



NASKAH PUBLIKASI

**EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI
DI RUANG INSTALASI BEDAH SENTRAL RUMAH SAKIT BETHESDA**

YOGYAKARTA: CASE REPORT

Oleh:

ANNA MARIA VIOLETA NARMADA

NIM: 2404028

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

**EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI
DI RUANG INSTALASI BEDAH SENTRAL RUMAH SAKIT BETHESDA**

YOGYAKARTA: *CASE REPORT*

Naskah Publikasi

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Ners

Oleh:

Anna Maria Violeta Narmada

NIM: 2404028

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

HALAMAN PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI

DI RUANG INSTALASI BEDAH SENTRAL RUMAH SAKIT BETHESDA

YOGYAKARTA: CASE REPORT

Oleh:

Anna Maria Violeta Narmada

NIM: 2404028

Telah Melalui Tahap Ujian pada tanggal 20 November 2025

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners

Pembimbing Akademik

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

Ratna Puspita Adiyasa, S.Kep., Ns., MAN



**EFEKTIVITAS TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI
DI RUANG INSTALASI BEDAH SENTRAL RUMAH SAKIT BETHESDA
YOGYAKARTA: CASE REPORT**

Anna Maria Violeta Narmada,

Ratna Puspita Adiyasa, S.Kep., Ns., MAN

ABSTRAK

ANNA MARIA VIOLETA NARMADA “Efektivitas Terapi Relaksasi Genggam Jari Untuk Masalah Keperawatan Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta: *Case Report*”.

Latar Belakang: Apendisitis adalah peradangan pada appendix yang dapat berbahaya jika terjadi perforasi. Penatalaksanaan meliputi operasi laparatomi untuk mengangkat bagian yang terinfeksi, yang sering menimbulkan kecemasan pada pasien.

Tujuan: Mengetahui efektivitas terapi relaksasi genggam jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi Laparatomi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

Pengelolaan Kasus: Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data bahwa Bp. A mengalami nyeri pada perut bagian kanan bawah sejak dua minggu lalu. Hasil pemeriksaan USG terdapat appendisitis perforasi. Pre operasi pasien mengalami kecemasan karena sebelumnya pasien takut dipasang selang pipis karena akan sakit sekali. Kecemasan mulai muncul saat pasien diterima di ruang penerimaan. Saat dilakukan pengkajian dengan menggunakan kuisioner *Amsterdam Pre Operative Anxiety and Information Scale* pasien termasuk dalam tingkat kecemasan sedang.

Pembahasan: Pada pasien preoperasi laparatomi, diagnosa keperawatan ansietas ditangani dengan intervensi terapi relaksasi menggunakan teknik genggam jari (*finger hold*). Setelah 15 menit, skor kecemasan menurun menjadi kategori ringan. Teknik ini sederhana, dapat dilakukan sendiri, dan bekerja dengan memanfaatkan aliran energi di jari tangan serta pernapasan dalam untuk mengurangi ketegangan fisik dan emosional. Relaksasi ini menenangkan tubuh dan pikiran, menurunkan hormon stres, serta efektif sebagai metode nonfarmakologi yang praktis dan efisien.

Kesimpulan: Terapi relaksasi genggam jari efektif untuk mengatasi kecemasan pada pasien pre operasi Laparatomi Apendisitis.

Kata Kunci: Terapi Relaksasi Genggam Jari – Pre Operasi – Kecemasan.

Mahasiswa Profesi Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

The Effectiveness of Finger-Handling Relaxation Therapy for Nursing Problems of Anxiety in Pre-Laparotomy Surgery Patients in the Central Surgical Installation Room of Bethesda Hospital Yogyakarta: Case Report

Anna Maria Violeta Narmada,

Ratna Puspita Adiyasa, S.Kep., Ns., MAN

ABSTRACT

ANNA MARIA VIOLETA NARMADA *“The Effectiveness of Finger-Handling Relaxation Therapy for Nursing Problems of Anxiety in Pre-Laparotomy Surgery Patients in the Central Surgical Installation Room of Bethesda Hospital Yogyakarta: Case Report”*

Background: Appendicitis is an inflammation of the appendix that can be dangerous if perforation occurs. Management includes laparotomy surgery to remove the infected part, which often causes anxiety in patients.

Objective To determine the effectiveness of finger-holding relaxation therapy to reduce anxiety in pre-operative laparotomy patients in the Central Surgical Installation Room of Bethesda Hospital, Yogyakarta.

Case Management: Assessment revealed that Mr. A had experienced pain in the lower right abdomen for two weeks. Ultrasound examination confirmed perforated appendicitis. Preoperatively, the patient experienced moderate anxiety, partly due to fear of urinary catheter insertion. Anxiety was noted upon admission, as measured by the Amsterdam Pre-Operative Anxiety and Information Scale.

Discussion: In preoperative laparotomy patients, anxiety was managed using finger hold relaxation therapy. After 15 minutes, the anxiety level decreased to mild. This simple, self-administered technique utilizes finger energy flow and deep breathing to reduce physical and emotional tension, calm the body and mind, and lower stress hormones, making it an effective non-pharmacological method.

Conclusion: Finger hold relaxation therapy is effective in overcoming anxiety in preoperative laparotomy appendicitis patients.

Keywords: Finger Hold Relaxation Therapy - Preoperative - Anxiety

Nursing Profession Student, Bethesda Institute for Health Sciences
Lecturer of Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

A. Latar Belakang

Apendisitis merupakan kondisi inflamasi yang berlangsung pada Appendix vermicularis. Appendix adalah struktur silindris yang posisinya berada di titik pertemuan usus besar yang terletak di bagian kanan bawah perut dan organ ini menghasilkan IgA tetapi sering kali menimbulkan isu bagi kesehatan. Inflamasi mendadak pada Appendix atau Apendisitis acuta dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak segera ditangani melalui intervensi pembedahan atau operasi laparatomi³. Operasi laparatomi bisa membuat pengalaman yang sulit bagi hampir semua pasien, sehingga membuat pasien dan keluarganya merasa cemas secara berlebihan. Beberapa orang mungkin sulit mengendalikan rasa takut atau cemas yang mereka alami, sehingga menimbulkan ketidakseimbangan dalam tubuh. Situasi ini bisa berdampak negatif, karena jika tidak segera ditangani, bisa menyebabkan tekanan darah dan pernapasan meningkat, yang berisiko mengakibatkan pendarahan baik saat sedang bedah maupun setelah operasi selesai². Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti mampu melakukan penelitian mengenai pemberian teknik relaksasi genggam jari pada pasien appendisitis perforasi yang akan melakukan operasi laparatomi di IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta supaya menurunkan tingkat ansietas.

B. Laporan Kasus Kelolaan Utama

1. Informasi umum pasien

Nama : Bp. A
Tanggal lahir/Umur : 29 Agustus 1980 (45 Tahun)
Jenis kelamin : Laki-laki
Alamat : Magelang
Status perkawinan : Menikah
Agama : Katholik
Suku : Jawa
Pendidikan : S1
Pekerjaan : PNS
Diagnosa medis : Appendisitis Perforasi
Tanggal masuk RS : 03 November 2025, pukul 21.15 WIB
Tanggal pengkajian : 04 November 2025, pukul 14.45 WIB
Sumber informasi : Pasien sendiri dan data rekam medis
Jenis tindakan : Laparatomi

2. Informasi spesifik dari pasien

Bp. A mengatakan bahwa sejak dua minggu yang lalu perutnya terasa nyeri terutama di bagian kanan bawah tetapi hilang timbul, saat nyeri terasa dan digunakan beraktivitas membuat nyeri akan semakin berat. Pada hari Minggu, 2 Oktober 2025 Bp. A baru memeriksakan ke RS daerah rumahnya karena nyeri sudah tidak tertahan. Setelah di periksa Bp. A juga dilakukan USG, dokter mengatakan bahwa hasil USG Bp. A mengarah ke appendisitis perforasi, sehingga pasien diinstruksikan untuk segera dilakukan operasi, tetapi Bp. A mengatakan ingin operasi di RS. Bethesda

saja karena sudah pengalaman sebelumnya pernah operasi di RS. Bethesda jadi merasa lebih cocok dan nyaman. Pada hari Senin, 3 Oktober 2025 Bp. A dibawa oleh keluarga ke RS. Bethesda, lalu setelah dikonsultasikan dengan dokter spesialis penyakit dalam Bp. A diinstruksikan untuk dilakukan tindakan laparatomi. Pasien dijadwalkan melakukan tindakan operasi pada tanggal 4 Oktober 2025 pukul 15.00 WIB di kamar operasi Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta. Pengkajian yang didapatkan sebelum pasien menjalani tindakan operasi laparatomi dengan data objektif pasien tampak tegang, dengan tingkat kesadaran *composmentis*, dengan nilai GCS (*Gasglow Comma Scale*) E4 V5 M6

3. Keluhan utama dan gejala yang dialami pasien

Bp. A mengatakan takut kalau dipasang selang pipis saat operasi karena sakit sekali dan tidak tahu tentang pembiusan.

4. Keluhan tambahan

Bp. A mengatakan kalau tidak sedang dalam efek obat antinyeri perut kanan bagian bawah akan terasa nyeri seperti ditusuk-tusuk dengan skala 6.

5. Riwayat penyakit, keluarga dan psikosial

Bp. A mengatakan kalau tidak memiliki penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Bp. A juga mengatakan kalau dari keluarga juga tidak ada riwayat penyakit menurun dan usus buntu.

6. Manifestasi klinis

Tanda gejala yang terkait dengan KIA ini adalah didapatkan bahwa kesadaran pasien *composmentis*, tegang, sulit berkonsentrasi, gelisah, kadang meringis, protektif pada daerah nyeri saat ingin diraba perutnya,

pasien terpasang infus di tangan kiri dengan ukuran *abocath* 22 dengan cairan infus *Ringer Lactat* dengan tetesan 20 tpm.

7. Intervensi terapeutik

Tindakan yang dilakukan adalah pemberian terapi relaksasi genggam jari selama 15 menit selama pre operasi di ruang penerimaan IBS.

a. Asuhan keperawatan

1) Diagnosis keperawatan

Sesuai Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI,) peneliti menentukan masalah keperawatan Ansietas (D.0080) diangkat sebagai diagnosis utama keperawatan dalam karya ilmiah akhir ini.

2) Luaran keperawatan

Diagnosis keperawatan yang diangkat oleh peneliti mengambil sesuai dengan kriteria hasil berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI,) tentang Tingkat Ansietas (L.09093).

3) Intervensi keperawatan

Berdasarkan diagnosis keperawatan prioritas, maka peneliti melakukan tindakan keperawatan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI,) tentang Teknik Relaksasi (I.09326).

8. Tindak lanjut atau *outcome*

Tindak lanjut dari hasil pengkajian yang dilakukan kepada pasien, pelaksanaan intervensi terapeutik yang dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari. Intervensi dilaksanakan di IBS RS Bethesda Yogyakarta pada tanggal 04 November 2025 berdasarkan standar operasional

prosedur (SOP) untuk intervensi teknik relaksasi genggam jari selama 15 menit selama pre operasi di ruang penerimaan IBS RS Bethesda.

C. Hasil

Hasil dalam karya ilmiah akhir yang sudah dilakukan pada tanggal 04 November 2025 yang berjudul Efektivitas Terapi Relaksasi Genggam Jari Untuk Masalah Keperawatan Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta: *Case Report* adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Perubahan Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Intervensi di IBS RS Bethesda Yogyakarta tahun 2025

Karakteristik		Tindakan	Tingkat Ansietas	
Jenis kelamin	Umur		Sebelum intervensi	Sesudah intervensi
L	45 tahun	Kategori	Ansietas Sedang	Ansietas Ringan

Sumber: Data Primer Terolah, 2025

Analisis data tabel 1: terdapat kategori tingkat ansietas dengan kuisisioner *Amsterdam Anxiety and Information Scale* (APAIS) berdasarkan skor yaitu skor <6 masuk dalam tingkatan tidak ada kecemasan, skor 7-12 kecemasan ringan, 13-18 kecemasan sedang, 19-24 kecemasan berat, 25-30 kecemasan berat sekali/panik. Pada Bp. A sebelum intervensi dilakukan didapatkan hasil skor kuisisioner APAIS berjumlah 13 dan setelah diberikan intervensi skor kuisisioner APAIS didapatkan skor tingkat ansietas menjadi 8, terjadi penurunan skor tingkat ansietas dengan selisih 5. Sebelum intervensi kategori tingkat ansietas berdasarkan APAIS berada di tingkat kecemasan sedang dan setelah diberikan tindakan teknik relaksasi genggam jari menurun menjadi kecemasan ringan, didapatkan penurunan tingkat ansietas.

D. Pembahasan

Kecemasan pada pasien preoperasi dapat mengakibatkan penundaan tindakan bedah, memperlambat proses pemulihan, meningkatkan nyeri pascaoperasi, menurunkan daya tahan tubuh terhadap infeksi, meningkatkan kebutuhan analgesik, serta memperpanjang lama rawat inap. Kecemasan juga dapat berdampak negatif pada proses induksi anestesi, pemulihan pasien, dan menurunkan tingkat kepuasan terhadap pengalaman perioperatif. Dalam beberapa kasus, pasien tidak mampu mengendalikan kecemasan yang dialami, sehingga memicu ketidakseimbangan dalam tubuh¹. Berdasarkan hasil pengkajian preoperatif pada Bp. A yang akan menjalani operasi laparatomi, ditemukan diagnosa keperawatan (D.0080) Ansietas dengan target luaran (L.09093) Penurunan Tingkat Ansietas. Intervensi yang diberikan adalah (I.09326) terapi relaksasi, dengan teknik relaksasi genggam jari sebagai pilihan.

Grafik 1. Perubahan Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skor Kecemasan Sebelum dan Sesudah Intervensi



Sumber: Data Primer Terolah, 2025

Berdasarkan grafik dan tabel diatas, tingkat ansietas menurun berdasarkan grafik penurun skor APAIS. Pada intervensi yang dilakukan terjadi penurunan

skor APAIS dari 13 menjadi 8, dalam hal ini sesuai dengan tingkat kategori berdasarkan pembagian skor yaitu dari ansietas sedang menjadi ansietas ringan. Hal ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari akan membuat aktivitas saraf simpatis berkurang, kadar hormon stres seperti adrenalin dan kortisol menurun, serta aktivitas saraf parasimpatik meningkat sehingga menimbulkan rasa tenang¹. Dengan menggenggam jari sambil melakukan pernapasan dalam, individu dapat mengurangi ketegangan fisik maupun emosional. Proses ini berperan dalam menghangatkan titik masuk dan keluarnya energi pada meridian di jari tangan. Saat jari digenggam, titik refleksi pada tangan mengirimkan impuls listrik ke otak, yang selanjutnya diteruskan ke saraf organ terkait, sehingga aliran energi yang tersumbat dapat menjadi lebih lancar. Teknik relaksasi ini berkontribusi pada terciptanya ketenangan tubuh, pikiran, dan perasaan, sehingga ketegangan otot berkurang dan tingkat kecemasan menurun⁴.

E. *Patient Perspective*

Setelah dilakukan intervensi Terapi Relaksasi Genggam Jari selama 15 menit di Ruang Penerimaan Instalasi Bedah Sentral Bp. A mengatakan intervensi ini membuat dirinya rileks dan lebih tenang dalam menghadapi operasinya serta pasien lebih paham akan prosedur tindakan operasi yang akan dijalani nya. Bp. A juga mengatakan kalau intervensi ini sangat mudah diterapkan dan dapat dilakukan berulang secara mandiri, sehingga pasien mengatakan kalau terapi ini akan dilakukan kembali saat pasien kembali ke bangsal.

F. Kesimpulan

Terapi relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi laparatomi appendiks. Terapi ini efektif karena dapat merangsang stimulus otak untuk memberikan ketenangan, rileks dan rasa aman yang berasal dari sentuhan hangat di jari. Intervensi ini dapat dilakukan pada pasien pre operasi laparatomi di IBS RS Bethesda sebagai salah satu intervensi non farmakologi karena selain mudah dilakukan, murah tanpa biaya, efisiensi waktu, dan tanpa alat bantu apapun.

G. Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan laporan intervensi ini sebagai sumber data dasar dalam melakukan intervensi selanjutnya yang berkaitan dengan teknik relaksasi dan dapat dilakukan dengan menggunakan kombinasi terapi lainnya dan pemberian waktu intervensi lebih panjang. Teknik relaksasi genggam jari ini nantinya dapat diterapkan pada tahap intra operasi dengan lumbal anestesi.

H. Informed Consent

LEMBAR INFORMED CONSENT

1. Saya.....^{AT}.....(mohon menuliskan nama)
Menyatakan bersedia untuk menjadi pasien laporan tugas akhir mahasiswa dengan judul "Case Report: Intervensi Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Ansietas Untuk Masalah Keperawatan Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Laparatomi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025". Saya menyatakan bahwa telah membaca dan memahami "Lembar Informasi Subyek" yang berisi informasi yang terkait dengan tugas akhir ini dan ketentuan-ketentuan dalam berpartisipasi sebagai partisipan.
2. Saya menyatakan bahwa peneliti telah memberikan penjelasan secara lisan untuk mempelajari hal-hal terkait dengan informasi tersebut diatas. Saya telah memahaminya dan telah diberi waktu untuk menanyakan hal-hal yang kurang jelas.
3. Saya menyadari bahwa mungkin saya tidak akan secara langsung menerima atau merasakan manfaat dari tugas akhir ini, namun telah disampaikan kepada saya bahwa hasil tugas akhir ini akan berguna untuk meningkatkan pelayanan kesehatan.
4. Saya telah diberi hak untuk menolak memberikan informasi jika saya berkeberatan untuk menyampaikannya.

5. Saya juga diberi hak untuk dapat mengundurkan diri sebagai partisipan pada tugas akhir ini sewaktu-waktu tanpa ada konsekuensi apapun.
6. Saya mengerti dan saya telah diberitahu bahwa semua informasi yang akan saya berikan akan sepenuhnya digunakan untuk kepentingan studi kasus.
7. Saya juga telah diberi informasi bahwa identitas pribadi saya akan dijamin kerahasiaannya, baik dalam laporan maupun publikasi hasil penelitian. Saya telah menjelaskan kepada Bpk/Ibu/Sdr.....^A.....(nama responden) hal-hal mendasar tentang penelitian ini. Menurut saya, Bpk/Ibu/Sdr tersebut telah memahami penjelasan tersebut.

Nama : Anna Maria Violeta Narmada

Status dalam studi kasus ini : Peneliti

Yogyakarta, November 2025

(Tanda tangan)



(Anna Maria Violeta Narmada)

(Tanda tangan)



STIKES BETHESDA YAKKUM

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Bapak dr. Edy Wibowo, Sp.M(K)., MRH selaku direktur Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep., MB., Ph. D., NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
3. Ibu Ethic Palupi S. Kep., Ns., MNS selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M. Kep selaku Kepala Prodi Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
5. Bapak Ns. Untung Sajugo, S. Kep, selaku Kepala Ruang di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta
6. Ibu Ratna Puspita Adiyasa, S.Kep., Ns., MAN selaku dosen pembimbing Karya Ilmiah Akhir
7. Bapak Ns. Bayu Hendro Hastanto, S.Kep., MARS., FISQua., CHAE selaku pembimbing klinik di Ruang Instalasi Bedah Sentral RS Bethesda Yogyakarta
8. Bp. A selaku pasien kelolaan yang telah bersedia menjadi responden

DAFTAR PUSTAKA

1. Ahkam, J. M., & Retnaningsih, D. (2025). *Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Perubahan Kecemasan Pasien dengan Pasien Pre Operasi di RSUD Batang. November 2025.*
2. Nofindasari, D. (2022). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi Antara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Di Ruang Bedah Rsud Dr Saiful Anwar Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 11(2), 146–154. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v11i2.299>
3. Ramadhani, I. N., Nasir, M., & Munir, M. A. (2021). Case Report : Acute Appendicitis. *Jurnal Medical Profession (MedPro)*, 3(1), 1–6.
4. Shifa, N. A., Salam, B., & Koto, Y. (2021). *Teknik Relaksasi Genggam Jari Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea.* 2(1), 219–227.

STIKES BETHESDA YAKKUM