



**PENERAPAN *EVIDENCE-BASED NURSING (EBN) EYE
MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING (EMDR)*
THERAPY DALAM MENGELOLA STRES KERJA PERAWAT
HEMODIALISA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

YANA AFRIYANI

2410721060

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



**PENERAPAN *EVIDENCE-BASED NURSING* (EBN) *EYE*
MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING (EMDR)
THERAPY DALAM MENGELOLA STRES KERJA PERAWAT
HEMODIALISA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

YANA AFRIYANI

2410721060

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri dan seluruh sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Yana Afriyani

NIM : 2410721060

Tanggal : 20 Mei 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 20 Mei 2025

Yang menyatakan,



(Yana Afriyani)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yana Afriyani

NIM : 2410721060

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Penerapan *Evidence-Based Nursing (EBN) Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy* untuk Mengelola Stres Kerja Pada Perawat Hemodialisa**. Dengan hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Ilmiah Akhir Ners saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 20 Mei 2025

Yang menyatakan,



(Yana Afriyani)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

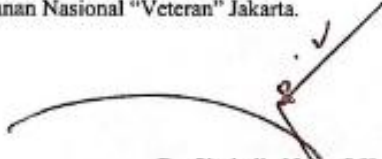
Nama : Yana Afriyani

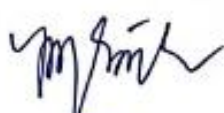
NIM : 2410721060

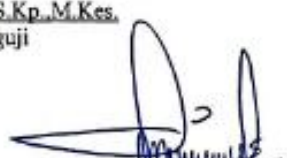
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul Karya Ilmiah : Penerapan *Evidence-Based Nursing (EBN) Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy* untuk Mengelola Stres Kerja Pada Perawat Hemodialisa

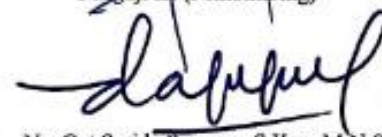
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Dr. Sirajudin Noor, S.Kp., M.Kes.
Ketua Penguji


Ns. Nelli Febelensi, S.Kep., M.Kep.


Ns. Tatiana Siregar, S.Kep., MM., M.Kep.
Penguji III (Pembimbing)




Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Tanggal Seminar : 20 Mei 2025

PENERAPAN *EVIDENCE-BASED NURSING (EBN) EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING (EMDR) THERAPY* DALAM MENGELOLA STRES KERJA PERAWAT HEMODIALISA

Yana Afriyani

Abstrak

Stres kerja pada perawat dapat memberi dampak seperti gelisah, sulit berkonsentrasi, dan mudah lupa. Namun, masih banyak perawat yang belum mengetahui cara manajemen stres dengan benar. Stres kerja yang terkendali menjadikan perawat dapat lebih fokus, empatik, dan teliti dalam memberikan pelayanan, sehingga mutu asuhan keperawatan meningkat dan risiko kesalahan kerja menurun. Tujuan penerapan *EBN* adalah untuk mengelola stres kerja pada perawat. Penerapan *Evidence Based Nursing (EBN)* ini dilakukan kepada 3 perawat dengan hasil *pre-test* menggunakan kuesioner *Expanded Nursing Stress Scale (ENSS)* menunjukan kategori stres kerja berat dengan nilai rata-rata 128,33. Setelah diberikan intervensi selanjutnya perawat mengisi kuesioner *post-test* yang menunjukkan bahwa sebanyak 100% (3 perawat) dengan nilai rata-rata 84. Uji statistik *Paired T-Test* telah dilakukan dan didapatkan hasil *p value 0.004* yang menandakan adanya perubahan yang signifikan pada stres kerja yang dialami perawat sebelum dan sesudah diberikan intervensi sehingga dengan hasil tersebut bahwa terdapat penurunan tingkat stres kerja perawat setelah dilakukan intervensi *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy*. Penulis berharap perawat bisa mengimplementasikan penerapan *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy* dalam mengelola stres kerja perawat.

Kata Kunci: *EMDR Therapy*, Stres Kerja, Perawat

IMPLEMENTING EVIDENCE-BASED NURSING (EBN) AND EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING (EMDR) THERAPY TO MANAGE WORK STRESS IN DIALYSIS NURSES

Yana Afriyani

Abstract

Occupational stress among nurses can lead to symptoms such as anxiety, difficulty concentrating, and forgetfulness. However, many nurses are still unaware of how to manage stress effectively. When work-related stress is properly managed, nurses are able to perform with greater focus, empathy, and accuracy, which in turn enhances the quality of nursing care and reduces the risk of errors. The purpose of implementing Evidence-Based Nursing (EBN) is to help manage work-related stress among nurses. This EBN approach was applied to three nurses, whose pre-test scores—measured using the Expanded Nursing Stress Scale (ENSS) indicated a high level of work stress, with an average score of 128.33. Following the intervention, the nurses completed a post-test using the same scale, which showed that 100% (3 nurses) experienced a reduction in stress, with an average score of 84. A statistical analysis using the Paired T-Test yielded a p-value of 0.004, indicating a significant difference in the level of work stress before and after the implementation of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy. Based on these results, it can be concluded that EMDR therapy effectively reduced the nurses' work-related stress. The author hopes that nurses can begin to implement EMDR therapy as a method of managing work-related stress in clinical settings.

Keywords: EMDR Therapy, Nurse, Work Stress

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners “KIAN” yang berjudul “Penerapan *Evidence-Based Nursing* (EBN) *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR) *Therapy* untuk Mengelola Stres Kerja Pada Perawat Hemodialisa” dapat selesai sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Profesi Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Terima kasih penulis ucapkan kepada: Bapak Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Ibu Desmawati, M.Kep., Sp. Kep. Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Ibu Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., MNS selaku Kepala Jurusan Keperawatan sekaligus Kepala Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Bapak Dr.Sirajudin Noor, S.Kp., M.Kes selaku Dosen Penguji 1, Ibu Nelly Febriani, S.Kep.,M.Kep selaku Dosen Penguji 2, dan Ibu Ns. Tatiana Siregar, S.Kep., MM., M.Kep selaku Dosen Penguji 3 sekaligus dosen pembimbing yang telah selalu menyemangati, membimbing, dan memberikan arahan serta saran kepada penulis. Terima kasih juga kepada Orang tua yaitu Bapak Mashur dan Ibu Markunah, Teman-teman di Prodi Ners 2024. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Salman Rausyan Fikri, S.T yang hingga saat ini masih senantiasa menemani, menghibur, mendukung, memberi semangat, serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran kepada penulis untuk menyelesaikan KIAN ini. Apresiasi sebesar-besarnya kepada diri sendiri yang telah bertanggungjawab untuk melangkah dan bertahan sejauh ini.

Penulis menyadari bahwa KIAN ini tidak luput dari kekurangan tertentu. Penulis terbuka menerima segala masukan, kritik, dan saran yang membangun agar dapat meningkatkan kualitas dan memberikan manfaat yang lebih besar bagi peneliti lain dan para pembaca.

Jakarta, 20 Mei 2025

Penulis

Yana Afriyani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penulisan.....	4
I.4 Manfaat Penulisan.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Tinjauan Kasus	6
II.2 Tinjauan Intervensi	32
 BAB III GAMBARAN KASUS	35
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus	35
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
IV.1 Analisa Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Terkait	60
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti.....	62
IV.3 Implikasi.....	66
 BAB V PENUTUP.....	69
V.1 Kesimpulan	69
V.2 Saran	70
 DAFTAR PUSTAKA	72
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gambaran Stres Kerja Perawat di Klinik Hemodialisa Pandaoni Tahun 2025 (n=6).....	42
Tabel 2	Karakteristik Perawat yang Mengalami Stres Kerja di Ruang Hemodialisa Klinik Hemodialisa Pandaoni Tahun 2025 (n=6)	43
Tabel 3	Analisa Data.....	44
Tabel 4	Analisa SWOT	48
Tabel 5	<i>Plan of Action</i> (POA).....	50
Tabel 7	Implementasi <i>Eye Movement Desensitization and Reprocessing</i> (EMDR) <i>Therapy</i> di Ruang Hemodialisa Klinik Hemodialisa Pandaoni Tahun 2025.....	52
Tabel 8	Hasil Ukur Tingkat Stres Kerja Perawat Sebelum dan Setelah dilakukan Implementasi <i>Eye Movement Desensitization and Reprocessing</i> (EMDR) <i>Therapy</i> di Ruang Hemodialisa Klinik Hemodialisa Pandaoni Tahun 2025 (n=3).....	58
Tabel 9	Analisa Hasil Uji <i>Paired T-Test</i> dan Perbandingan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post Test</i> (n=3)	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 1- <i>History Taking</i>	24
Gambar 2	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 2- <i>Preparation</i>	25
Gambar 3	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 3- <i>Assesment</i>	25
Gambar 4	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 4- <i>Desensitization (Eye Movement)</i>	26
Gambar 5	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 4- <i>Desensitization (Knee Tapping)</i>	26
Gambar 6	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 4- <i>Desensitization (Shoulders Tapping)</i>	26
Gambar 7	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 5- <i>Instalation</i>	27
Gambar 8	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 6- <i>Body Scan</i>	27
Gambar 9	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 7- <i>Closure</i>	28
Gambar 10	Gerakan <i>EMDR Therapy</i> : Tahap 9- <i>Re-Evaluation</i>	28
Gambar 11	Perawat Melakukan Pengisian <i>Pre-Test</i> dengan Kuesioner <i>Expanded Nursing Stress Scale (ENSS)</i>	56
Gambar 12	Perawat Menerapkan Intervensi <i>Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy</i>	56
Gambar 13	Perawat Melakukan Pengisian <i>Post-test</i> dengan Kuesioner <i>Expanded Nursing Stress Scale (ENSS)</i>	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan Judul
Lampiran 2	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 4	Hasil Turnitin
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	Kuesioner Studi Kasus <i>Expanded Nursing Stres Scale</i> (ENSS)
Lampiran 7	Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>EMDR Therapy</i>
Lampiran 8	Hasil Uji Statistik <i>Paired T-Test</i>
Lampiran 9	<i>Output</i> Luaran Buku