

## Pengaruh relaksasi benson terhadap fatigue dan durasi tidur pasien penyakit jantung koroner yang menjalani rehabilitasi fase 2 = The effect of benson's relaxation on fatigue and sleep duration of coronary artery disease patient during phase ii cardiac rehabilitation

Mulyanti Roberto Muliantino, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20454847&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Fatigue dan durasi tidur pendek termasuk dalam salah satu keluhan utama pasien penyakit jantung koroner pada masa recovery setelah serangan dan menjalani rehabilitasi fase 2. Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi sebagai terapi modalitas untuk menurunkan fatigue, namun belum banyak penelitian terkait intervensi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh relaksasi Benson terhadap fatigue dan durasi tidur pasien penyakit jantung koroner yang menjalani rehabilitasi fase 2. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan control group pretest posttest design pada 29 responden di RSUP. Dr.M.Djamil Padang yang dibagi dalam dua kelompok kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan fatigue yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan intervensi relaksasi Benson pada kelompok intervensi p value < 0,001. Ada perbedaan durasi tidur yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan intervensi relaksasi Benson pada kelompok intervensi p value < 0,001. Hasil penelitian juga menunjukkan ada perbedaan selisih fatigue sebelum dan setelah yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol p value < 0,001. Sedangkan tidak ada perbedaan selisih durasi tidur sebelum dan setelah yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol p value = 0,116. Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu terapi modalitas bagi perawat untuk mengatasi masalah fatigue dan durasi tidur pendek pada pasien penyakit jantung koroner.

.....

Fatigue and short sleep duration were among four major symptoms in coronary artery disease patient, in recovery period after cardiac events and during phase II cardiac rehabilitation. Benson's relaxation was one of relaxation technique as modalities therapy of fatigue that recognized in Nursing Intervention Classifications. This study was performed to measured the effectiveness of Benson's relaxation in fatigue and sleep duration of coronary artery disease patient during phase II cardiac rehabilitation. A control group pretest posttest design was used. A total 29 coronary artery disease patient in Dr.M.Djamil Hospital were assigned to either the intervention and control group.

The result indicated significant differences fatigue between pre and post test in intervention groups p value 0,000. There were significant differences sleep duration between pre and post test in intervention groups p value 0,000. The results of this study could be one of modalities therapy in providing intervention of fatigue and short sleep duration in coronary artery disease patient.