

## ABSTRAK

Hemalia Rizqy Tania

### **PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP DEPRESI, KECEMASAN, DAN STRESS PADA PASIEN HEMODIALISA DI RSD K.R.M.T WONGSONEGORO SEMARANG**

xi+60 Hal+ 4 Tabel+11 Lampiran+10 Lampiran

**Latar Belakang:** Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang, ditemukan pasien yang menjalani hemodialisa sering mengalami masalah depresi, cemas dan stress akibat terapi yang dijalani. Intervensi yang tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah diberikan intervensi non-farmakologis relaksasi benson untuk mengurangi tingkat depresi, kecemasan dan stress pada pasien hemodialisa, dan mengetahui efektivitas terapi benson terhadap depresi, kecemasan dan stres pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang.

**Metode Penelitian:** Metode penelitian menggunakan metode penelitian *one group design*. Penelitian ini dilaksanakan selama 2 minggu dengan intervensi pelaksanaan 10-15 menit 2x dalam 1 minggu. Responden dalam penelitian ini adalah 5 orang pasien yang menjalani terapi hemodialisa di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang.

**Hasil:** Ada pengaruh terhadap penurunan tingkat depresi, kecemasan dan stress pada saat dilakukannya penerapan terapi relaksasi benson terhadap pasien yang menjalani terapi hemodialisa di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang.

**Saran:** Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada pihak rumah sakit untuk terapi relaksasi benson sebagai salah satu intervensi non-farmakologi dalam mengurangi tingkat depresi, kecemasan, dan stress pada pasien hemodialisa.

**Kata Kunci:** Depresi, Kecemasan, Stres, Relaksasi benson.

**ABSTRACT**

**Hemalia Rizqy Tania**

***APPLICATION OF BENSON RELAXATION THERAPY ON DEPRESSION, ANXIETY, AND STRESS IN HEMODIALYSIS PATIENTS AT RSD K.R.M.T WONGSONEGORO SEMARANG***

xi+60 Pages+ 4 Tables+11 Appendices+10 Attachments

**Background:** *The results of a preliminary study conducted at RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang, found that patients undergoing hemodialysis often experience problems with depression, anxiety and stress due to the therapy they are undergoing. The appropriate intervention to overcome this problem is the non-pharmacological intervention of Benson relaxation to reduce the level of depression, anxiety and stress in hemodialysis patients, and to determine the effectiveness of benson therapy on depression, anxiety, and stress in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis therapy at RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang*

**Research Method:** *The method uses a one group pretest and posttest design. This research was carried out for 2 weeks with a 10-15 minute intervention twice a week. The respondents in this study were 5 patients undergoing hemodialysis therapy at RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang.*

**Result:** *There was an effect on reducing levels of depression, anxiety and stress when applying Benson relaxation therapy to patients undergoing hemodialysis therapy at RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang.*

**Suggestion:** *The results of this research are expected to provide information to hospitals regarding Benson relaxation therapy as a non-pharmacological intervention in reducing levels of depression, anxiety and stress in hemodialysis patients.*

**Keywords:** Anxiety, Depression, Relaxation benson, Stress.