



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

***CASE REPORT: EFEKTIFITAS TERAPI FINGER HOLD TERHADAP  
KECEMASAN PRE OPERASI APPENDICTOMY DI INSTALASI BEDAH  
SENTRAL (IBS)RUMAH SAKIT BETHESDA  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2025***

**MILLENIA DIAH KUSUMANINGRUM**

**2304120**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA  
2025**

NASKAH PUBLIKASI

**CASE REPORT: EFEKTIFITAS TERAPI FINGER HOLD TERHADAP  
KECEMASAN PRE OPERASI APPENDICTOMY DI INSTALASI BEDAH**

**SENTRAL (IBS) RUMAH SAKIT BETHESDA**

**YOGYAKARTA**

**TAHUN 2025**

Disusun oleh

**MILLENIA DIAH KUSUMANINGRUM**

2304120

Telah melakukan Sidang KIA pada: 25 April 2025

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners

Pembimbing Akademik



Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK 110070

Dwi Nugroho Heri Saputro, S.Kep., Ns.,

M.Kep.Sp.Kep.MB., Ph.D., NS

NIK 990032

## ABSTRAK

### ***Case report: Efektifitas Terapi Finger Hold Terhadap Kecemasan Pre Operasi***

### **Appendectomy Di Instalasi Bedah Sentral (Ibs) Rumah Sakit Bethesda**

**Yogyakarta Tahun 2025**

**<sup>1</sup>Millenia Diah Kusumaningrum; <sup>2</sup>Dwi Nugroho Heri Saputro**

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

[millenia011@gmail.com](mailto:millenia011@gmail.com)

[heri@stikesbethesda.ac.id](mailto:heri@stikesbethesda.ac.id)

**MILLENNIA DIAH KUSUMANINGRUM.** “Efektifitas Terapi Finger Hold Terhadap Kecemasan Pre Operasi Appendectomy di Instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025: *Case Report*.”

**Latar Belakang:** Kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik. Relaksasi genggam jari bertujuan untuk mengurangi kecemasan, mengurangi rasa panik dan memberikan rasa nyaman pada tubuh untuk menenangkan pikiran dan mengontrol emosi.

**Gejala dan Intervensi:** Pasien dengan operasi appendectomy memiliki keluhan kecemasan ringan dan belum tahu cara mengurangi cemas sehingga dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan cemas.

**Kesimpulan:** Kecemasan berbeda dengan rasa takut, yang merupakan respon dari suatu ancaman yang asalnya diketahui, eksternal, jelas, atau bukan bersifat konflik. Intervensi teknik genggam jari yang dilakukan menunjukkan adanya penurunan kecemasan melalui kuisioner STAI-S, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi *appendectomy* di ruang Instalasi Bedah Sentral RS Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

**Kata kunci:** Teknik genggam jari, kecemasan, *appendectomy*

**Kepustakaan:** 15, 2018-2025

<sup>1</sup> Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

## **ABSTRACT**

### ***Effectiveness of Finger Hold Therapy on Pre-Appendectomy Anxiety in the Central Surgical Installation (IBS) of Bethesda Hospital Yogyakarta in 2025***

**<sup>1</sup>Millenia Diah Kusumaningrum; <sup>2</sup>Dwi Nugroho Heri Saputro**

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

[millenia011@gmail.com](mailto:millenia011@gmail.com)

[heri@stikesbethesda.ac.id](mailto:heri@stikesbethesda.ac.id)

**MILLENNIA DIAH KUSUMANINGRUM.** “Effectiveness of Finger Hold Therapy on Pre-Appendectomy Anxiety in the Central Surgical Installation (CSI) of Bethesda Hospital Yogyakarta in 2025: Case Report.”

**Background:** Anxiety is an emotional state that arises when an individual is stressed, and is characterized by feelings of tension, thoughts that make the individual feel worried and accompanied by physical responses. Finger hold relaxation aims to reduce anxiety, reduce panic and provide a sense of comfort to the body to calm the mind and control emotions.

**Symptoms and Interventions:** Patients with appendectomy surgery have complaints of mild anxiety and do not know how to reduce anxiety so that finger hold relaxation technique interventions are carried out to reduce anxiety.

**Conclusion:** Anxiety is different from fear, which is a response to a threat that is known, external, clear, or not conflictual. The finger grip technique intervention carried out showed a decrease in anxiety through the STAI-S questionnaire, so it can be concluded that there is an effect of the finger grip relaxation technique to reduce anxiety in pre-appendectomy patients in the Central Surgery Installation Room of Bethesda Hospital Yogyakarta in 2025

**Keyword:** Finger grip technique, anxiety, appendectomy

**Literature:** 15, 2018-2023

<sup>1</sup> Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Science

<sup>2</sup> Lecture of Nursing Program, Bethesda Institute for Health Science

## PENDAHULUAN

Apendisitis adalah keadaan inflamasi dan obstruksi pada vermiformis. Sehingga merupakan penyakit yang paling sering membutuhkan pembedahan kedaruratan. Jika apendisitis tidak ditangani dengan segera bisa menimbulkan berbagai dampak buruk bagi kesehatan seperti perforasi, peritonitis, abses intra abdomen dan obstruksi intestinum.<sup>1</sup> Pembedahan atau operasi adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani dan pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan serta diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka. Sayatan atau luka yang dihasilkan merupakan suatu trauma bagi penderita dan ini bisa menimbulkan berbagai keluhan dan gejala. Bedah atau operasi merupakan tindakan pembedahan cara dokter untuk mengobati kondisi yang sulit atau tidak mungkin disembuhkan hanya dengan obatobatan sederhana. Apendiktomi merupakan pembedahan mengangkat apendiks yang dilakukan untuk menurunkan resiko perforasi.<sup>2</sup>

Kecemasan yang dialami oleh pasien yang menjalani pembedahan dengan sipinal anastesi akan menimbulkan respon "*fight of flight*". *Flight* merupakan reaksi isotonik tubuh untuk melarikan diri, dimana hal ini terjadi karena adanya peningkatan sekresi adrenalin ke dalam sirkulasi darah yang akan menyebabkan meningkatnya denyut jantung dan tekanan darah sistolik. Sedangkan *Flight* merupakan reaksi agresif dari seseorang untuk melakukan penyerangan yang akan menyebabkan sekresi noradrenalin, renin angiotensin sehingga tekanan darah meningkat baik sistolik maupun diastolic.<sup>3</sup>

Salah satu terapi relaksasi adalah relaksasi genggam jari merupakan sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energy didalam tubuh kita. Teknik genggam jari disebut juga finger hold. Relaksasi genggam jari salah satu teknik relaksasi yang dilakukan untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Untuk menurunkan resistensi perifer dan menaikkan elastisitas pembuluh darah otototot dan

peredaran darah akan lebih sempurna dalam mengambil dan mengedarkan oksigen serta relaksasi otot progresif dapat bersifat vasodilator yang efeknya memperlebar pembuluh darah dan dapat menurunkan tekanan darah secara langsung serta dapat mengurangi rasa nyeri.<sup>4</sup>

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan intervensi selama 1 hari dilakukan selama 5 menit. Penelitian ini dilakukan pada 11 April 2025 di ruang pre operasi IBS (Instalasi Bedah Sentral) RS Bethesda Yogyakarta. Partisipan dalam *case report* ini sejumlah 1 (satu) orang pasien pre operasi appendicitis RS Bethesda Yogyakarta. Alat ukur yang digunakan yaitu menggunakan *STAI-S (State trait anxiety inventory-Situational)*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Pasien Ny. S berusia 66 tahun dengan diagnosis appendicitis dan akan melakukan operasi appendectomy. Penulis melakukan *case study* pada pasien yang mengalami kecemasan pre *appendectomy* dengan melakukan pengkajian secara observasi kepada pasien. Hasil dari observasi yang dilakukan didapatkan bahwa terjadi penurunan tingkat ansietas, dari tingkat ansietas ringan menjadi tidak ansietas. Pasien mengatakan sedikit cemas dan berdebar-debar walaupun sudah operasi yang ketiga kalinya. Sehingga mendapatkan diagnosa keperawatan yaitu ansietas. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa banyak faktor pemicu yang dapat membuat seseorang menjadi cemas, salah satunya yaitu seseorang yang belum memiliki pengalaman terhadap suatu proses yang menyebabkan kecemasan, seseorang yang sudah tau akan suatu proses yang berbeda dengan pengalaman.<sup>5</sup>

Pasien dilakukan intervensi keperawatan untuk mengurangi rasa cemas yaitu dengan menggunakan metode teknik genggam jari. Terapi genggam jari dilakukan untuk mengurangi rasa cemas dan merileksasikan pikiran dengan waktu 5-10 menit. Terapi

diberikan pada pasien pre operasi kepada pasien dengan memberikan *inform consent* pasien bersedia untuk melakukan terapi yang diberikan dan mengikuti setiap instruksi. Pada saat diberikan intervensi pasien diminta untuk memejamkan mata sembari menggenggam jari dimulai dari jari jempol kiri dan dilanjutkan sampai jari kelingking, selanjutnya dilakukan genggam pada jari jempol kanan sampai jari kelingking secara bergantian. Sebelum dilakukan intervensi pasien diukur tingkat kecemasan menggunakan kuisioner STAI (*State trait anxiety inventory*) dengan hasil sebelum dilakukan intervensi dengan skor 36 dan setelah dilakukan intervensi selama 5 menit tingkat kecemasan pasien menurun menjadi skor 26 dengan kategori tidak cemas.

**Tabel 1**

Hasil Implementasi pre dan post tindakan genggam jari untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif dengan menggunakan penilaian STAI-S dengan penjabaran sebagai berikut

<b>Intervensi Relaksasi Genggam Jari</b>	<b>Skor STAI-S</b>	<b>Intervensi</b>
09.15 WIB Pre Intervensi	36	Cemas ringan
09.20 WIB Post Intervensi	26	Tidak cemas

## PEMBAHASAN

Fase pre-operatif atau sesaat sebelum dilakukannya tindakan operasi, pasien dihadapkan pada berbagai stresor yang menimbulkan kecemasan dan ketakutan, bahkan masa tunggu pun dapat menimbulkan kecemasan<sup>6</sup>

Banyak faktor pemicu yang dapat membuat seseorang menjadi cemas, salah satunya yaitu seseorang yang belum memiliki pengalaman terhadap suatu proses yang menyebabkan kecemasan, seseorang yang sudah tau akan suatu proses yang berbeda dengan pengalaman sebelumnya. Ada berbagai alasan yang memicu timbulnya kecemasan pasien dalam menghadapi tindakan pembedahan antara lain, cemas menghadapi ruang operasi, takut terhadap anastesi yang membuat mereka berpikir tidak akan sadar lagi, dan takut bahwa ada kemungkinan operasi gagal<sup>7</sup>. Teknik relaksasi memungkinkan pasien untuk mengendalikan diri ketika timbul ketidaknyamanan dan nyeri, serta ketika nyeri menyebabkan stres fisik dan mental. Salah satu teknik yang mudah dilakukan ialah teknik genggam jari ini dikenal juga dengan *finger hold*. Teknik relaksasi genggam jari juga merupakan relaksasi nafas yang menjadi salah satu intervensi mandiri keperawatan yang dapat digunakan untuk mengatasi gejala psikologis pasien. Relaksasi ini dapat berguna untuk memperbaiki kondisi kesehatan dan menghambat timbulnya stress dan kecemasan (*American Psychological Association*)<sup>8</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

### KESIMPULAN

Hasil setelah diberikan intervensi teknik relaksasi genggam jari didapatkan bahwa terjadi penurunan tingkat ansietas dari tingkat cemas ringan menjadi tingkat tidak cemas. Hasil intervensi skor penilaian tingkat kecemasan menggunakan STAI-S sebanyak 36 (cemas ringan), kemudian setelah diberikan intervensi tingkat ansietas



menurun menjadi 26 (tidak cemas) di ruang pre operasi IBS (Instalasi Bedah Sentral) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

## **SARAN**

### **1. Teoritis**

Hasil KIA dapat dijadikan referensi untuk penelitian lanjutan keperawatan terkait dengan efektifitas teknik genggam jari pada pasien pre operasi appendectomy.

### **2. Praktis**

#### **a. Bagi Keluarga dan Pasien**

Hasil penelitian ini diharapkan pasien mampu melakukan intervensi genggam jari secara mandiri untuk mengurangi cemas dan mampu menerapkan secara mandiri.

#### **b. Bagi RS Bethesda Yogyakarta**

Hasil penelitian diharapkan mampu menjadi referensi untuk perawat ruang IBS dan Institusi STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta dalam pengembangan ilmu serta intervensi dalam penurunan cemas.

#### **c. Bagi Bagi Peneliti Selanjutnya**

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya terkait efektifitas genggam terhadap tingkat ansietas pada pasien pre operasi di ruang IBS.

## **UCAPAN DAN TERIMKASIH**

Pada kesempatan ini secara khusus, perkenankan peneliti menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih kepada:

1. RS Bethesda Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian penerapan intervensi terapi teknik relaksasi genggam jaro untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *appendectomy* di ruang IBS RS Bethesda Yogyakarta.
2. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas dan izin bagi peneliti untuk melaksanakan proses penelitian.

3. Pembimbing akademik dan klinik yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun bagi peneliti.
4. Ny. S yang telah bersedia menjadi pasien kelolaan untuk dilakukan intervensi terapi Relaksasi *Autogenic* dan keluarga yang telah memberikan izin.
5. Seluruh pihak yang terlibat dan membantu dalam proses penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] W Kowalak. 2011. Buku Ajar Patofisiologi. Jakarta: EGC.
- [2] Lasander, C., Rumende, R., & Huragana, J. (2016). Pengaruh Teknik Distraksi terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendiksitis di RS Pancaran Kasih Manado. E-Jurnal Sariputra, 3(2), 1–6.  
<http://jurnal.unsrittomohon.ac.id>
- [3] Kemenkes RI. (2022). Usus Buntu. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan RI.  
[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1552/usus-buntu](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1552/usus-buntu)
- [4] Arlina, Z. Ternando, H. 2017. Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi..
- [5] Suryana, U., Susanti, I. H., & Khasanah, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kecemasan Pre Anestesi Spinal Pada Pasien Sectio Caesarea di Rumah Sakit TK III Salak Bogor. Jurnal Kesehatan, 12(00007), 1–19.  
<https://doi.org/10.35960/vm.v16i2.874>
- [6] Rahmawati, H. K. (2022). *Layanan Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengurangi Kecemasan Bagi Korban Penyalahgunaan Napza*.3(2), 389– 398.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.32806/jkpi.v3i2.152>
- [7] Suryana, U., Susanti, I. H., & Khasanah, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kecemasan Pre Anestesi Spinal Pada Pasien Sectio Caesarea di Rumah Sakit TK III Salak Bogor. Jurnal Kesehatan, 12(00007), 1–19.  
<https://doi.org/10.35960/vm.v16i2.874>

- [8] Anisah, I. N., & Maliya, A. 2021. Efektivitas Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pasien Yang Menjalani Hemodialisa. Jurnal Berita Ilmu Keperawatan, 14(1), 57–64. <https://doi.org/10.23917/bik.v14i1.12226>

STIKES BETHESDA YAKKUM