

## ABSTRAK

### PENGARUH PERBANDINGAN FREKUENSI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* TERHADAP KECEMASAN, TEKANAN DARAH, DAN DENYUT NADI PADA PASIEN HEMODIALISIS

Oleh: Maulana Arif Murtadho

**Pendahuluan:** Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal namun tidak dapat menggantikan fungsi ginjal sepenuhnya sehingga masih menimbulkan komplikasi seperti peningkatan tekanan darah dan denyut nadi yang tidak bisa dikontrol yang berujung kecemasan bagi pasien. Tujuan penelitian ini untuk menjelaskan pengaruh *progressive muscle relaxation* terhadap kecemasan, tekanan darah dan denyut nadi pada pasien hemodialisis. **Metode:** Desain penelitian adalah *True eksperiment pre-post test control group design*. Sampel penelitian 105 pasien hemodialisis yang memenuhi kriteria inklusi dibagi menjadi kelompok intervensi 1 35 orang, kelompok intervensi 2 35 orang dan kelompok kontrol 35 orang. Teknik diperoleh melalui *purposive sampling*. Variabel independen adalah *Progressive muscle relaxation* variabel dependen adalah kecemasan, tekanan darah, dan denyut nadi. Data diperoleh menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan uji *Kruskal Wallis Test* dan *Mann-Whitney U Test* dengan tingkat signifikansi  $\alpha < 0,05$ . **Hasil dan Analisis:** Hasil analisis kelompok PMR 2x / minggu selama satu bulan menunjukkan adanya pengaruh terhadap kecemasan ( $p = 0,000$ ), tekanan darah ( $p = 0,000$ ) dan denyut nadi ( $p = 0,000$ ). Hasil Uji Statistik *Mann-Whitney U test* kecemasan menunjukkan nilai  $p = 0,004$  ( $\alpha < 0,05$ ) artinya ada pengaruh PMR terhadap kecemasan antara ketiga kelompok sementara tekanan darah menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ) artinya ada pengaruh PMR terhadap tekanan darah antara ketiga kelompok, dan denyut nadi menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ) artinya ada pengaruh PMR terhadap denyut nadi antara ketiga kelompok. **Kesimpulan:** Pada pasien hemodialisis yang dilakukan Intervensi *progressive muscle relaxation* dengan frekuensi 2x / minggu selama satu bulan didapatkan penurunan kecemasan, tekanan darah, dan denyut nadi yang lebih baik dibandingkan Intervensi *progressive muscle relaxation* dengan frekuensi 1x / minggu selama satu bulan.

**Keyword:** Hemodialisis, kecemasan, tekanan darah, denyut nadi, *progressive muscle relaxation*.

## ***ABSTRACT***

### ***THE EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION FREQUENCY ON ANXIETY, BLOOD PRESSURE, AND NADI TEST IN HEMODIALYSIS PATIENTS***

**By: Maulana Arif Murtadho**

**Introduction:** Hemodialysis is one of the kidney replacement therapies, but it cannot completely replace kidney function so that it still causes complications such as an increase in blood pressure and an uncontrolled pulse that can cause anxiety for the patient. The purpose of this study is to explain the effect of progressive muscle relaxation on anxiety, blood pressure and pulse in hemodialysis patients. **Method:** The study design was a True Pre-post Test Control Group Design Experiment. The study sample of 105 hemodialysis patients who met the inclusion criteria were divided into 1 intervention group 35 people, intervention group 2 35 people and control group 35 people. The technique was obtained through purposive sampling. The independent variable is Progressive muscle relaxation The dependent variable is anxiety, blood pressure, and pulse. Data were obtained using a questionnaire and analyzed using the Kruskal Wallis Test and Mann-Whitney U Test with a significance level of  $\alpha < 0.05$ . **Results and Analysis:** The results of the intervention group 1 analysis showed the influence of PMR on anxiety ( $p = 0,000$ ), blood pressure ( $p = 0,000$ ) and pulse ( $p = 0,000$ ). Mann-Whitney U Statistical Test Results anxiety test shows the value of  $p = 0.004$  ( $\alpha < 0.05$ ) means that there is an influence of PMR on anxiety between the three groups while blood pressure shows the value of  $p = 0,000$  ( $\alpha < 0.05$ ) means there is an influence of PMR on blood pressure between the three groups, and the pulse showed a value of  $p = 0,000$  ( $\alpha < 0.05$ ) meaning that there was an effect of PMR on the pulse between the three groups. **Conclusion:** In hemodialysis patients progressive muscle relaxation interventions revealed decreased anxiety, decreased blood pressure, and decreased pulse rate..

**Keyword:** Hemodialysis, anxiety, blood pressure, pulse, progressive muscle relaxation.