

**ANALISIS INTERVENSI TERAPI REKLASASI OTOT
PROGRESIF UNTUK MENGATASI KECEMASAN PADA
PASIEN DENGAN DIAGNOSA *CHRONIC KIDNEY DISEASE*
(CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN


Judul Karya Ilmiah Akhir Ners : Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa

Nama Lengkap : Ainun Mardiah
NIM : 202310461011028
Jurusan : Program Studi Profesi Ners
Universitas : Universitas Muhammadiyah Malang
Alamat Rumah/No.Telp : Jln. Mt.Haryono No 198a Gang Masjid Dinoyo.
Kota Malang
Alamat Email : Lifecainun@gmail.com

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

Menyetujui, Malang, 10 Juli 2024
Ketua Program Studi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang


(Sunardi, S.Kep. Ns., M.Kep)
NIP. UMM 0704128705

Dosen Pembimbing

(Chairul Huda Al Husna, M.Kep)
NIP. UMM 11205080425

LEMBAR PENGESAHAN

ANALISIS INTERVENSI TERAPI REKLASASI OTOT PROGRESIF UNTUK
MENGATASI KECEMASAN PADA PASIEN DENGAN DIAGNOSA
CHRONIC KIDNEY DISEASE (CKD) YANG MENJALANI HEMODIALISA

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh :

Ainun Mardiah

NIM : 202310461011028

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewa Penguji dalam Ujian Sidang
Tanggal : 16 Juli 2024 dan telah diterima sebagai persyaratan yang diperlukan
untuk meraih Gelar NERS pada program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu
Kesehatan Univesitas Muhammadiyah Malang.

DEWAN PENEGUJI

Penguji 1 : Nur Melizza, S.Kep, Ns., M.Kep

NIDN : 0716099002

Penguji 2 : Anis Ika Nur Rohmah, M.Kep. Sp.Kep.MB

NIDN : 0715048804

Penguji 3 : Chairul Huda Al Husna S.Kep, Ns., M.Kep

NIDN : 0704128705

Ditetapkan di Malang, Tanggal :

Dekan Fakultas Ilmu kesehatan

Univesitas Muhammadiyah Malang



Prof. Dr. Yovok Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom

NIP. UMM. 112.0309.0405

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ainun Mardiah

Nim : 202310461011028

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul KIAN : Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang saya tulis ini benar-benar hasil karya tulis sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 12 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Ainun Mardiah

NIM.202310461011028

ABSTRAK

Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa

Ainun Mardiah¹, Chairul Huda Al Husna²

Background: Chronic Kidney Disease (CKD) is a life-threatening disease and its cases continue to increase in the community CKD disease. When the kidneys are unable to function, there is a buildup of waste, toxins, and fluids in the body. The kidney replacement therapy performed is hemodialysis. Many patients undergoing hemodialysis experience anxiety because they are afraid of failure during the procedure, this anxiety must be overcome so that patients comply with treatment. Therefore, in this study, progressive muscle relaxation therapy was given to overcome the anxiety experienced by patients before hemodialysis.

Purpose: This Final Scientific Paper for Nurses (KIAN) aims to analyze nursing care for Mrs. U who was diagnosed with CKD who experienced anxiety when undergoing hemodialysis

Method: The research method for this Final Scientific Paper for Nurses uses a case study report. Researchers follow scientific methods according to the rules of the Nursing Process which include: Assessment, Data Analysis, Nursing Intervention, Nursing Implementation, and Nursing Evaluation. In the assessment process, the author used various data collection such as Anamnesis, Observation, Documentation Study and Physical Examination to complete the data

Results: After relaxation for 3 consecutive days, the author raised the Main Nursing Diagnosis, namely Anxiety related to fear of failure. Based on the Main Nursing Diagnosis, progressive muscle relaxation therapy intervention was carried out, after nursing actions were carried out, the results of the problem were partially resolved.

Discussion: The Main Nursing Problem in Mrs. U, namely Anxiety, was carried out in the form of progressive muscle relaxation therapy, namely performing Movements 1-15 sequentially for 20 minutes with the provision that each Movement is performed for 15-20 seconds. This therapy is carried out when anxiety appears or can be done 2 times a day. Minimum 1 time a day. Another therapy recommendation is to combine progressive muscle relaxation therapy with Benson therapy.

Keywords: Chronic Kidney Disease (CKD), anxiety, Hemodialysis, progressive muscle relaxation therapy

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

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

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji syukur saya panjatkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala, serta salam serta sholawat kepada baginda nabi besar Muhammad Shallallahu 'Alaihi wa Sallam. Atas berkat rahmat dan bimbingan-Nya, saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners dengan judul “Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa”. KIAN ini merupakan salah satu syarat guna untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

Bersama dengan hal ini ijinlah saya mengungkapkan rasa syukur dan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan tulus kepada :

1. Allah Subhanahu wa ta'ala yang Maha Pengasih, Maha Pemurah, Maha Pemenuh segala kebutuhan, dan Maha Penolong, yang selalu memberikan kemudahan dan kesehatan dalam menjalani proses studi profesi ners ini.
2. Bapak Yoyok Bakti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Bapak Sunardi, S.Kep.Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
4. Bapak Chairul Huda Alhusna, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa sabar membimbing saya dan memberi dukungan, masukan, serta motivasi dalam menyelesaikan KIAN.
5. Seluruh jajaran dosen serta pembimbing lahan, dan perawat senior selama di rumah sakit yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
6. Kedua orang tua saya bapak M. Anshary dan Ibu Siti Nur yang selalu memberikan dukungan, doa, semangat, dan bantuan finansial, serta sudah mendidik saya sampai dengan tahap studi profesi ners ini.

Penulis berdoa agar semua amal kebbaikannya mendapat imbalan yang sebesarbesarnya dan diterima sebagai amal ibadah oleh Allah SWT, amiin. Penulis juga menyadari bahwasannya dalam penyusunan KIAN ini masih terdapat kekurangan yang disebabkan oleh keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dan memperbaiki sangat diharapkan oleh penulis. Semoga kita semua senantiasa diberikan kesehatan dan kebaikan dalam setiap langkah.

Malang, 30 Juni 2024

Penulis,

Ainun Mardiah



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penulisan	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 KONSEP DASAR CKD	7
2.1.1 Pengertian CKD	7
2.1.2 Anatomi dan Fisiologis	7
Gambar 1.1 Struktur ginjal	7
2.1.3 Etiologi CKD	12
2.1.4 Patofisiologi CKD	13
2.1.5 Penatalaksanaan CKD	14
2.2 Konsep Hemodialisa	14
2.2.1 Pengertian Hemodialisa	14
2.2.2 Penatalaksanaan Pasien yang Menjalani Hemodialisis Jangka Panjang	16
2.2.3 Komplikasi Saat Hemodialisa	17
2.3 Konsep Kecemasan	17
2.3.1 Pengertian Kecemasan	17
2.3.2 Tingkat Kecemasan	18
2.3.3 Karakteristik Tingkat Kecemasan	19
2.3.4 Ukuran Skala Kecemasan	20
2.3.5 Gejala – Gejala Kecemasan	21
2.4 Konsep Relaksasi Otot Progresif	21
2.4.1 Pengertian Relaksasi Otot Progresif	22
2.4.2 Manfaat Relaksasi Otot Progresif	23
2.4.3 Kelebihan Relaksasi Otot Progresif	23
2.4.4 Indikasi Relaksasi Otot Progresif	24
2.4.5 Kontraindikasi Relaksasi Otot Progresif	24
2.4.6 Mekanisme pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan	24
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	27

3.2	Settingan Penelitian	27
3.3	Subjek Penelitian	28
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	28
3.5	Metode Analisis Data.....	28
3.6	Etika Penelitian	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		30
4.1	Hasil Penelitian	30
4.1.1	Laporan Kasus Kelolaan	30
Gambar 4.1 Gerakan Melatih Otot Tangan.....		36
Gambar 4.2 Melatih Otot Biceps		36
Gambar 4.4 Mengendurkan Otot Wajah.....		37
Gambar 4.5 Melatih Otot Punggung dan Leher.....		38
Gambar 4.6 Melatih Otot Kaki		39
4.2	Pembahasan.....	44
4.2.1	Analisa Masalah Keperawatan	44
4.2.2	Analisa Intervensi.....	46
4.3	Rekomendasi Terapi/Intervensi Lanjutan Yang Dapat Dilakukan	47
4.4	Keterbatasan Penelitian	48
BAB V PENUTUP		77
5.1	Kesimpulan	77
5.2	Saran	77
DAFTAR PUSTAKA		79
LAMPIRAN.....		81



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Struktur ginjal.....	8
Gambar 4 1Gerakan Melatih Otot Tangan.....	36
Gambar 4 2 Melatih Otot Biseps.....	36
Gambar 4 3 Melatih Otot Bahu.....	37
Gambar 4 4 Mengendurkan Otot Wajah.....	37
Gambar 4 5Melatih Otot Punggung dan Leher.....	39



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Hasil Pemeriksaan Laboratorium Ny.U 32



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Pengkajian Asuhan Keperawatan.....	81
Lampiran 2 Lembar konsultasi KIA-Ners	99
Lampiran 3 Lembar hasil deteksi plagiasi	100



DAFTAR PUSTAKA

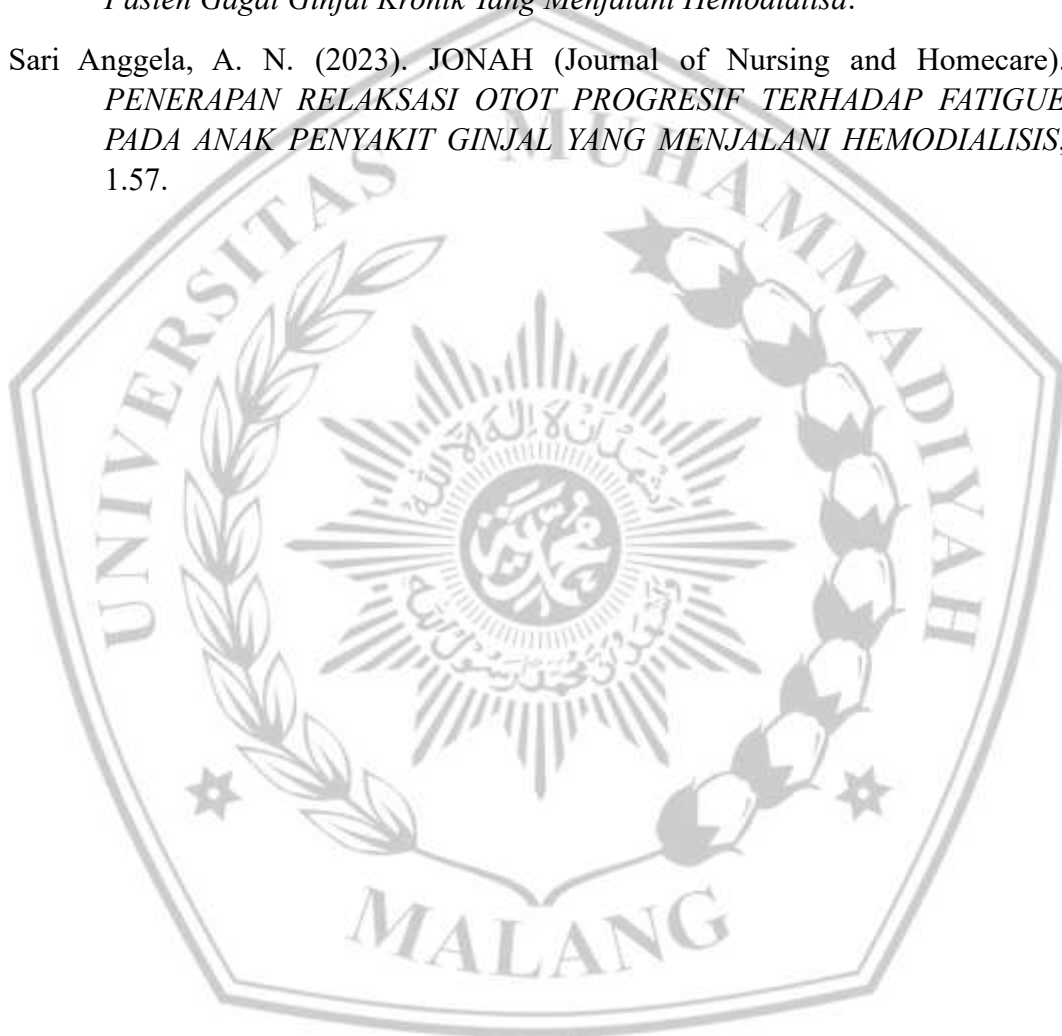
- Bukit Evi, 2019. (n.d.). ISSN 2338-2058. *PENGARUH TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN HEMODIALISIS.*
- Berliyanti, E. A. (2023). *Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia.*
- Dewanti, G. S. (2020). RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TINGKAT. *E-ISSN : 2715-616X*, 1-6.
- EFEK RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PASIEN YANG MENJALANI . (2020, P-ISSN 1907 - 0357). *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, Volume 16, No.1, A.*
- I. Rosdiana, Y. C. (2019). International Journal of Advancement in Life Sciences Research, <http://www.ijalsr.org/index.php/journal>. *EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION (PMR) ON BLOOD PRESSURE AMONG PATIENTS WITH HYPERTENSION.*
- Kemendes RI. 2017. "Info Datin Ginjal." *Situasi Penyakit Ginjal Kronik: 1–10.*
- KEMENKES. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." *Kemendiknas Kesehatan RI 53(9): 1689–99.*
- KEMENKES. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018].* [Http://Www.Depkes.Go.Id/Resources/Download/Pusdatin/Profil-Kesehatan-Indonesia/Data-Dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.Pdf.](http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/data-dan-informasi-profil-kesehatan-indonesia-2018.pdf)
- Loren Toussaint, Q. A. (2021). Hindawi Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, Volume 2021, Article ID 5924040, <https://doi.org/10.1155/2021/5924040>. *Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation, Deep Breathing, and Guided Imagery in Promoting Psychological and Physiological States of Relaxation*, 8.
- Muhammad Hanif Faruq, O. S. (2020). *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, Volume 16, No.1. EFEK RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PASIEN YANG MENJALANI.*
- Novi Mulyani, S. A. (2022). *Jurnal Cendikia Muda, ISSN : 2807-3469. PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP KECEMASAN PASIEN DENGAN GAGAL GINJAL KRONIK YANG AKAN MENJALANI HEMODIALISA DI RSUD JENDRAL AHMAD YANI METRO.*

Nur Ayu Hijratun Nikmah, Y. O. (2022). P ISSN 2621-9530 e ISSN 2621-9514. *ENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOTPROGRESIF TERHADAP KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RUMAH SAKIT Dr. BRATANATA KOTA JAMBI.*

Nuriman1, F. A. (2024). ISSN 2656-116 (Print), ISSN 829-131x (Online). *The Effect Of Progressive Muscle Training For Overcoming Anxiety Problems In Hemodialisa Patients*, 39-46.

Rina Tampake, A. D. (2021). p ISSN: 2776 1371 e ISSN: 2776 1622. *Karakteristik Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa.*

Sari Anggela, A. N. (2023). JONAH (Journal of Nursing and Homecare). *PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP FATIGUE PADA ANAK PENYAKIT GINJAL YANG MENJALANI HEMODIALISIS*, 1.57.





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 1 Juli 2024 pada karya tulis ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Ainun Mardiah
NIM : 202310461011028
Program Studi : Profesi Ners
Judul Naskah : Analisis Intervensi Terapi Reklasasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Dengan Diagnosis *Chronic Kidney Disease* (CKD) Yang Menjalani Hemodialisa

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%	24 %
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, ... 13 Juli 2024 ...
Petugas pengecek plagiasi