



UWHS

SKRIPSI

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS DI RUANG
HEMODIALISA RSUD BENDAN KOTA PEKALONGAN**

Untuk Memenuhi Persyaratan gelar Sarjana Keperawatan

TAUFIK SYARIFUDIN
NIM : 2317118

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
2025**

PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Benda Kota Pekalongan
Nama Mahasiswa : Taufik Syarifudin
NIM : 23171118

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 3 Februari 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Ns. Menik Kustriyani, M.Kep
NIDN : 0610058702

Pembimbing Pendamping



Wijanarko Heru Pramono, S.Kep, Ns., M.H
NIDN : 0631058404

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Benda Kota Pekalongan

Nama Mahasiswa : Taufik Syarifudin

NIM : 23171118

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

pada tanggal 03 Februari 2025

Menyetujui,

Ketua Penguji : Ns. Dwi Retnaningsih, M.Kes., M.Kep

()

Anggota Penguji I : Ns. Menik Kustriyani, M.Kep

()

Anggota Penguji II : Wijanarko Heru Pramono, S.Kep, Ns., M.H

()

Mengetahui,

Universitas Widya Husada
Rektor


Prof. Dr. Chandrasa Soekardi DEA
NUPTK. 7836735636130062

Program Studi Keperawatan Sarjana
Ketua


Heny Prasetyorini, S.Kep.,Ns., M.Kep
NUPTK. 1359762663230203

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan”.

Skripsi ini disusun dalam rangka pengusulan penelitian untuk Skripsi Sarjana Keperawatan. Skripsi ini dapat terselesaikan atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka peneliti menghaturkan rasa hormat dan terima kasih kepada:

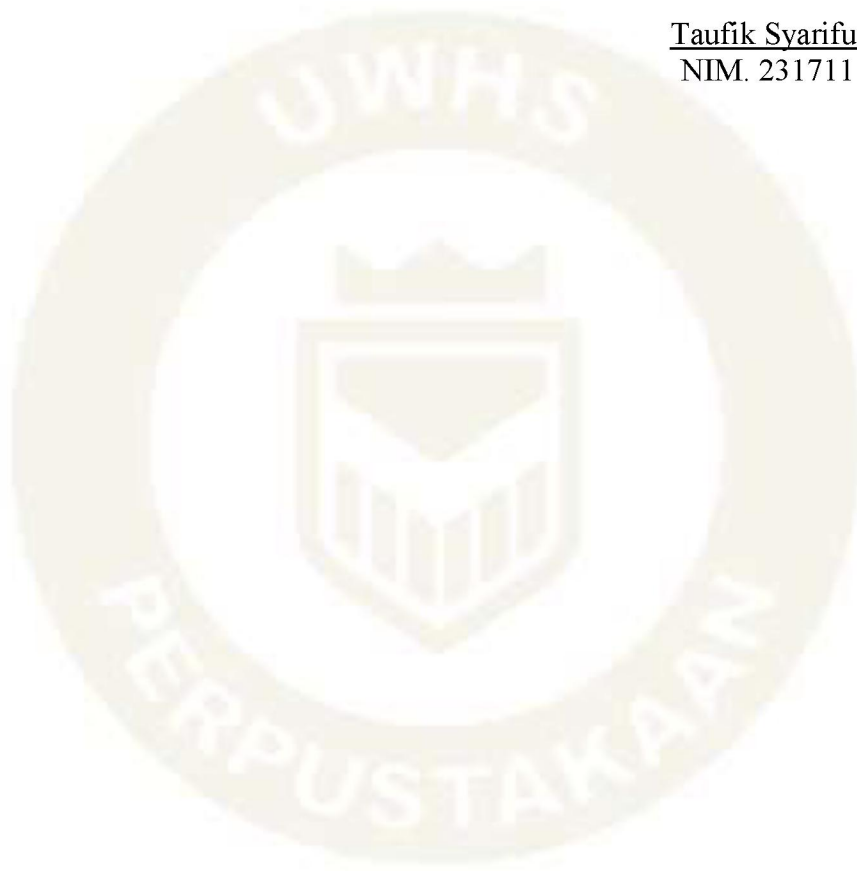
1. Prof. Dr. Chandrasa Soekardi DEA, selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Dr. Edvi Gracia Ardani, E.M.P, selaku Wakil Rektor Bidang Akademik Universitas Widya Husada Semarang
3. Dr. Ari Dina Permana Citra, S. KM., M. Kes, selaku Dekan Fakultas Keperawatan, Bisnis dan Teknologi Universitas Widya Husada Semarang
4. Heny Prasetyorini, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang
5. Ns. Dwi Nur Aini, S.Kep., M.Kep, selaku Sekretaris Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang
6. dr. Dwi Heri Wibawa, M.Kes. selaku Direktur RSUD Bendan Kota Pekalongan
7. Ns. Dwi Retnaningsih, M.Kes., M.Kep, selaku Ketua Penguji.
8. Ns. Menik Kustriyani, M.Kep, selaku pembimbing utama dan anggota penguji.
9. Wijanarko Heru Pramono, S.Kep, Ns., M.H, selaku pembimbing pendamping dan sekretaris ujian.
10. Segenap dosen dan staf program studi ilmu keperawatan Universitas Widya Husada Semarang yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan dalam penulisan skripsi ini.

Skripsi ini masih membutuhkan perbaikan untuk kesempurnaan, oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Semarang, Maret 2025

Penulis

Taufik Syarifudin
NIM. 23171118



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN SIAP UJIAN PROPOSAL	ii
HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Gagal Ginjal Kronik	8
B. Kecemasan	14
C. Relaksasi Ototo Progresif	22
D. Kerangka Teori	32
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Kerangka Konsep	33
B. Hipotesis Penelitian	34
C. Jenis dan Rancangan	34
D. Lokasi Penelitian	35
E. Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
F. Definsi Operasional	38
G. Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	38
H. Analisa Data	41
I. Etika Penelitian	42
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
B. Hasil Penelitian	48
BAB V. PEMBAHASAN	
A. Analisa Univariat	50
B. Analisa Bivariat	53
C. Keterbatasan Penelitian	55
BAB VI. SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	37
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Kuesioner Kecemasan	39
Tabel 4.1.	Distribusi Frekuensi Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Sebelum Diberikan Relaksasi Otot Progresif di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan, Nopember 2024 (n=60)	48
Tabel 4.2.	Distribusi Frekuensi Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Sesudah Diberikan Relaksasi Otot Progresif di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan, Nopember 2024 (n=60)	48
Tabel 4.3	Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan, Nopember 2024 (n=60)	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan 1	25
Gambar 2.2 Gerakan 2	25
Gambar 2.3 Gerakan 3	26
Gambar 2.4 Gerakan 1	26
Gambar 2.5 Gerakan 5 dan Gerakan 6.....	27
Gambar 2.6 Gerakan 7	27
Gambar 2.7 Gerakan 8	28
Gambar 2.8 Gerakan 9	28
Gambar 2.9 Gerakan 10	29
Gambar 2.10 Gerakan 11	29
Gambar 2.11 Gerakan 12	30
Gambar 2.12 Gerakan 13	30
Gambar 2.13 Gerakan 14	31
Gambar 2.14 Gerakan 15	31
Gambar 2.15 Kerangka Teori	32
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	33
Gambar 3.2 Desain Penelitian	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian

Lampiran 2 Pengantar Penelitian

Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 4 Kuesioner

Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur

Lampiran 6 Hasil Penelitian

Lampiran 7 Tabulasi Kecemasan *Pre Test*

Lampiran 8 Tabulasi Kecemasan *Post Test*

Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 10 Surat Uji Etik Penelitian

Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian Dari Universitas Widya Husada

Lampiran 12 Surat Ijin Penelitian Dari RSUD Bendan Kota Pekalongan

ABSTRAK

Taufik Syarifudin

Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan

xi + 6 bab + 57 halaman + 5 tabel + 17 gambar + 10 lampiran

Latar Belakang: Penyakit gagal ginjal kronis menjadi salah satu penyebab kematian dan gangguan kesehatan. Prevalensi penyakit gagal ginjal kronis di Indonesia tahun 2023 sebesar 0,18% dan yang harus menjalani hemodialisa sebanyak 96%. Pasien gagal ginjal kronik harus menjalani terapi hemodialisa seumur hidup. Terapi hemodialisa menimbulkan efek samping fisik dan psikologis seperti kecemasan, yang membutuhkan penatalaksanaan seperti relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan.

Metode: Desain penelitian menggunakan *quasi experiment* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Populasi penelitian adalah semua pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan pada bulan April-Juni 2024. Sampel penelitian adalah pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bendan Kota Pekalongan sebanyak 60 orang. Penelitian ini telah lolos uji etik dengan nomor surat 105/EC-LPPM/UWHS/XII-2024. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety*. Analisa data menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil: Terdapat 65 orang (65%) mengalami cemas ringan sebelum diberikan relaksasi otot progresif dan 58 orang (96,7%) tidak mengalami cemas atau normal sesudah diberikan relaksasi otot progresif. Ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis di Ruang Hemodialisa RSUD Bendan Kota Pekalongan dengan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$.

Kesimpulan: . Relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap kecemasan pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa.

Kata kunci : Gagal Ginjal Kronik, Kecemasan, Relaksasi Otot Progresif
Kepustakaan : 55 (2015-2024)

ABSTRACT

Taufik Syarifudin

The Effect of Progressive Muscle Relaxation on Anxiety Levels in Chronic Kidney Failure Patients in the Hemodialysis Room of Bendan Hospital, Pekalongan City

xi + 6 chapters + 57 pages + 5 tables + 17 figures + 10 attachments

Background: Chronic kidney failure disease is one of the causes of death and health problems. The prevalence of chronic kidney failure disease in Indonesia in 2023 was 0.18% and those who had to undergo haemodialysis were 96%. Chronic renal failure patients must undergo haemodialysis therapy for life. Haemodialysis therapy causes physical and psychological side effects such as anxiety, which requires management such as progressive muscle relaxation. The purpose of this study was to determine the effect of progressive muscle relaxation on anxiety levels in patients with chronic renal failure in the Hemodialysis Room of Bendan Hospital, Pekalongan City

Methods: The research design used quasi experiment with one group pretest and posttest design. The study population was all chronic renal failure patients undergoing haemodialysis at Bendan Hospital Pekalongan City in April-June 2024. The research sample was 60 patients with chronic renal failure undergoing haemodialysis at Bendan Hospital, Pekalongan City. The research instruments used Zung Self-Rating Anxiety questionnaire. This research has passed the ethical test with letter number 105/EC-LPPM/UWHS/XII-2024. Data analysis used the Wilcoxon test.

Results: There were 65 people (65%) experiencing mild anxiety before being given progressive muscle relaxation and 58 people (96.7%) did not experience anxiety or normal after being given progressive muscle relaxation. There was effect of progressive muscle relaxation on anxiety levels in patients with chronic renal failure in the Hemodialysis Room of Bendan Hospital, Pekalongan City with a p value of $0.000 < 0.05$

Conclusion: Progressive muscle relaxation has an effect on the anxiety of kidney failure patients undergoing haemodialysis.

Keywords : Chronic Kidney Failure, Anxiety, Progressive Muscle Relaxation
Literature : 35 (2015-2024)

