



## SKRIPSI

# PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI INSTALASI HEMODIALISIS RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh:  
**DANIK ROHMAWATI**  
**16.1101.2017**

**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**  
**2018**

## PENGESAHAN

### PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI INSTALASI HEMODIALISIS RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

Danik Rohmawati

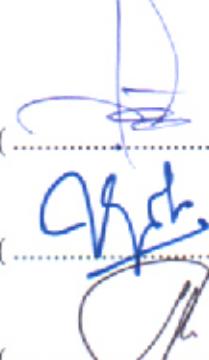
NIM. 16.1101.2017

Dewan Penguji Ujian Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

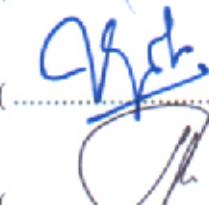
Jember, 25 Juli 2018

Penguji,

1. Ketua : Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked  
NIDN. 0716126703

( ..... )  


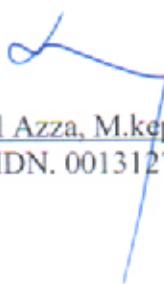
2. Penguji I : Ns. Luh Titi Handayani, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0701077604

( ..... )  


3. Penguji II : Ns. M. Shodikin, M.Kep, Sp.Kep, MB.CWCS ( ..... )  
NIP: 196812121991031010

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas muhammadiyah Jember

  
Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat.  
NIDN. 0013127001

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di Instalasi Hemodialisis RSD. dr. Soebandi Jember”. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini, peneliti menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. M. Hasmi, D.E.S.S, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Awatiful Azza, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked, selaku dosen penguji yang dengan penuh keikhlasan telah membimbing, memberikan masukan-masukan, motivasi, dan inspirasi.
5. Ns. Luh Titi Handayani, S.Kep., M.Kes, selaku dosen pembimbing I, yang dengan penuh keikhlasan dan kesabaran telah membimbing dengan cermat, memberikan masukan-masukan, motivasi, inspirasi, dan perasaan nyaman dalam bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Ns. M. Shodikin, M.Kep, Sp.Kep, MB.CWCS, selaku dosen pembimbing II, yang dengan penuh keikhlasan dan kesabaran telah membimbing dengan cermat, memberikan masukan-masukan, motivasi, inspirasi, dan perasaan nyaman dalam bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. dr.Hendro Soelistijono MM.M.Kes selaku Direktur RSD dr. Soebandi Jember beserta staf yang telah memberikan ijin, bantuan, dan fasilitas terlaksananya pengumpulan data sehingga kegiatan penelitian ini berjalan dengan lancar.
8. Ns. Sujarwanto, S.Kep, selaku kepala ruangan Catleya RSD dr. Soebandi Jember yang telah memberikan dukungannya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna dan masih banyak kekurangannya oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Jember, Juli 2018

Danik Rohmawati

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL DALAM.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGUJI SKRIPSI .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Konsep Teknik Relaksasi Benson	
1. Definisi .....	8
2. Tujuan Teknik Relaksasi Benson .....	9
3. Langkah-langkah Teknik Relaksasi Benson .....	9
4. Keuntungan Relaksasi Benson .....	10
B. Konsep Kecemasan	
1. Definisi .....	11
2. Klasifikasi Tingkat Kecemasan.....	12
3. Rentang Respon.....	13
4. Faktor Kecemasan .....	13
5. Respon Terhadap Kecemasan .....	15
6. Cara Penilaian Kecemasan .....	17
C. Konsep Gagal Ginjal Kronik	
1. Definisi .....	18
2. Etiologi .....	19
3. Penatalaksanaan .....	21
4. Komplikasi .....	21
D. Konsep Hemodialisis	
1. Definisi .....	22
2. Tujuan Hemodialisis .....	24
3. Indikasi .....	24
4. Komplikasi.....	25
5. Jenis Hemodialisis.....	26

E. Penelitian Terkait .....	27
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS</b>	
A. Kerangka Konsep.....	28
B. Hipotesis .....	28
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	29
B. Populasi, Sampel dan Sampling.....	29
C. Definisi Operasional .....	31
D. Tempat Penelitian .....	33
E. Waktu Penelitian.....	33
F. Etika Penelitian .....	33
G. Alat Pengumpulan Data .....	34
H. Prosedur Pengumpulan Data.....	34
I. Pengolahan Data .....	36
J. Rencana Analisa Data .....	37
<b>BAB V HASIL PENELITIAN</b>	
A. Data Umum.....	39
B. Data Khusus .....	41
<b>BAB VI PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil pembahasan .....	43
B. Keterbatasan Peneliti .....	52
C. Implikasi terhadap Pelayanan Keperawatan .....	52
<b>BAB VII PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	53
B. Saran .....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>55</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Permohonan Sebagai Responden
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 3 Instrumen Penelitian
- Lampiran 4 Standart Oprasional Prosedur Teknik Relaksasi Benson
- Lampiran 5 Hasil Data SPSS
- Lampiran 6 Surat Pengantar Pengambilan Data Dekan Fikes Unmuh Jember
- Lampiran 7 Surat Rekomendasi Pengambilan Data Dari BAKESBANGPOL
- Lampiran 8 Surat Balasan Pengambilan Data Dari RSD dr. Soebandi Jember
- Lampiran 9 Surat Pengantar Ijin Penelitian Dari Dekan Fikes Unmuh Jember
- Lampiran 10 Surat Rekomendasi Ijin Penelitian Dari BAKESBANGPOL
- Lampiran 11 Surat Balasan Ijin Penelitian Dari RSD dr. Soebandi Jember
- Lampiran 12 Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 13 Surat Pernyataan Keabsahan Penelitian
- Lampiran 14 Lembar konsultasi

## DAFTAR PUSTAKA

- Arliandi, F. P. (2016). *Pengaruh Teknik Relaksasi Dengan Metode Benson Terhadap Pemenuhan Tidur Pada Pasien Post Operasi Ileus Di Ruang Mawar RSD Balung*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- Aryana, K. O., & Novitasari, D. (November 2013). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Stres Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jurnal Keperawatan Jiwa, Volume 1, No. 2, 186-195.
- Caninsti, R. (Februari 2013). *Kecemasan dan Depresi pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Terapi Hemodialisis*. Jurnal Psikologi Ulayat, Vol. 1. No.2, 207–222.
- Choiriyah, S. (2016). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Yang Menjalani Hemodialisa di Poli Klinik Hemodialisa RSD dr. Soebandi Jember*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- Hardy, S. P., Dundu, A., & Kaunang, T. (2012). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Morbus Hansen Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya Di Bagian Kulit Dan Kelamin BLU RSUP Prof.Dr.R.D.Kandou Manado*.
- Hawari, D. (2016). *Manajemen Stres, Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Jangkup, Elim & Kandou. (Januari-April 2015). *Tingkat Kecemasan Pada PasienPenyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di BLU RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado*. Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. Jurnal e-Clinic (eCl), Volume 3, Nomor 1, Januari-April 2015. <http://digilibmanado.ac.id> (diperoleh 21 Juli 2018).
- Kurniasari. (2015). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pada Pasien hemodialisis Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Program Studi Keperawatan Fakultas kedokteran Universita Gadja Mada Yogyakarta 2015. <http://digilibyogyakarta.ac.id> (diperoleh 21 Juli 2018).
- Lismiyati. (2014). *Pengaruh Stimulasi Kutaneus Slow Stroke Back Massage Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operatif Di Ruang Edelweis RSD dr. Soebandi Jember*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba medika.

Musa, W. I., Kundre, R., & Babakal, A. (Februari 2015). *Hubungan Tindakan Hemodialisa Dengan Tingkat Kecemasan Klien Gagal Ginjal Di ruangan Dahlia RSUP Prof.Dr.R.Kandou Manado*. ejurnal Keperawatan (e-Kp) Volume 3. Nomor 1. , 1-8.

Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Pranandari, R., & Supadmi, W. (2015). *Faktor Resiko Gagal Ginjal Kronik Di Unit Hemodialisis RSUD Wates Kulon Progo*. Majalah Farmaseutik, Vol. 11 No. 2 , 316-320.

Rahma, N. H. (2017). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Adaptasi Sosial Pada Santri Di Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi'at Desa Kemuningsari Kidul Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Rambod M, Pourali-Mohammadi N, Pasyar. (2013). *Effect of Benson's Relaxation Technique On The Quality Of Sleep Of Irranian Hemodialysis Patients: A Randomized Trial*. Iran : Complementary Therapies in Medicine.

Rasubala, G. F., Tommy, L. K., & Mulyadi. (Februari 2017). *Pengaruh Teknik relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di RSUP Prof. Dr. R.D Kandou Dan RS TK.III R.W Mongisidi Teling Manado*. e-Journal Keperawatan (e-Kp) volume 5 Nomor 1.

Ratnawati. ( Agustus 2011). *Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Tindakan Hemodialisa Di BLUD RSU DR M.M Dunda Kabupaten Gorontalo*. Jurnal Health & Sport, Vol. 3, Nomor 2, 285 - 362.

Riska, Misrawati, Agrina. (2014). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker Serviks*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau Pekanbaru. <http://digilibpekanbaru.ac.id> (diperoleh 20 Desember 2017).

Rostanti, A., Bawotong, J., & Onibala, F. (Agustus 2016). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Menjalani Terapi Hemodialisa Pada Penyakit Ginjal Kronik Di Ruangan Dahlia Dan Melati RSUP Prof.Dr.R. D Kandou Manado*. e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 Nomor 2.

Rumah Sakit Daerah Dokter Soebandi Jember. (2017) *Sistem Informasi Manegement Rumah Sakit*. RSD. dr. Soebandi Jember.

Sahar, R. (2016). *Efektivitas Relaksasi Benson Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di PSTW Gau Mabaji Gowa*.

Sulistyaningsih, D. R. (2010). *Efektivitas Latihan fisik Selama Hemodialisis Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pasien Penyakit Ginjal Kronik di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang*.

Sulistyarini, I. (JUNI 2013). *Terapi Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi*. Jurnal Psikologi Volume 40, NO. 1, 28 – 38.

Sunaryo, T., & Lestari, S. (November 2015). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dada Kiri Pada Pasien Acute Myocardial Infarc Di RS dr. Moewardi Surakarta Tahun 2014*. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Volume 4, No 2, 82-196.

Supriyadi, Wagiyo, & Widowati, S. R. (2011). *Tingkat Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik terapi Hemodialisis*.Kemas Volume 6, No. 2 , 107-112.

Tjokoprawiro, A., Setiawan, P. B., Effendi, C., Santoso, D., & Soegiarto, G. (2015). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi II*. Surabaya: Fakultas kedokteran Universitas Airlangga Rumah Sakit Pendidikan dr. Soetomo Surabaya.

Toha, M. (2015). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pada Klien Gagal Ginjal Kronik Terhadap Kunjungan Pulang Prosedur Hemodialisis di Ruang Hemodialisis RSD dr. Soebandi Jember*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Tokala, B., Kandou, L., & Dundu, A. (Januari-April 2015). *Hubungan Antara Lamanya Menjalani Hemodialisis Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Dengan Penyakit Ginjal Kronik Di RSUP Prof.Dr.R.D. Kandou Manado*. Jurnal e-Clinic (eCl), Volume 3, Nomor 1, 402-407.