

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pembangunan kesehatan yang optimal berpengaruh terhadap tingginya angka harapan hidup. Angka harapan hidup yang tinggi mengakibatkan terjadinya perubahan epidemiologi yaitu memuncaknya penyakit tidak menular. Menurut riset Kesehatan dasar tahun 2018 penyebab kematian di Indonesia terjadi akibat penyakit tidak menular yaitu sebesar 73% (Risksdas, 2019, Dewi, 2024). Lansia berumur 65 tahun dari seluruh dunia pada tahun 2019 didapatkan sebanyak 703 juta. (UNDESA's Population Division, 2019 dalam Tobing, 2022). Peningkatan lansia disebabkan karena berkurangnya fertilitas (kelahiran) dan kematian, serta meningkatnya harapan hidup. Hasil data penduduk sesuai prediksi di Indonesia diperkirakan saat tahun 2020 27,08 juta (Kemenkes RI, 2017 dalam Tobing, 2022).

Semakin banyaknya populasi lanjut usia (lansia) di seluruh dunia merupakan cerminan kesuksesan ilmu pengetahuan, utamanya bidang kesehatan. Populasi lansia dunia diperkirakan akan meningkat 223% atau sebesar 694 juta orang antara tahun 1970–2025. Angka tersebut bahkan diperkirakan akan mencapai 2 miliar orang pada tahun 2050, dan 80% dari populasi tersebut berada di negara-negara berkembang (WHO, 2002 dalam Hakim, 2020).

WHO (2002) memprediksi Indonesia akan menjadi salah satu negara dengan peningkatan lansia yang terbesar di dunia. Menurut data BPS (2019) di Indonesia dalam waktu hampir lima dekade (1971–2019) telah terjadi peningkatan sekitar dua kali lipat sehingga persentase lansia menjadi 9,6% atau sekitar 25,64 juta orang. Sementara ambang batas sebuah negara disebut sebagai negara dengan struktur penduduk tua (ageing population) adalah jika telah lebih dari 10%. Kondisi ini menunjukkan peningkatan usia harapan hidup (UHH) rakyat Indonesia. Jika pada tahun 2010 adalah 69,81 tahun, maka 9 tahun kemudian yaitu pada tahun 2019 menjadi 71,34. (Hakim, 2020)

Semakin meningkatnya jumlah lanjut usia di Indonesia akan menimbulkan permasalahan yang cukup kompleks baik dari masalah fisik maupun psikososial. Lansia adalah keadaan saat seseorang sudah memasuki umur ≥ 60 tahun. Penuaan adalah bertambahnya perjalanan perubahan yang berjalan secara bertahap (Kholifah Nur,

2016). Perubahan yang terjadi dalam lansia yaitu perubahan pada psikologis diantaranya seperti kesepian, depresi, gangguan kecemasan dan perubahan fungsi fisik yang meliputi sel, system sensoris, system integumen, musculoskeletal, neurologis, pulmonal, endokrin, urinaria, gastrointestinal, seksual, dan pada sistem kardiovaskular (Sunaryo et al., 2016 dalam Tobing, 2022).

Masalah psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti kesepian, perasaan sedih, depresi, dan *ansietas* (kecemasan). *Ansietas* (kecemasan) termasuk salah satu masalah kesehatan jiwa yang paling sering muncul. prevalensi *Ansietas* (kecemasan) di negara berkembang pada usia dewasa dan lansia sebanyak 50%. Angka kejadian gangguan ansietas di Indonesia sekitar 39 juta jiwa dari 238 juta jiwa penduduk. (R.Winarti, 2021)

Ansietas (cemas) merupakan kelompok gangguan psikiatri yang paling sering ditemukan dan merupakan salah satu dampak dari gangguan mental emosional. *Anxietas* (cemas) merupakan salah satu factor yang menyebabkan psikosomatis pada klien sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respon otonom (sumber seringkali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu) perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi terhadap bahaya. Selain itu, cemas dapat juga diartikan sebagai perasaan yang berlebihan tentang sesuatu yang tidak jelas dan dianggap sebagai sesuatu ancaman (Mawarti & Yuliana, 2021).

Hal yang dapat menimbulkan kecemasan biasanya bersumber dari ancaman integritas biologi meliputi gangguan terhadap kebutuhan dasar makan, minum, kehangatan, sex, dan ancaman terhadap keselamatan diri seperti tidak menemukan integritas diri, tidak menemukan status prestise, tidak memperoleh pengakuan dari orang lain dan ketidaksesuaian pandangan diri dengan lingkungan nyata. (R.Winarti, 2021)

Kecemasan dipengaruhi oleh pemahaman individu tentang keyakinan diri yang mencerminkan konsep diri, dimana jika konsep diri mereka negative maka lapang persepsi akan menyempit sehingga menyebabkan kecemasan (Stuart, 2016 dalam Tobing, 2022). Kecemasan merupakan masalah yang umum terjadi pada lansia, mereka akan menghadapi masa depan yang tidak pasti serta isu-isu hilangnya kesehatan, lansia dewasa biasanya jarang menceritakan kekhawatirannya karena Lansia memiliki kemungkinan kecil untuk berbagi masalahnya (Valvre, 2012 dalam Tobing, 2022).

Perubahan psikologis yang paling sering muncul dan sering dialami oleh lansia adalah kecemasan, depresi, insomnia, dan demensia. Secara mental, lansia sering mengalami gangguan mental seperti insomnia, kecemasan psikososial, kecemasan, gangguan perilaku: agresif, agitasi, dan depresi. Jika seorang lansia mengalami kesehatan jiwa yaitu kecemasan, maka kondisi tersebut dapat mengganggu kegiatan sehari-hari lansia. Prevalensi kecemasan pada dewasa dan lansia di dunia pada sektor komunitas berkisar antara 15 sampai dengan 52,3%. Di Indonesia gangguan emosional yang terjadi pada usia 55-64 tahun sebanyak 8%, usia 65-74 tahun sebanyak 10% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak 13% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia (R. Winarti, 2021).

Potter & Perry menjelaskan bahwa kecemasan dapat menimbulkan tuntutan yang besar pada lansia, dan jika lansia tersebut tidak dapat mengadaptasi, maka dapat terjadi penyakit. Kecemasan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah yang apabila menetap akan menjadi hipertensi, peningkatan kadar gula darah serta peningkatan kadar kolesterol. Menurut hardjana, kecemasan juga berdampak terhadap kondisi emosional sehingga seseorang akan mudah gelisah, mood atau suasana hati yang sering berubah-ubah, mudah/cepat marah, mudah tersinggung dan kecemasan yang berkepanjangan dapat menyebabkan seseorang menjadi cemas dan depresi. Untuk menghindari dampak negative dari kecemasan tersebut, maka diperlukan adanya suatu pengelolaan kecemasan yang baik (R. Winarti, 2021).

Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan adalah salah satu tugas perkembangan lanjut usia. Data Badan Pusat Statistik tahun 2018 menunjukkan sekitar 2,28% lansia di Indonesia mengalami perceraian dan 35,80% lansia mengalami perceraian dan meninggal dunia. Wanita yang lebih tua mengalami perceraian dan meninggal hingga 54,68% lebih banyak daripada pria yang lebih tua, yang sebagian besar sudah menikah, sebesar 82,65%. Perbedaan ini dijelaskan oleh fakta bahwa wanita yang lebih tua memiliki harapan hidup yang lebih lama dan wanita yang lebih tua mampu hidup lebih mandiri (Badan Pusat Statistik Penduduk Lanjut Usia, 2018 dalam Tobing, 2023).

Banyak lansia hidup sendiri tanpa pasangan, namun tidak jarang lansia hidup sendiri karena kematian pasangannya. Situasi kesepian yang dialami dan sikap seperti menangis, diam, dan mengumpulkan benda-benda yang tidak penting merupakan hal yang dilakukan mereka karena menganggap dirinya tidak berguna. (Fadillah, 2016 dalam Tobing, 2023).

Orang tua terus beradaptasi saat mereka mengalami kehilangan pasangan. Kegiatan rutin yang biasanya dilakukan bersama-sama, namun setelah meninggalnya pasangan, kegiatan tersebut dilakukan sendiri. Lansia yang pasangannya telah meninggal dunia mengalami berbagai perubahan, termasuk perubahan mental dan emosional, sehingga perubahan ini dapat mempengaruhi orang dewasa yang lebih tua untuk penyesuaian yang buruk. Kematian orang yang dicintai adalah kejadian umum pada orang tua. Situasi dalam kasus ini bermasalah bagi lansia, yang bisa membuat mereka merasa cemas (Kartini & Wahyudi, 2017 dalam Tobing, 2023).

Stres di usia tua dapat disebabkan karena fungsi kesehatan yang menurun, kehilangan pasangan dan teman, dan kemungkinan kematian. (O'Brien, Kennedy, & Ballard, 2014 dalam Tobing, 2023). Kecemasan merupakan salah satu masalah mental yang paling umum terjadi pada usia lanjut karena orang menghadapi berbagai perasaan kekurangan dan ketidakmampuan pada tahap kehidupan (Mohammadpour et al., 2018) Stres kehilangan pasangan dapat menyebabkan kecemasan. Epidemi kecemasan pada lansia Indonesia naik dari 3,2% menjadi 14,2% dan terus bertambah sebesar 3,5%. (Sawitri 2018). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2013), Orang dewasa yang lebih tua dengan stres dan kecemasan dapat mempengaruhi penyesuaian mereka dengan mengalami penyesuaian yang buruk, seperti penutupan, keengganan untuk meninggalkan rumah, dll. (Dinas Kesehatan Republik Indonesia, 2013 dalam Tobing, 2023).

Kecemasan dan stres yang berkepanjangan jika tidak dikelola dengan benar akan memberikan dampak seperti penilaian negatif tentang makna hidup, perubahan emosi, dan kebingungan mental. (Sawitri, 2018 dalam Tobing, 2023). Penyesuaian diri yang buruk akibat ditinggalkan oleh pasangan di masa tua akan menyebabkan masalah baginya dalam membangun hubungan sosial dan lainnya, dll. (Hurlock, 2017 dalam Tobing, 2023).

Individu yang mengalami ansietas dapat diatasi dengan Teknik relaksasi, distraksi, kegiatan spiritual dan hipnoterapi. Salah satu hipnoterapi yang dapat dilakukan yaitu terapi hipnotis 5 jari yang mampu untuk menurunkan kecemasan pada klien. Terapi hipnotis 5 jari sendiri merupakan suatu terapi dengan menggunakan 5 jari tangan, klien dibantu untuk mengubah persepsi ansietas, stres, tegang dan takut dengan menerima saran-saran diambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah (Mawarti & Yuliana, 2021).

Teknik relaksasi lima jari merupakan suatu bentuk dari self hipnosis yang mampu menghasilkan efek relaksasi yang signifikan, yang pada gilirannya dapat meminimalisir stress dan ketegangan seseorang. Sistem limbik seseorang dipengaruhi oleh hipnosis lima jari sehingga berdampak pada pelepasan hormon-hormon tertentu termasuk hormon adrenalin yang dapat memicu kecemasan. Syaraf otonom (simpatis dan parasimpatis) dapat menunjukkan respons kecemasan dengan melepaskan epineprin, terjadinya denyut jantung cepat, pernapasan cepat dan dangkal, serta peningkatan tekanan pada arteri disebabkan adanya peningkatan epineprin. Selain itu, ansietas juga berdampak pada perilaku manusia (Mahoney, 2007 dalam Dewi, 2024). Berdasarkan survai awal yang dilakukan peneliti UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang jumlah lansia sebanyak 5005 orang yang terdistribusi di 10 Desa dan kelurahan di wilayah kerja puskesmas Lawawoi diantaranya Arawa 532 orang, Bangkai 435 orang, Batu Lappa 939 orang, Buae 538 orang, Carawali 319 orang, Ciro-ciroe 175 orang, Lainungan 405 orang, Lawawoi 514 orang, Mattirotasi 320 orang, dan Uluale 828 orang. Berdasarkan dari jumlah tersebut sudah ada lansia yang mengalami gangguan kecemasan. Dengan makin bertambahnya jumlah lanjut usia di Indonesia khususnya di wilayah kerja Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang, maka pelayanan kesehatan mental khususnya gangguan kecemasan bagi kelompok lanjut usia tersebut merupakan hal yang perlu mendapat perhatian (Fatmawati et al., 2021).

B. Rumusan masalah penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan pemberian intervensi mandiri Perawat relaksasi benson dan hipsonis lima jari efektif terhadap penurunan kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis efektifitas intervensi mandiri perawat relaksasi benson dan hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang.

2. Tujuan Khusus:

- a. Menganalisis sebelum dan sesudah pemberian intervensi relaksasi benson terhadap kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang.
- b. Menganalisis sebelum dan sesudah pemberian intervensi hypnosis lima jari terhadap kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang.
- c. Menganalisis efektifitas intervensi relaksasi benson dan hypnosis lima jari terhadap kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat bagi responden

Memberikan perawatan tindakan non farmakologi pada Lansia dengan metode pemberian intervensi mandiri perawat relaksasi benson dan teknik lima jari sehingga lansia yang dirawat di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang sehingga mendapatkan perawatan yang optimal untuk mencegah terjadinya kecemasan.

2. Manfaat tempat penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan tentang pencegahan terjadinya kecemasan, sehingga pihak UPT. Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang dapat membuat program yang melibatkan perawat sebagai program kolaboratif untuk mencegah terjadinya kecemasan pada Lansia.

3. Manfaat bagi institusi Pendidikan (teoritis)

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk pengembangan keilmuan dan sumber referensi terkait keperawatan Lansia serta kecemasan pada Lansia pada khususnya terutama metode pemberian intervensi mandiri perawat relaksasi benson dan hipnosis lima jari.

4. Manfaat bagi peneliti selanjutnya (Praktis)

Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dalam menerapkan perawatan non farmakologi, Lansia khususnya pada metode pemberian intervensi mandiri perawat relaksasi benson dan teknik lima jari.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang metode pemberian intervensi mandiri perawat relaksasi benson dan teknik lima jari telah dilakukan, tetapi sejauh penelusuran yang dilakukan peneliti belum ada penelitian yang sama dengan peneliti lakukan. Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya antara lain:

No.	Judul	Penulis	Tujuan	Metode	Hasil
1.	Pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT pelayanan sosial lanjut usia Pasuruan di Babat Lamongan	Dyah Pitaloka, Hyan Oktodia Basuki	Tujuan dari penelitian tersebut untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi benson pada penurunan tekanan darah pada hipertensi lansia di UPT Lansia Layanan Sosial Pasuruan di Babat Lamongan	Penelitian ini menggunakan desain Pra Eksperimen Satu Grup Desain Pra Pasca Tes yang dilakukan pada 23 responden	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi lansia di UPT Lansia Dinas Sosial Pasuruan di Babat Lamongan
2.	Pengaruh Terapi Relaksasi Benson dan Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Kadar Gula Dara Pada Lansia Dengan DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Jongaya Kota Makassar	Sitti Rahmatia, Rusni Mato, Yosephin Sari Pairunan, Yeni Nofiani Langkadja	Tujuan penelitian dari tersebut untuk Menjelaskan pengaruh terapi Benson dan Murottal Al-Qur'an terhadap Penurunan kadar gula darah pada Lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Jongaya Kota Makassar	Dalam penelitian ini menggunakan Penelitian kuantitatif Dengan menggunakan desain Quasy Experiment With two Group pretest and post test control group desain.	Berdasarkan hasil analisis Wilcoxon Pada terapi pada kelompok kontrol tidak ada hubungan yang signifikan antara penurunan kadar gula darah klien dengan DM Tipe 2 dan terapi benson. Dan pada kelompok Intervensi ada hubungan yang signifikan antara penurunan kadar gula darah klien dengan DM Tipe 2 dan terapi benson + murottal Al-Qur'an.
3.	Effectiveness of Benson Relaxation Therapy on Sleep Quality in the Elderly	Suhardi Prayitno, Binar Wahyuning Widhi	Tujuan dari penelitian tersebut untuk mengetahui pengaruh Terapi relaksasi benson efektif terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti sosial permi ponorogo	Penelitian ini merupakan Penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pre eksperimental, dan dengan rancangan one group pre-test	Terapi relaksasi benson efektif terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti sosial permi ponorogo

				and post-test desingn.	
4.	Pengaruh relaksasi benson terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2	Sri Mulia Sari	Tujuan dari Penelitian tersebut Diketahuinya Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Desain penelitian ini adalah pre eksperimental,den gan rancangan penelitian one group pre-post test design	Ada pengaruh Relaksasi Benson Terhadap penurunan Kadar gula darah
5.	Pengaruh kombinasi relaksasi benson dan slow deep breath terhadap intensitas nyeri pasien post operasi section caesaria	Mahmudi, Ratnasari	Tujuan dari penelitian tersebut untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi relaksasi benson dan slow deep breath terhadap intensitas nyeri pasien post operasi section caesaria	Desain penelitian menggunakan Quasy Eksperiment, Yaitu one group pre post test design without control	Ada pengaruh pemberian kombinasi terapi relaksasi benson dan slow deep breath terhadap intensitas nyeri pasien post operasi section caesaria
6.	Pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap Tingkat insomnia	Wijar Prasetyo, Pandeiro M. Nancye, Rismauli Pusparini Sitorus	Tujuan dari penelitian Penelitian untuk Mengetahui Pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap tingkat insomnia	Desain penelitian Yang digunakan adalah pra-Eksperimental (one grup pre post design) Desain Penelitian yang digunakan	Ada pengaruh relaksasi Benson terhadap tingkat insomnia
7.	The Effect Of Benson Relaxation Therapy on Sistole Blood Pressure in Elderly With Hypertension	Febriyanti, Viki Yusri, Nova Fridalni	Tujuan dari Penelitian tersebut adalah untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap tekanan darah sistole pada lansia dengan hipertensi	Menggunakan desain penelitian pre eksperimen dengan rancangan one group pretest posttest	Terdapat pengaruh terapi Benson terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi
8.	The Effectiveness of Benson Relaxation Therapy Against Anxiety in the Elderly with Hypertension	Ayu Dekawaty, Inne Yelisni	Penelitian Tersebut bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap kecemasan Lansia dengan hipertensi di Panti Lansia Harapan Kita	Desain penelitian tersebut di lakukan dengan design quasi experiment	Terdapat pengaruh Pemberian terapi relaksasi benson terhadap kecemasan lansia dengan hipertensi sebelum dan setelah diberikan terapi

9	Penurunan nyeri pasien post sectio caesaria menggunakan terapi teknik relaksasi benson	Febiantri & Machmudah			Terapi relaksasi Benson selama 3 hari sekitar 10-15 menit efektif dalam menurunkan nyeri pada klien Post Sectio Caesarea dari awalnya memiliki nyeri sedang yaitu 4-5 menurun hingga nyeri ringan yaitu 2-3
10	Penurunan Intensitas Skala Nyeri Pasien Appendiks Post Appendiktomi Menggunakan Teknik Relaksasi Benson	Wainsani & Khoiriyah			Hasil evaluasi yang didapat pada kedua pasien yaitu pasien mengalami penurunan intensitas skala nyeri dengan hasil nyeri ringan, tandatanda vital dalam rentang normal, ekspresi pasien tampak tenang dan rileks. Pasien kedua lebih cepat mengatakan nyeri ringan pada hari pertama pertemuan kedua dibandingkan pasien pertama yang mengatakan nyeri ringan pada hari kedua pertemuan keempat, disebabkan karena pasien kedua sering berlatih teknik relaksasi Benson dibandingkan pasien pertama
11	Hipnosis Lima Jari dengan Pendekatan Spiritual Menurunkan Insomnia pada Lansia	Hartono et al			Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah lansia dilakukan intervensi berupa hipnosis lima jari dengan pendekatan

					spiritual selama 3 hari, terdapat pengaruh terhadap kejadian insomnia pada lansia p-value=0,000 ($p<0,05$). Hipnosis lima jari dengan pendekatan spiritual dapat menurunkan kejadian insomnia pada lansia
	Benson Relaxation Technique Combined With Music Therapy for Fatigue, Anxiety, and Depression in Hemodialysis Patients: A Randomized Controlled Trial	Hacer Eroglu , Zehra Gok Metin	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi Benson yang dikombinasikan dengan terapi musik terhadap tingkat kelelahan, kecemasan, dan depresi pasien yang menjalani hemodialisis	Penelitian ini secara acak ini dilakukan terhadap 61 pasien (30 pasien pada kelompok intervensi, 31 pasien pada kelompok kontrol) di sebuah provinsi yang terletak di Turki	Temuannya menunjukkan bahwa teknik relaksasi Benson yang dikombinasikan dengan terapi musik merupakan pendekatan yang efektif untuk mengatasi gejala kelelahan, kecemasan, dan depresi terkait hemodialisis
	Benson's Relaxation therapy and Sleep Quality among Elderly at a Social Institution in Inakaka, Indonesia	Nur Baharia Marasabessy, Lucky Herawati, Irhamdi Achmad	untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap kualitas tidur lansia, serta pengaruh jenis kelamin, usia dan penyakit yang diderita	Desain penelitian quasi eksperimental dengan pre- post test with control group	Hasil penelitian menunjukkan terapi relaksasi benson mampu meningkatkan kualitas tidur lansia secara signifikan dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin, usia dan penyakit yang diderita terhadap kualitas tidur lansia.
	Pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kualitas tidur, kecemasan, dan stres pada pasien gagal ginjal kronik	Roslina Dewi	Untuk mengetahui pengaruh relaksasi lima jari terhadap kualitas tidur, kecemasan, dan stres pada pasien gagal ginjal	Desain penelitian quasi experiment dengan pendekatan pretest dan posttest with control group design	terdapat pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kualitas tidur, kecemasan, dan stres pada pasien GJK dengan hemodialisis di ruang dialisis RSU

	dengan hemodialisis di Ruang Dialisis RSUD Jampang Kulon Provinsi Jawa Barat		kronik dengan hemodialisis di Ruang Dialisis RSUD Jampang Kulon Provinsi Jawa Barat.		Jampang Kulon, serta terdapat perbedaan kualitas tidur, kecemasan dan stress pada pasien GKK dengan hemodialisis pada kelompok kontrol dan intervensi.
--	--	--	--	--	--

Dari hasil penelusuran penulis dari berbagai penelitian sebelumnya, penelitian mengenai efektivitas pengaruh teknik relaksasi benson dan teknik hipsonis lima jari terhadap penurunan kecemasan pada lansia belum pernah diteliti sebelumnya, tetapi terdapat variabel penelitian yang hampir mirip dengan penelitian sebelumnya, perbedaannya dapat dilihat dari subjek penelitian yang berfokus pasien di rumah sakit yang dilakukan perawatan karna penyakit yang sedang diderita, dan belum ada penelitian membandingkan antara pemberian intervensi mandiri perawat relaksasi benson dan teknik lima jari terhadap penurunan kecemasan pada Lansia.