

Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien PGK Yang Menjalani Hemodialisa Di Klinik Kimia Farma Hemodialisa Bandung

Auliya Ulul Azmi

Koresponding Author: auliyaulul43@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Penyakit Ginjal Kronik (PGK) didefinisikan sebagai penurunan fungsi ginjal yang ditandai dengan laju filtrasi glomerulus (LFG) $< 60 \text{ ml/min/1,73 m}^2$ yang terjadi lebih dari 3 bulan. Dari kasus PGK stadium akhir di Indonesia mayoritas (80%) menjalani terapi hemodialysis. Salah satu permasalahan psikologis yaitu cemas. Kecemasan adalah suatu sinyal yang menyadarkan, memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman. Salah satu terapi nonfarmakologi untuk mengurangi kecemasan, yaitu dengan teknik relaksasi. Teknik relaksasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah relaksasi dzikir. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh relaksasi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien PGK yang menjalani hemodialisa. **Metode penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasy experiment* menggunakan rancangan *Two Group Pretest and Posttest Design*. Populasinya pasien yang melakukan HD di Klinik Kimia Farma. Dengan sampel 60 orang. Teknik sampling menggunakan *Convenience sampling*. **Hasil:** Tingkat kecemasan pre test senilai 31.97, post test 17.07 pada kelompok intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui nilai pre test sebesar 28.77, nilai post test 28.47 pada kelompok kontrol dengan nilai $p=0,000 (<0,05)$ yang berarti menunjukkan ada perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol didapatkan nilai $p=0,000 (<0.05)$ yang berarti intervensi relaksasi dzikir berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan. **Kesimpulan:** Terapi relaksasi dzikir berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan, hal ini dibuktikan dengan nilai *p value* sebesar 0.000 $<0,05$.

Kata Kunci: Kecemasan, Relaksasi Dzikir, Hemodialisis.