam mengatasi kecemasan. Ini dikarenakan dzikir merupakan suatu cara pasien dalam menyebut, mengingat, dan mengarahkan rasa syukur sehingga muncul rasa tenang batin karena merasa semakin dekat dengan Allah SWT (Rahmayati & Handayani, 2020). Dalam praktik keperawatan, terapi spiritual dilakukan untuk memenuhi kebutuhan spiritual sehingga pasien merasa diperhatikan dan dibutuhkan oleh perawat (Ester Simanullang, 2020). Terapi gayatri mantram dan rindik bali dapat dijadikan *combination of interventions* yang adekuat dalam usaha menurunkan dampak psikologis pasien dalam tindakan medis, Ini disebabkan karena, efek intervensi dari terapi gayatri mantram dan rindik bali saling melengkapi, yang hasil akhirnya yaitu dapat mencapai kenyamanan dan kedamaian pada pasien (Rahayu et al., 2021). Terapi gayatri mantram akan berhasil apabila pasien memiliki konsentrasi yang baik, dengan demikian peningkatan konsentrasi dapat dilakukan dengan cara memberikan terapi rindik bali agar mendapatkan hasil yang adekuat (Samajdar et al., 2020). Terapi gayatri mantram merupakan bentuk terapi umat beragama Hindu yang memberikan ketenangan, kedamaian, dan menemukan tujuan hidup (Resiani et al., 2021). Sedangkan rindik Bali merupakan salah satu dari alat musik tradisional, terbuat dari bambu yang terdiri dari beberapa batang bambu yang berasal dari pulau Bali (Aristana et al., 2018). Terapi rindik bali yang sederhana akan menghasilkan komposisi nada yang mendayu dan harmonis, sehingga berperan sebagai pembawa stimulus yang mampu mempengaruhi suasana hati dan psikologi bagi pendengarnya (Widiartha, 2017).

Berdasarkan hasil analisis kualitatif dengan melakukan transkrip dari seluruh hasil wawancara, peneliti menemukan beberapa tema yang dilaporkan dari partisipan. Terkait

dengan mengeksplorasi dan mengidentifikasi dalam menurunkan dampak psikologis saat kemoterapi pada pasien *ca mammae* dengan terapi *gayatri mantram* dan *rindik bali*, memang sebagian besar menyebutkan bahwa ini merupakan *Spiritual and Culture Therapy*. Hal ini membantu dalam pendampingan terapi kemoterapi, mendapatkan ketenangan suasana hati, dan membantu pengoptimalan kesehatan fisik maupun psikis. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yaitu mengenai terapi spiritual yang dapat meningkatkan ketenangan dan rasa nyaman sehingga kecemasan pasien menurun saat melakukan tindakan kemoterapi (Ashariati, 2019). Terapi spiritual dan budaya merupakan praktik keperawatan komplementer yang dilakukan dalam meningkatkan kualitas hidup sehingga pasien merasa diperhatikan dan dibutuhkan oleh perawat. Fokus terapi ini yaitu interaksi yang simpati dan ramah, mendengarkan dengan penuh perhatian serta memberikan kekuatan secara psikologis bagi pasien. Keuntungan yang didapatkan dari terapi spiritual diantaranya dapat memberikan ketenangan jiwa dan pikiran, mendekatkan diri kepada Tuhan, serta pada pasien kemoterapi dapat mengembalikan gambaran terkait kualitas hidupnya (Rahayu et al., 2021).

Tema kedua dari penelitian ini yaitu tentang Pengendalian Emosi. Pasien *Ca Mamae* menyampaikan bahwa mereka dapat mengendalikan emosi atas keadaan yang dialami saat ini dengan mendengarkan terapi *gayatri mantram* dan *rindik bali*. Selain itu partisipan atau dalam hal ini pasien *Ca Mamae* mengungkapkan lebih ikhlas menjalani terapi dan menemukan tujuan hidup untuk lebih mensyukuri apa yang sudah dialami di dunia. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yaitu penerapan unsur spiritual pada setiap proses terapi kemoterapi memiliki pengaruh yang besar terhadap keberhasilan dalam meningkatkan kontrol emosi marah pada pasien kanker (Nurlina et al., 2021). Hal ini dapat dilihat dari hasil yaitu kemampuan pasien dalam bersikap dan berhubungan dengan orang lain menjadi lebih baik, *ridho* akan keadaannya, serta mampu menjalani kehidupan yang lebih bermakna (Windu & Nur, 2018). Selain itu *anger management* atau pengendalian emosi, merupakan kemampuan menurunkan stress atau amarah yang diperlukan oleh pasien *carsinoma* akan keadaannya (Jayanti et al., 2022). Amarah yang tidak terkontrol oleh pasien akan menyebabkan perilaku negatif seperti melukai diri sendiri, kekerasan dan agresi fisik ataupun verbal sehingga dapat mengganggu psikologis pasien dan orang lain (Fauzi et al., 2020).

Ikhlas Menjalani Treatment merupakan tema ke tiga dari penelitian ini. Pasien *Ca Mamae* menyampaikan bahwa mendengarkan terapi *gayatri mantram* dan *rindik bali* merasakan selalu bersyukur dan berpandangan positif dalam keadaan menjalani pengobatan kemoterapi. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yaitu *murottal al-qur'an* terapi pasien kanker yang menjalani kemoterapi memberikan stimulus pasien dalam, kontemplasi, merenung, mensyukuri, mengagumi kebaikan Tuhan yg tiada habisnya dan batasnya (Situmorang, 2019). Secara keseluruhan alunan musik terapi spiritual dapat berhubungan, baik fisik maupun psikologis sehingga mempunyai efek relaksasi dan dapat memiliki pandangan positif (Supradewi & Sukmawati, 2020). Selain itu suara lantunan *do'a* dapat menurunkan hormon stres, mengaktifkan hormon *endorphin* alami, mengalihkan perhatian dari rasa tegang, takut, meningkatkan perasaan rileks, dan memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, serta aktifitas gelombang pada otak (Kartini et al., 2019).

Tema keempat dari penelitian ini yaitu Menemukan Tujuan Hidup. Pasien *Ca Mamae* menyampaikan bahwa menemukan tujuan hidup, diantaranya partisipan mengungkapkan semangat dalam menjalani hidup dan merasakan peningkatan konsep diri saat mendengarkan terapi *gayatri mantram* dan *rindik bali* pada saat kemoterapi. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yaitu terapi *gayatri mantram* merupakan terapi dalam pemenuhan

kebutuhan spiritual sebagai intervensi asuhan keperawatan pada pasien kanker. Pelaksanaan pemenuhan kebutuhan spiritual sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kesehatan jiwa, semangat hidup dan peningkatan konsep diri pasien *ca mammae* (Marwin et al., 2021). Peningkatan konsep diri yang sehat tidak dapat terwujud dengan pemenuhan kebutuhan dasar yang baik, penerimaan diri, tetapi juga adanya dukungan spiritual (Nelly Verawati Sitinjak, 2022). Semakin baik sistem dukungan spiritual bagi pasien kanker maka akan menjadi individu yang memiliki kualitas hidup yang baik dan lebih mampu beradaptasi. Selain itu terapi gayatri mantram menunjukkan bahwa terapi ini memberikan pengaruh positif dalam berbagai aspek kehidupan dan pada proses penemuan makna hidup penderita kanker payudara (Kartini et al., 2019).

Menurunkan dampak psikologis saat kemoterapi pada pasien *Ca Mamae* dengan terapi gayatri mantram dan rindik bali merupakan salah satu domain penting yang dapat mempengaruhi kualitas hidup. Selain itu, terapi gayatri mantram dan rindik bali dapat mengurangi kecemasan dan menjadi strategi pendampingan pengobatan yang tepat bagi pasien *Ca Mamae* yang menjalani kemoterapi (Resiani et al., 2021). Lebih lanjut memiliki kesejahteraan spiritual yang positif dapat membantu individu dalam mengatasi masalah yang dialami ketika dalam keadaan sakit dan merasakan keterhubungan dengan sesuatu yang lebih tinggi, menemukan arti dan tujuan hidup sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup (Ayu Mirah Cahya Dewi et al., 2022). Pemberian intervensi ini dikaitkan dengan spiritualitas yang baik. Spiritualitas dapat dijadikan sebagai salah satu bentuk mekanisme koping positif yang dapat digunakan pada pasien *Ca Mamae* untuk beradaptasi terhadap diagnosis dan pengobatan kemoterapi. Spiritualitas dan religiusitas juga mempengaruhi emosional pasien *Ca Mamae* sehingga, dapat berpengaruh terhadap kesembuhan, mengurangi angka morbiditas, meningkatkan ketabahan dan kesabaran pasien dalam menghadapi penyakitnya, serta membuat pasien lebih siap dalam menghadapi kematiannya (Resiani et al., 2021).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pasien *Ca Mamae* yang sedang menjalani kemoterapi setelah diberikan intervensi kombinasi, terapi gayatri mantram dan rindik bali yaitu dengan nilai p value sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi kombinasi terapi gayatri mantram dan rindik bali lebih efektif dalam menurunkan dampak psikologis pada pasien *ca mammae* yang sedang menjalani kemoterapi. Selanjutnya pada saat dilakukan wawancara pasien *Ca Mamae* mengungkapkan bahwa pemberian terapi gayatri mantram dan rindik bali lebih efektif dalam menurunkan dampak psikologis, sebagai spiritual and culture therapy, pengendalian emosi, ikhlas menjalani treatment, dan menemukan tujuan hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyeni, E. (2021). Terapi murottal al- qur'an berpengaruh terhadap stres perawat pada masa pandemi. 9(3), 523–528.
- Aristana, J., Komang, I., Yasa Negara, R., Nyoman, I., & Hendrawan, R. (2018). Aplikasi Permainan Alat Musik Perkusi Tradisional Rindik Bali dengan Augmented Reality Berbasis Android. 1–10.
- Ashariati, A. (2019). Manajemen Kanker Payudara Komprehensif. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Ayu Mirah Cahya Dewi, I., Gede Aris Gunadi, I., & Indrawan, G. (2022). Gamelan Rindik Classification Based On Mood Using K-Nearest Neighbor Method. *Jurnal Mantik*, 6(2),

1693–1702.

- Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Buleleng 2020. In Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2018). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah Dinas Kesehatan Provinsi Bali (Dana Dekonsentrasi 05) Tahun 2018. 1–31.
- Ester Simanullang. (2020). Pengaruh Therapy Musik Religi Islam Terhadap Intensitas Nyeri Bersalin Dan Penurunan Kecemasan Persalinan Pada Ibu Inpartu Di Puskesmas Sawit Seberang Kecamatan Sawit Seberang Kabupaten Langkat. 11(2), 518–526. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i2.686>
- Fatmiwiryastini, N. P. S., Utami, K. C., & Swedarma, K. E. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kemampuan Melakukan Perawatan Paliatif Anak Kanker Di Rumah Singgah Yayasan Peduli Kanker Anak Bali. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(4), 428. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i04.p09>
- Fauzi, A., Supriyadi, R., & Maulidah, N. (2020). Deteksi Penyakit Kanker Payudara dengan Seleksi Fitur berbasis Principal Component Analysis dan Random Forest. *Jurnal Infortech*, 2(1), 96–101. <https://doi.org/10.31294/infortech.v2i1.8079>
- Harun, S., & Amalia, I. P. (2021). Pengaruh Terapi Musik pada Kecemasan Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi: Literature Review. 1–15.
- Jayanti, P. I., Prasetyo, H., & Cahyono, H. D. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RS. Tingkat III Baladhika Husada Jember. *Skripsi*, 1–94.
- Kartini, K., Lubis, N. L., & Moriza, T. (2019). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Keterlambatan Pengobatan Pada Wanita Penderita Kanker Payudara Di Rumah Sakit Umum Daerah Simeulue Tahun 2018. *Jurnal Info Kesehatan*, 17(1), 16–34. <https://doi.org/10.31965/infokes.vol17.iss1.240>
- Marwin, M., Perwitasari, D. A., Purba, F. D., Candradewi, S. F., & Septiantoro, B. P. (2021). Hubungan Karakteristik Terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. Kariadi Semarang. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(3), 505–512. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.551>
- NELLY VERAWATI SITINJAK, Tampubolon, lindawati F., & Novitarum, L. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara Di Komunitas Peduli Kanker Rose Pink Sumatera Utara. *Repository.Stikessantaelisabethmedan*, 1(1), 9–72.
- Nurlina, N., Syam, Y., & Saleh, A. (2021). Terapi Musik Efektif terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Kanker. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 634–642. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1938>
- Pratama, A. A., & Wardaningsih, S. (2020). Nurses' experiences in caring for dying patients: A literature review. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 11(3), 284–289. <https://doi.org/10.20885/jkki.vol11.iss3.art10>

- Rahayu, N. L. N., Wati, N. M. N., Dewi, N. L. P. T., & Subhaktiyasa, P. G. (2021). Pengaruh Gayatri Mantra & Emotional Freedom Technique (Geft) Terhadap Academic Burnout Syndrome Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(2), 100. <https://doi.org/10.32419/jppni.v6i2.215>
- Rahmayati, E., & Handayani, R. S. (2016). Perbedaan Pengaruh Terapi Psikoreligius dengan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif di RSUD dr . H . Abdul Moeloek. 2016, 191–198.
- Resiani, N. M., Wulandari, N. P. D., & Gandari, N. K. M. (2021). Pengaruh Mantram Gayatri Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Hemodialisa Di Rumah Sakit X Di Denpasar. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(3), 243. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i03.p01>
- Retnaningsih, D., Adzima Khoirunnisa, V., & Rohana, N. (2022). Dukungan Keluarga Terhadap Perawatan Palliative Pada Pasien Ca Mamae. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(1), 49–64. <https://doi.org/10.34035/jk.v13i1.809>
- Riskesdas. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. <https://www.litbang.kemkes.go.id/?s=Rheumatoid+arthritis>
- Samajdar, S. S., Mukherjee, S., Ghosh, A., Joshi, S., & Tripathi, S. K. (2020). Effect of Gayatri Mantra Chanting on Attention, Memory, Anxiety and Mental State in Young Athletes: A Prospective Study. *International Journal of Current Research in Physiology and Pharmacology (IJCRPP)*, July, 5–7. <https://doi.org/10.31878/ijcrpp.2020.43.02>
- Situmorang, P. R. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Ca Servik Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. *Indonesian Trust Health Journal*, 2(2), 199–207. <https://doi.org/10.37104/ithj.v2i2.36>
- Supradewi, & Sukmawati. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Pasien Wanita Penderita Kanker Payudara Pasca Mastektomi Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. *Proyeksi*, 14(1), 32. <https://doi.org/10.30659/jp.14.1.32-42>
- WHO. (2018). Gaming Disorder. *WHO Magazine*, 3.
- Widiartha, I. M. (2017). Rindik Voice Synthesis Using Modified Frequency Modulation As Bali Cultural Preservation Efforts. *Kursor*, 8(3), 151. <https://doi.org/10.28961/kursor.v8i3.90>
- Wiksuarini, E., Amrullah, M., Haerani, B., & Khairani, F. (2023). Spiritualitas dan Religiusitas Pada Pasien Kanker Program Studi Keperawatan , Universitas Muhammadiyah Tangerang Spirituality and Religiosity in Cancer Patients. 6(2), 145–151.
- Windu, Y. B., & Nur, W. (2018). Pengaruh Terapi Spiritual Gayatri Mantram Terhadap Kemampuan Klien Mengontrol Halusinasi Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 1–9. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/908/753>.