

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR) TERHADAP
KECEMASAN PASIEN HEMODIALISIS : *LITERATURE REVIEW***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



DISUSUN OLEH:

ARIE CHANDRA MEIDIANTA, S.Kep.

2011102412002

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KESEHATAN DAN FARMASI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

**Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap
Kecemasan Pasien Hemodialisis : *Literature Review***

Karya Ilmiah Akhir Ners

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners Keperawatan



Disusun Oleh:

Arie Chandra Meidianta, S.kep.

2011102412002

Program Studi Profesi Ners

Fakultas Kesehatan Dan Farmasi

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Arie Chandra Meidianta S.kep

Nim : 2011102412002

Program Studi : Profesi Ners

Judul Penelitian : “Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap
Kecemasan Pasien Hemodialisis : *Literature Review*”

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah Ahir Ners (KIA-N) yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang kami akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Samarinda, 20 Desember 2021



Arie Chandra Meidianta

NIM : 20111024012002

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR) TERHADAP
KECEMASAN PASIEN HEMODIALISIS : *LITERATURE REVIEW***

DI SUSUN OLEH :

Arie Chandra Meidianta

2011102412002

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 22 Desember 2021

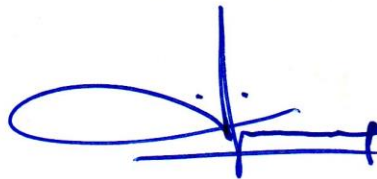
Pembimbing



Rusni Masnina.S.KP.,MPH
NIDN. 1114027401

Mengetahui

Koordinator Mata Ajar Elektif



Ns. Enok Sureskiarti., S.kep.,M.kep
NIDN. 1119018202

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR) TERHADAP
KECEMASAN PASIEN HEMODIALISIS : *LITERATURE REVIEW***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DI SUSUN OLEH :

Arie Chandra Meidianta

2011102412002

Diseminarkan dan Diujikan

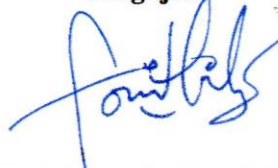
Pada Tanggal, 22 Desember 2021

Penguji I



Ns. Milkhatun, M.Kep
NIDN. 1121018501

Penguji II



Ns. Fariéd R H., S.kep., Mkep
NIDN. 1112068002

Penguji III



Ns. Rusni Masnina, SKP., MPH
NIDN. 1114027401

Mengetahui Ketua



Program Studi Profesi Ners

Ns. Enok Sureskiarti., S.kep., M.kep
NIDN. 1119018202

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada *Allah Subhanahu Wa Ta'ala*, berkat Rahmat dan Karunia-Nya maka saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dalam bentuk *Literature Review* yang berjudul “Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisis : *Literature Review*“

Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun untuk menyelesaikan tugas akhir profesi ners di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Dalam kesempatan ini saya ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji, MS selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Nunung Herlina S.Kp., MPd selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu Ns. Enok Sureskiarti.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan koordinator mata kuliah elektif.
4. Bapak Ns. Faried R H.,S.kep.,Mkep selaku penguji II.
5. Ibu Ns. Milkhatun, M.Kep selaku penguji I.
6. Ibu Rusni Masnina., SKP. MPH selaku pembimbing sekaligus penguji III , atas bimbingan, masukan, dukungan, serta motivasi kepada penulis untuk penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners dalam bentuk Literature Review.

7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Pendidikan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
8. Bapak (Alm) Badrun dan Ibu Hj.Suskamdani selaku orang tua serta keluarga, terima kasih sedalam-dalamnya atas segala dukungan, nasihat, serta atas segala doa yang menjadi bentuk perpanjangan tangan *Allah Subhanahu Wa Ta'ala*.
9. Kepada teman saya Ns. Muhammad Dedi Saputra S.kep, Ns. Zulkifli S.kep, Ns. May Mona S.kep, dan teman-teman saya yang turut memberikan motivasi dan bantuan dalam mengerjakan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini.
10. Semua pihak yang membantu dalam terselesainya Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala senantiasa memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah memberikan segala bantuan tersebut di atas. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini tentu saja masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti dengan senang hati menerima kritik demi perbaikan.

Samarinda, 20 Desember 2021



Penulis

**Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisis :
*Literature Review***

Arie Chandra Meidianta¹, Rusni Masnina², Milkhatun³, Faried R H⁴

Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Jl. Ir. H Juanda No.15 Samarinda

Email Korespondensi : ariemayday@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Gagal Ginjal Kronis (GGK) yaitu terjadinya suatu penyakit setelah mengalami beranekaragam penyakit yang menyerang kepada masa nefron ginjal sampai titik kedua hingga tidak bisa menjalankan fungsi regulatorik dan ekstetorik dalam pertahankan homeostatis, Ketika pasien memiliki penyakit ginjal kronis akan dilakukan sebuah terapi pengganti terkait dengan ginjal yaitu Hemodialisis dan dalam menjalani terapi hemodialisis akan menimbulkan sebuah kecemasan karena terlalu lama menjalani hemodialisis. Jenis intervensi yang bisa menurunkan kecemasan pasien yaitu *Progressive Muscle Relaxation* (PMR). **Tujuan:** mengetahui apakah ada pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisis. **Metode:** memakai metode *literature review* dengan gunakan basis data seperti *Google Scholer*, *Research Gate*, dan *PubMed* sebagai referensi terkait dengan intervensi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap kecemasan pasien hemodialisis. **Hasil:** Dalam hasil analisis penelitian dalam menggunakan *Literatur Review* yang telah diteliti sebelumnya oleh peneliti terdiri dari 5 artikel bersifat nasional dan 5 artikel bersifat internasional mendapatkan hasil dari keseluruhan artikel bahwa Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) memiliki pengaruh terhadap kecemasan pada pasien hemodialisis. **Kesimpulan:** bahwa pemberian teknik relaksasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap kecemasan pasien hemodialisis, memiliki pengaruh dalam mengurangi kecemasan tersebut.

Kata Kunci : *Progressive Muscle Relaxation* (PMR), Kecemasan, Pasien Hemodialisis

¹ Mahasiswa Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

³ Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁴ Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

***Effect of Progressive Muscle Relaxation (PMR) on Anxiety in Hemodialysis Patients :
Literature Review***

Arie Chandra Meidianta¹, Rusni Masnina², Milkhatun³, Faried R H⁴

*Nursing Professional Study Program Faculty of Health and Pharmacy
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Jl. Ir. H Juanda No.15 Samarinda*

Correspondence Email: ariemayday@gmail.com

ABSTRACT

Background: Chronic Kidney Failure (CKD) is the event of a sickness subsequent to encountering different infections that assault the nephron time of the kidney until the second point so it can't do its administrative and extetoric capacities in keeping up with homeostasis. At the point when the patient has persistent kidney sickness, a supplanting treatment connected with the kidneys, in particular hemodialysis and going through hemodialysis treatment will cause nervousness since it is too long to even consider going through hemodialysis. The kind of mediation that can lessen patient nervousness is Progressive Muscle Relaxation (PMR). ***Objective:*** to decide if there is an impact of Progressive Muscle Relaxation (PMR) on Anxiety in Hemodialysis Patients. ***Methods:*** Using literature review methods by using databases such as Google Scholer, Research Gate, and PubMed as references related to Progressive Muscle Relaxation (PMR) interventions on hemodialysis patients' anxiety. ***Results:*** In the results of the research analysis in using the Review Literature that has been researched previously by researchers consisting of 5 articles of a national nature and 5 articles of an international nature get the results of the entire article that the Influence of Progressive Muscle Relaxation (PMR) has an influence on anxiety in hemodialysis patients. ***Conclusion:*** that the organization of the Progressive Muscle Relaxation (PMR) unwinding procedure on the tension of hemodialysis patients, has an impact in diminishing the uneasiness.

Keywords : Progressive Muscle Relaxation (PMR), Anxiety, Hemodialysis Patients

¹ Student Nurse Professional Program University Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Lecturer of Undergraduate Nursing Program University Muhammadiyah Kalimantan Timur

³ Lecturer of Undergraduate Nursing Program University Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁴ Lecturer of Undergraduate Nursing Program University Muhammadiyah Kalimantan Timur

DAFTAR ISI

Halaman Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan Keaslian Penelitian	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Intisari	vii
Abstract	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Lampiran	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Teori Ginjal	5
B. Konsep Teori <i>Chronic Kidney Disease</i>	13
C. Konsep Teori Hemodialisa	27
D. Konsep Teori Kecemasan	45
E. Konsep Teori <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	54
BAB III METODE	

A. Strategi Pencarian Literature	58
B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	59
C. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas	60
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil dan Analisis	61
B. Pembahasan	65
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	78
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi gagal ginjal kronis.....	14
Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi	59
Tabel 4.1 Tabel Analisis	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Ginjal.....	5
Gambar 2.2 Perbedaan ginjal normal dan gagal ginjal	9
Gambar 2.3 <i>Pathway Chronic Kidney Disease</i>	15
Gambar 2.4 Mesin Hemodialisa.....	28
Gambar 2.5 Proses Hemodialisa	28
Gambar 2.6 Proses Dialisa didalam <i>Dialyzer</i>	29
Gambar 2.7 <i>Dialyzer</i>	34
Gambar 2.8 Akses eksternal hemodialisa	41
Gambar 2.9 Jalur Hemodialisa.....	43
Gambar 2.9 Mekanisme kecemasan	50
Gambar 3.1 Proses pencarian artikel/flow gram	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur

Lampiran 3 Kumpulan Link Jurnal yang Ditelaah

Lampiran 4 *Literature Review*

Lampiran 5 Lembar Konsultasi

Lampiran 6 Hasil Uji Plagiasi