

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung

Program Studi Keperawatan Bogor

Dito Reza Suryana

P17320319015

Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Pasien Hemodialisa di RS Islam Kota Bogor.

i-xiv + 45 halaman, V Bab, 5 Tabel, 6 Lampiran

ABSTRAK

Penyakit Ginjal Kronik adalah masalah kesehatan masyarakat global dengan prevalens dan insiden yang cenderung meningkat, prognosis yang buruk dan biaya yang tinggi. Hemodialisa merupakan suatu bentuk terapi pengganti fungsi ginjal bantuan mesin dializer yang dapat berlangsung secara rutin dan terus menerus sepanjang hidupnya. Pasien PGK yang menjalani pengobatan Hemodialisa akan merasakan cemas dan stress baik mengenai pengobatan yang dijalani maupun kondisi kesehatan yang ia alami. Terapi Relaksasi Otot Progresif merupakan suatu terapi relaksasi yang diberikan dengan menegangkan otot-otot tertentu dengan terbagi di beberapa tahap. Berdasarkan banyaknya Pasien Hemodialisa yang mengalami stress pada pengobatan maupun karna memikirkan penyakitnya, Penulis tertarik untuk melaksanakan Studi Kasus dengan judul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Pasien Hemodialisa di RS Islam Kota Bogor”. **Tujuan** untuk mengetahui Intervensi kepada klien dengan tingkat stress ringan hingga sangat berat pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisa. **Metode** ini adalah metode penelitian deskriptif dan mengobservasi kejadian yang sudah terjadi. Pengambilan sample yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non Probability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Peneliti menggunakan kuesioner DASS 42 untuk mengukur Tingkat Stress dan menggunakan SOP Relaksasi Otot Progresif sebagai acuan dalam melakukan Tindakan ke responden. **Hasil** ini didapatkan setelah dilakukan tindakan, 2 orang mengalami penurunan kriteria Tingkat Stress dari kriteria Stress sedang menjadi Stress Ringan. Sedangkan 2 orang lainnya tetap berada pada kriteria Stress Sedang. **Kesimpulan** ini Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan Tingkat Stress pada Pasien Hemodialisa.

Kata Kunci : Relaksasi, Otot, Progresif, Stress, Hemodialisa

Daftar Pustaka : 20 (2012-2022)

Health Polytechnic Ministry of Health Bandung

Bogor Nursing Study Program

Dito Reza Suryana

P17320319015

Application Of Progressive Muscle Relaxation For Reducing Stress Levels in Hemodialysis Patient at the Islamic Hospital Bogor.

i- xiv + 44 pages, V Chapter, 5 Tables, 6 Attachment

ABSTRACT

*Chronic Kidney Disease (CKD) is a global public health problem with increasing prevalence and incidence, bad prognosis and high cost. Hemodialysis is a renal function replacement therapy with dialyzer machine that can be routine and continuously throughout life. CKD patients that undergoing hemodialysis treatment will feel anxiety and stress both about the treatment they are undergoing or the health conditions they are experiencing. Progressive Muscle Relaxation is a relaxation therapy that is given by tensing certain muscles with a divided into several stage. Based on the number of hemodialysis patients who experience stress on treatment or because of thinking about their illness, The author is interested in carrying out the Study Cases with the title "Application Relaxation Muscle Progressive For Reducing Stress Levels in Patients Hemodialysis at the Islamic Hospital in Bogor City". **Objective** to find out interventions for clients with mild stress levels to very severe in CKD patients undergoing hemodialysis. **This Method** is a descriptive and observing research method what happened happen. Sampling used in this study is Non Probability Sampling with Purposive Sampling technique. Researchers used the DASS 42 questionnaire to measuring Stress Levels and using Relaxation SOPs Muscle Progressive as reference in take Action to respondents. **This result** is obtained after done action, 2 people experienced drop Stress Level criteria from Medium stress criteria be mild stress. While the other 2 permanent are in the Medium Stress criteria. **The Conclusion** is Progressive muscle relaxation can reduce stress levels in hemodialysis patients.*

Keywords: Progressive, Muscle, Relaxation, Stress, Hemodialysis

Bibliography: 20 (2012-2022)