

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HEMODIALISIS DENGAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DZIKIR TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN

ANALYSIS OF NURSING CARE FOR HEMODIALYSIS PATIENTS WITH THE APPLICATION OF THERAPY BENSON DZIKIR DECREASED ANXIETY

Bayu Saputra ¹, Fahrul Izza Mei Hendra ²

Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah, Pekanbaru

SUBMISSION TRACK

Submitted : 17 Mei 2024
Accepted : 20 Mei 2025
Published : 21 Mei 2025

KEYWORDS

Benson Relaxation; Chronic Kidney Failure; Dzikir; Hemodialysis

CORRESPONDENCE

No: 082169623655

E-mail: Fahrulizza333@gmail.com

A B S T R A C T

Introduction: : Kidney disease is still a health problem that occurs in society. Currently, many patients with kidney disease undergo hemodialysis. The psychology of patients undergoing hemodialysis is given less attention because there are still many nurses who focus on the physical complaints experienced by patients undergoing hemodialysis, even though basically psychological problems such as anxiety must be treated immediately because this will affect the patient's condition and can even worsen the health condition. patient. Benson relaxation and dhikr are effective nursing interventions, which can reduce pain and improve the quality of life of hemolysis clients and relieve anxiety when undergoing hemodiasis.. **Methods:** the author describes in detail the Evidence Based Nursing Practice (EBNP) that the author will apply to one patient. Patients are managed in the form of P (population), I (Intervention), C (comparison), O (Outcomes), T (Time) analysis which explains the intervention in the form of Standard Operating Procedures (SOP), which applies research ethics and evaluations are carried out application using the Zung Anxiety Scale questionnaire instrument. **Result:** The effect of providing Benson relaxation therapy and dzikir on the anxiety of hemodialysis patients **Conclusion:** Evaluation of application based on cases can be concluded that there is a decrease in anxiety in hemodialysis patients after implementing Benson relaxation and Dzikir.

A B S T R A K

Pendahuluan: Penyakit ginjal masih menjadi suatu masalah Kesehatan yang terjadi di masyarakat pada saat ini banyak pasien yang mengalami penyakit ginjal menjalani hemodialisis. Psikologis pada pasien yang sedang menjalani proses hemodialisis kurang diberi perhatian dikarenakan masih banyaknya perawat yang berfokus pada keluhan fisik yang dialami oleh pasien yang menjalani hemodialisis, padahal pada dasarnya masalah psikologis seperti kecemasan harus segera ditangani karena hal ini akan mempengaruhi keadaan pasien bahkan dapat memperburuk kondisi kesehatan pasien. Relaksasi benson dan dzikir merupakan intervensi keperawatan yang efektif, dimana dapat mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kualitas hidup klien hemodialisa serta meringankan rasa cemas saat melakukan hemodiasis. **Metode:** penulis menguraikan dengan mendetail, terkait Evidence Based Nursing Practice (EBNP) yang akan diterapkan penulis pada satu pasien. Pasien yang dikelola dalam bentuk analisis P (population), I (Interventon), C (comparison), O (Otcomes), T (Time) yang menjelaskan terkait intervensi dalam bentuk Standar Operasional Prosedur (SOP), yang menerapkan etika penelitian serta dilakukan evaluasi penerapan dengan menggukan instrument kuesioner Zung Anxiety Scale. **Hasil:** Adanya pengaruh pemberian terapi relaksasi benson dan dzikir Terhadap kecemasan pasien hemodialisa. **Kesimpulan:** Evaluasi penerapan berdasarkan kasus dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan kecemasan terhadap pasien hemodialisis sesudah dilakukannya penerapan relaksasi benson serta Dzikir.

2024 All right reserved This is an open-access article under the CC-BY-SA license

Pendahuluan

Penyakit ginjal masih dijadikan sebagai suatu persoalan Kesehatan yang terjadi di kalangan publik sekarang ini ini. Penyakit ginjal merupakan suatu kelainan terhadap ginjal serta saluran ginjal yang mencakup beberapa aspek sepeti infeksi ginjal, nerfrotik diabetic,

sindrom nefrotik, gangguan ginjal kronis serta akut. Gangguan ginjal adalah penyakit yang menyumbang mortalitas di dunia yang memiliki total 15 individu yang sudah meninggal (Gerogianni, 2019). asien dengan penyakit gagal ginjal kronik meningkat setiap tahunnya secara global sudah ditemukan 697,5 juta kasus penyakit gagal ginjal kronik yang tercatat di tahun 2017 dimana 12 juta orang meninggal karena mengalami gagal ginjal (kronis) (USRDS, 2022). Di Indonesia sebanyak 499.800 masyarakat Indonesia menderita penyakit ckd. Di tahun 2017 jumlah kematian telah mencapai 1.243 pasien, sementara di Jawa Barat sejumlah 1.500 masyarakat mengalami kerusakan fungsi ginjal (Riskesdas, 2018).

Indonesia sendiri sudah mencapai 2.050 juta pada srtiap tahun, terhadap pasien yang menderita gangguan ckd yang melaksanakan hemodialisis yang diperkirakan mengalami peningkatan dua kali lipat pada tahun 2030. Penelitian kesehatan dasar tahun 2018 menyatakan jika prevalensi pasien yang menderita CKD yang melaksanakan hemodialisis yaitu sebanyak 19,3% yakni sejumlah 2.850 pasien. (Kemenkes RI, 2018). (PERNEFRI, 2018). Psikologis pada pasien yang sedang menjalani proses hemodialisis kurang diberi perhatian disebabkan masih banyaknya perawat yang fokus terhadap keluhan fisik yang dirasakan oleh pasien yang menjalani hemodialisis, tetapi persoalan psikologis contohnya kecemasan perlu dihadapi sebab hal ini kemudian berdampak pada kondisi pasien bahkan mampu menjadikan semakin buruk keadaan pasien. (Chu, 2022). Kecemasan yang dialami pada jangka waktu yang panjang bisa memberikan hambatan kesuksesan proses hemodialisis yang diantaranya menambah peningkatan hormon kortisol epineprin serta saraf simpatetis yang berdampak pada keadaan pasien yang semakin memburuk (Patimah, 2015), tindakan yang sudah dilaksanakan dalam rangka menurunkan kecemasan yaitu dengan memberikan dukungan, pendidikan kesehatan, sampai memberikan obat anti depresan, hal tersebut diasumsikan tidak cukup efektif disebabkan sekedar menangani keluhan yang memiliki sifat sementara (Gerogianni, 2019).

Terapi non farmakologi yang dibuktikan mampu menurunkan kecemasan salah satunya yaitu terapi relaksasi benson dan Dzikir. Terapi relaksasi benson dan Dzikir ini dapat menjadi pilihan dikarenakan mempunyai efek samping yang sedikit daripada obat-obatan, cenderung ekonomis, serta mudah dilaksanakan oleh pasien maupun keluarga (Bouya et al., 2018). Menurut Nipa (2017), teknik relaksasi napas yang dilaksanakan dalam waktu 2 pekan dapat memberikan dampak yang nyata pada menurunnya kecemasan pada pasien yang melaksanakan hemodialisis. Hal ini memberikan bukti jika terapi relaksasi benson yang dilaksanakan dapat menurunkan kecemasan terhadap pasien ckd yang melaksanakan hemodialisis. Relaksasi ini pun dapat berjalan melalui pengaktifasian saraf parasimpatis yang adalah saraf otonom yang dapat mengurangi kecemasan. Aktivasi daraf parasimpatik ini kemudian memberikan hambatan produksi hormone katekolamin yang dapat mengakibatkan kontraksi otot serta meningkatkan tekanan darah.

Metode Penelitian

Studi kasus ini mempergunakan desain deskriptif dan pendekatan tahapan asuhan keperawatan secara terperinci, terkait Evidence Based Nursing Practice (EBNP) yang akan diterapkan penulis. Pasien yang dikelola dalam bentuk analisis P (population), I (Interventon), C (comparison), O (Ocomes), T (Time) yang menjelaskan terkait intervensi dalam bentuk Standar Operasional Prosedur (SOP), yang menerapkan etika penelitian serta dilakukan evaluasi penerapan.

Intervensi atau penerapan yang akan dilakukan adalah Terapi Relaksasi Benson dan terapi Dzikir untuk melihat pengaruh terhadap kecemasan pasien hemodialisa. Penerapan dilakukan dengan menerapkan penerapan EBNP melalui penggunaan SOP Relaksasi Benson dan terapi Dzikir menggunakan lembar observasi yang berisikan data demografi dan hasil pengukuran kecemasan sebelum dan sesudah dilakukannya terapi Relaksasi Benson serta terapi Dzikir menggunakan instrumen penilaian kecemasan Zung Anxiety Scale. Adapun penerapan

Relaksasi Benson dan terapi Murottal AlQur'an diawali dengan mengidentifikasi pasien sesuai dengan kriteria. Dan kriteria eksklusi. Intervensi ini dilakukan 2 kali dalam seminggu selama 20 menit kemudian di analisis penurunan kecemasan pasien.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, subjek studi kasus beragama islam serta memasuki usia lansia (65 tahun dan 75 tahun). Subjek penelitian mempunyai jenis kelamin laki-laki. Subjek penelitian memiliki riwayat gagal ginjal kronik Diagnosis keperawatan utama studi kasus ini yaitu) ansietas b/d penyakit kronis dengan data subjektif yang didapatkan yaitu pasien menyatakan jika badan terasa lemas. Data objektif yaitu pasien terlihat cemas dan gelisah, hasil pengkajian di dapatkan TD: 175/83 mmHg, N: 156x/menit, S: 36 0C, RR: 25x/menit. GD : 68 mg. Ansietas ditentukan oleh peneliti dijadikan sebagai diagnosis keperawatan utama melalui pertimbangan keadaan klinis subjek studi kasus Intervensi keperawatan subjek studi kasus yaitu reduksi ansietas yang di rencanakan (1) monitor tanda-tanda ansietas, (2) membangun suasana terapeutik dalam rangka menumbuhkan rasa percaya (3) mempergunakan pendekatan yang tenang serta meyakinkan (4) anjurkan keluarga dalam tetap bersama pasien (5) latih teknik relaksasi. Implementasi keperawatan subjek studi kasus diagnosis ansietas (D.0080) yaitu dengan memonitor tanda tanda ansietas, menciptakan suasana terapeutik dalam rangka menumbuhkan rasa percaya, menggunakan pendekatan yang tenang serta memberikan keyakinan, menganjurkan keluarga guna tetap bersama pasien, melatih teknik relaksasi, serta dengan menerapkan EBN tentang penerapan terapi relaksasi benson dan terapi Dzikir untuk membantu mengurangi rasa cemas pasien. pasien dilakukan pengecekan kecemasan terlebih dahulu dengan menggunakan kuesioner *zhung anxiety scale* sebelum dilakukannya terapi relaksasi benson dan terapi Dzikir, dengan hasil skor 47. Selanjutnya diberikan terapi relaksasi benson dan terapi Dzikir. Terapi relaksasi benson dan terapi Dzikir dilakukan selama 2 kali dalam seminggu, setelah itu dilakukan kembali pengecekan kecemasan dengan *zhung anxiety scale* kembali dengan hasil skor 42. Hasil evaluasi sru di kasus menunjukkan bahwa pengecekan kecemasan setelah dilakukannya terapi relaksasi benson dan terapi Dzikir pada Tn. P didapatkan skor 42. Pasien mengatakan sudah lebih tenang dan nyaman saat proses hemodialisis berlansung. Analisa data masalah kecemasan teratasi, pasien dianjurkan untuk menerapkan relaksasi secara mandiri.

Pembahasan

Temuan studi kasus memasuki usia lansia dengan umur 68 tahun menunjukkan bahwa pasien dalam kategori usia lansia akhir. Temuan studi yang dilaksanakan selaras pada studi Saputra (2022) yang menyatakan bahwa umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang dan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis adalah terjadi pada usia 35-65 tahun atau mulai menginjak usia dewasa akhir dan lansia awal

Masalah utama studi kasus yaitu ansietas yang diambil berdasarkan data mayor pada subjek studi kasus. Menurut Agustiya., (2020) menyatakan bahwa ansietas dijadikan sebagai faktor yang begitu penting untuk penyembuhan dan pemulihan. Kecemasan yang terjadi pada pasien gagal ginjal kronik sering terjadi saat pasien tersebut menjalani terapi hemodialisis, dengan demikian proses hemodialisis yang dijalani oleh pasien gagal ginjal kronik bisa terganggu dan pemulihannya akan terhambat

Intervensi studi kasus ini yaitu ansietas melalui Pemberian intervensi terapi Relaksasi benson serta terapi Dzikir guna membantu mengurangi rasa cemas. Spiritual care untuk relaksasi benson dijadikan sebagai salah satu faktor seseorang yang mempunyai kepercayaan untuk bisa bangkit, dengan menggabungkan terapi relaksasi benson dan Dzikir terapi benson yang diucapkan dengan kalimat dzikir dapat membuat keyakinan seseorang yang beragama

islam menjadi lebih kuat, seseorang dapat menjadi lebih tenang, damai serta memberikan perasaan bahagia, jika dikaitkan dengan medis individu yang memiliki kebiasaan melakukan dzikir kepada Allah SWT dengan otomatis otak kemudian memberikan respon untuk mengeluarkan *endorphine* yang dapat menciptakan rasa bahagia serta nyaman (Reza, 2016).

Hasil studi kasus ini dilakukan penerapan 2 kali seminggu dan implementasi yang dilakukan adalah pemberian intervensi inovatif terapi relaksasi benson dan Dzikir yang sesuai dengan SOP Standar Relaksasi Benson dan Dzikir. Relaksasi benson yaitu pengembangan metode respon relaksasi pernapasan yang melibatkan faktor kepercayaan pasien, yang bisa menimbulkan sebuah lingkungan yang internal yang kemudian mampu mendukung pasien untuk dapat meraih keadaan sehat serta kedamaian yang lebih optimal (Benson, 2000). Hal ini selaras pada studi yang dilaksanakan oleh Pratiwi (2015) mengenai perpaduan relaksasi benson serta murroal Al-Quran pada penurunan tekanan darah. Ditemukan perbedaan yang sangat jelas pada kelompok sebelum dengan setelah perlakuan. Relaksasi benso serta Dzikir dapat mengurangi kadar kortisol yakni hormone stress yang berpartisipasi besar pada peningkatan tekanan darah.

Menurut Rohmawati (2018) saat seseorang merasakan ketegangan yang bekerja yaitu sistem saraf simpatis, sementara ketika rileks yang bekerja yaitu sistem saraf parasimpatetis. Ketika dikaukannya relaksasi terapi benson dan Dzikir dengan melaksanakan inspirasi panjang yang kemudian melaksanakan stimulasi dengan pelan-pelan reseptor regang sebab inflamasi paru. Kondisi seperti yang terjadi dapat menyebabkan rangsangan atau sinyal yang dihantarkan ke medulla yang menyampaikan informasi meningkatnya aliran darah. Informasi ini kemudian dilanjutkan ke batang otak, dampaknya saraf parasimpatis meningkat menurunnya kegiatan dalam kemoreseptor, respon akut meningkatnya tekanan darah serta inflamasi paru yang terjadi kemudian menyebabkan penurunan frekuensi denyut jantung serta dialami vasodilatasi dalam beberapa pembuluh darah sehingga relaksasi bisa menekan rasa tegang yang menyebabkan munculnya perasaan rileks serta penghilangan.

Kesimpulan

1. Pengkajian pada Tn. P tidak terdapat ketimpangan pada teori serta kasus.
2. Berdasarkan kasus bahwa terdapat terdapat beberapa Diagnosis keperawatan pada Tn. P yaitu ansietas, pola nafas tidak efektif, dan perfusiperifer tidak efektif.
3. Rencana asuhan keperawatan pada kasus, disusun berdasarkan panduan SDKI, SLKIdan SIKI sesuai dengan Diagnosis keperawatan yang telah ditegakkkan pada masing-masing pasien
4. Implementasi yang diberikan merupakan implementasi berdasarkan masing-masing Diagnosis yang telah disusun, serta implementasi berdasarkan EBN yaitu Relaksasi Benson dan Dzikir.
5. Evaluasi penerapan berdasarkan kasus didapatkan hasil score menurut kuesioner *zhung anxiety scale* yaitu kecemasan sedang dan setelah dilakukan relaksasi benson dan Dzikir hasil kecemasan ringan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan kecemasan terhadap pasien hemodialisis sesudah dilakukannya penerapan relaksasi benson serta Dzikir.

Saran

Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penerapan Relaksasi Benson dapat menjadi salah satu pembaharuan data, referensi, gambaran kasus dan intervensi keperawatan non-farmakologi dalam membantu menurunkan kecemasan pasien hemodialisis dalam mata kuliah Keperawatan Medikal Bedah.

Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Bagi perkembangan ilmu keperawatan KIAN ini diharapkan mampu menjadi tambahan pengetahuan untuk perawat guna meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dalam mengatasi kecemasan pasien hemodialisis.

Ucapan Terima Kasih

Penulis berterimakasih kepada pasien CKD ON HD yang telah memiliki kesediaan dijadikan sebagai subjek studi kasus dan terimakasih kepada Kepala Ruangan sekaligus pembimbing klinik Ibu Musdah Delitah, kepada dosen pembimbing Bapak Bayu Syaputra, Ka.Prodi Profesi Ners Universitas Hang Tuah Pekanbaru Ibu siska, serta teman sejawat yang telah memberikan motivasi, arahan, dan keilmuannya kepada saya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiya, N., Hudiawati, D., & Purnama, A. P. (2020). Pengaruh efektifitas relaksasi benson terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisa di unit hemodialisa. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 2020*
- Bouya, S., Ahmadidarehsima, S., Badakhsh, M., Balouchi, A., & koochakzai, M. (2018). Effect of aromatherapy interventions on hemodialysis complications: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 32(June), 130–138. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.06.008>
- Chu, S. W. F., Ng, W. J., Yeam, C. T., Khan, R. Q., Low, L. L., Quah, J. H. M., Foo, W. Y. M., & Seng, J. J. B. (2022). Manipulative and body-based methods in chronic kidney disease patients: A systematic review of randomized controlled trials. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 48(April 2021), 101593. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101593>
- Gerogianni, G., Babatsikou, F., Polikandrioti, M., & Grapsa, E. (2019). Management of anxiety and depression in haemodialysis patients: the role of non-pharmacological methods. *International Urology and Nephrology*, 51(1), 113–118. <https://doi.org/10.1007/s11255-018-2022-7>
- ILHAM, H. K. M. (2018). Analisis tingkat kecemasan (anxiety) dalam menghadapi pertandingan atlet sepak bola Kabupaten Banyuasin pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol*, 17(2), 28-35.
- Reza, I. F. (2016). Implementasi Coping Religious dalam Mengatasi Gangguan Fisik-Psikis-Sosial-Spiritual pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Intizar*, 22(2),243. <https://doi.org/10.19109/intizar.v22i2.940>
- Rohmawati, R., & Santy, W. H. (2018). Pengaruh Kombinasi Relaksasi Benson Dengan Murrotal Al-Quran Terhadap Tingkat Cemas & Stress Pada Klien Hemodialisis Di RS Islam Jemursari.