

## ABSTRAK

Pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa sering mengalami cemas dan stress. Salah satu penerapan yang tepat untuk menurunkan kecemasan adalah manajemen stress yang tepat yaitu dengan teknik relaksasi napas dalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis di ruang Hemodialisis RSI Jemursari Surabaya.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Subyek penelitian 1 orang dengan gagal ginjal kronis di ruang hemodialisa Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya. Pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Analisa data menggunakan deskriptif dalam bentuk narasi

Hasil penurunan tingkat kecemasan Ny.R yaitu pada hari pertama sebelum dilakukan penerapan pasien mengalami kecemasan sedang, setelah dilakukan intervensi selama 3 kali pertemuan pasien mengalami penurunan kecemasan menjadi kecemasan ringan. Teknik relaksasi napas dalam efektif untuk menurunkan kecemasan pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RSI Jemursari Surabaya.

Simpulan penelitian ini adalah tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronis mengalami penurunan karena pasien mengikuti semua instruksi perawat dalam melakukan teknik relaksasi napas dalam. Diharapkan pasien dapat melakukan terapi relaksasi napas dalam saat pasien merasa cemas saat akan dilakukan hemodialisa.

**Kata kunci: gagal ginjal kronis, kecemasan, teknik relaksasi napas dalam**