

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA TN. F DENGAN GAGAL
GINJAL KRONIK (GGK) YANG MENJALANI
HEMODIALISIS**

DI RUANG PANGANDARAN RSUD DR SAIFUL ANWAR MALANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh :

NANDA NURSINTIA
(202320460111101)

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2024**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA TN. F DENGAN GAGAL
GINJAL KRONIK (GGK) YANG MENJALANI
HEMODIALISIS**

Di Ruang Pangandaran - RSUD DR SAIFUL ANWAR MALANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang Untuk Memenuhi Salah
Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Studi Profesi Ners



Disusun Oleh :

NANDA NURSINTIA

(202320460111101)

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Karya Ilmiah Akhir Ners : Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Tn.F Dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani Hemodialisis Di Ruang Pengandaran RSUD Dr.Saiful Anwar Malang

Nama Lengkap : Nanda Nursintia
NIM : 202320460111101
Jurusan : Program Studi Profesi Ners FIKES UMM
Universitas/Institut/Politeknik : Universitas Muhammadiyah Malang
Alamat Rumah dan No. Tel/HP : Dsn. Caling Ds. Sidorejo RT/RW.03 Kec. Sugio Kab. Lamongan Jawa Timur

Alamat email : nandanursintia25@gmail.com

Dosen Pembimbing
Nama Lengkap dan Gelar : Chairul Huda Al Husna, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP UMM/ NIDN : NIDN. 0704128705
Alamat Rumah dan No.Tel/HP : 085646859648

Menyetujui,
Ketua Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang

Malang, 27 Desember 2024

Dosen Pembimbing I



(Sunardi, S.Kep.,Ns.,M.Kep)
NIP.UMM 0702027303



(Chairul Huda Al Husna, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIDN. 0704128705

MALANG

LEMBAR PENGESAHAN

Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada TN. F
Dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani Hemodialisis

Di Ruang Pangandaran RSUD Dr Saiful Anwar Kota Malang

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

NANDA NURSINTIA

NIM: 202320460111101

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji dalam ujian sidang tanggal: dan telah diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk gelar NERS pada Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Ollyvia Freeska Dwi Marta S.Kep. Ns. M.Sc ()
NIP-UMM : 140309031989

Penguji 2 : Faqih Ruhyanudin M.Kep. Sp. Kep.MB ()
NIP-UMM : 11203090381

Penguji 3 : Chairul Huda Al Husna, M.Kep ()
NIP-UMM : 180904121987

Ditetapkan di Malang, Tanggal:

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Dr. Yoyok BektiPrasetyo, M.Kep., Sp.Kom

NIP.UMM.071.4097.502

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nanda Nursintia

NIM 202320460111101

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Tn. F Dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani Hemodialisis Di Ruang Pangandaran RSUD Dr. Saiful Anwar Malang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 27 Desember 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Nanda Nursintia

NIM. 202320460111101

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT berkat rahmat dan karunia-nya saya dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada TN.F Dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani Hemodialisis Di Ruang Pangandaran RSUD Dr Saiful Anwar Kota Malang”. Karya ilmiah akhir ners ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar profesi ners (Ns) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Bersamaan dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Yang Utama Dari Segalanya, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Atas karunia serta kemudahan yang berikan akhirnya KIAN yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW.
2. Ayah dan Ibu Tercinta. Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada ibuku tersayang Sulasih, ayahku tercinta Nurhadi, serta adik saya Najwa Nur Sihab dan keluarga besar saya yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat dibalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat kalian bahagia.
3. Bapak Yoyok Bakti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
4. Bapak Sunardi, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
5. Bapak Chairul Huda Al Husna, S.Kep, Ns. M.Kep selaku Dosen Pembimbing KIAN saya, terima kasih atas masukan, bimbingan dan ilmu yang telah diberikan serta kesabaran, motivasi dan semangat yang tidak henti-hentinya diberikan dalam membimbing saya.

6. Bapak dan Ibu Dosen beserta Staff TU Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu atas ilmu dan bantuan yang diberikan kepada saya.
7. Terima kasih kepada Kampusku dan Almamater tercinta Universitas Muhammadiyah Malang yang menjadi tempat menimba ilmu setinggi-tingginya.
8. Segenap Perawat Puskesmas Pakis, RSUD UMM, RSUD Dr Saiful Anwar dan RS Aisyah Bojonegoro yang selama ini telah memberikan banyak pengalaman dan ilmu selama praktik profesi.
9. Teruntuk teman-teman saya, Tasha Isnani Tania yang selalu memberikan dorongan, dukungan, bantuan dan selalu menemani saya sejak awal perkuliahan, serta Meisya Budi Setio Utami yang telah banyak memberikan bantuan, dorongan, dukungan, dan menemani proses saya dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini.
10. Last but not least, teruntuk diri sendiri terima kasih sudah mau berjuang dan melakukan yang terbaik sejauh ini. Walaupun berat tapi semua bisa dilalui. kamu hebat.

Serta pihak-pihak lain yang telah membantu dalam penyusunan KIAN ini. Mohon maaf atas segala kesalahan yang mungkin saya perbuat dalam penyusunan KIAN ini. Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikan pihak-pihak yang telah memberikan dukungan, motivasi, bantuan, dan semangat dalam menyelesaikan karya ilmiah ini. Saya sadari bahwa karya ilmiah ini sangat jauh dari kata sempurna, tetapi saya harap KIAN ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan khususnya bagi bidang ilmu keperawatan.

Malang, 10 Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep GGK	7
2.1.1 Definisi GGK	7
2.1.2 Etiologi GGK	7
2.1.3 Klasifikasi GGK	9
2.1.4 Patofisiologis GGK	9
2.1.5 Manifestasi Klinis GGK	10
2.1.6 Komplikasi GGK	13
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang GGK	14
2.1.8 Penatalaksanaan GGK	17
2.1.9 Pencegahan GGK	18
2.1.10 Pathway	21
2.2 Konsep Kecemasan	22
2.2.1 Definisi Kecemasan	22
2.2.5 Tanda dan Gejala Kecemasan	26
2.2.6 Rentang Respon Kecemasan	27
2.3 Konsep Terapi Relaksasi Benson	28
2.3.1 Definisi Relaksasi Benson	28

2.4 Konsep Asuhan Keperawatan Medikal Bedah.....	37
2.4.1 Pengkajian	37
2.4.2 Diagnosa Keperawatan.....	40
2.4.4 Intervensi.....	41
2.4.5 Evaluasi	44
BAB III METODE PENELITIAN	45
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	45
3.2 Setting Penelitian.....	45
3.3 Subjek Penelitian.....	46
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	46
3.5 Metode Analisa Data	46
3.6 Etika Penelitian	47
LAMPIRAN	62
Lembar 1 Lembar Bimbinngan.....	62
Lembar 2 Hasil Plagiasi.....	63



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Evaluasi Kuesioner STAI.....	50
Gambar 4.2 Evaluasi Perilaku Gelisah	51
Gambar 4.3 Evaluasi Pola Tidur.....	51
Gambar 4.4 Evaluasi Tekanan Darah	52
Gambar 4.5 Evalasi Frekuensi Nadi	52



ABSTRAK

Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada TN. F Dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani Hemodialisis Di Ruang Pangandaran RSUD Dr Saiful Anwar Malang

Nanda Nursintia¹, Chairul Huda Al Husna, S.Kep., Ns., M.Kep²

Latar Belakang: Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah kondisi penurunan fungsi ginjal yang berlangsung secara bertahap, progresif, dan tidak dapat sembuh, yang menyebabkan ginjal tidak dapat lagi mengeluarkan produk sisa tubuh serta menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit. Pasien dengan GGK sering mengalami kecemasan yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti krisis situasional, ancaman kematian, masalah keuangan, kesulitan mempertahankan pekerjaan, hilangnya dorongan seksual, impotensi, serta ketakutan akan kematian. Selain itu, pasien juga dapat mengalami stres akibat tekanan yang dirasakan dan dipersepsikan sebagai kecemasan. Kecemasan dapat diatasi dengan terapi farmakologi maupun nonfarmakologi. Diantara banyak pilihan teknik relaksasi, terapi Benson menjadi salah satu metode yang paling nyaman dalam mengatasi Kecemasan.

Metode: Metode penelitian menggunakan teknik analisis berupa deskriptif kualitatif pada pasien dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) sesuai kaidah Proses Keperawatan yang menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dokumentasi, serta menggunakan instrument STAI. Analisa data yang digunakan adalah domain analisis dengan hasil yang akan mencakup masalah keperawatan, intervensi keperawatan, dan evaluasi hasil.

Hasil: Implementasi pemberian teknik relaksasi benson kepada pasien menunjukkan penurunan pada skala ansietas yang dirasakan. Oleh karena itu, teknik relaksasi benson dapat menjadi terapi alternatif yang dapat digunakan untuk mengurangi ansietas pada pasien dengan Gagal Ginjal Kronik (GGK) yang menjalani Hemodialisis.

Diskusi: Teknik relaksasi benson telah menjadi salah satu pendekatan komplementer yang menjamin dalam mendukung perawatan khususnya pada pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) dengan kecemasan yang menjalani Hemodialisis. Teknik relaksasi benson dapat membantu mengurangi kecemasan pada pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) dengan kecemasan yang menjalani Hemodialisis.

Kata Kunci: Gagal Ginjal kronik (GGK), Ansietas, Hemodialisis, Teknik Relaksasi Benson

¹Mahasiswa Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang

²Dosen Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang

ABSTRACT

Application of Benson Relaxation Techniques on Anxiety Levels in TN. F with Chronic Kidney Failure (CKF) Undergoing Hemodialysis In Pangandaran Room, Dr. Saiful Anwar Hospital, Malang

Nanda Nursintia¹, Chairul Huda Al Husna, S.Kep., Ns., M.Kep²

Background: Chronic Kidney Failure (CKF) is a condition of gradual, progressive, and irreversible decline in kidney function, which causes the kidneys to no longer be able to remove waste products from the body and maintain fluid and electrolyte balance. Patients with CKF often experience anxiety caused by various factors, such as situational crises, threats of death, financial problems, difficulty maintaining employment, loss of sexual drive, impotence, and fear of death. In addition, patients can also experience stress due to pressure that is felt and perceived as anxiety. Anxiety can be overcome with pharmacological and non-pharmacological therapy. Among the many choices of relaxation techniques, Benson therapy is one of the most comfortable methods in overcoming anxiety.

Method: The research method uses a descriptive qualitative analysis technique in patients with Chronic Kidney Failure (CKF) according to the Nursing Process rules that use data collection techniques in the form of interviews, observations, documentation, and using the STAI instrument. The data analysis used is the analysis domain with results that will include nursing problems, nursing interventions, and evaluation of results.

Results: Implementation of Benson relaxation technique to patients showed a decrease in the scale of anxiety felt. Therefore, Benson relaxation technique can be an alternative therapy that can be used to reduce anxiety in patients with Chronic Kidney Failure (CKF) undergoing Hemodialysis.

Discussions: Benson relaxation technique has become one of the complementary approaches that guarantees in supporting treatment especially in patients with Chronic Kidney Failure (CKF) with anxiety undergoing Hemodialysis. Benson relaxation technique can help reduce anxiety in patients with Chronic Kidney Failure (CKF) with anxiety undergoing Hemodialysis.

Keywords: Chronic Kidney Failure (CKF), Anxiety, Hemodialysis, Benson Relaxation Technique

¹Student of Nursing Profession Study Program, Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Malang

²Lecturer of Nursing Profession Study Program, Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Malang



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN
 PROGRAM STUDI PROFESI NERS
 Kampus II : JL. Bendungan Sutarni No. 188-A Tlp. (0341) 551149 – Pst (105)
 Fax. (0341) 582060 Malang 65145

HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah dilaksanakan pada hari dan tanggal pada karya tulis ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Nanda Nursintia
 NIM : 202320460111101
 Program Studi : Profesi Ners
 Judul Naskah : PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA TN. F DENGAN GAGAL GINJAL KRONIK (GGK) YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RUANG PANGANDARAN RSUD DR SAIFUL ANWAR MALANG

Jenis naskah : Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN)
 Keperluan : mengikuti ujian seminar hasil KIAN
 Hasil dinyatakan : **MEMENUHI** / ~~TIDAK MEMENUHI~~ SYARAT* dengan rincian sebagai berikut

No	Jenis naskah	Maksimum kesamaan	Hasil deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	25%	9%
2	Bab 2 (Tinjauan pustaka)		
3	Bab 3 (Laporan kasus kelolaan utama)		
4	Bab 4 (Analisis situasi)		
5	Bab 5 (Penutup, kesimpulan dan saran)		

Keputusannya : **LOLOS** / ~~TIDAK LOLOS~~ plagiasi

Mengetahui,
 Biro KIAN Profesi Ners

Malang, 27 - 12 - 2021.
 Petugas pengecek plagiasi

Enny. H.