



**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PERUBAHAN  
KECEMASAN PASEIN DENGAN *UNSTABLE ANGINA*  
*PECTORIS: CASE REPORT***

Oleh :

**OKTAVIAN BAYU TRI MARGIONO**

**NIM. 2104095**

**PROGRAM STUDI PROFESIONERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA**

**2022**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PERUBAHAN**

**KECEMASAN PASEIN DENGAN *UNSTABLE ANGINA***

***PECTORIS : CASE REPORT***

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian karya tulis ilmiah Profesi

Ners

**OKTAVIAN BAYU TRI MARGIONO**

**NIM. 2104095**

STIKES BETHESDA YAKKUM

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA**

**2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PERUBAHAN  
KECEMASAN PASEIN DENGAN *UNSTABLE ANGINA*  
*PECTORIS* : CASE REPORT**

**OKTAVIAN BAYU TRI MARGIONO**

**NIM. 2104095**

**Proposal Karya Tulis Ilmiah ini disetujui pada  
Tanggal 3 November 2022**

**Penguji:**



**Isnanto. S.Kep., Ns., MAN**

**NIK 06-0044**

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PERUBAHAN

KECEMASAN PASEIN DENGAN *UNSTABLE ANGINA*

*PECTORIS* : CASE REPORT

Oleh :

OKTAVIAN BAYU TRI MARGIONO

NIM. 2104095

Karya Tulis Ilmiah ini disetujui pada tanggal November 2022

Dosen Pembimbing

Isnanto S. Kep., Ns., MAN  
NIK 060044

Mengesahkan  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum  
Yogyakarta

Mengetahui:  
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners



Nurlia Imaningtyas, S.Kep., Ns.,  
M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.  
NIK 03-0039

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIK 11-0070

## ABSTRAK

**OKTAVIAN BAYU TRI MARGIONO.** “Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Kecemasan Pasien Dengan *Unstable Angina Pectoris* : Case Report”

*Unstable angina pectoris* (UAP) atau angina pectoris tidak stabil terjadi ketika rasa sakit pertama kali muncul, nyeri dada yang dirasakan tiba-tiba dan memburuk. Secara psikologi penderita jantung koroner akan merasakan kerentanan terhadap gangguan mental karena kecemasan pada penurunan kesehatan, munculnya penyakit lain dan ancaman kematian mendadak. Salah satu teknik menurunkan rasa cemas dengan non farmakologis yaitu dengan teknik relaksasi genggam jari. **Gejala utama:** ketika rasa sakit pertama kali muncul, nyeri dada yang dirasakan tiba-tiba saat istirahat atau dengan aktivitas minimal dan tiba-tiba memburuk, atau angina pectoris sudah ada sebelumnya namun menjadi lebih berat. **Intervensi terapeutik:** Penelitian dilakukan pada 13-15 Oktober 2022. Intervensi relaksasi genggam jari dilakukan selama 10 menit dengan intervensi dilakukan 1 hari sekali. **Outcome:** hasil penelitian terdapat penurunan tingkat kecemasan dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. **Kesimpulan:** teknik relaksasi genggam jari terbukti efektif dalam mengatasi masalah kecemasan.

**Kata kunci :** Relaksasi genggam jari – Kecemasan - *Unstable angina pectoris*  
v + 28 halaman + 1 gambar + 16 tabel + 1 skema + 1 lampiran

**Kepustakaan:** 29, 2012-2022

## ABSTRACT

**OKTAVIAN BAYU TRIMARGIONO.** *“The Effect of Finger Clasp Relaxation Techniques on Changes in Patient Anxiety with Unstable Angina Pectoris : Case Report”*

**Background:** Unstable angina pectoris (UAP) or unstable angina pectoris occurs when the pain first appears, the chest pain is felt suddenly and gets worse. Psychologically, coronary heart patients will feel vulnerable to mental disorders because of anxiety about declining health, the emergence of other diseases and the threat of sudden death. One of the non-pharmacological techniques to reduce anxiety is the finger grip relaxation technique. **The main symptoms:** when the pain first appears, chest pain that is felt suddenly at rest or with minimal activity and suddenly gets worse, or angina pectoris was present but became more severe. **Therapeutic intervention:** The study was conducted on October 13-15, 2022. The finger grip relaxation intervention was carried out for 10 minutes with the intervention carried out once a day. **Outcome:** the results of the study showed a decrease in the level of anxiety from moderate anxiety to mild anxiety. **Conclusion:** finger grip relaxation technique proved effective in overcoming anxiety problems.

**Key words :** Finger grip relaxation – Anxiety - Unstable angina pectoris  
v + 28 pages + 1 picture + 16 tables + 1 schematic + 1 appendix

**Bibliography:** 29, 2012-2022

STIKES BETHESDA YAKKUM