

Terapi Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis RS lavalette

Devina Nanda Ghozali¹, dan Tri Nataliswati², Sri Mugianti³, Joko Wiyono⁴

^{1, 2, 3, 4} Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Malang

email : devina.ghozali@gmail.com

Abstrak

Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan kondisi penurunan fungsi ginjal secara progresif dan permanen yang membutuhkan terapi hemodialisis seumur hidup. Prosedur ini sering menimbulkan dampak psikologis berupa kecemasan, terutama pada pasien yang baru menjalani terapi. Pengabdian kepada masyarakat di sini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation terhadap tingkat kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisis di RS Lavalette Malang. Dalam implementasinya, kajian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sebanyak 41 pasien dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSRAS) dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa sebelum terapi, sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang (63,41%), sedangkan setelah terapi seluruh responden berada pada kategori tidak cemas (100%). Uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,001$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, terapi Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation efektif menurunkan kecemasan pasien GGK. Pendekatan ini dapat diterapkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang sederhana, murah, dan mudah dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien hemodialisis.

Kata kunci: Gagal ginjal kronik, Hemodialisis, Kecemasan, Relaksasi autogenik, Afirmasi positif

Abstract

Chronic kidney disease (CKD) is a progressive and irreversible decline in kidney function that requires lifelong hemodialysis. This procedure often causes psychological effects such as anxiety, especially among newly treated patients. This study aimed to determine the effect of Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation therapy on anxiety levels of CKD patients undergoing hemodialysis at Lavalette Hospital Malang. The research used a pre-experimental design with a one group pretest-posttest approach. A total of 41 patients were selected using purposive sampling. Data were collected using the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSRAS) and analyzed with the Wilcoxon Signed Rank Test at a significance level of $p < 0.05$. The results showed that before therapy, most respondents experienced moderate anxiety (63.41%), while after therapy all respondents reported no anxiety (100%). Statistical tests revealed a significant difference ($p < 0.001$), indicating that Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation therapy effectively reduced anxiety levels. Therefore, this therapy can be considered an effective non-pharmacological intervention that is simple, inexpensive, and feasible to enhance psychological well-being among hemodialysis patients

Keywords: chronic kidney disease, hemodialysis, anxiety, autogenic relaxation, positive affirmation

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan penurunan fungsi ginjal secara bertahap yang bersifat irreversible. Salah satu terapi utama pada GGK adalah hemodialisis yang dilakukan seumur hidup. Prosedur ini dapat menyebabkan berbagai dampak psikologis seperti kecemasan,

terutama bagi pasien yang baru menjalani terapi. Data menunjukkan bahwa sebagian besar pasien GKG mengalami kecemasan dengan derajat ringan hingga sedang.

Hal ini dibuktikan oleh angka kematian, prevalensi pasien dengan gagal ginjal kronik juga terus bertambah dari tahun ke tahun. Menurut WHO, pada tahun 2017 angka kejadian pasien gagal ginjal kronik sebanyak 697,5 juta, dengan GKG yang mencapai stadium 5 sebanyak 5 juta, dan sebanyak 1,5 juta harus menjalani terapi hemodialisis. Di Indonesia tahun 2018, angka kejadian GKG sebanyak 713,783 jiwa, dengan GKG sampai stadium 5 sebanyak 132.142 jiwa, dan pasien GKG yang perlu menjalani terapi hemodialisis sebanyak 66.433 jiwa (Wahyuni et al., 2023).

Setiap masalah dalam hemodialisis dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kualitas hidup menurun meliputi kesehatan fisik, fisiologis, psikologis, status psikososial. Dampak psikologis dari tindakan hemodialisis yang ditimbulkan salah satunya adalah kecemasan. Gangguan kecemasan didefinisikan sebagai gangguan yang terjadi pada pikiran dan perasaan pasien, sehingga merasakan seperti “terjebak” dalam kecemasan yang berlebih namun tidak didasarkan oleh suatu alasan yang nyata dan akan berdampak kesejahteraan hidup pasien tersebut (Gede et al., 2023).

Kecemasan yang terjadi memengaruhi kualitas hidup pasien dan kepatuhan terhadap pengobatan. Berbagai upaya dilakukan untuk mengurangi kecemasan pasien, salah satunya dengan terapi nonfarmakologis. Terapi *Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation* merupakan kombinasi dari teknik relaksasi autogenik, gerakan ROM (Range of Motion), dan afirmasi positif yang terbukti mampu menurunkan kecemasan. Pengabdian masyarakat di sini ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh terapi *Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation* terhadap tingkat kecemasan pasien GKG yang menjalani hemodialisis di RS Lavalette.

METODE

Kajian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel sebanyak 41 pasien dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Lokasi pengabdian kepada masyarakat adalah di unit hemodialisis RS Lavalette pada bulan 14 April – 10 Mei 2025. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSRAS). Intervensi dilakukan dalam 4 sesi selama 2 minggu. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Demografi Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat, dari total 41 responden didapat bahwa karakteristik responden yang ditinjau berdasarkan usia mayoritas adalah berusia 40-49 tahun (kategori dewasa madya awal) dengan jumlah 14 orang (34.14%). Sementara untuk karakteristik responden berdasarkan lamanya menjalani hemodialisis paling banyak direntang 1-2 tahun sebanyak 32 orang (78.05%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 24 orang (58.50%), jenis kelamin laki-laki lebih banyak dari pada perempuan. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan paling banyak pasien tidak bekerja yaitu sebanyak 14 orang (34.10%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan yaitu paling banyak hanya tamat SD sebanyak 14 orang (34.10%). Karakteristik responden berdasarkan status perkawinan Paling banyak sudah menikah yaitu sebanyak 34 orang (82.90%).

Data Khusus Responden

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat, tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik di Rumah Sakit Lavalette sebelum dilakukan terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* sebagian besar mengalami tingkat kecemasan pada kategori “sedang” sebanyak 26 orang (63.41%) responden. Sementara itu, untuk tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik di Rumah Sakit Lavalette sesudah dilakukan terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* sebagian besar mengalami tingkat kecemasan pada kategori “normal/ tidak cemas” dengan jumlah 41 orang (100%). Hal ini Menandakan bahwa semua responden mengalami penurunan kecemasan hingga ketingkat normal.

Setelah dilakukan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, hasil menunjukkan bahwa rata-rata skor kecemasan pasien sebelum diberikan terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* adalah 59,73 dengan rentang 55-65, yang berada pada kategori sedang hingga ringan. Setelah

diberikan intervensi terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation*, terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan menjadi 37,61 dengan rentang 24-43, yang menunjukkan perubahan ke kategori kecemasan ringan hingga normal. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p = <0,001$ ($p <0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, H_1 diterima dan H_0 ditolak, yang mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari pemberian terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* terhadap penurunan tingkat kecemasan hemodialysis pada pasien gagal ginjal kronik.

PEMBAHASAN

Terapi *Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation* terbukti efektif menurunkan kecemasan pada pasien GJK yang menjalani hemodialisis. Relaksasi autogenik membantu menenangkan sistem saraf, latihan ROM meningkatkan sirkulasi darah dan meredakan ketegangan otot, serta afirmasi positif memberikan penguatan psikologis. Hasil ini sejalan dengan kajian serupa sebelumnya oleh Arsa (2018) dan Maruti & Wandrati (2019), yang menunjukkan bahwa kombinasi teknik relaksasi dan afirmasi mampu menurunkan tekanan psikologis dan meningkatkan rasa percaya diri pasien. Terapi *Relaxation Autogenic, Movement, and Affirmation* menjadi pendekatan nonfarmakologis yang efektif dan mudah dilakukan dalam praktik keperawatan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian ini yang berjudul “Pengaruh Terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis RS Lavalette” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Intensitas kecemasan sebelum intervensi: Tingkat kecemasan sebelum intervensi terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* pada sebagian besar pasien berada dalam kategori kecemasan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis memiliki kecenderungan mengalami tekanan psikologis yang tinggi, akibat beban penyakit kronik yang memerlukan pengobatan jangka panjang, serta perubahan gaya hidup secara drastis. Intensitas kecemasan sesudah intervensi: Setelah diberikan terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation*, terjadi penurunan tingkat kecemasan yang signifikan. Skor rata-rata kecemasan pasien mengalami penurunan dari nilai yang mencerminkan kecemasan sedang menjadi kategori tidak cemas, penurunan ini menunjukkan bahwa terapi kombinasi yang sangat baik. Pengaruh kombinasi terapi: Berdasarkan hasil analisis statistik diperoleh nilai signifikansi $p < 0,001$, yang mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh yang sangat bermakna antara penerapan terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* dengan penurunan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Artinya, terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* dapat diimplementasikan sebagai alternatif intervensi keperawatan non-farmakologis yang dapat menjadi salah satu alternatif dalam menangani gangguan psikologis, khususnya kecemasan yang dialami pasien dengan kondisi kronis.

SARAN

Untuk Responden/ Pasien Hemodialisis

Hasil kajian ini dapat diimplementasikan sebagai acuan untuk diterapkan kepada pasien gagal ginjal kronik yang baru saja menjalani terapi hemodialisis untuk mengurangi rasa cemas yang berat karena banyak faktor yang mungkin terjadi, sehingga diharapkan pasien yang bersangkutan akan mampu lebih beradaptasi serta mendapatkan dukungan baik dari keluarga atau lingkungan sekitar agar dapat mengurangi tingkat kecemasan.

Untuk Tenaga Kesehatan Khususnya Perawat Hemodialisis

kajian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi perawat untuk lebih meningkatkan pelayanan serta hubungan kepercayaan antara tenaga kesehatan dan pasien sehingga dapat menurunkan kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis. Perawat hemodialisis juga perlu memberikan perhatian khusus kepada pasien yang baru menjalani hemodialisis agar tidak terjadi dampak dari kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alesandra, V., & Cusmarih. (2024). Hubungan Lama Waktu Hemodialisa Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di RSUD Kabupaten Bekasi.
- Ali, M., Kassim, K., Pantazi, A. C., Nori, W., Tuta, L. A., Balasa, A. L., Mihai, C. M., Mihai, L., Frecus, C. E., Lupu, V. V., Lupu, A., Andrusca, A., Iorga, A. M., Litrin, R. M., Ion, I., Ciciu, E., Chirila, S. I., & Chisnoiu, T. (2023). Non-Pharmacological Interventions for Pain Management in Hemodialysis : A Narrative Review.
- Alvionita, S., Wongkar, D., & Pasiak, T. F. (2022). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan. *EBiomedik*, 10(1), 42–49.
- Aninda, P., Savitri, C., Luh, N., & Desira, I. (2023). Intervensi Kecemasan Pada Mahasiswa. 4(1), 42–54.
- Ariviana, E. (2021). Jurnal Ilmu Keperawatan jiwa. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Arsa, putu sitya alinda. (2018). Pengaruh Terapi Rima (Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation) Terhadap Penurunan Nilai Kecemasan Dan Kadar Kortisol Darah Pasien End Stage Renal Disease. *Repository Unair*, 1–106. www.lib.unair.ac.id/index.php?lang=id
- Article, O., Bano, Z., Ejaz, M., & Ahmad, I. (2021). Assessment of prevalence of Anxiety in adult population and development of anxiety scale : A study of 819 patients with anxiety disorder. April.
- Atmojo, P. B. (2023). Pengaruh Terapi Relaksasi Autogenic terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Rawat Inap RS Medistra Tahun 2022. *Jurnal Interprofesi Kesehatan Indonesia*, 2(3), 347–353. <https://doi.org/10.53801/jipki.v2i3.75>
- Bmc, S., Dunstan, D. A., & Scott, N. (2020). Norma untuk Skala Kecemasan Penilaian Diri Zung.
- Brandrick, C., Hooper, N., Roche, B., Kanter, J., & Tyndall, I. (2021). A Comparison of Ultra-Brief Cognitive Defusion and Positive Self-Affirmation Interventions on the Reduction of Public Speaking Anxiety. 1–28.
- Dede, E. V. B., Mola, S. A. S., Studi, P., Komputer, I., Cendana, U. N., Chaining, F., Anxiety, H., & Scale, R. (2022). Implementasi Hamilton Anxiety Rating Scale Untuk Mendiagnosis Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi. 10(1), 55–64. <https://doi.org/10.35508/jicon.v10i1.6353>
- Effendi, I. (2020). Studi Literatur : Asuhan Keperawatan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas.
- Eka Pratiwi Syahrim, W., Ulfah Azhar, M., & Risnah, R. (2020). Efektifitas Latihan ROM Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke: Study Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 186–191. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.805>.
- Elyas, Zidni, Y. (2025). Tingkat Kecemasan Dengan Insomnia Pada Individu Yang Tidak Memiliki Pekerjaan Di Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. 7(1), 8–18.
- Febriani, H. (2021). Hubungan lama menjalani hemodialisis dengan self care. *JurnalSains*, 3(2), 6. https://www.academia.edu/download/104391043/3982_8159_1_PB_1_.pdf
- Fitriani, D., Pratiwi, R. D., Saputra, R., & Haningrum, K. S. (2020). Hubungan Lama Menjalani Terapi Hemodialisis Dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik Di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Dr Sitanala Tangerang. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 70. <https://doi.org/10.52031/edj.v4i1.44>.
- Gede, I., Dharmika Utarayana, S., Dwi Permana, K., Rizki, I., Bagiansah, M., Kedokterani, F., Islam, U., & Mataram, A.-A. (2023). Hubungan lama menjalani hemodialisis dengan tingkat kecemasan pada penyakit ginjal kronis di RSUD Provinsi NTB tahun 2023. *Jikm*, 05(01), 143–150. <https://jurnal.medikasuherman.ac.id/imds/ind>
- Gliselda, V. K. (2021). Diagnosis dan Manajemen Penyakit Ginjal Kronis (PGK). *Jurnal Medika Utama*, 2(04 Juli), 1135–1141.
- Hang, S., Tanjungpinang, T., Baru, J., & Tanjungpinang, K. M. (2021). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pemberantasan Asupan Cairan Pasien Hemodialisa. 4(1), 71–80.
- Imelda, & Damanik. (2020). Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik. 6(1), 80–85.
- Inayati, A., Hasanah, U., & Maryuni, S. (2020). Family Support With Quality Of Life Chronic

- Kidney Failure Patients Understanding. 5, 588–595.
- Irkhamnia, W. S. (2020). Faktor Risiko Gagal Ginjal Kronik Pada Unit Hemodialisis Rumah Sakit Swasta di Yogyakarta. 4(Supl 1), 60–65.
- Kaju, M. N., Mariyanti, S., Psikologi, F., & Esa, U. (2020). Perbedaan Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Ditinjau Dari Jenis Kelamin. 1(2017), 153–161.
- Kholifah, S., & Arsa, P. S. A. (2022). Autogenic Relaxation, Movement, and Affirmation (RIMA) Therapy: Efforts to Strengthen Self-Efficacy to Prevent Drug Withdrawal in Aggregate Patients with Pulmonary TB. *Babali Nursing Research*, 3(3), 212–220. <https://doi.org/10.37363/bnr.2022.33137>
- Koezier, B. B. (2021). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, proses, dan praktik.
- Kurniati Maya Sari, M. A. (2022). Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Klien Gagal Kronik yang Menjalani Hemodialisa. 1(2), 100–104.
- Kurniawan, Y. S., Priyanga, K. T. A., Krisbiantoro, P. A., & Imawan, A. C. (2021). Open access Open access. *Journal of Multidisciplinary Applied Natural Science*, 1(1), 1–12.
- Laoli, D., Hulu, V. P. P., Buulolo, Y., & Silalahi, K. L. (2021). Pengaruh Latihan Fisik Selama Hemodialisis Terhadap Kekuatan Otot Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Rumah Sakit Royal Prima Medan. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 77–84.
- Lestari, K. P., & Yuswiyanti, A. (2020). Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3(1), 27–32.
- Manusia, G., Cara, D. A. N., & Kesehatannya, M. (2020). Aplikasi Augmented Relaity Tentang Fungsi Organ. 4(September), 159–166.
- Marisi Dame, A., Rayasari, F., Irawati, D., & Novianti Kurniasih, D. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis. *Keperawatan*, 14(S3), 831–844. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>.
- Maruti, E. D., & Wandrati, M. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Afiriasi Terhadap Efikasi Diri Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di SMC RS Telogorejo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 8(2), 1–8.
- Mashitah, M. W., & Lenggono, K. A. (2020). Quran recitation therapy reduces the depression levels of hemodialysis patients. 8(6), 2222–2227.
- Masyeni, B. (2022). Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. In Interna Publishing (Vol. 1).
- Maulani, Saswati, N., & Dewi Oktavia Arumsari. (2020). Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Jambi. 19.
- Mehta, S. P., Crochet, Z., O'Dell, N., & Stevenson, A. (2018). Hospital anxiety and depression scale. *Critical Reviews in Physical and Rehabilitation Medicine*, 30(2), 101–103.
- Mustika Mirani, M., Jumaini, & Marni, E. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki. *Jurnal Medika Utama*, 2(2), 647–659. <http://jurnalmedikahutama.com>.
- Nurlela, T. (2022). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Lamanya Hemodialisis Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) Yang Menjalani HD. 4, 891–898.
- Nursalam. (2020). Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta.
- P Putri, A. A. (2023). Kepatuhan, Eksplorasi Hemodialisa, Menjalani Gagal, Pasien Kronik, Ginjal.
- Pinto, S., Soares, J., Silva, A., Curral, R., Coelho, R., & Gilbert, K. (2020). COVID-19 Suicide Survivors — A Hidden Grieving Population. 11(December), 1–11.
- Purnawinadi, G. (2021). Peran Hemodialisis Terhadap Kadar Kreatinin Darah Pasien Gagal Ginjal Kronik I Gede Purnawinadi. 3(1), 28–34.
- Rachman, A. (2024). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d (Issue January).
- Rasheed, Z. A., Al-hashemi, B. A., & Ali, A. A. (2023). Effects of Oral Sodium Bicarbonate Supplementation on Protein Metabolism and Inflammation in Iraqi Hemodialysis Patients : An Open-Label Randomized Controlled Trial. 2023. <https://doi.org/10.1155/2023/6657188>.
- Sahir, S. H. (2022). Buku ini di tulis oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta di Lindungi oleh Undang-Undang Telah di Deposit ke Repository UMA pada tanggal 27 Januari 2022.

- Sanli, P. D., & Herlina, S. (2022). Hubungan Caring Perawat Dengan Tingkat Kecemasan Pada. 6(2), 1–10.
- Saragih, I. S. (2022). Tingkat kecemasan dan analisis faktor- faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien covid-19 1. 10(2), 363–374.
- Sintya, P., & Arsa, A. (2018). Arsa, 2018. Pengaruh Terapi Rima (Relaxation Autogenic, Movement And Affirmation) Terhadap Penurunan Nilai Kecemasan Dan Kadar Kortisol Darah Pasien End Stage Renal Disease.
- Sinuraya, E., & Lismayanur, L. (2019). Jurnal Online Keperawatan Indonesia. 2(1).
- Soares, S. C. (2022). Multidimensional assessment of anxiety through the State-Trait Inventory for Cognitive and Somatic Anxiety (STICSA): From dimensionality to response prediction across emotional contexts. 1–26..
- Suandika, M., Hidayat, W. A., & Siwi, A. S. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Acceptance Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. 7(2), 112–119.
- Supriyati, I. A. Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan : Literatur. 8(3), 2476–2482.
- Utami, I. A. A., Santhi, D. G. D. D., & Lestari, A. A. W. (2020). Prevalensi dan komplikasi pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar tahun 2018. Intisari Sains Medis, 11(3), 1216–1221. <https://doi.org/10.15562/ism.v11i3.691>.
- Ventika, W. Y. (2023). Pengaruh Terapi RIMA (Relaxation Autogenic Movement And Affirmation) Terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Dengan Kemoterapi.
- Wahyuni, T. D., Agustiyowati, T. H. R., & Rohyadi, Y. (2023). Lama Hemodialisis Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung, 15(2), 460–466. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v15i2.2237>.
- Wardani, Hn. W. S. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Penyakit Ginjal Pasien Diabetes. 6(1), 9–16.
- Wardany, N. S., Amalia, A. R., Pratiwi, N. A., Elis, N., Lestari, D. G., & Gumilar, R. A. (2025). Penyuluhan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mengatasi Kecemasan. 1(1), 29–35.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. 3(2), 96–102.
- Yunia, E. A., Saragih, J., Damanik, D. W., & Dewi, R. S. (2023). Anxiety in patients treated with hemodialysis. 5(2), 182–186.
- Zainiyah, R., Dewi, E. I., & Wantiyah, W. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Afirmasi terhadap Stres Mahasiswa yang Menempuh Skripsi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Pustaka Kesehatan, 6(2), 319. <https://doi.org/10.19184/pk.v6i2.7781>.
- Zhafirah, nahdah shofi, & Palupi, L. M. (2019). Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar. Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar, 10(2), 85–91.
- Zulaikha, K., & Budiman, A. (2021). Pengaruh Terapi Range of Motion (Rom) Pada Pasien Pasca Stroke : Literature Review. <https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/2089>.