

**INTERVENSI INOVASI RELAKSASI *AUTOGENIK* TERHADAP  
KECEMASAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* (CKD)  
YANG MENJALANI HEMODIALISA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**DISUSUN OLEH :**

**JITA INDAH SARI, S.Kep**

**2011102412063**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH**

**KALIMANTAN TIMUR**

**2021**

**Intervensi Inovasi Relaksasi *Autogenik* terhadap  
Kecemasan pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD)  
yang Menjalani Hemodialisa**

**Karya Ilmiah Akhir Ners**



**Disusun Oleh :**

**Jita Indah Sari, S.Kep**

**2011102412063**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH**

**KALIMANTAN TIMUR**

**2021**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Jita Indah Sari, S.Kep  
NIM : 2011102412063  
Program Studi : Profesi Ners  
Judul KIA-Ners : Intervensi Inovasi Relaksasi *Autogenik* Terhadap Kecemasan pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang Menjalani Hemodialisa

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip atau dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Samarinda, November 2021



Jita Indah Sari, S.Kep

2011102412063

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**INTERVENSI INOVASI RELAKSASI *AUTOGENIK* TERHADAP**  
**KECEMASAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* (CKD)**  
**YANG MENJALANI HEMODIALISA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**DISUSUN OLEH:**

Jifa Indah Sari, S.Kep  
**NIM. 2011102412063**

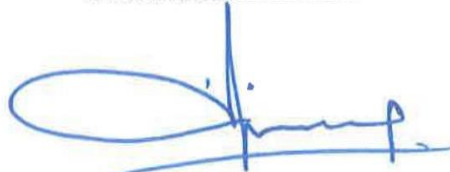
**Disetujui untuk diujikan**  
**Pada tanggal, 23 Desember 2021**

Pembimbing



Ns. Faried Rahman H.S.Kep..M.Kes  
**NIDN. 1112068002**

**Mengetahui,**  
**Koordinator MK Elektif**



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

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**INTERVENSI INOVASI RELAKSASI *AUTOGENIK* TERHADAP**  
**KECEMASAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* (CKD) YANG**  
**MENJALANI HEMODIALISA**

**DISUSUN OLEH:**

Jita Indah Sari, S.Kep  
NIM. 2011102412063

**Diseminarkan dan diujikan**  
**Pada tanggal, 23 Desember 2021**

**Penguji I**



Ns. Milkhatun, M.Kep  
NIDN. 1121018501

**Penguji II**



Rusni Masnina, S.Kp., M.PH  
NIDN. 1114027401

**Penguji III**



Ns. Faried Rahman, H.S.Kep., M.Kes  
NIDN. 1112068002

**Mengetahui,**  
**Ketua**  
**Program Studi Profesi Ners**



Ns. Enok Sureskiarti, M.Kep  
NIDN. 1119018202

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Taufiq dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners “Intervensi Inovasi Relaksasi *Autogenik* Terhadap Kecemasan Pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang Menjalani Hemodialisa”.

Dalam melaksanakan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis banyak mengalami hambatan dan kesulitan, namun semua itu menjadi ringan berkat dukungan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2. Hj. Nunung Herlina, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Ns. Enok Sureskiarti, M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners
4. Ns. Faried Rahman H.,M.Kes, selaku pembimbing dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini.
5. Ns.Milkhatun,M.Kep selaku penguji I karya ilmiah akhir ners.
6. Rusni Masnina,S.Kp.,M.PH selaku penguji II karya ilmiah akhir ners.
7. Seluruh keluarga terutama kedua orang tua,suami dan saudara.
8. Kepala ruangan Melati dan seluruh crue ruang Melati tempat saya bekerja
9. Genk Nyarkum (Ka Ery,Evie,lidya,odah,lastri)

10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Karya Ilmiah ini mengandung manfaat yang dapat dipergunakan bagi optimalisasi pelayanan keperawatan.

Samarinda, Desember 2021

Penulis

## **Intervensi Inovasi Relaksasi *Autogenik* terhadap Kecemasan pada Pasien *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang Menjalani Hemodialisa**

<sup>1</sup>Jita Indah Sari, <sup>2</sup>Faried Rahman Hidayat

### **INTISARI**

Pasien CKD memiliki respon psikologis seperti perasaan negatif meliputi depresi, kesal, syok, takut, sedih, stres, jenuh, putus asa dan merasa menjadi beban. Usia pasien hemodialisis yang menjelang lanjut usia menyebabkan pasien takut akan masa depannya, masa depan anak-anaknya dan beban yang dirasakan keluarganya. Klien hemodialisis dengan gaya hidup dan pembatasan nutrisi serta cairan mengakibatkan menurunnya motivasi klien dan keluarganya yang menjadi stresor klien yang dapat menyebabkan terjadinya kecemasan. Salah satu cara mengatasi kecemasan adalah dengan relaksasi autogenik yaitu sebuah relaksasi yang berupa kalimat pendek atau kata-kata singkat yang dapat membuat pikiran tenang, bersumber dari individu itu sendiri. Tujuan dari karya ilmiah ini adalah melihat pengaruh relaksasi autogenik terhadap kecemasan pasien hemodialisa. Studi yang digunakan adalah pendekatan studi kasus dengan kunjungan ke rumah dengan mengukur derajat kecemasan menggunakan skala HARS. Setelah dilakukan tindakan keperawatan relaksasi autogenik selama 3 hari didapatkan dari skala kecemasan 28 menjadi 18. Diharapkan relaksasi autogenik dapat terus dilakukan pasien hemodialisa untuk menurunkan kecemasan.

Kata Kunci: Hemodialisa, kecemasan, relaksasi

---

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

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



***Autogenic Relaxation Innovation Intervention on Anxiety on Chronic Kidney Disease (CKD) Patients with Hemodialysis***

*<sup>1</sup>Jita Indah Sari,<sup>2</sup> Faried Rahman Hidayat*

***ABSTRACT***

*CKD patients have psychological responses such as negative feelings including depression, upset, shock, fear, sadness, stress, boredom, hopelessness and feeling burdened. Hemodialysis patient's who are approaching old age made patients to be afraid of the future of work, the future of their children and the burden felt by their families. hemodialysis with lifestyle and nutrition and fluids that will come the motivation of clients and their families who are stressors that can cause anxiety. One way to overcome anxiety is by autogenic relaxation, namely relaxation in the form of short sentences or short words that can make the mind calm, originating from the individual himself. The purpose of this nurse's scientific work is to see the effect of autogenic relaxation on the anxiety of hemodialysis patients. After performing autogenic relaxation for 3 days, it was obtained from an anxiety scale of 28 to 18. It is hoped that autogenic relaxation can continue to be carried out by hemodialysis patients to reduce anxiety.*

*Keywords: Hemodialysis, Anxiety, Autogenic Relaxation*

---

*<sup>1</sup> Students of the University of Muhammadiyah in Kalimantan Timur*

*<sup>2</sup> Lecturer at Muhammadiyah University of Kalimantan Timur*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penulisan.....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep Penyakit GGK.....	5
B. Konsep Asuhan Keperawatan .....	11
C. Konsep Hemodialisis .....	21
D. Konsep Relaksasi Autogenik .....	33
<b>BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA</b>	
A. Pengkajian.....	38
B. Analisa Data.....	56
C. Diagnosa Keperawatan .....	57
D. Intervensi Inovasi.....	58
E. Implementasi.....	62
F. Evaluasi.....	66
<b>BAB IV ANALISA SITUASI</b>	
A. Analisis Masalah Keperawatan.....	71

B. Analisis Intervensi Inovasi.....	77
C. Alternatif Pemecahan Masalah .....	80

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	83
B. Saran.....	84

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan.....	14
Tabel 2.2 Standar Relaksasi <i>Autogenik</i> .....	36
Tabel 3.1 Hasil Pemeriksaan Penunjang.....	56
Tabel 3.2 Analisa Data.....	58
Tabel 3.3 Rencana Keperawatan.....	59
Tabel 3.4 Implementasi Keperawatan.....	62
Tabel 3.5 Evaluasi Keperawatan.....	66
Tabel 4.1 Hasil Observasi .....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Chroni Kidney Desease .....	9
--	---

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Biodata Peneliti
Lampiran 2	: Standar Operasional Terapi Relaksasi <i>Autogenik</i>
Lampiran 3	: Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 4	: Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 5	: Kuesioner HARS sebelum Intervensi
Lampiran 6	: Kuesioner HARS setelah Intervensi
Lampiran 7	: Lembar Konsultasi
Lampiran 8	: Hasil Uji Turnitin