

ABSTRAK

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia
Skripsi, Agustus 2023

Hairunnisa
14220190016

“Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa”

di Bimbing oleh Safruddin dan Rahmat Hidayat (xiii + 14 Tabel + 169 Halaman + 17 Lampiran)

Gagal ginjal kronis (GGK) merupakan suatu sindrom klinis yang bersifat irreversibel sehingga memerlukan terapi penggantian ginjal. Terapi penggantian ginjal yang umum digunakan adalah hemodialisa (HD). Pasien yang sedang menjalani hemodialisa dapat mengalami masalah kecemasan dan gangguan tidur, sehingga membutuhkan terapi non farmakologis, salah satunya adalah relaksasi otot progresif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien ggk yang menjalani hemodialisa di RSUD Labuang Baji.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasy experiment* dengan rancangan penelitian *pre test and post test with control group*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 34 orang pasien yang menjalani hemodialisa di RSUD Labuang Baji dengan jumlah sampel 32 responden yang akan dibagi masing-masing 16 responden di kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini memakai *total sampling*. Uji statistik di penelitian ini, yaitu *Paired Sample T-Test* dan uji *Independent T-Test*.

Hasil yang diperoleh di penelitian ini menunjukkan bahwa pada uji *paired t test* kelompok intervensi *pre* dan *post test* kecemasan dan kualitas tidur didapati nilai *p value* = <0,001, yang berarti terdapat test awal dan test akhir mengalami perubahan yang signifikan. Hasil uji statistik *independent t test* setelah dilakukan relaksasi otot progresif pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai *p value* = <0,001 yang berarti ada perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pasien.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien GGK yang menjalani HD dan juga terdapat perbedaan nilai rata-rata tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan relaksasi otot progresif. Oleh karena itu, melalui penelitian ini disarankan agar pihak RSUD Labuang Baji mempertimbangkan relaksasi otot progresif sebagai salah satu terapi non farmakologis dalam menangani masalah kecemasan dan gangguan tidur.

Daftar Pustaka : 109 (2013 – 2023)

Kata Kunci : Hemodialisa, Kecemasan, Kualitas Tidur, Relaksasi Otot Progresif