

ABSTRAK

Kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik bisa berdampak terhadap penurunan kualitas hidup dengan terganggunya aktivitas sehari-hari. Pasien diharuskan menjalani hemodialisis secara rutin sehingga menimbulkan kecemasan dikarenakan penyakit yang dialami tidak kunjung sembuh. Diperlukan adanya intervensi yang bisa mengurangi kecemasan yang dialami salah satunya adalah relaksasi autogenik. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis di RSUD Abdul Radjak Purwakarta.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *pre eksperiment one group pretest-posttest*. Populasi sebanyak 64 orang. Teknik pengumpulan sampel *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 36 orang. Intervensi berupa relaksasi autogenik. Instrumen yang digunakan berupa angket *Hospital Anxiety Depression Scale*. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan uji pengaruh menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian didapatkan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis sebelum relaksasi autogenik sebagian besar dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 29 orang (80,6%). Tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis setelah relaksasi autogenik lebih dari setengahnya dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 22 orang (61,1%). Terdapat pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$). Relaksasi autogenik melatih responden melakukan sugesti diri secara mandiri. Secara mekanisme dari pelaksanaan relaksasi autogenik dapat merilekskan otot-otot dan mengurangi reaksi ketakutan pada diri responden.

Relaksasi autogenik dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis. Oleh karena itu pihak rumah sakit bisa menjadikan relaksasi autogenik sebagai operasional prosedur dalam mengatasi kecemasan pasien hemodialisis.

Kata Kunci : Hemodialisis, Kecemasan, Relaksasi Autogenik.

Sumber : 37 Buku (Tahun 2018-2021)

12 Jurnal (Tahun 2016-2021)

ABSTRACT

Anxiety in chronic kidney failure patients can have an impact on reducing quality of life by disrupting daily activities. Patients are required to undergo hemodialysis regularly, which causes anxiety because their illness will not heal. There is a need for interventions that can reduce the anxiety experienced, one of which is autogenic relaxation. *The aim of this study was to determine the effect of autogenic relaxation on anxiety levels in hemodialysis patients at Abdul Radjak Hospital, Purwakarta.*

The research design used was a one group pretest-posttest pre-experimental study. The population is 64 people. The technique of collecting samples was purposive sampling with a sample of 36 people. The intervention is in the form of autogenic relaxation. The instrument used was a Hospital Anxiety Depression Scale questionnaire. The data is presented in the form of a frequency distribution and an effect test using the Wilcoxon test.

The results showed that most of the anxiety levels in hemodialysis patients before autogenic relaxation had moderate levels of anxiety as many as 29 people (80.6%). The level of anxiety in hemodialysis patients after autogenic relaxation is more than half that of 22 people (61.1%) with mild anxiety levels. There is an effect of autogenic relaxation on anxiety levels in hemodialysis patients ($p\text{-value } 0.000 < 0.05$). Autogenic relaxation trains respondents to self suggest independently. Mechanistically, the implementation of autogenic relaxation can relax the muscles and reduce the reaction of fear in the respondent.

Autogenic relaxation can reduce anxiety levels in hemodialysis patients. Therefore, the hospital can use autogenic relaxation as an operational procedure in overcoming the anxiety of hemodialysis patients.

Keywords : Hemodialysis, Anxiety, Autogenic Relaxation.

Source : 37 Books (2018-2021)
12 Journals (2016-2021)