

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung  
Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Program Diploma Tiga

Silvia Rizky Caesaria  
NIM. P17320321111

*Application of Benson Relaxation Technique in Reducing Anxiety in Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis at PMI Hospital Bogor City*  
i-xiv + 62 pages, V BAB, 6 Table, 11 Attachments

## **ABSTRACT**

**Background :** *Chronic kidney disease can cause the inability of the kidneys to effectively regulate the digestive system, body fluid and electrolyte balance. So to meet these needs, patients with chronic kidney disease must be treated with hemodialysis. However, the problem that arises in patients with hemodialysis is anxiety. If this is not handled quickly and appropriately, it will affect the hemodialysis process and quality of life.* **Objective :** *Benson relaxation technique aims to reduce the anxiety level of chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis at PMI Hospital Bogor City.* **Methods :** *This research is a case study by providing action or therapy in the form of benson relaxation techniques in chronic kidney disease patients who are undergoing hemodialysis, where there are 3 patients who are used as respondents in this case study.* **Results :** *The result of this study was a decrease in anxiety levels after being given benson relaxation therapy for 3 meetings for each respondent, where the three respondents before doing benson relaxation were in moderate anxiety after doing benson relaxation became mild anxiety.* **Conclusion :** *the application of benson relaxation can reduce anxiety in patients with chronic kidney disease undergoing hemodialysis at PMI Hospital Bogor City.*

**Keywords:** *Anxiety, Benson Relaxation, Chronic Kidney Disease, Hemodialysis.*  
**Bibliography :** *35 sources (2013 - 2023)*

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung  
Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Program Diploma Tiga

Silvia Rizky Caesaria  
NIM. P17320321111

Penerapan Teknik Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa di RS PMI Kota Bogor  
i-xiv + 62 halaman, V BAB , 6 Tabel, 11 Lampiran

## ABSTRAK

**Latar Belakang** : Penyakit ginjal kronis dapat menyebabkan ketidakmampuan ginjal dalam mengatur sistem pencernaan, keseimbangan cairan tubuh dan elektrolit secara efektif. Sehingga untuk memenuhi kebutuhan tersebut pasien dengan penyakit ginjal kronis harus diterapi dengan hemodialisa. Namun permasalahan yang muncul pada pasien dengan hemodialisa adalah kecemasan. Apabila hal tersebut tidak ditangani dengan cepat dan tepat, maka akan berpengaruh terhadap proses hemodialisa dan kualitas hidup. **Tujuan** : Teknik relaksasi benson bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien penyakit ginjal kronis ginjal yang menjalani hemodialisa di RS PMI Kota Bogor. **Metode** : Penelitian ini merupakan studi kasus dengan memberikan tindakan atau terapi berupa teknik relaksasi benson pada pasien penyakit ginjal kronis yang sedang menjalani hemodialisa, dimana terdapat 3 pasien yang dijadikan responden dalam studi kasus ini. **Hasil** : Hasil dari penelitian ini adalah terdapat penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi relaksasi benson selama 3 kali pertemuan pada setiap responden, dimana ketiga responden sebelum melakukan relaksasi benson berada di cemas sedang setelah melakukan relaksasi benson menjadi cemas ringan. **Kesimpulan** : penerapan relaksasi benson dapat menurunkan kecemasan pada pasien dengan penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RS PMI Kota Bogor

**Kata kunci** : Hemodialisa, Kecemasan, Penyakit Ginjal Kronis, Relaksasi benson  
**Daftar Pustaka** : 35 sumber (2013 – 2023)