

**SKRIPSI PENELITIAN**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL  
GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS  
DI UNIT HEMODIALISA RUMAH SAKIT  
UNIVERSITAS UDAYANA**



**OLEH:**

**PUTU HARUM HARTINI**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2024**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL  
GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS  
DI UNIT HEMODIALISA RUMAH SAKIT  
UNIVERSITAS UDAYANA**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Diajukan Oleh:**

**Putu Harum Hartini**

**NIM. C2122065**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2024**

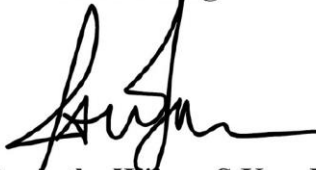
**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF**  
**TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL**  
**GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS**  
**DI UNIT HEMODIALISA RUMAH SAKIT**  
**UNIVERSITAS UDAYANA**

**Diajukan Oleh :**  
**Putu Harum Hartini**  
**NIM. C2122065**

**Badung, 8 Januari 2024**

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

**Pembimbing I**



**Ns. I Putu Artha Wijaya S.Kep.,M.Kep**  
**NIDN : 0821058603**

**Pembimbing II**



**A.A. Kompiang Ngurah Darmawan, SE.,MM**  
**NIDN : 0807108001**

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan  
Ketua



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kes**  
**NIDN : 0821058603**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF**  
**TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL**  
**GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS**  
**DI UNIT HEMODIALISA RUMAH SAKIT**  
**UNIVERSITAS UDAYANA**  
**Tanggal : 1 Februari 2024**

**Ketua Penguji**



Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 0801019002

**Sekretaris Penguji**



Ns. I Putu Artha Wijaya S.Kep., M.Kep  
NIDN : 0821058603

**Anggota Penguji**



A.A. Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM  
NIDN : 0807108001

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua  


Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kes  
NIDN : 0821058603

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putu Harum Hartini

NIM : C2122065

Program Studi : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap  
Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang  
Menjalani Hemodialisis Di Unit Hemodialisa Rumah  
Sakit Universitas Udayana

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 8 Januari 2024



**Putu Harum Hartini**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATANBINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Januari 2024

Putu Harum Hartini

**Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang menjalani Hemodialisis di Unit Hemodialisa Rumah Sakit Universitas Udayana**

xv + 70 halaman + 5 tabel + 4 gambar + 14 lampiran

**ABSTRAK**

Penyakit gagal ginjal kronik adalah suatu kondisi medis yang tak dapat pulih dan memerlukan penggantian ginjal seumur hidup. Hemodialisis seringkali menjadi opsi utama bagi pasien dengan tahap akhir penyakit ini. Selama proses ini, pasien sering merasa cemas, mulai dari tingkat yang ringan hingga parah. Perawat berupaya mengatasi kecemasan ini dengan menerapkan teknik relaksasi otot progresif. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak teknik ini terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Unit Hemodialisa Rumah Sakit Universitas Udayana. Metode penelitian menggunakan desain kuantitatif praeksperimental dengan pendekatan one-group pra-posttest design. Populasi penelitian mencakup 30 pasien, dengan sampel sebanyak 27 pasien yang dipilih melalui teknik accidental sampling. Intervensi terapi relaksasi otot progresif dilakukan sebanyak 3 kali selama 20-30 menit pada setiap sesi hemodialisis. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dan SOP pemberian relaksasi otot progresif. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan hasil signifikan ( $p=0,000$ ), menandakan bahwa pemberian teknik relaksasi otot progresif efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Universitas Udayana. Rekomendasi kepada rumah sakit mencakup pembuatan SOP untuk pemberian terapi non farmakologi, seperti terapi relaksasi otot progresif, guna mengatasi kecemasan pada pasien hemodialisis.

**Kata Kunci :** kecemasan, hemodialisa, gagal ginjal kronik, teknik relaksasi, otot progresif

**Sumber :** 43 Sumber (2015-2022)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION  
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

*Undergraduate Thesis, January 2024*

Putu Harum Hartini

***The Effect of Progressive Muscle Relaxation Techniques on Anxiety in Chronic Kidney Failure Patients Receiving Hemodialysis at the Hemodialysis Unit in Udayana University Hospital***

***xiv + 70 pages + 5 tables + 4 figures + 14 appendices***

**ABSTRACT**

*Chronic kidney disease (CKD) is an irreversible medical condition that necessitates lifelong kidney replacement therapy. Hemodialysis often serves as the primary option for patients with end-stage CKD. During hemodialysis procedures, patients frequently experience anxiety ranging from mild to severe panic. Nurses' efforts to address this anxiety involve the application of progressive muscle relaxation therapy. The aim of this study is to investigate the effect of progressive muscle relaxation technique on anxiety levels among chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis at the University of Udayana Hospital Hemodialysis Unit. This research utilized a pre-experimental quantitative design with a one-group pre-posttest approach. The study population consisted of 30 patients, with a sample of 27 patients selected through accidental sampling technique. The intervention of progressive muscle relaxation therapy was administered three times for 20-30 minutes during each hemodialysis session. Data were collected using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire and the SOP for administering progressive muscle relaxation. Data analysis conducted using the Wilcoxon Signed Rank Test showed significant results ( $p=0.000$ ), indicating that the application of progressive muscle relaxation technique is effective in reducing anxiety levels among chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis at the University of Udayana Hospital. Recommendations for the hospital include the development of SOPs for non-pharmacological therapies, such as progressive muscle relaxation therapy, to address anxiety in hemodialysis patients.*

**Keywords** : *anxiety, hemodialysis, chronic kidney failure, relaxation techniques, progressive muscles*

**Bibliography** : *43 Sources (2015-2022)*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa/ Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya yang telah memungkinkan peneliti menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul "Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di Unit Hemodialisa Rumah Sakit Universitas Udayana" tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun sebagai bagian dari persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan dalam Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan sejak awal hingga penyelesaian skripsi ini kepada :

1. Bapak Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk dapat menuntut pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
2. Prof. Dr. dr. Dewa Putu Gede Purwa Samatra, Sp. N(K) selaku Direktur Utama Rumah Sakit Universitas Udayana yang telah memberikan ijin untuk mengambil data untuk kelengkapan proposal dan ijin untuk melakukan penelitian.
3. Bapak Ns. I Putu Artha Wijaya S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali telah memberikan kesempatan kepada saya untuk dapat menuntut pendidikan di Program Studi Ilmu

Keperawatan dan menyelesaikan skripsi penelitian ini tepat waktu.

4. Bapak Ns. I Putu Artha Wijaya S.Kep.,M.Kep juga sebagai pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, masukan dan saran sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini tepat waktu.
5. Bapak A.A. KOMPIANG Ngurah Darmawan, SE.,MM sebagai pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan, masukan dan saran sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini tepat waktu.
6. Bapak dan ibu dosen staf pengajar di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali atas dukungannya selama ini kepada peneliti.
7. Keluarga Tercinta, Pasangan dan teman-teman, dan sahabat saya yang telah memberikan dukungan moril dan materiil dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini tepat waktu.
8. Serta seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu yang telah membantu terselesaikannya proposal penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih belum sempurna adanya. Oleh karena itu peneliti mengharapkan masukan, kritik, dan saran yang bersifat membangun. Peneliti berharap skripsi penelitian ini dapat digunakan dengan sebaik-baiknya sebagai dasar melakukan penelitian selanjutnya dan hasilnya dapat bermanfaat bagi masyarakat dan dunia keperawatan.

Badung, 8 Januari 2024

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Gagal Ginjal Kronik .....	10
1. Definisi Penyakit Gagal Ginjal Kronik .....	10
2. Penyebab Penyakit Gagal Ginjal Kronik .....	11
3. Patofisiologi Penyakit Gagal Ginjal Kronik .....	11
4. Tanda dan gejala Penyakit Gagal Ginjal Kronik .....	14
5. Penatalaksanaan Penyakit Gagal Ginjal Kronik .....	16
B. Hemodialisa .....	16
1. Pengertian Hemodialisa .....	16
2. Komplikasi Saat Hemodialisa .....	17
C. Kecemasan .....	18
1. Pengertian Kecemasan .....	17
2. Tingkat Kecemasan .....	18
3. Karakteristik Tingkat Kecemasan .....	19

4. Ukuran Skala Kecemasan .....	20
5. Gejala Kecemasan .....	22
D. Teknik Relaksasi Otot Progresif .....	22
1. Pengertian Relaksasi Otot Progresif .....	22
2. Manfaat Relaksasi Otot Progresif .....	23
3. Standar Operasional Relaksasi Otot Progresif .....	23
4. Indikasi Relaksasi Otot Progresif .....	26
5. Kontraindikasi Relaksasi Otot Progresif .....	26
6. Mekanisme Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan .....	26
E. Kerangka Teori .....	29
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL</b>	
A. Kerangka Konsep .....	31
B. Hipotesis .....	32
C. Definisi Operasional .....	33
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi Penelitian .....	37
2. Sample Penelitian .....	37
C. Tempat Penelitian .....	40
D. Waktu Penelitian .....	40
E. Etika Penelitian .....	40
F. Alat Pengumpulan Data .....	41
1. Instrumen Penelitian .....	41
2. Validitas dan Reliabelitas .....	43
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	43
1. Prosedur Administrasi .....	43
2. Prosedur Teknis .....	44
H. Pengolahan Data .....	46
I. Rencana Analisis Data .....	47
<b>BAB V HASIL PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	50

B. Analisis Univariat .....	52
C. Analisis Bivariat.....	54
<b>BAB VI PEMBAHASAN</b>	
A. Intepretasi Hasil Penelitian .....	56
B. Keterbatasan Penelitian.....	63
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian .....	64
<b>BAB VII PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	65
B. Saran.....	66
Daftar Pustaka .....	68

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Langkah-langkah relaksasi otot progresif .....	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel.....	34
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis sebelum pemberian teknik relaksasi otot progresif di Rumah Sakit Universitas Udayana .....	54
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis setelah pemberian teknik relaksasi otot progresif di Rumah Sakit Universitas Udayana .....	52
Tabel 5.3 Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Unit Hemodialisa Rumah Sakit Universitas Udayana.....	55

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	30
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	31

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Rencana Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	73
Lampiran 2 : Permohonan Kesiapan Menjadi Responden .....	74
Lampiran 3 : Persetujuan Setelah Penjelasan ( <i>Informed Consent</i> ) .....	75
Lampiran 4 : Lembar Kuesioner HARS ( <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> ).....	78
Lampiran 5 : Ceklist Pelaksanaan Relaksasi Otot Progresif .....	82
Lampiran 6 : Standar Operasional Teknik Relaksasi Otot Progresif ....	84
Lampiran 7 : Form Bimbingan Skripsi Penelitian .....	89
Lampiran 8 : Surat Permohonan Studi Pendahuluan .....	97
Lampiran 9 : Hasil Analisis Data .....	98
Lampiran 10 : Dokumentasi Pelaksanaan .....	100
Lampiran 11 : Surat Permohonan Uji Etik.....	101
Lampiran 12 : Surat <i>Etical Clearance</i> .....	102
Lampiran 13 : Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	103
Lampiran 14 : Surat Ijin Penelitian .....	104

## DAFTAR SINGKATAN

USRDS	: United States Renal Data System
HD	: Hemodialisa
GGK	: Gagal Ginjal Kronik
ZSAS	: Zung Self-rating Anixety Scale
HARS	: Hamilton Anxiety Rating Scale
LGF	: Laju Filtrasi Glomerulus
TGF	: Transforming Growth Factor
BUN	: Blood Urea Nitrogen
CRF	: Corticotropin-Releasing Factor
ROP	: Relaksasi Otot Progresif
GABA	: Gamma-Aminobutyric
DO	: Definisi Operasional
SOP	: Standar Operasional Prosedur
APBN	: Anggaran Pendapatan Belanja Negara
DPMPTSP	: Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
BPJS	: Badan Penyelenggara Jaminan Sosial
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
EBNP	: Evidence Based Nursing Practice

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Anggreni, D. (2022). *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- Arianta, F. akbar. (2017). TA : Rancang Bangun Aplikasi Pengelolaan Data Customer dan Monitoring Kinerja Marketing Berbasis Mobile (Studi Kasus: PT. Federal International Finance Cabang Nganjuk). *Institut Bisnis Dan Informatika Sikom Surabaya*, 9–36.
- Astuti, kusuma, & rekawati. (2017). Penurunan tekanan darah diastolik pada lanjut usia melalui intervensi relaksasi otot progresif dan terapi musik (resik). 12.
- Basri, M., Rahmatia, S., K, B., & Oktaviani Akbar, N. A. (2022). Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 455–464. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.811>
- Beno Jose, Y. M. (2022). Dampak Pandemi Covid-19 Pada Kegiatan Ekspor Impor (Studi Pada PT. Pelabuhan Indonesia II (Persero) Cabang Teluk Bayur). *Jurnal Saintek Maritim, Volume 22 Nomor 2, Maret 2022*, 33(1), 1–12.
- Cahyo Promono, Sat, S., & Yudha, M. (2019). Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisis di rsud wonosari. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(November), 22–32.
- Daengs, A., Istanti, E., & Kristiawati, I. (2022). Peran Timelimenes Dalam Meningkatkan Customer Satisfaction, Customer Loyalty Pt. Jne. *Jurnal Baruna Horizon*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.52310/jbhorizon.v5i1.71>
- Damanik, H. (2020). Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Hemodialisa Di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(1), 80–85. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i1.365>
- Danny, T. (2019). Ragam dan Prosedur Penelitian Tindakan. *Satya Wacana University Press*, 57–70.
- Dessy, H. (2021). *Hidup dengan Hemodialisa*.
- Dewanti, G. S., & Supratman. (2020). Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa. *Seminar Nasional Keperawatan*

*Universitas Muhammadiyah Surakarta (SEMNASKEP) 2020*, 93–98.  
<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/12261>

- Dwi, R. (2015). *Untuk Menurunkan Kecemasan Dwi Heppy Rochmawati*.
- Edyana, A. (2017). Kerangka Teori, Kerangka Konsep, Hipotesis, Dan Definisi Operasional. *Domain Afektif Depkes RI Carton Dan Utari & Sundeen, 2019*, 1–12. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/126446-TEISIS0494 Ase N08f-Faktor yang-Metodologi.pdf>
- Eka Cahyani, A. A., Prasetya, D., Abadi, M. F., & Prihatiningsih, D. (2022). Gambaran Diagnosis Pasien Pra-Hemodialisa Di Rsud Wangaya Tahun 2020-2021. *Jurnal Ilmiah Hospitality, 11*(1), 32–40.
- Emmett Grames. (2020). *Analisis Struktur Kovarian pada Indeks Terkait Kesehatan pada Lansia yang Tinggal di Rumah dengan Fokus pada Persepsi Kesehatan Subyektif*. Judul. 14. <https://all3dp.com/2/fused-deposition-modeling-fdm-3d-printing-simply-explained/>
- Fatmawati, S. (2021). Lembar Lampiran. In *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Tindakan Hemodialisa Di RSUD Bangil*.
- Haryani, W., & Setiyobroto, I. S. I. (2022). *Modul Etika Penelitian*. [http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/9247/1/MODUL ETIKA PENELITIAN ISBN.pdf](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/9247/1/MODUL_ETIKA_PENELITIAN_ISBN.pdf)
- Haryanti, I. A. P., & Nisa, K. (2015). Terapi Konservatif dan Terapi Pengganti Ginjal sebagai Penatalaksanaan pada Gagal Ginjal Kronik. *Majority, 4*, 49–54.
- Hijratun Nikmah, N. A., & Hijratun Nikmah, N. A. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Rumah Sakit Dr. Bratanata Kota Jambi. *Journal of Borneo Holistic Health, 5*(1), 79–88.  
<https://doi.org/10.35334/borticalth.v5i1.2683>
- Indonesian, P., Registry, R., Renal, I., Indonesia, P. N., Kesehatan, D., Kesehatan, D., Nasional, J. K., Indonesian, K., Registry, R., Irr, A. M., Registry, I. R., Ginjal, T., Memacu, P., Irr, P., Course, H., & Irr, L. (2017). *9 th Report Of Indonesian Renal Registry 2016*. 1–46.
- Koliada, N. (2018). Topik disertasi tentang sejarah pedagogi dikoordinasikan dalam Dewan Antardepartemen untuk Koordinasi Penelitian dalam Pendidikan, Pedagogi dan Psikologi (2016, 2017, 2018). *Tinjauan Sejarah Pendidikan, 0*(2), 2020. <https://doi.org/10.31499/2307-4833.2.2018.153303>
- Kusuma, I. G. N. A. W., Surya, S. C., Aryadi, I. P. H., Sanjiwani, M. I. D., &

- Sudira, P. G. (2022). Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Gangguan Cemas pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 7(2), 562–570.  
<https://doi.org/10.14710/jekk.v7i2.13804>
- Lenggogeni, D. P., Malini, H., & Krisdianto, B. F. (2020). Manajemen Komplikasi dan Keluhan pada Pasien yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Warta Pengabdian Andalas*, 27(4), 245–253.  
<https://doi.org/10.25077/jwa.27.4.245-253.2020>
- Lindquist, R., Tracy, M. F., & Snyder, M. (2018). *Complementary & alternative therapies in nursing*. New York: Springer Publishing Company.
- Marta Kasisu. (2015). *Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Pada Ruangan Hemodialisa Di Rsud Dr Achmad Muchtar Bukittinggi Tahun 2015*. 2015, 1–239.
- Murtadho, M. A., Kusnanto, K., Herawati, L., & Arifin, H. (2019). *The comparison of progressive muscle relaxation frequency on anxiety, blood pressure, and pulse of haemodialysis patients*. *Jurnal Ners*, 14(1), 69–74.  
<https://ejournal.unair.ac.id/JNERS/article/view/15700>
- Muzabia, C. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di RSUD Dr. H. Ibnu Sutowo Baturaja. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Nabila, A., Puspitasari, C. E., & Erwinayanti, G. A. . S. (2020). Analisis Efektivitas Single Use dan Reuse Dialyzer pada Pasien Gagal Ginjal Kronik di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(1), 242–247.
- Ningtias, S. K., & Rahmawati, V. Y. (2021). *Pengembangan Sop Teknik Relaksasi Otot Progresif*.
- Normah, Rifai, B., Vambudi, S., & Maulana, R. (2022). Analisa Sentimen Perkembangan Vtuber Dengan Metode Support Vector Machine Berbasis SMOTE. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 8(2), 174–180.  
<https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Nur, N., (2023). *Pengaruh pemberian terapi relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pada lansia dengan penyakit kronik*.
- Nurchayati, S. (2016). Hubungan kecemasan dengan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisisfile:///C:/Users/LENOVO IDEAPAD/Downloads/BAB I.pdf. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(0761), 1–6.
- Nurhuda, S. (2019). Aplikasi Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Tingkat

Kecemasan Pasien Pre Operasi Orif Universitas Muhammadiyah Magelang.  
*Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*.

Nursalam. (2016). *Kriteria Inklusi dan eksklusi penelitian*.

P, I. H., Sitindaon, S. R., & Butar-butur, E. S. (2022). Overview of Anxiety Levels of Hemodialysis Patients at Santa Elisabeth Hospital Medan 2022. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 5(1), 9–14.  
<https://doi.org/10.35451/jkf.v5i1.1142>

Pavkov, M. E., Harding, J. L., & Burrows, N. R. (2018). National Kidney Month — March 2018 Trends in Hospitalizations for Acute Kidney Injury — United States , 2000-2014. *Centre for Disease Control Prevention Morbidity and Mortality Weekly Report*, 67(10).

Pradono, J., Hapsari, D., Supardi, S., & Budiarto, W. (2018). Buku panduan manajemen penelitian kuantitatif. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (Vol. 53, Issue 9).  
[www.journal.uta45jakarta.ac.id](http://www.journal.uta45jakarta.ac.id)

Purwanto, N. (2019). Variabel Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>

Saputra, B. A., & Widodo, G. G. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Pernapasan Diafragma dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Primer. *Nursing Current*, 8(1), 34–46.

Saragih, N. P. (2022). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Lamanya Hemodialisis Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik (Ggk) Yang Menjalani Hd. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4, 891–898.  
<https://doi.org/10.37287/jppp.v4i3.1040>

Silaen, H. (2018). Pengaruh Pemberian Konseling Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di Rumah Sakit Kota Medan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 4(1), 52–57.  
<https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v4i1.284>

Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia