



PENGARUH KOMBINASI INTERVENSI RELAKSASI BENSON, TERAPI SPIRITUAL DZIKIR DAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN HEMODIALISIS

Suhaedi Kuling*, Ika Yuni Widyawati, Makhfudli

Program Magister Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga, Surabaya. Kampus C Universitas Airlangga, Mulyorejo, Surabaya, Jawa Timur, 60115 Indonesia

*suhaedi.kuling-2021@fkip.unair.ac.id

ABSTRAK

Hemodialisis merupakan salah satu cara yang digunakan sebagai upaya menjaga kualitas hidup. Masalah yang jarang menjadi perhatian pada pasien dengan hemodialisis adalah masalah psikologis diantaranya masalah kecemasan dan depresi. Sehingga tujuan dari penulisan artikel ini adalah memberikan gambaran terkait intervensi yang dapat mengatasi kecemasan pada pasien hemodialisis. Desain penelitian ini adalah quasy experiment with pre post test with control group. Sampel sebanyak 30 pasien hemodialisis di ruang hemodialisis RSUD Prov. NTB. Variabel independen penelitian ini adalah intervensi relaksasi benson, terapi spiritual zikir dan aroma terapi dan variable dependen adalah kecemasan. instrumen yang digunakan adalah Zung Anxiety Scale. Analisis statistic yang digunakan adalah Wilcoxon rank dan Mann-Withney test. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini adalah terdapat 14 responden mengalami penurunan tingkat kecemasan dengan nilai $p=0,000$ (uji Wilcoxon) $p=0,000$ (uji Mann Withney). Kesimpulan pada penelitian ini adalah didapatkan perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan pasien hemodialisis sebelum dan sesudah diberikan intervensi kombinasi relaksasi benson, terapi spiritual zikir dan aroma terapi lavender. Saran bagi petugas kesehatan supaya lebih memperhatikan kondisi psikologis pasien hemodialisis dengan memberikan terapi komplementer yaitu kombinasi relaksasi benson, terapi spiritual dzikir dan aroma terapi lavender.

Kata kunci: aroma terapi lavender; intervensi spiritual; kecemasan; terapi benson

THE EFFECT OF COMBINATION INTERVENTION BENSON'S RELAXATION, SPIRITUAL THERAPY (DZIKIR) AND LAVENDER AROMA THERAPY ON ANXIETY IN HEMODIALYSIS PATIENTS

ABSTRACT

Hemodialysis a method used to increase quality of life. Problems of hemodialysis patients was are psychological problems including anxiety and depression. The purpose of this article to provide an overview of interventions that can decrease anxiety in hemodialysis patients. The method used is a quasy experiment. A sample of 30 hemodialysis patients at the hospital in Prov. NTB. The variable independent of this study were benson relaxation interventions, spiritual healing remembrance and aromatherapy and variable dependent is anxiety. The instruments used were the Zung Anxiety Scale. The statistical analysis used Wilcoxon rank and Mann-Withney test. The results in this study there were 14 respondents who decrease in their level of anxiety with a value of $p=0.000$ (Wilcoxon test and mann withney test)). Conclusion that there was a significant difference between the level of anxiety in hemodialysis patients before and after being given a combination intervention. Suggestions for nurse can be attention to the psychological condition of hemodialysis patients by providing complementary therapy.

Keywords: anxiety; benson relaxation; lavender aromatherapy; spiritual intervention

PENDAHULUAN

Hemodialisis merupakan terapi yang bertujuan untuk menjaga kualitas hidup pasien gagal kronis. Efek yang sering timbul pada pasien dengan hemodialisis salah satunya adalah masalah psikologis. Masalah psikologis kurang diperhatikan oleh sebagian tenaga kesehatan dikarenakan masalah ini terlihat tidak terlalu penting pada kenyataannya jika masalah psikologis ini ditangani dengan baik maka akan terjadi peningkatan kualitas hidup pasien dengan hemodialisis. Masalah psikologis yang sering timbul pada pasien dengan hemodialisis diantaranya adalah kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. (Neelanjana et al., 2022; Padmashali et al., 2019). Psikologis pada pasien hemodialisis kurang diperhatikan dikarenakan masih banyaknya perawat yang berfokus pada keluhan fisik yang dialami padahal pada dasarnya masalah psikologis seperti kecemasan harus segera ditangani karena hal tersebut akan mempengaruhi keadaan pasien bahkan dapat memperburuk kondisi kesehatan pasien. (Chu et al., 2022; Liem et al., 2022). Penatalaksanaan yang telah dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah pemberian dukungan, edukasi kesehatan, hingga pemberian obat anti depresan, hal ini dianggap belum efektif dikarenakan hanya mengatasi keluhan yang bersifat sementara. (Gerogianni et al., 2019; Santarsieri & Schwartz, 2015).

Pasien dengan penyakit gagal ginjal kronik di Amerika Serikat tahun 2019 sebanyak 809.103 dan 85% menjalani hemodialisis. (USRDS, 2022). Indonesia memiliki angka 2.050 juta per tahun 2017 pada pasien penyakit gagal ginjal kronik dengan hemodialisis dan akan diprediksi meningkat dua kali lipat di tahun 2030. Riset kesehatan dasar tahun 2018 menyebutkan bahwa prevalensi pasien dengan penyakit gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis adalah sebesar 19,3% yaitu sebanyak 2.850 pasien. (Kemenkes RI, 2018). Provinsi NTB memiliki angka kejadian penyakit ginjal kronik sebanyak 0,53% atau sebanyak 13.036 pasien serta terdapat 525 jumlah pasien paru yang menjalani hemodialisis pada tahun 2018. (PERNEFRI, 2018). Masalah psikologis kecemasan terlihat cukup tinggi hal ini ditunjukkan dari prevalensi pasien hemodialisis yang mengalami depresi adalah sebanyak 55,1% dan kecemasan sebanyak 25% dari 305 responden di unit hemodialisis. (Meng et al., 2022) Pada penelitian sebelumnya juga didapatkan prevalensi angka kecemasan sebanyak 40% dari 186 pasien hemodialisis tahun 2021 di Spanyol. (Delgado-Domínguez et al., 2021).

Masalah psikologis yang sering terjadi pada pasien hemodialisis adalah kecemasan dikarenakan pasien hemodialisis sering merasa khawatir terhadap situasi dan kondisi atas penyakitnya serta kondisi pengobatan yang dijalani (Ali and Taha 2017). Kecemasan merupakan masalah psikologis yang sering menimpa pasien dengan hemodialisis dikarenakan tindakan hemodialisis yang terus menerus dan ketergantungan akan terapi yang digunakan menjadikan seseorang merasa cemas akan kondisi tubuhnya. (Pompey et al., 2019) Ketidakyamanan yang dialami pasien dengan hemodialisis dapat ditangani dengan berbagai cara diantaranya dengan cara medis atau komplementer. Cara medis atau farmakologi dapat diberikan obat antidepresan namun hal ini juga memiliki efek samping yang buruk jika dilakukan dalam jangka waktu yang lama. (Bouya et al., 2018; Gerogianni et al., 2019) Terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan cara memberikan terapi komplementer yang dapat dilakukan secara mandiri baik dengan bantuan keluarga atau dilakukan oleh diri sendiri. (Chu et al., 2021; Şentürk & Tekinsoy Kartın, 2018; Sulistyawati et al., 2019).

Terapi komplementer yang terbukti dapat mengurangi kecemasan diantaranya adalah terapi relaksasi benson, terapi spiritual dzikir, atau pemberian aroma terapi lavender. Terapi komplementer ini dapat menjadi pilihan dikarenakan memiliki efek samping yang minim, lebih ekonomis, dan mudah dilakukan oleh pasien (Bouya et al., 2018; Gerogianni et al., 2019). Relaksasi benson merupakan Teknik relaksasi yang melibatkan pernafasan yang

dikombinasikan dengan sugesti atau keyakinan yang dianut oleh pasien. Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa relaksasi benson memiliki pengaruh yang baik dalam penurunan kecemasan dan peningkatan gangguan tidur (Hasina *et al.* 2021). Kekurangan dari terapi ini adalah jika pasien tidak konsentrasi maka efek yang ditimbulkan tidak dapat maksimal. Terapi spiritual dzikir merupakan terapi yang diyakini dapat mengatasi gangguan psikologis dikarenakan memberikan sugesti secara spiritual dalam hal ini untuk agama islam yang dapat menenangkan jiwa. (Mardiah, Widodo, and Thuy 2022). Aroma terapi lavender merupakan terapi komplementer yang melibatkan inhalasi atau penciuman sebagai cara untuk menurunkan kecemasan dan gangguan tidur. Terapi ini juga telah diteliti dapat meningkatkan konsentrasi sehingga jika dikombinasikan dengan terapi relaksasi benson dan spiritual dzikir akan berdampak yang lebih adekuat. (Şentürk & Tekinsoy Kartin, 2018). Tujuan artikel ini adalah memberikan gambaran terkait pengaruh dari kombinasi intervensi relaksasi benson, terapi spiritual dzikir, dan aroma terapi lavender dalam upaya mengatasi masalah psikologis pasien hemodialisis yaitu menurunkan kecemasan.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy experiment pre post with control group design*. Populasi penelitian ini adalah pasien yang melakukan hemodialisis di unit hemodialisis RSUD Prov. NTB sebanyak 170 pasien. Besar sampel penelitian ini dihitung menggunakan *probality sampling tipe consecutive sampling* dan didapatkan sebanyak 30 pasien pada setiap kelompok. Sehingga sampel penelitian ini adalah 30 pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel independent penelitian ini adalah intervensi kombinasi relaksasi benson, terapi spiritual dzikir, dan aroma terapi lavender, Variabel dependent penelitian ini adalah kecemasan. Intervensi yang diberikan adalah intervensi kombaini relaksasi benson, terapi spiritual dan aroma terapi lavender yang dilakukan bersamaan. Intervensi yang dilakukan pada responden adalah dengan cara melakukan relaksasi otot pernafasan secara perlahan dan membuang nafas dengan perlahan sembari mengucap dzikir “Ya Allah. Hasbunallah Wanikmal Wakil” dan diakhiri dengan doa memohon kesembuhan, diwaktu yang sama diberikan aroma terapi lavender seacara inhalasi menggunakan kasa yang di berikan tetesan aroma terapi lavender sebanyak 2-3 tetes dan diletakkan 15-20 cm dari hidung pasien. Intervensi ini dilakukan 1 kali sehari selama 14 hari selama 10-15 menit. Sebelum dan sesudah intervensi kelompok kontrol dan intervensi dinilai tingkat kecemasan menggunakan instrumen penilaian kecemasan *Zung Anxiety Scale* kemudian dilakukan analisis menggunakan analisis statistik. Analisis statistik yang digunakan adalah uji *wilcoxon* dan *Mann withney* menggunakan SPSS. Ethical clereance atau etika penelitian didapatkan dari komisi etik penelitian RSUD Provinsi NTB pada tanggal 2 Maret 2023 dengan nomor No. 00.9.1/16/KEP/2023 yang meliputi respect for person, informed consent, anonymity, confidentiality, beneficence, non-maleficence and justice.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan pada kelompok kontrol sebagian besar responden (60%) berjenis kelamin perempuan. Sebagian kecil responden (36,7%) berusia 46-65 tahun. Hampir setengah responden (47,7%) memiliki pendidikan menengah. Sebagian besar responden (60%) tidak bekerja. Sebagian besar responden (66,7%) responden dengan status menikah. Lama hemodialisis pada responden kelompok kontrol adalah hampir setengah (46,7%) selama 3-12 bulan.

Tabel 1.

Distribusi frekuensi karakteristik responden hemodialisis pada kelompok kontrol (n=30)

	Kelompok	f	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	12	40
	Perempuan	18	60
Usia	18 - 35 th	7	23,3
	36 - 45 th	7	23,3
	46 – 65 th	11	36,7
	>65 th	5	16,7
Pendidikan	Tidak Sekolah	2	6,7
	Pendidikan Dasar	6	20
	Pendidikan Menengah	14	47,7
	Pendidikan Tinggi	8	26,7
Status Bekerja	Kerja	12	40
	Tidak Bekerja	18	60
Status Pernikahan	Menikah	20	66,7
	Tidak Menikah	3	10
	Janda	6	20
	Duda	1	3,3
Lama HD	3-12 bulan	14	46,7
	13-26 bulan	11	36,7
	>37 bulan	5	16,7

Tabel 2.

Distribusi frekuensi karakteristik responden hemodialisis pada kelompok intervensi (n=30)

	Kelompok	f	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	14	46,7
	Perempuan	16	53,3
Usia	18 - 35 th	3	10
	36 - 45 th	6	20
	46 – 65 th	18	60
	>65 th	3	10
Pendidikan	Tidak Sekolah	2	6,7
	Pendidikan Dasar	7	23,3
	Pendidikan Menengah	14	46,7
	Pendidikan Tinggi	7	23,3
Status Bekerja	Kerja	14	46,7
	Tidak Bekerja	16	53,3
Status Pernikahan	Menikah	24	80
	Tidak Menikah	1	3,3
	Janda	4	13,3
	Duda	1	3,3
Lama HD	3-12 bulan	11	36,7
	13-26 bulan	13	43,3
	>37 bulan	6	20

Tabel 2 menunjukkan pada kelompok kontrol lebih dari setengah responden (53,3%) berjenis kelamin perempuan. Sebagian besar responden (60%) berusia 46-65 tahun. Hampir setengah responden (46,7%) memiliki pendidikan menengah. Lebih dari setengah responden (53,3%) tidak bekerja. Sebagian besar responden (80%) responden dengan status menikah. Lama hemodialisis pada responden kelompok kontrol adalah hampir setengah (43,3%) selama 13-26 bulan.

Tabel 3.
Distribusi frekuensi kecemasan pre test dan post test pada kelompok kontrol pasien hemodialisis (n=30)

	Kecemasan	f	%
Pre Test	Tidak Cemas	0	0
	Cemas Ringan	20	66,7
	Cemas Sedang	10	33,3
	Cemas Berat	0	0
Post Test	Tidak Cemas	0	0
	Cemas Ringan	23	76,7
	Cemas Sedang	7	23,3
	Cemas Berat	0	0

Tabel 3 menunjukkan terdapat sebagian besar responden (66,7%) pre test responden mengalami cemas ringan dan sebagian besar responden (76,7%) mengalami cemas ringan post test pada kelompok kontrol

Tabel 4.
Distribusi frekuensi kecemasan pre test dan post test diberikan intervensi pada kelompok intervensi pasien hemodialisis (n=30)

	Kecemasan	f	%
Pre Test	Tidak Cemas	0	0
	Cemas Ringan	21	70
	Cemas Sedang	9	30
	Cemas Berat	0	0
Post Test	Tidak Cemas	17	56,7
	Cemas Ringan	13	43,3
	Cemas Sedang	0	0
	Cemas Berat	0	0

Tabel 4 menunjukkan terdapat sebagian besar responden (70%) pre test responden mengalami cemas ringan dan lebih dari setengah responden (56,7%) mengalami tidak mengalami kecemasan post test pada kelompok intervensi

Tabel 5.
Tabel uji *Wilcoxon Rank* pengaruh intervensi terhadap kecemasan (n=30)

Kelompok		Min- Max	Nilai p
Kontrol	Pre Test	46-65	0,981
	Post Test	45-68	
Intervensi	Pre Test	46-64	0,000
	Post Test	32-54	

Tabel 5. Menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pretest dan post test pada kelompok intervensi $p=0,000$ ($p<0,05$)

Tabel 6
Tabel Uji *mann withney* pengaruh intervensi terhadap kecemasan

Variabel	Kelompok	Pre Test	Post Test
		(Mean ± SD)	(Mean ± SD)
Kecemasan	Kontrol	54,47 ± 6,852	53,50 ± 6,356
	Intervensi	54,70 ± 6,215	42,20 ± 6,338
<i>P value (Mann Withney U Test)</i>		0,812	0.000

Tabel 6 menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan pretest dan post test pada kelompok intervensi $p=0,000$ ($p<0,05$)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat ditunjukkan adanya perbedaan dan perubahan pada tingkat kecemasan pasien setelah diberikan intervensi kombinasi relaksasi benson, terapi spiritual dzikir dan aroma terapi lavender dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu dengan nilai p pada uji *Wilcoxon* terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pretest dan post test pada kelompok intervensi $p=0,000$ ($p<0,05$) serta nilai p pada uji *mann withney* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan pretest dan post test pada kelompok intervensi $p=0,000$ ($p<0,05$) . Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa kondisi psikologis kecemasan dapat diturunkan dengan cara melakukan relaksasi sebagai upaya distraksi atas penyakit yang dihadapinya. (Kiani et al., 2017).Relaksasi benson dapat menurunkan kecemasan dikarenakan dikarenakan Teknik relaksasi benson melibatkan aktifitas saraf parasimpatis sehingga memberikan respon parasimpatik meliputi penurunan denyut nadi dan tekanan darah serta dapat meningkatkan aliran darah dan menekan rasa tegang dan kecemasan sehingga Teknik relaksasi benson ini dapat memunculkan respon relaksasi hingga mencapai ketenangan. (Otaghi et al., 2016) Relaksasi benson membutuhkan keyakinan dan konsentrasi yang kuat dalam pelaksanaannya, sehingga keberhasilan dalam pelaksanaan intervensi relaksasi benson ini bergantung pada konsentrasi dari pasien sendiri. (Rambod et al., 2013).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai terapi dzikir, bahwa dzikir dapat meningkatkan rasa nyaman dan tenang sehingga pasien dengan kondisi yang cemas dapat menurun saat melakukan terapi spiritual dzikir. (Naimi et al., 2020; Sulistyawati et al., 2019). Terapi spiritual merupakan praktik keperawatan yang dilakukan oleh perawat dalam memenuhi kebutuhan spiritual sehingga pasien merasa di butuhkan dan diperhatikan oleh perawat. Focus pada terapi spiritual ini adalah interaksi yang ramah dan simpatik, mendengarkan penuh perhatian dan memberikan kekuatan secara psikologis terhadap penyakitnya. (Surg et al., 2020)

Dzikir digunakan sebagai intervensi komplementer mengatasi kecemasan dikarenakan dzikir merupakan suatu cara pasien dalam mengingat, menyebut dan mengarahkan rasa syukur terhadap Allah sehingga muncul rasa tenang batin karena merasa semakin dekat dengan Allah. (Harahap et al., 2021).

Aroma terapi lavender merupakan terapi komplementer yang melibatkan indra penciuman sebagai upaya menimbulkan rasa nyaman saat pasien menghirup aroma lavender tersebut. Terapi lavender terbukti dapat meningkatkan kenyamanan dan meningkatkan konsentrasi saat pasien menghirupnya. (Şentürk & Tekinsoy Kartın, 2018). Aroma terapi lavender terbukti dapat menurunkan kecemasan. hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa adanya pemberian aroma terapi lavender dapat mengaktifasi gelombang alfa, beta dan theta di bagian otak sehingga gelombang ini yang kemudian dipengaruhi oleh aroma terapi lavender sehingga pasien merasa nyaman. Molekul aroma terapi tersebut memiliki kemampuan untuk mengurangi stress dan meningkatkan sirkulasi darah. Aroma terapi lavender dapat meningkatkan efek GABA (gamma-amino butyric acid) yang dapat berfungsi sebagai inhibitor dari reaksi yang tidak diharapkan atau kecemasan sehingga dengan aktifasi tersebut pasien merasa nyaman dan tenang. (Huang et al., 2019). Lavender merupakan terapi relaksasi yang dilakukan melalui inhalasi dengan tujuan memberikan kenyamanan dengan memproduksi hormon serotonin. (Mohammadpourhodki et al., 2021)

Kombinasi intervensi relaksasi benson, terapi spiritual dzikir, dan Aroma terapi lavender dapat dijadikan kombinasi intervensi yang adekuat dalam upaya menurunkan kecemasan dan meningkatkan gangguan tidur hal ini disebabkan karena efek dari masing-masing intervensi tersebut saling melengkapi sebagai mana akhirnya dapat mencapai sebuah tujuan yang membuat pasien nyaman. Terapi relaksasi benson dan spiritual dzikir akan dikatakan berhasil jika pasien memiliki konsentrasi yang tinggi dengan demikian peningkatan konsentrasi dapat dilakukan dengan cara memberikan aroma terapi lavender supaya mendapatkan hasil yang adekuat. Aroma terapi lavender akan menghasilkan molekul yang bergerak menuju indra penciuman yang ditangkap oleh silia olfaktorius kemudian menuju glomeruli yang berada di bulbus olfaktorius sehingga menimbulkan sinyal ke sistem limbic dan amigdala, hipocampus dan hipotalamus. Hipokampus ini yang berperan sebagai tempat yang memproses respon perilaku konsentrasi dan penyimpanan memori sehingga aroma terapi lavender ini dapat dijadikan kombinasi yang baik pada intervensi yang membutuhkan konsentrasi seperti terapi relaksasi benson dan spiritual dzikir. (Karadag & Samancioglu Baglama, 2019)

SIMPULAN

Berdasar hasil penelitian ini didapatkan perbedaan yang signifikan pada pre test dan post test tingkat kecemasan pada kelompok intervensi $p=0,000$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi kombinasi relaksasi Benson, terapi spiritual dzikir dan aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, H. H., & Taha, N. M. (2017). Fatigue, Depression and Sleep Disturbance among Hemodialysis Patients. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 06(03), 61–69. <https://doi.org/10.9790/1959-0603016169>
- Bouya, S., Ahmadidarehsima, S., Badakhsh, M., Balouchi, A., & koochakzai, M. (2018). Effect of aromatherapy interventions on hemodialysis complications: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 32(June), 130–138. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.06.008>

- Chu, S. W. F., Ng, W. J., Yeam, C. T., Khan, R. Q., Low, L. L., Quah, J. H. M., Foo, W. Y. M., & Seng, J. J. B. (2022). Manipulative and body-based methods in chronic kidney disease patients: A systematic review of randomized controlled trials. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 48(April 2021), 101593. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101593>
- Chu, S. W. F., Yeam, C. T., Low, L. L., Tay, W. Y., Foo, W. Y. M., & Seng, J. J. B. (2021). The role of mind-body interventions in pre-dialysis chronic kidney disease and dialysis patients – A systematic review of literature. *Complementary Therapies in Medicine*, 57, 102652. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102652>
- Delgado-Domínguez, C. J., Sanz-Gómez, S., López-Herradón, A., Díaz Espejo, B., Lamas González, O., de los Santos Roig, M., Berdud Godoy, I., Rincón Bello, A., & Ramos Sánchez, R. (2021). Influence of depression and anxiety on hemodialysis patients: The value of multidisciplinary care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph18073544>
- Gerogianni, G., Babatsikou, F., Polikandrioti, M., & Grapsa, E. (2019). Management of anxiety and depression in haemodialysis patients: the role of non-pharmacological methods. *International Urology and Nephrology*, 51(1), 113–118. <https://doi.org/10.1007/s11255-018-2022-7>
- Harahap, M. A., Siregar, N., & Ritonga, N. (2021). Pengaruh Dzikir Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif Bedah Mayor Di Ruang Rawat Bedah. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(1), 45. <https://doi.org/10.51933/health.v6i1.402>
- He, S., Zhu, J., Jiang, W., Ma, J., Li, G., & He, Y. (2019). Sleep disturbance, negative affect and health-related quality of life in patients with maintenance hemodialysis. *Psychology, Health and Medicine*, 24(3), 294–304. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1515493>
- Huang, S.-H., Fang, L., & Fang, S.-H. (2019). The Effectiveness of Aromatherapy with Lavender Essential Oil in Relieving Post Arthroscopy Pain. *JMED Research*, 2019, 1–9. <https://doi.org/10.5171/2014.183395>
- Karadag, E., & Samancioglu Baglama, S. (2019). The Effect of Aromatherapy on Fatigue and Anxiety in Patients Undergoing Hemodialysis Treatment: A Randomized Controlled Study. *Holistic Nursing Practice*, 33(4), 222–229. <https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000334>
- Kemkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kiani, F., Zadeh, M. A. H., & Shahrakipour, M. (2017). The effect of Benson's relaxation method on hemodialysis patients' anxiety. *Biomedical Research (India)*, 28(3), 1075–1080.
- Liem, Y. S., Eidemak, I., Larsen, S., Sjogren, P., Molsted, S., Sorensen, J., Laursen, L., & Kurita, G. P. (2022). Identification of palliative care needs in hemodialysis patients: An update. *Palliative and Supportive Care*, 20(4), 505–511. <https://doi.org/10.1017/S1478951521001036>
- Meng, Y., Wu, H., Niu, J., Zhang, Y., Qin, H., Huang, L., Zhang, X., Yu, L., Yu, H., Yan, T., & Zhao, J. (2022). Prevalence of depression and anxiety and their predictors among

- patients undergoing maintenance hemodialysis in Northern China: a cross-sectional study. *Renal Failure*, 44(1), 933–944. <https://doi.org/10.1080/0886022X.2022.2077761>
- Mohammadpourhodki, R., Sadeghnezhad, H., Ebrahimi, H., Basirinezhad, M. H., Maleki, M., & Bossola, M. (2021). The Effect of Aromatherapy Massage With Lavender and Citrus Aurantium Essential Oil on Quality of Life of Patients on Chronic Hemodialysis: A Parallel Randomized Clinical Trial Study. *Journal of Pain and Symptom Management*, 61(3), 456-463.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.08.032>
- Naimi, E., Eilami, O., Babuei, A., Rezaei, K., & Moslemirad, M. (2020). The Effect of Religious Intervention Using Prayer for Quality of Life and Psychological Status of Patients with Permanent Pacemaker. *Journal of Religion and Health*, 59(2), 920–927. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0698-8>
- Neelanjana, P., Jose, M. S., & Chakola, J. J. (2022). Prevalence and Risk Factors for Anxiety and Depression in Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis. 11(6), 1483–1486. <https://doi.org/10.21275/SR22611100413>
- Otaghi, M., Borji, M., Bastami, S., & Solymanian, L. (2016). The Effect of Benson's Relaxation on depression, anxiety and stress in patients undergoing hemodialysis. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5, 76–83. www.ijmrhs.com
- Padmashali, A., N, G. B., & Matkar, A. V. (2019). Prevalence of Sleep Disorders in Patients with Chronic Kidney Disease on Hemodialysis and Its Impact on the Quality of Life. 7(1). <https://doi.org/10.25215/0701.098>
- PERNEFRI. (2018). 11th Report Of Indonesian Renal Registry 2018. *Indonesian Renal Registry (IRR)*, 1–46.
- Pompey, C. S., Ridwan, M. N., Zahra, A. N., & Yona, S. (2019). Illness acceptance and quality of life among end state renal disease patients undergoing hemodialysis. *Enfermeria Clinica*, 29, 128–133. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.020>
- Rambod, M., Pourali-Mohammadi, N., Pasyar, N., Rafii, F., & Sharif, F. (2013). The effect of Benson's relaxation technique on the quality of sleep of Iranian hemodialysis patients: A randomized trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 21(6), 577–584. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2013.08.009>
- Santarsieri, D., & Schwartz, T. (2015). Antidepressant efficacy and side-effect burden: a quick guide for clinicians. *Drugs in Context*, 4, 1–12. <https://doi.org/10.7573/dic.212290>
- Şentürk, A., & Tekinsoy Kartın, P. (2018). The effect of lavender oil application via inhalation pathway on hemodialysis patients' anxiety level and sleep quality. *Holistic Nursing Practice*, 32(6), 324–335. <https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000292>
- Sulistiyawati, R., Probosuseno, & Setiyarini, S. (2019). Dhikr Therapy for Reducing Anxiety in Cancer Patients. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 6(4), 411–416. https://doi.org/10.4103/apjon.apjon_33_19
- Surg, M., In, N. J., In, P., Mansurifard, F., Ghaljaei, F., & Navidian, A. (2020). The Effect of Spiritual Care on the Spiritual Health of Adolescents with Cancer : A Pre-Experimental Study. 6, 1–6. <https://doi.org/10.5812/msnj.100567.Research>

USRDS. (2022). *Incidence, Prevalence, Patient Characteristics, and Treatment Modalities Highlights. 2019(July).*