

## EFEKTIFITAS PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PASIEN DENGAN KECEMASAN YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RSUD Ir. SOEKARNO SUKOHARJO

Gondo Arintoko<sup>1</sup>, Arina Maliya<sup>2</sup>, Kusnanto<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan,  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>Dosen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan, Universitas  
Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>Perawat Senior Hemodialisa, RSUD Ir. Soekarno Kabupaten Sukoharjo.

[gondoarint@gmail.com](mailto:gondoarint@gmail.com)

### Abstrak

**Latar Belakang :** Amerika Serikat pada tahun 2002 sebanyak 34.500 penderita, tahun 2007 sebanyak 80.000 penderita dan tahun 2010 mengalami peningkatan yaitu 2 juta orang yang menderita penyakit ginjal. Sedangkan di Indonesia menurut Perhimpunan Rumah Sakit Seluruh Indonesia jumlah yang menderita penyakit gagal ginjal kronik sekitar 50 orang per satu juta penduduk (Lukman et al., 2013). Data Dinkes Jawa Tengah (2008) bahwa angka kejadian kasus gagal ginjal di Jawa Tengah yang paling tinggi adalah Kota Surakarta dengan 1497 kasus (25.22 %) dan di posisi kedua adalah Kabupaten Sukoharjo yaitu 742 kasus (12.50 %). Berdasarkan dari fenomena tersebut, penulis ingin memberikan intervensi mengenai keefektifan terapi relaksasi benson terhadap pasien dengan kecemasan yang menjalani Hemodialisa RDUD Ir. Soekarno Sukoharjo.

**Tujuan :** Untuk mengetahui keefektifan pemberian terapi relaksasi Benson terhadap pasien dengan kecemasan yang menjalani Hemodialisa

**Metode :** Metode yang digunakan dengan Pre test dan Post test. Populasi dalam Case Study yaitu seluruh pasien gagal ginjal yang menjalani Hemodialisa di RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan Purposive Sampling. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 6 responden yang mengalami kecemasan. Alat ukur menggunakan Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A). Relaksasi Benson dilakukan dua kali sehari, masing-masing selama 15 menit. Pasien disarankan untuk melakukan prosedur ini dua kali selama 15 menit. Teknik ini dilakukan sekali bersama peneliti (Otaghi, Borji, & Bastami, 2016).

**Hasil :** Menunjukkan bahwa distribusi frekuensi menurut kategori kecemasan setelah dilakukan post test sebanyak 4 responden (66%) menunjukkan perubahan dari kategori kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan, sebanyak

1 responden (17%) tetap berada pada kategori kecemasan ringan dan hanya menunjukkan penurunan pada nilai skoringnya. Sebanyak 1 responden (17%) berada pada kategori kecemasan sedang.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh terhadap pemberian terapi relaksasi benson terhadap pasien dengan kecemasan yang menjalani hemodialisis di rsud ir. soekarno sukoharjo.

**Kata Kunci :** Relaksasi Beson, Kecemasan, Hemodialisis