



**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP
TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN STROKE**

Skripsi

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh:

**Wirnadayani
NIM 30901301761**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2017



**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT
DEPRESI PADA PASIEN STROKE**

Skripsi

Oleh:

**Wirnadayani
NIM: 30901301761**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2017

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Depresi Pasien Stroke" saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Yang dibuktikan melalui uji Turn it in dengan hasil 17%. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 24 Maret 2017

Mengetahui,


Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp.Kep.Mat
Wakil Dekan I

Peneliti,


(Wirnadayani)

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN STROKE

Dipersiapkan dan disusun oleh :

NAMA : Wirnadayani

NIM : 30901301761

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada :


Pembimbing I

Pembimbing II

Tanggal : 8 Februari 2017

Tanggal : 8 Februari 2017


Ns. Erna Melastuti, M. Kep


Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M. Kep

NIDN : 0620057604

NUPN : 9940000005

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**PENGARUH TEHNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT
DEPRESI PADA PASIEN STROKE**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

NAMA : Wirmadayani

NIM : 30901301761

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 9 Februari 2017 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I

Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, S.Kep., MAN
NIDN. 0605108901



Penguji II

Ns. Erna Melastuti, M. Kep
NIDN. 0620057604



Penguji III

Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M. Kep
NUPN. 9940000005



Mengetahui,

Dekan, FIS UNISSUEA Semarang



Iwan Ardan, SKM., M.Kep
NIDN. 0622087403

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan ridho-Nya, sehingga peneliti telah diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “pengaruh teknik relaksasi benson terhadap tingkat depresi pada pasien stroke”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai sarjana keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari sepenuhnya bahwa peneliti banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari beberapa pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang telah penulis rencanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih pada :

1. H. Anis Malik Thoha, MA, Lc, Ph.d selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, SKM., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Ns. Tutik Rahayu, M. Kep., Sp. Kep. Mat selaku Kaprodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Erna Melastuti, M.Kep selaku pembimbing I yang telah sabar dan meluangkan waktu serta tenaga dalam memberikan ilmu serta nasehat yang

bermanfaat dengan penuh perhatian dan kelembutan, mengajarkan penulis agar selalu semangat sesulit apapun menghadapi ujian skripsi ini, serta memotivasi diri dengan penuh senyuman dalam penyusunan skripsi ini.

5. Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M.Kep selaku pembimbing II yang telah sabar dan meluangkan waktu dan tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasehat yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, S. Kep., MAN selaku penguji I yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan bimbingan, ilmu dan nasehat dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen pengajar dan staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis.
8. Direktur Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang dan direktur Rumah Sakit Dr Adhyatma, MPH. yang telah memberikan izin uuntuk pengambilan data dalam penyusunan skripsi ini.
9. Kedua orang tua saya, Bapak yang saya hormati Alzu dan Ibu yang saya sangat cintai Safidah serta kakak dan adik saya tersayang Hilmawan, ANT. III dan Alif Musafidin. Terima kasih untuk segala kasih sayang, motivasi, semangat, nasehat, waktu, biaya, keikhlasan, kesabaran, serta do'a yang senantiasa dipanjatkan, dan juga yang selalu mengajari saya untuk terus berusaha dan tidak mudah putus asa.

10. Sahabat-sahabat tersayang Inun, Hikmah, Nhayong, Ainun, Ervina, dan teman-teman Cerdas Sultraku yang selalu saling memberikan masukan dan motivasi demi kelancaran skripsi ini.
11. Teman-teman satu kos Khatija, Kabillah, Ike, Nina dan Nur yang selalu memberikan keceriaan dan tak pernah lelah untuk selalu menyemangati.
12. Teman satu bimbingan Iin, Mulia, Stefani, Nela, Devi, dan Mentari yang selalu memberikan semangat untuk mendapatkan kata ACC serta teman-teman S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2013 yang selalu memberikan semangat dan tidak pernah lelah mendukung untuk selalu berjuang bersama.
13. Semua pihak yang tidak dapat peneliti tuliskan satu per satu, atas bantuan dan kerjasama yang diberikan dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih membutuhkan saran dan kritik demi kesempurnaannya. Peneliti berharap skripsi keperawatan ini dapat member manfaat bagi banyak pihak.

Akhir kata, semoga dukungan dan bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak, mendapatkan keberkahan berupa ridho dari Allah SWT.

Jazakallah khairan Katsira, Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 8 Februari 2017

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Stroke	7
a. Pengertian.....	7
b. Klasifikasi.....	7
c. Etiologi.....	8
d. Komplikasi.....	9

e. Penatalaksanaan.....	11
2. Depresi	12
a. Pengertian.....	12
b. Klasifikasi.....	12
c. Etiologi	13
d. Tanda dan Gejala.....	14
e. Penatalaksanaan	15
3. Relaksasi Benson.....	17
a. Pengertian	17
b. Prosedur Pelaksanaan Relaksasi Benson.....	17
c. Manfaat	19
B. Kerangka Teori.....	20
C. Hipotesa.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Kerangka Konsep	22
B. Variabel Penelitian	22
C. Jenis dan Desain Penelitian	23
D. Populasi dan Sampel Penelitian	23
1. Populasi	23
2. Sampel	24
3. Teknik Sampling	25
E. Tempat dan Waktu Penelitian	26
F. Definisi Operasional.....	26
G. Instrumen atau Alat Pengumpulan Data	27

H. Metode Pengumpulan Data	28
I. Analisa Data	30
J. Etika Penelitian.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN	35
A. Analisa Univariat.....	35
1. Karakteristik Responden	35
2. Tingkat Depresi Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi Benson	40
3. Tingkat Depresi Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Benson	40
B. Analisa Bivariat.....	41
BAB V PEMBAHASAN	42
A. Analisa Univariat.....	42
1. Karakteristik Responden	42
a. Umur	42
b. Jenis kelamin	43
c. Pendidikan	44
d. Pekerjaan	45
e. Status Perkawinan	45
f. Penyakit Penyerta.....	46

g. Jenis Stroke	47
2. Gambaran Perubahan Tingkat Depresi.....	47
B. Analisa Bivariat.....	48
1. Perbedaan Tingkat Depresi Sebelum dan Sesudah Perlakuan	48
2. Pengaruh Teknik Relaksasi Benson terhadap Depresi	48
C. Keterbatasan Penelitian	50
D. Implikasi Untuk Keperawatan	50
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. SIMPULAN.....	52
.....	
B. SARAN	53
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	26
Tabel 4.1	Distribusi frekuensi responden yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik usia (N=25).....	35
Tabel 4.2	Distribusi frekuensi yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik jenis kelamin(N=25).....	36
Tabel 4.3	Distribusi frekuensi yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik pendidikan (N=25)	36
Tabel 4.4	Distribusi frekuensi yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik pekerjaan(N=25)	37
Tabel 4.5	Distribusi frekuensi yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik status perkawinan (N=25)	37
Tabel 4.6	Distribusi frekuensi responden yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik penyakit penyerta(N=25)	38
Tabel 4.7	Distribusi frekuensi responden yang mengalami stroke berdasarkan karakteristik jenis stroke(N=25).....	38
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Responden Sebelum diberikan Teknik Relaksasi Benson	39
Tabel 4.9	Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Responden Sesudah diberikan Teknik Relaksasi Benson	39

Tabel 4.10 Rata-rata Tingkat Depresi Sebelum Dilakukan Teknik Relaksasi Benson.....	40
Tabel 4.11 Rata-rata Tingkat Depresi Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Benson.....	40
Tabel 4.12 Uji Normalitas Tingkat Depresi Sebelum dan Sesudah diberikan Teknik Relaksasi Benson	41
Tabel 4.13 Hasil uji <i>Wilcoxon</i> Tingkat Depresi Sebelum dan Sesudah diberikan Teknik Relaksasi Benson	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	20
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Survey Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 3 Surat Keterangan Uji Etik
- Lampiran 3 Surat Keterangan Uji Etik
- Lampiran 4 Surat Keterangan Hasil Turn It In
- Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Kuesioner Data Demografi
- Lampiran 8 *Zung Self Rating Depression Scale*
- Lampiran 9 Prosedur Pelaksanaan
- Lampiran 10 Lembar Aspek Penilaian
- Lampiran 11 Hasil Olah Data Penelitian
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi
- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup