

ABSTRAK

Pasien Gagal ginjal kronik mengalami berbagai perubahan dalam kehidupan yang dijalaninya, mulai dari pengaturan dietnya, olah raga, kontrol gula darah, ureum, kreatinin dan terapi pengganti fungsi ginjal yang harus dilakukan sepanjang hidupnya sehingga menimbulkan stres yang panjang penderita. Tujuan penelitian ialah menganalisis pengaruh relaksasi benson berbasis spiritual terhadap penurunan stres pasien Gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Desain penelitian ini menggunakan *quasy experimental* dengan pendekatan *pre* dan *post kontrol group design*. Populasi seluruh pasien Gagal ginjal kronik yang menjalani cuci darah di unit Hemodialisis Rumah Sakit Islam Surabaya A. Yani sebesar 70 orang. Besar sampel 32 responden. Teknik sampling adalah *purposive sampling*. Kelompok intervensi diberikan relaksasi benson berbasis spiritual dan kelompok kontrol diberikan intervensi sesuai standar rumah sakit. Analisis menggunakan uji *Wilcoxon* dengan nilai signifikan $\alpha < 0,05$.

Hasil penelitian didapatkan tingkat stres nilai *p value* 0,001 pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol nilai *p value* 0,035 yang berarti ada pengaruh relaksasi benson berbasis spiritual terhadap penurunan stres pasien Gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Relaksasi benson berbasis spiritual efektif dalam menurunkan stres pasien Gagal ginjal kronik pada penderita Gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis serta teknik tersebut mudah untuk dilakukan.

Kata kunci: Relaksasi benson, spiritual, kecemasan, Gagal ginjal kronik