

**NASKAH PUBLIKASI (MANUSCRIPT)**

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP  
KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA :  
*LITERATURE REVIEW***

**THE EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON ANXIETY IN  
PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS : LITERATURE REVIEW**



**DISUSUN OLEH**

**KEVIN PRIMADI SAPUTRA, S.Kep**

**1911102412036**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SAMARINDA**

**2020**

**Naskah Publikasi (Manuscript)**

**Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa: Literature Review**

*The Effect of Progressive Muscle Relaxation Therapy on Anxiety In Patients Undergoing Hemodialysis: Literature Review*

Kevin Primadi Saputra<sup>1</sup>, Enok Sureskiarti<sup>2</sup>



**Disusun Oleh**

**Kevin Primadi Saputra, S.Kep**

**1911102412036**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SAMARINDA  
2020**

## **PERSETUJUAN PUBLIKASI**

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan untuk publikasi dengan judul:

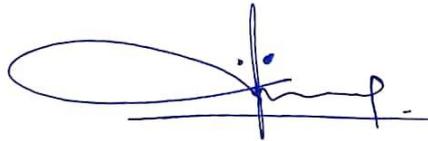
**PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP  
KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA :**

*LITERATURE REVIEW*

Bersama dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

**Pembimbing**

**Penulis**



**Ns. Enok Sureskiarti., M.Kep**  
NIDN. 1119018202



**Kevin Primadi Saputra, S.Kep**  
NIM : 1911102412036

**Mengetahui,**

**Koordinator MK.Elektif**



**Ns. Siti Khoiroh Muflihatin., M.Kep**  
NIDN. 1115017703

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP  
KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA:

*LITERATURE REVIEW*

NASKAH PUBLIKASI

DI SUSUN OLEH :

Kevin Primadi Saputra, S.Kep

1911102412036

Diseminarkan dan Diujikan

Pada tanggal, 05 Agustus 2020

Penguji I

Penguji II

Penguji III

Ns. Zaluuddin Saleh., M.Kep  
NIP. 19720125 199703 1 004

Ns. Tri Wijavanti., M.Kep  
NIDN. 1110118601

Ns. Enok Sureskiarti., M.Kep  
NIDN. 1119018202

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Profesi Ners



  
Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep  
NIDN. 1119097601

# **Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa: Studi Literature Review**

Kevin Primadi Saputra<sup>1</sup>, Enok Sureskiarti<sup>2</sup>

**Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur**  
**Jln. Ir. H Juanda No. 15. Samarinda**  
**Email : [kevinpeluru@gmail.com](mailto:kevinpeluru@gmail.com)**

## **INTISARI**

**Latar Belakang:** Gagal ginjal kronik adalah penyakit karena ginjal yang tidak berfungsi lagi. Di Indonesia merupakan negara dengan angka kejadian penyakit GGK yang cukup tinggi, sekitar 30,7 juta penduduk. GGK merupakan penyakit yang terjadi karena kerusakan ginjal. Jika ditemukan tanda kerusakan ginjal, diagnosis penyakit ginjal kronis ditegakkan jika nilai laju filtrasi glomerulus (LFG). Salah satu pengobatan gagal ginjal adalah hemodialisa atau cuci darah. Di beberapa penelitian, komplikasi dari hemodialisa atau cuci darah adalah rasa kecemasan. Salah satu terapi untuk menurunkan kecemasan adalah terapi relaksasi otot progresif. Relaksasi ini adalah suatu teknik relaksasi yang sering digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah *Systematic Literature Review*, suatu studi yang sistematis, jelas, dengan mengidentifikasi, menganalisis, mengevaluasi melalui pengumpulan data-data yang sudah ada. Data yang digunakan sebanyak 10 jurnal internasional dan nasional yang diperoleh dari hasil screening sejumlah jurnal dari Google Scholar, Web of Science, Research Gate.

**Hasil:** Berdasarkan hasil analisa jurnal yang dikumpulkan, didapatkan bahwa relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap kecemasan pada pasien hemodialisa.

**Kesimpulan:** terapi relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap kecemasan. Relaksasi otot progresif adalah salah satu terapi relaksasi yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan dan stress. Terapi ini dapat diterapkan ke pasien yang mengalami kecemasan.

**Kata Kunci:** relaksasi otot progresif, kecemasan, hemodialisa.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

# **The Effect of Progressive Muscle Relaxation Therapy on Anxiety of Patients Undergoing Hemodialysis: Literature Review**

Kevin Primadi Saputra<sup>1</sup>, Enok Sureskiarti<sup>2</sup>

**Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur**

**Jln. Ir. H Juanda No. 15. Samarinda**

**Email : [kevinpeluru@gmail.com](mailto:kevinpeluru@gmail.com)**

## **ABSTRACT**

**Introduction:** Chronic kidney failure (CKD) is a disease because the kidneys are no longer functioning. Indonesia is a country with a relatively high prevalence of CKD, which is around 30.7 million people. CKD is a disease that occurs due to kidney damage based on pathological abnormalities. The diagnosis of chronic kidney disease is made if the value of the glomerular filtration rate (GFR). One of the treatments for kidney failure is hemodialysis or dialysis. In some studies, one of the complications of hemodialysis or dialysis is anxiety. One of the therapies to reduce anxiety is progressive muscle relaxation therapy. This relaxation is a relaxation technique that is often used to reduce anxiety levels.

**Methods:** This type of research is a Systematic Literature Review, a synthesis of a systematic, precise literature study by identifying, analyzing, evaluating through collecting existing data. The data used are ten international and national journals obtained from the results of screening several journals from Google Scholar, Web of Science, Research Gate.

**Results:** Based on the results of the journals collected and the author's analysis, it was found that there was an effect of progressive muscle relaxation on anxiety in hemodialysis patients.

**Conclusion:** Progressive muscle relaxation therapy take effect on anxiety. Progressive muscle relaxation is a relaxation therapy that can help reduce anxiety and stress levels. This therapy can be applied to patients who experience anxiety.

**Keywords:** progressive muscle relaxation, anxiety, hemodialysis.

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Profession Program, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Lecturer of Nursing Profession Program, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Renal merupakan organ pada dinding abdomen di kiri dan kanan columna vertebralis. Ginjal dibungkus oleh tiga lapis jaringan yang berfungsi melindungi ginjal terhadap benturan dan agar ginjal tetap ditempatnya. Ginjal terdiri dari dua bagian utama, yakni korteks renalis yang berwarna merah terang dibagian luar dan medula renalis yang berwarna coklat kemerahan di bagian dalam. Korteks renalis mengandung jutaan unit fungsional penyaring yang disebut nefron.

Penyebab Penyakit gagal ginjal kronik adalah terjadi kerusakan struktur ginjal sehingga ginjal kehilangan fungsinya untuk keseimbangan cairan dan elektrolit dan mempertahankan metabolisme (Nuramaa, 2014). Penyakit ini ditandai dengan fungsi ginjal yang menurun yang bersifat tidak bisa kembali ke fungsi semula pada tingkatan tertentu sehingga diperlukan terapi pengganti ginjal yakni cuci darah atau transplantasi.

Menurut World Health Organization(2017) penyakit gagal ginjal termasuk 12 penyebab kematian umum di dunia, terhitung 1,1 juta kematian akibat gagal ginjal kronis yang telah meningkat sebanyak 31.7% sejak tahun 2010 hingga 2015. Di negara maju, penderita gangguan ginjal lumayan banyak. Berdasarkan laporan Indonesian Renal Registry (2014), pada tahun 2013 terdapat 22.115 pasien gagal ginjal.

Salah satu pengobatan medis pada pasien gagal ginjal adalah terapi hemodialisis atau cuci darah. Hemodialisa adalah proses perubahan komposisi solute darah oleh cairan dialisat melalui membran semi permeabel (Suhardjono, 2014). Fungsinya sebagai pengganti fungsi ginjal dan merupakan terapi utama selain transplantasi ginjal dan peritoneal dialysis yang mengidap penyakit gagal ginjal.

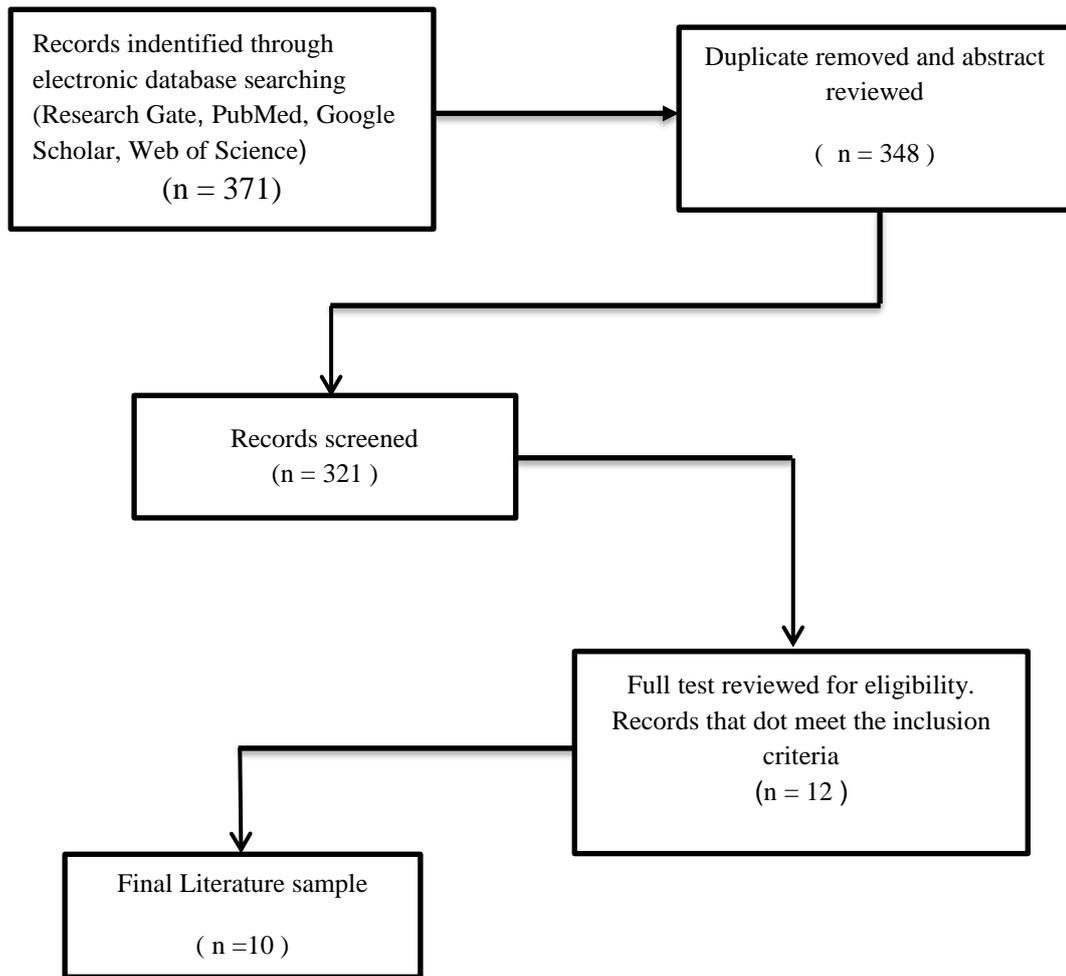
Pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisis cenderung merasakan kecemasan terlebih pasien yang baru menjalani hemodialisa. Disebabkan karena seumur hidup pasien harus melaksanakan hemodialisis dan berdampak pada keuangan yang lumayan besar. Kecemasan yang dialami saat melakukan hemodialysis, butuh penanganan seperti terapi non farmakologi. Salah satu teknik relaksasi yang dipakai untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah teknik Progressive Muscle Relaxation (PMR).

Teknik Progressive Muscle Relaxation disingkat dengan PMR adalah teknik relaksasi yang dilakukan dengan menegangkan dan merilekskan otot berurutan. Dimulai dari otot leher, dada, wajah, bahu, lengan, tangan, punggung, perut dan kaki. Adapun tujuan dari relaksasi ini adalah memfokuskan perhatian pada aktifitas otot untuk mendapatkan perasaan rileks dan pada akhirnya teknik ini dapat meminimalkan serta mencegah gejala akibat stress ketika tubuh bekerja berlebihan.

Bedasarkan latar belakang tersebut, penulis tergugah meaksanakan penulisan Karya Ilmiah Akhir-Ners dengan judul Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian metode studi pustaka atau literature review. Pada penelitian pencarian dilakukan dengan cara mengakses database pada Google Scholar, PubMed, Web Of Science dan Research Gate dengan kata kunci sesuai dengan masalah penelitian. Peneliti mengkaji permasalahan melalui jurnal-jurnal penelitian internasional dan nasional dan didapatkan 5 jurnal penelitian Indonesia atau nasional dan 5 jurnal penelitian luar negeri atau internasional. Pencarian jurnal atau artikel digunakan Boolean operator (AND, OR NOT or AND NOT) digunakan untuk memperluas atau memspesifikkan pencarian, sehingga peneliti dipermudah mencari jurnal yang digunakan. Kata kunci yang digunakan di penelitian ini yaitu “Relaksasi Otot Progresif” AND “Kecemasan” AND “Hemodialisis”.



Gambar 1 : Flow Gram

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil artikel penelitian yang dikumpulkan dan dianalisa sesuai dengan kriteria inklusi terdapat 10 jurnal penelitian yang diambil berasal dari jurnal nasional dan jurnal internasional. Semua artikel penelitian membahas pengaruh terapi relaksasi terhadap kecemasan pada pasien hemodialisa

No	Author	Tahun	Volume Angka	Judul	Metode(Desain, Sample, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penentuan	Databased
1.	Cahyo Pramono, Sri Sat Titi Hamranani, Muhammad Yudha Sanjaya	2019	Vol. 2 No. 2	Judul Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Hemodialisis Di RSUD Wonosari	D: Quasy Eksperimen S: Purposive Sampling V : Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Tingkat Kecemasan I : HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) A : Wilcoxon Test	Setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif didapatkan 6 responden dari kecemasan ringan ke tidak ada kecemasan	Google Scholar
2.	Sri Atun Wahyuningsih	2020	Vol 3 No 2	Terapi Thought Stopping, Relaksasi Progresif Dan Psikoedukasi Terhadap Penurunan Ansietas Pasien GJK Yang menjalani Hemodialisa	D: experimental process S : Total Sampling V : Terapi Thought Stopping, Relaksasi Progresif Dan Psikoedukasi DAN Penurunan Ansietas I : tanda dan gejala A : uji dependen t-test dan uji independen t test	Hasil pelaksanaan paket terapi keperawatan yang efektif diberikan pada skala ringan adalah terapi generalis dan terapi spesialis thought stopping, relaksasi progresif dan psikoedukasi dengan hasil kemampuan pasien mengontrol ansietas meningkat serta berdampak positif terhadap caregiver	Google Scholar
3.	Erwin Silitonga	2019	Vol 2 No. 7	Progressive Muscle Relaxation Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Terapi Hemodialisis	D : Kuantitatif Quasy ekperiment, pre test and post test S : Porposive Sampling V : Progressive Muscle Relaxation dan Tingkat Kecemasan I : kuesioner kecemasan HARS (Hamilton Anxiety rating scale) A : uji paired t-	Hasilnya terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dalam menurunkan kecemasan pasien gagal ginjal kronis	Google Scholar

					Test		
4.	Yola Yolanda	2017	Vol. XI Jilid 1 No.75	Pengaruh Terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis(PGK) Akibat Lamanya Menjalani Terapi Hemodialisa Di RST DR.Reksodiwiryo Padang Tahun 2016	D : pra-eksperiment one group pretest-posttest Design. S : purposive sampling V : Terapi Progressive Muscle Relaxation I : Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS) A : paired sampel t-test	Hasil penelitian menyatakan bahwa dari 10 responden menunjukkan pengaruh terapi relaksasi otot progresif dimana kecemasan semakin menurun	Google Scholar
5.	Nur Eva Alfiyanti, Dody Setyawan, Muslim Argo Bayu Kusuma	2014	Vol 107 No. 1	Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Unit hemodialisa RS Telogorejo Semarang	D : Quasi Eksperiment pretest and posttest nonequivalent control group S : purposive sampling V : Relaksasi Otot Progresif dan Tingkat Kecemasan I : A : Dependent t-test dan uji Mann Whitney	Didapatkan pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan	Google Scholar
6.	Elham Amini, Iraj Goudarzi, Reza Masoudi, Ali Ahmadi, Ali Momeni	2016	Vol. 8 No. 12	Effect of Progressive Muscle Relaxation and Aerobic Exercise on Anxiety, Sleep Quality, and Fatigue in Patients with Chronic Renal Failure Undergoing Hemodialysis	D : Quasy experimental study, pre-test & post-test S : total sampling V : Progressive Muscle Relaxation and Aerobic Exercise dan Anxiety, Sleep Quality, and Fatigue I : A : ANOVA, chi-square and t-test.	Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa dari 33 responden menunjukkan dimana tingkat kecemasan pasien menurun	ResearchGate
7.	Rizki Sari Utami Muchtar, Marlian	2019	Vol. 2 No. 01	Effect of Progressive Muscle Relaxation on The Level of Anxiety of Haemodialysis Patients at Muhammad Sani Hospital in	D : quasi experiment, pre and post test without control. S : purposive sampling V : Progressive	Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa dari 20 responden menunjukkan terapi relaksasi otot progresif memiliki pengaruh terhadap	Research Gate

				Karimun	Muscle Relaxation dan The Level of Anxiety I : Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) A : Paired T-Test,	kecemasan	
8.	Maulana Arif Murtadho, Kusnanto, Lilik Herawati	2019	Vol.2 No.3	The Effect Of Progressive Muscle Relaxation Intervention On Decreasing Anxiety Level Among Hemodialysis Patients In Sidoarjo Hospital	D : quasi-experimental, pre-test, and post-test S : Purposive Sampling V : Progressive Muscle Relaxation Intervention dan Anxiety Level I : routine care A : paired t-test	Hasil dari penelitian tersebut menyatakan terapi relaksasi otot progresif efektif menurunkan kecemasan pasien hemodialisa	Web of Science
9.	Ary Astuti Anggorowati, Andrew Johan	2017	Vol.3 No.02	Effect of Progressive Muscular Relaxation on Anxiety Levels In Patients With Chronic Kidney Disease Undergoing Hemodialysis In The General Hospital Of Tugu rejo Semarang, Indonesia	D : quasi-experimental S : simple random sampling V : Progressive Muscular Relaxation dan Anxiety Levels I : Hamilton Anxiety Rating Scale A : t-test dan multiple linear regression test.	Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa dari 39 responden pada kelompok intervensi menunjukkan ada penurunan kecemasan	Research Gate
10.	Hudiyawati , Muhlisin, Normala Ibrahim	2019	Vol 3 No.18	Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation in Reducing Depression, Anxiety and Stress among Haemodialysis Patients attending a Public Hospital at Central Java Indonesia.	D : quasi-experimental, pretest-posttest control study S : total sampling V : Progressive Muscle Relaxation dan Depression, Anxiety and Stress I : DASS-21 A : Independent t-test, paired t-test, Chi square	Hasil dari penelitian didapatkan dari 60 responden bahwa ada pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap kecemasan	Web of Science

### Pembahasan

Kecemasan saat menjalani hemodialisis dibutuhkan penanganan seperti terapi non farmakologi. Teknik relaksasi yang digunakan untuk menurunkan kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis adalah dengan teknik Progressive Muscle Relaxation (PMR).

Hal ini sesuai dengan hasil dari penelitian Cahyo Pramono (2019) yang mendapatkan hasil terdapat penurunan jumlah responden dari kecemasan ringan ke tidak ada kecemasan sebanyak 6 responden setelah diberikan teknik relaksasi ini. Peneliti juga mendapatkan jurnal tentang intervensi kombinasi yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Sri Atun Wahyuningsih (2020) yang melakukan terapi thought stopping, relaksasi progresif dan psikoedukasi didapatkan hasil bahwa terapi relaksasi otot progresif juga memiliki pengaruh terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisa.

Begitu juga dengan penelitian Yola Yolanda (2017) hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa dari 10 responden menunjukkan terapi relaksasi otot progresif berpengaruh pada kecemasan dimana tingkat kecemasan semakin menurun. Penelitian lain yang berkesinambungan adalah penelitian Nur Eva (2014) bahwa relaksasi otot progresif mempengaruhi kecemasan pada pasien GGK yang menjalani hemodialisis. Penelitian lain dengan hasil yang sama adalah hasil penelitian Hidayat (2018) menggunakan kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) dengan hasil menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif. Ditunjang lagi oleh penelitian (Devi, 2014) bahwa PMR memiliki hubungan terhadap kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis artinya relaksasi otot progresif dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisa.

Menurut asumsi dari peneliti sendiri bahwa hasil mereview artikel-artikel penelitian tersebut kecemasan yang dirasakan pasien muncul karena masa penderitaan seumur hidup. Selain itu, sering muncul pikiran yang menyeramkan, meskipun belum tentu terjadi. Keadaan ini menyebabkan perubahan, bukan hanya fisik tetapi psikologis juga. Terapi non farmakologi untuk menurunkan tingkat kecemasan yang dialami pasien hemodialisa adalah dengan melakukan teknik relaksasi, salah satunya teknik relaksasi otot progresif.

Menurut Soewondo (2009) relaksasi otot progresif adalah teknik manajemen stress yang biasa digunakan untuk menurunkan tingkat stress. Menurut Edmon Cokopson teknik relaksasi ini adalah kemampuan yang dapat dipelajari dan digunakan menurunkan ketidakraa nyaman tanpa tergantung pada subjek diluar dirinya.

Teknik relaksasi otot progresif ini sangat bermanfaat bagi pasien yang menjalani hemodialisis karena teknik relaksasi ini mempunyai pengaruh besar dalam penurunan tingkat kecemasan seseorang. Adapun tujuan dari teknik relaksasi ini adalah memfokuskan perhatian pada aktifitas otot yang tegang, kemudian merilekskan untuk mendapatkan perasaan rileks sehingga tehnik ini dapat mengurangi, mencegah gejala fisik akibat stres ketika tubuh bekerja berlebihan, karena tubuh manusia berespon pada kecemasan yang merangsang pikiran dengan ketegangan otot, apalagi saat pasien menjalani hemodialisis.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari 10 jurnal penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar menunjukkan relaksasi otot progresif memiliki pengaruh terhadap kecemasan pada pasien hemodialisa yang disebabkan karena setelah responden mendapatkan perlakuan, tingkat kecemasan responden menurun ditandai dengan hasil review jurnal-jurnal penelitian yang menyatakan setelah responden mendapatkan intervensi tanda dan gejala kecemasan menurun seperti nafas lebih teratur dan ekspresi wajah terlihat rileks.

## **SARAN**

1. Profesi perawat  
Peneliti berharap profesi perawat hendaknya memenuhi kebutuhan dasar pasien yang berhubungan dengan kecemasan dan diharapkan pula adanya tindak lanjut dalam pemberian asuhan keperawatan yang berkelanjutan dan komprehensif pada pasien yang menjalani hemodialisa.
2. Kepada Klien dan keluarga  
Klien mampu melakukan dan menerima asuhan keperawatan terutama dalam mengatasi kecemasan yang bisa dilakukan klien dimana saja dan agar mampu menimbulkan rasa nyaman dan rileks sehingga mampu menerima kondisinya serta mengerti tentang proses perawatannya.
3. Kepada pasien hemodialisa dan care giver agar dapat menggunakan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tingkat kecemasan.
4. Institusi pendidikan  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk penelitian berikutnya, sebagai bahan bacaan di perpustakaan, serta sebagai bahan masukan kegiatan proses belajar pada program penelitian dalam menganalisa pasien dengan CKD.

## DAFTAR PUSTAKA

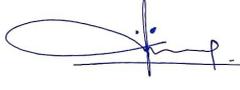
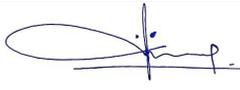
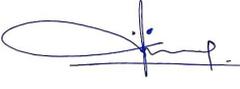
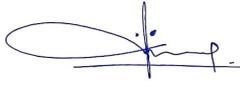
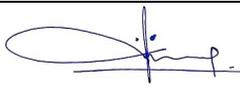
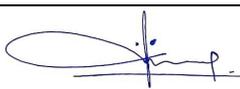
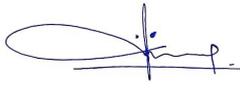
- Astuti, A. (2017) Effect Of Progressive Muscular Relaxation On Anxiety Levels In Patients With Chronic Kidney Disease Undergoing Hemodialysis In The General Hospital Of Tugurejo Semarang, Indonesia. <https://www.belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/view/88>. Belitung Nursing Journal. Diakses pada tanggal 8 Juli 2020.
- Cahyo, P.(2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa Di RSUD Wonosari. <http://journal.ppnijateng.org/index.php/jikmb/article/view/248> .Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah. Diakses pada tanggal 7 Juli 2020.
- Muchtar, R.S.U (2019). Effect of Progressive Muscle Relaxation on The Level of Anxiety of Haemodialysis Patients at Muhammad Sani Hospital in Karimun. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/IJECA/article/view/2071>. International Journal of Education & Curriculum Application Diakses pada tanggal 8 Juli 2020.
- Murtadho, M.A (2019). The Effect Progressive Muscle Relaxation Intervention On Decreasing On Anxiety Among Hemodialysis Patients In Sidoarjo Hospital. <http://ijnhs.net/index.php/ijnhs/article/view/172>. International Journal of Nursing and Health Services. Diakses pada tanggal 8 Juli 2020.
- Silitonga, E. (2019). Progressive Muscle Relaxation Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Terapi Hemodialisa. <http://jurnal.suryanusantara.ac.id/index.php/jurkessutra/article/view/1>. Jurnal Kesehatan Surya Nusantara. Diakses pada tanggal 7 Juli 2020.
- Smeltzer, C, S., & Bare, B. G. (2010). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Brunner & Suddart. Jakarta: EGC.
- Stuart & Sundeen. (2013). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta : EGC
- Suhardjono. (2014). Hemodialisis: Prinsip Dasar dan Pemakaian Kliniknya. Dalam: Setiati S, Alwi I, Sudoyo AW, Simadibrata M, Setyohadi B, penyunting. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta: Interna Publishing. Hlm: 2194-98
- Wahyuningsih, S.A. (2020). Terapi Thought Stopping, Relaksasi Progresif Dan Psikoedukasi Terhadap Penurunan Ansietas Pada Pasien GJK Yang Menjalani Hemodialisa. <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JKS/article/view/1094> . Jurnal Keperawatan Silampari. Diakses pada tanggal 7 Juli 2020.
- Yolanda, Y. (2019). Pengaruh Terapi Progressive Muscel Relaxation (PMR) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis (PGK) Akibat Lamanya Menjalani Terapi Hemodialisa Di RST DR. Reksodiwryo Padang. <https://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/161/141>. Menara Ilmu. Diakses pada tanggal 7 Juli 2020.

## LEMBAR KONSULTASI

Judul Karya Ilmiah Akhir-Ners (KIA-N) : Pengaruh Relaksasi Otot Progresif  
terhadap Kecemasan pada Pasien  
yang Menjalani Hemodialisa :  
*Literatur Review*

Pembimbing

: Ns. Enok Sureskiarti., M.Kep

NO.	TANGGAL	KONSULTASI	HASIL KONSULTASI	PARAF
1.	10 Agustus 2020	Intisari	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	
2.	11 Agustus 2020	Pendahuluan, metode, hasil dan pembahasan	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	
3.	12 Agustus 2020	Daftar pustaka	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	
4.	24 Agustus 2020	Uji plagiasi belum memenuhi standar uji turnitin yaitu 30%. Uji turnitin saya dapatkan yaitu 55%	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	
5	8 September 2020	Uji plagiasi belum memenuhi standar uji turnitin yaitu 30%. Uji turnitin saya dapatkan yaitu 50%.	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	
6.	11 September 2020	Uji plagiasi belum memenuhi standar uji turnitin yaitu 30%. Uji turnitin saya dapatkan yaitu 37%.	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	
7.	22 Septembber 2020	Uji plagiasi belum memenuhi standar uji turnitin yaitu 30%. Uji turnitin saya dapatkan yaitu 31%	Perbaiki sesuai masukkan dan lanjutkan	

# Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa: Studi Literature Review

*by* Kevin Primadi Saputra

---

**Submission date:** 28-Sep-2020 11:21AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1398935502

**File name:** NASKAH\_PUBLIKASI\_KEVIN.pdf (173.61K)

**Word count:** 2458

**Character count:** 15914

## Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa: Studi Literature Review

### ORIGINALITY REPORT

<b>27%</b>	<b>23%</b>	<b>14%</b>	<b>9%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>docobook.com</b> Internet Source	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>es.scribd.com</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>event.ners.unair.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>eprints.umm.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>sinta3.ristekdikti.go.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>docplayer.info</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>journal.ummat.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>Submitted to UIN Sunan Ampel Surabaya</b> Student Paper	<b>1%</b>