

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN *CHRONIC
KIDNEY DISEASES* DI RUANG HEMODIALISA
RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**ANANTASYA OKTA VARTISYA
NIM : 11025122123**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN *CHRONIC*
KIDNEY DISEASES DI RUANG HEMODIALISA
RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya
Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**ANANTASYA OKTA VARTISYA
NIM : 11025122123**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2025

Anantasya Okta Vartisya

**Implementasi Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kecemasan Pada
Pasien *Chronic Kidney Diseases* Di Ruang Hemodialisa RSUD Dr. Soekardjo
Kota Tasikmalaya**

xiii + 84 halaman + 10 tabel + 17 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang *Chronic Kidney Diseases* merupakan gangguan fungsi ginjal progresif yang memerlukan terapi pengganti seperti hemodialisis seumur hidup. Prosedur ini tidak hanya berdampak pada fisik tetapi juga psikologis, salah satunya memicu kecemasan yang berkelanjutan akibat rasa nyeri, perubahan peran sosial dan ketergantungan terhadap mesin. **Tujuan** Untuk Mengetahui gambaran implementasi teknik relaksasi benson untuk menurunkan kecemasan pada pasien *chronic kidney diseases* di ruang Hemodialisa RSUD Dr Soekardjo Kota Tasikmalaya. **Metode Penelitian** menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek penelitian sebanyak 3 responden dengan lama penelitian 4 kali pertemuan. Instrumen yang digunakan adalah terapi relaksasi benson dan instrument HARS dan teknik pengambilan data menggunakan lembar observasi. **Hasil** setelah dilakukan terapi relaksasi benson selama 4 kali pertemuan terhadap 3 responden terdapat penurunan kecemasan pada pasien *chronic kidney diseases* yang sedang menjalani terapi hemodialisa yang semula paling banyak mengalami kecemasan berat menjadi tidak ada kecemasan. **Kesimpulan** terapi relaksasi benson terbukti efektif terhadap penurunan kecemasan pada pasien *chronic kidney diseases* yang sedang menjalani terapi hemodialisa. **Saran** terapi relaksasi benson disarankan untuk diterapkan secara rutin dalam praktik keperawatan di ruang hemodialisa sebagai alternatif intervensi untuk mengurangi kecemasan.

Kata kunci: *Chronic Kidney Diseases*, Kecemasan, Terapi Relaksasi Benson
Daftar Pustaka: 31 buah (2017-2025)

**STUDY PROGRAM D III NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Work Write Scientific, July 2025

Anantasya Okta Vartisya

Implementation of Benson Relaxation Therapy to Reduce Anxiety in Chronic Kidney Diseases Patients in the Hemodialysis Unit of RSUD Dr. Soekardjo, Tasikmalaya City

xiii + 84 Pages + 10 tables + 17 appendices

ABSTRACT

Background Chronic Kidney Diseases is a progressive renal function disorder that requires lifelong replacement therapy such as hemodialysis. This procedure impacts not only physical but also psychological aspects, including ongoing anxiety due to pain, changes in social roles, and dependence on the dialysis machine. Objective to describe the implementation of Benson relaxation technique to reduce anxiety in patients with chronic kidney disease in the hemodialysis unit at RSUD Dr. Soekardjo, Tasikmalaya City. **Method** this research used a descriptive design with a case study approach. The subjects consisted of 3 respondents, with therapy conducted over four sessions. The instruments used were Benson relaxation therapy and the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), with data collected through observation sheets. **Results** after four sessions of benson relaxation therapy, all three respondents showed a decrease in anxiety levels. Initially, most patients experienced severe anxiety, which improved to no anxiety after the intervention. **Conclusion** benson relaxation therapy has proven effective in reducing anxiety among chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis. **Suggestion** it is recommended that Benson relaxation therapy be routinely implemented in nursing practice within the hemodialysis unit as an alternative intervention to help reduce anxiety.

Keywords: Chronic Kidney Disease, Anxiety, Benson Relaxation Therapy

Bibliography: 31 pieces (2017-2025)