

**Efektivitas Pemberian Teknik Non Farmakologis Relaksasi Benson
Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal
Kronik Yang Sedang Menjalani Hemodialisa Di RSU
Pindad Kota Bandung**

Putri Puspita Sari¹, Dwi Nur Aini²

¹Mahasiswa Prodi Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang

E-mail : putrips.2611@gmail.com

ABSTAK

Latar Belakang : Penyakit ginjal kronis (PGK) merupakan suatu kondisi yang ditandai oleh adanya kelainan struktural atau fungsional pada ginjal yang berlangsung lebih dari tiga bulan. Prevalensi gagal ginjal kronis (PGK) antara tahun 2013 hingga 2018. Khususnya di Jawa Barat, jumlah pasien baru yang didiagnosis dengan PGK meningkat dua kali lipat dari tahun 2017 ke tahun 2018. Pada tahun 2017, tercatat sebanyak 7.444 pasien baru, sedangkan pada tahun 2018 jumlah tersebut meningkat menjadi 14.771 pasien baru. Berdasarkan data dari Indonesia Kidney Register pada tahun 2018, prevalensi PGK meningkat dari 2% menjadi 3,8%.

Tujuan : Untuk mendeskripsikan efektivitas pemberian terapi benson terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

Metode : Rancangan studi kasus ini merupakan jenis penelitian penerapan studi kasus, tetapi terlebih dahulu dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan terjadi perubahan-perubahan setelah dilakukannya program (*posttest*).

Hasil : Hasil penelitian efektivitas terapi relaksasi Benson pada semua pasien menunjukkan penurunan tingkat kecemasan dari kategori kecemasan berat dan sedang menjadi kecemasan ringan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi Benson efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa. Terapi hemodialisa merupakan proses yang berlangsung lama, bahkan seumur hidup, yang dapat menjadi sumber stresor dan berpotensi mengakibatkan kecemasan.

Kesimpulan : Dari hasil analisis ini, dapat disimpulkan bahwa skor kecemasan setelah diberikan terapi Benson mengalami penurunan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa efektivitas terapi Benson mampu menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisis. Temuan ini mendukung penggunaan terapi relaksasi Benson sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien dalam konteks perawatan hemodialisis.

Kata Kunci : Gagal Ginjal, Hemodialisa, Kecemasan, Terapi Benson.

***Effectiveness of Non-Pharmacological Benson Relaxation Technique in
Reducing Anxiety in Chronic Kidney Failure Patients Undergoing
Hemodialysis at RSU Pindad Bandung City***

Putri Puspita Sari¹, Dwi Nur Aini²

¹Student of Nursing Profession Study Program, Widya Husada University,
Semarang

²Lecturer of Nursing Profession Study Program, Widya Husada University,
Semarang

E-mail: putrips.2611@gmail.com

ABSTRACT

Background : Chronic kidney disease (CKD) is a condition characterized by structural or functional abnormalities in the kidneys that last more than three months. The damage that occurs to the kidneys in this context is permanent and cannot be repaired. prevalence of chronic kidney failure (CKD) between 2013 and 2018. Especially in West Java, the number of new patients diagnosed with CKD doubled from 2017 to 2018. In 2017, there were 7,444 new patients, while in 2018 the number increased to 14,771 new patients. Based on data from the Indonesia Kidney Register in 2018, the prevalence of CKD increased from 2% to 3.8%.

Objective : To describe the application of Benson therapy to anxiety levels in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis.

Method : This case study design is a type of case study application research, but first a first observation (pretest) is carried out which allows changes to occur after the program is carried out (posttest).

Results : The results of the study on the effectiveness of Benson relaxation therapy in all patients showed a decrease in anxiety levels from the category of severe and moderate anxiety to mild anxiety. Thus, it can be concluded that Benson relaxation therapy is effective in reducing anxiety levels in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis. Hemodialysis therapy is a long-term process, even lifelong, which can be a source of stress and potentially cause anxiety.

Conclusion : From the results of this analysis, it can be concluded that the anxiety score after being given Benson therapy decreased. Thus, it can be concluded that the effectiveness of Benson therapy is able to reduce anxiety in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis. These findings support the use of Benson relaxation therapy as an effective non-pharmacological intervention to improve patient psychological well-being in the context of hemodialysis care.

Keywords : Anxiety, Benson Therapy, Hemodialysis, Kidney Failure