

Program Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bogor

Patrisa Ialmoossildat
P17320320071

Penerapan Relaksasi Autogenik Terhadap Kualitas Tidur Pada Klien Gagal Ginjal Kronik Di Ruang Hemodialisa RSUD Kota Bogor
i-xvii + 63 Halaman, V BAB, 1 Gambar, 3 Tabel, 6 Diagram, 1 Skema, 8 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Gagal ginjal kronis merupakan suatu kondisi terjadinya penurunan fungsi ginjal secara bertahap karena terjadinya kerusakan ginjal yang disebabkan adanya penurunan laju penyaringan atau filtrasi ginjal yang berlangsung selama 3 bulan atau lebih. Dalam penanganan gagal ginjal kronik dapat dilakukan dengan dua metode yaitu yang pertama transplantasi ginjal dan kedua Hemodialisa atau cuci darah. Hemodialisa biasanya dilakukan sebanyak 2 sampai 3 kali dalam seminggu dengan jangka waktu tindakan hemodialisa selama 4 hingga 5 jam. Sebagian besar klien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa rutin lebih dari tiga bulan terdapat permasalahan fisiologi yang terjadi. Salah satunya adalah penurunan kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk dikarenakan terdapat peningkatan kadar sitokin inflamasi yang disebabkan oleh beberapa faktor berupa faktor fisik dan lingkungan. Salah satu tindakan keperawatan untuk mengatasi gangguan tidur secara non farmakologis yaitu menggunakan teknik relaksasi autogenik. Teknik Relaksasi autogenik adalah sebuah tindakan untuk meningkatkan kualitas tidur pada klien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa. **Tujuan:** mengetahui kualitas tidur klien gagal ginjal kronik sebelum dan sesudah melakukan teknik relaksasi autogenik di ruang hemodialisa RSUD Kota Bogor. **Metode:** Penelitian ini menggunakan penelitian studi kasus dengan jenis deskriptif. pengambilan data dengan melakukan wawancara dan dokumentasi. penelitian ini menggunakan lembar kuesioner kualitas tidur *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dengan jumlah tiga responden sesuai dengan kriteria inklusi. **Hasil:** Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan relaksasi autogenik selama 3 hari dengan 3 kali intervensi selama 15 menit, didapatkan hasil kualitas tidur membaik pada ketiga responden (100%). **Kesimpulan:** Relaksasi autogenik terbukti efektif terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa. **Saran:** Untuk peneliti selanjutnya perlu diperhatikan dalam pemberian relaksasi autogenik karena membutuhkan konsentrasi dari responden dan dilakukan secara rutin untuk mendapatkan hasil yang diharapkan serta menjadi salah satu teknik non-farmakologi dalam kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

Kata Kunci: Gagal Ginjal Kronik, Hemodialisa, Kualitas Tidur, Relaksasi Autogenik

Daftar Pustaka: 24 (2013 – 2023)

*Ministry of Health Bandung Health Program
Bogor Nursing Study Program*

Patrisa Ialmossildat
P17320320071

Application of Autogenic Relaxation to Sleep Quality in Chronic Renal Failure Clients in the Hemodialysis Room of Bogor City Hospital
i-xvii + 63 pages, v chapters, 1 figure, 3 tables, 6 diagram, 1 scheme, 8 appendices

ABSTRACT

Background: Failure to develop kidney failure is a condition of gradual decline in kidney function due to kidney damage caused by a decrease in the filtration rate or filtration of the kidneys that lasts for 3 months or more. In the treatment of chronic kidney failure can be done by two methods, namely the first kidney transplant and the second Hemodialysis or dialysis. Hemodialysis is usually done 2 to 3 times a week with a hemodialysis period of 4 to 5 hours. Most chronic renal failure clients who undergo routine hemodialysis therapy for more than three months have physiological problems occurring. One of them is a decrease in sleep quality. Poor sleep quality due to increased levels of inflammatory cytokines caused by several factors in the form of physical and environmental factors. One of the nursing actions to overcome sleep disorders in a non-pharmacological manner is to use autogenic relaxation techniques. Autogenic relaxation techniques are an action to improve sleep quality in chronic renal failure clients undergoing hemodialysis. **Objective:** to know the sleep quality of chronic kidney failure clients before and after performing autogenic relaxation techniques in the hemodialysis room of Bogor City Hospital. **Method:** This study uses case study research with descriptive type. Data collection by conducting interviews and documentation. This study used a Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) sleep quality questionnaire sheet with a total of three respondents according to inclusion criteria. **Results:** The results showed that after applying autogenic relaxation for 3 days with 3 interventions for 15 minutes, sleep quality improved in all three respondents (100%). **Conclusion:** Autogenic relaxation has been shown to be effective on sleep quality in patients with chronic renal failure in the hemodialysis room. **Suggestion:** For further researchers, it is necessary to pay attention to the provision of autogenic relaxation because it requires concentration from respondents and is carried out routinely to get the expected results and become one of the non-pharmacological techniques in sleep quality in chronic renal failure patients undergoing hemodialisa.

Keywords: *chronic renal failure, hemodialysis, sleep quality, autogenic relaxation*

Bibliography: 24 (2013 – 2023)