

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Pasien gagal ginjal kronik (GGK) yang menjalani hemodialisis dapat merasakan cemas pada perubahan-perubahan yang terjadi pada hidupnya. Kecemasan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi insomnia pada pasien GGK. Salah satu intervensi keperawatan untuk menurunkan kecemasan dan insomnia pasien yaitu psikoedukasi. Penelitian psikoedukasi untuk menurunkan kecemasan dan insomnia pasien hemodialisis masih belum banyak dilakukan.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi untuk menurunkan kecemasan dan insomnia pada pasien gagal ginjal kronik yang di unit hemodialisis.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah *quasy experimental* dengan menggunakan desain *pre-test and post-test design with control group*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *purposive sampling* sebanyak 54 responden (27 dikelompok intervensi dan 27 dikelompok kontrol). Intervensi psikoedukasi menggunakan *booklet* yang sesuai dengan modul psikoedukasi dilakukan selama 3 minggu, seminggu 2 kali dengan total 5 kali pertemuan. Insomnia diukur menggunakan kuesioner *Insomnia Severity Index* (ISI), dan kecemasan diukur menggunakan kuesioner *Zung Self Rating Anxiety Scale*.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan skor kecemasan *pre-test* dan *post-test* pada kelompok intervensi  $p < 0,001$  dan pada kelompok kontrol  $p = 0,022$ , sedangkan skor insomnia pada kelompok intervensi  $p < 0,001$  dan kelompok kontrol  $p = 0,029$ . Psikoedukasi menggunakan *booklet* berpengaruh menurunkan kecemasan ( $p < 0,001$ ;  $d = 2,879$ ) dan insomnia pasien GGK ( $p < 0,001$ ;  $d = 3,013$ ).

**Kesimpulan:** Psikoedukasi menggunakan *booklet* berpengaruh terhadap penurunan kecemasan dan insomnia pasien GGK yang menjalani hemodialisis.

**Kata kunci:** Gagal ginjal kronik, hemodialisis, insomnia, kecemasan, psikoedukasi

## ABSTRACT

**Background:** Patients with chronic kidney failure (CKD) who undergo hemodialysis can feel anxiety about the changes that occur in their life. Anxiety is one of the factors that affects insomnia in patients with CKD. One of the nursing interventions to reduce patient anxiety and insomnia is psychoeducation. Psychoeducational research to reduce anxiety and insomnia in hemodialysis patients have not been conducted widely. The purpose of this research is to determine the effect of psychoeducation to reduce anxiety and insomnia in patients with chronic kidney failure treated in the hemodialysis unit.

**Objective:** The purpose of this research is to determine the effect of psychoeducation to reduce anxiety and insomnia in patients with chronic kidney failure treated in the hemodialysis unit.

**Method:** This was quasi experimental research using pre-test and post-test design with control group. Samples were collected using purposive sampling technique and found 54 respondents (27 intervention groups and 27 control groups). Psychoeducational interventions using booklets supporting the psychoeducational module were carried out for 3 weeks; 2 times in a week with a total of 5 meetings. Insomnia was measured using the Insomnia Severity Index (ISI) questionnaire, and anxiety was measured using the Zung Self Rating Anxiety Scale questionnaire. Bivariate data analysis used Paired t-test and Independent t-test.

**Results:** The results showed that there was a significant difference in the score of pre-test and post-test anxiety, which was in the intervention group  $p < 0.001$  and in the control group  $p = 0.022$ , while the score of insomnia in the intervention group  $p < 0.001$  and the control group  $p = 0.029$ . Psychoeducation using booklets had an effect in reducing anxiety ( $p < 0.001$ ;  $d = 2.879$ ) and insomnia ( $p < 0.001$ ;  $d = 3.013$ ) of patients with CKD.

**Conclusion:** Psychoeducation using booklets has an effect in reducing anxiety and insomnia of patients with GGK undergoing hemodialysis.

**Keywords:** Chronic Kidney Failure, Hemodialysis, Insomnia, Anxiety, Psychoeducation.