

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI APPENDICITIS DI INSTALASI
BEDAH SENTRAL RSUD BUNG KARNO KOTA SURAKARTA**

Hanung Haninditya Paracima¹⁾, Noor Fitriyani²⁾

*¹⁾Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma
Husada Surakarta*

*²⁾Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma
Husada Surakarta*

Email : hanunghp14@gmail.com

ABSTRAK

Apendiksitis dapat didefinisikan sebagai radang usus buntu dan merupakan penyebab paling umum dari abdomen akut. Di Indonesia peristiwa apendiksitis berjumlah sekitar 7% dari jumlah penduduk yaitu kurang lebih 179.000 orang. Penatalaksanaan Appendisititis yang dapat dilakukan salah satunya dengan tindakan pembedahan atau appendiktomy yaitu pemotongan untuk membuang apendiks yang meradang. Tujuan umum penyusunan karya ilmiah ini adalah mengetahui keefektifan teknik relaksasi terapi genggam jari terhadap kecemasan pasien pre operasi appendicitis di instalasi bedah sentral RSUD Bung Karno Kota Surakarta.

Karya ilmiah akhir ini adalah menerapkan intervensi relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pada asuhan keperawatan pasien pre operasi appendictomy. Subjek studi kasus ini adalah 1 pasien pre operasi appendictomy dengan rencana spinal anestesi yang memenuhi kriteria yang sudah ditentukan dari peneliti. Pengumpulan data pada studi kasus ini dilakukan secara observasi menggunakan 2 instrumen yaitu SOP genggam jari dan Kuisisioner The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS).

Hasil studi kasus sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi genggam jari menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan yang dinilai melalui kuisisioner APAIS dengan skor sebelum dilakukan intervensi adalah 15 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan intervensi menunjukkan skor 9 (kecemasan ringan). Penurunan skoring kecemasan tersebut menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi..

Kata kunci : Appendicitis, tingkat kecemasan, pre operasi

Daftar Pustaka : 25 (2014-2024)

PENDAHULUAN

Apendiksitis dapat didefinisikan sebagai radang usus buntu dan merupakan penyebab paling umum dari abdomen akut (Salis et al. 2021). Apendisitis juga dapat dijelaskan sebagai peradangan yang disebabkan karena usus buntu yang terinfeksi. Infeksi ini dapat menyebabkan peradangan akut sehingga memerlukan pembedahan sesegera untuk mencegah komplikasi (Hasaini, 2020). Penatalaksanaan Appendisitis yang dapat dilakukan salah satunya dengan tindakan pembedahan atau appendektomi yaitu pemotongan untuk membuang apendiks yang meradang, Appendektomi dilaksanakan segera mungkin untuk mengurangi resiko perforasi lebih lanjut, seperti peritonitis atau abses. Tindakan invasif membuka bagian tubuh yang akan ditangani dengan membuat sayatan pada pembedahan appendektomi terbuka, insisi Mc Burney paling banyak dipilih oleh ahli bedah. (Rinda et al. 2020).

Menurut World Health Organisation (WHO), kejadian appendisitis di dunia sangat tinggi, angka mortalitas appendisitis 21.000, laki-laki lebih banyak dari pada perempuan, ada sekitar 12.000 penduduk laki-laki 10.000 penduduk wanita. Di amerika serikat, 70.000 kasus usus buntu terdeteksi tiap tahun. Di indonesia peristiwa apendiksitis berjumlah sekitar 7% dari jumlah penduduk yaitu kurang lebih 179.000 orang (Kemenkes, 2020).

Prosedur bedah terdiri dari tiga fase yaitu preoperatif, intraoperatif, dan postoperatif (HIPKABI, 2014). Preoperatif adalah suatu keadaan atau waktu sebelum

dilakukan tindakan operasi, Mempersiapkan pasien sebelum memasuki tahapan operasi sangat penting dilakukan. Manfaat tindakan persiapan operasi telah terbukti mempunyai pengaruh positif sehingga pasien mampu mempersiapkan diri untuk berpartisipasi dalam pemulihan dan fisiologis yang tidak nyaman, misalnya sulit berpikir logis, peningkatan aktivitas motorikagitasi, dan peningkatan tanda-tanda vital . (Yeni & Annisa, 2023). Tindakan operasi tidak dapat dihindari bahwa akan berdampak pada psikologis dan fisiologis individu itu sendiri, seperti nyeri setelah operasi, cemas akan keadaannya setelah dioperasi, bahkan cemas apakah Tindakan operasi akan berhasil atau sebaliknya.

Stress dan kecemasan pada pasien pre operasi disebabkan karena pasien mengalami ketakutan akan kemungkinan yang terjadi setelah dilakukannya sebuah operasi diantaranya nyeri setelah operasi, takut terjadi perubahan pada fisiknya, dan juga takut akan kematian. Kecemasan juga bisa disebabkan karena kurangnya paparan informasi tentang operasi yang akan dijalannya (Ari, 2021). Keadaan cemas pasien akan berpengaruh kepada fungsi tubuh menjelang operasi. Kecemasan yang tinggi, dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, pergeseran tekanan darah dan suhu, relaksasi otot polos pada kandung kemih dan usus, kulit dingin dan lembab, peningkatan respirasi, dilatasi pupil, dan mulut kering.

Kecemasan dapat dikurangi dengan cara farmakologi dan non

farmakologi. Salah satu cara mengurangi kecemasan non farmakologi yaitu dengan teknik relaksasi genggam jari (finger hold) merupakan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah untuk dilakukan oleh siapapun berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh. Relaksasi genggam jari dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks. Ketika tubuh dalam keadaan rileks, maka ketegangan otot berkurang dan kemudian akan mengurangi kecemasan (Yeni & Annisa, 2023).

METODE

Studi kasus ini adalah menerapkan intervensi relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pada asuhan keperawatan pasien pre operasi appendectomy dengan intervensi yang diberikan berupa Teknik Relaksasi genggam jari untuk mengurangi kecemasan yang sedang terjadi di instalasi bedah sentral RSUD Bung Karno Kota Surakarta

Focus studi kasus ini yaitu asuhan keperawatan pada 1 pasien pre operasi appendectomy dengan rencana spinal anestesi yang sedang mengalami kecemasan dengan kriteria inklusi terpenuhi. Pengumpulan data pada studi kasus ini dilakukan secara observasi menggunakan 2 instrumen yaitu SOP genggam jari dan Kuisisioner The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS). Pilihan jawaban ada 5 yaitu : sama sekali tidak skornya =1, tidak terlalu skornya =2, sedikit skornya =3, agak skornya = 4, sangat skornya = 5. Klasifikasi tentang kecemasan antara

lain : Skor 1-6 : tidak cemas, Skor 7-12 : cemas ringan, Skor 13-18 : cemas sedang, Skor 19-24 : cemas berat, Skor 25-30 : Cemas berat sekali/panic.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian:

Hasil pengkajian diperoleh pada jam 08.30 WIB dengan metode autoanamnesa pasien mengeluh nyeri perut bagian kanan bawah sudah sejak 1 bulan yang lalu, nyeri hilang timbul. Kemudian setelah dilakukan pengkajian fisik didapatkan Tekanan Darah Tekanan Darah : 118/78 mmHg, nadi 68x/menit, respiratory rate 22x/menit, suhu 36,8oC, SpO2 98%. Setelah dilakukan pengkajian menggunakan kuesioner APAIS didapatkan tingkat kecemasan pasien pada skor 15 (cemas sedang). Menurut penelitian Ari (2021) Stress dan kecemasan pada pasien pre operasi disebabkan karena pasien mengalami ketakutan akan kemungkinan yang terjadi setelah dilakukannya sebuah operasi diantaranya nyeri setelah operasi, takut terjadi perubahan pada fisiknya, dan juga takut akan kematian. Kecemasan juga bisa disebabkan karena kurangnya paparan informasi tentang operasi yang akan dijalannya.

Diagnosa Keperawatan:

Diperoleh data subjektif bahwa pasien mengatakan cemas dan takut sebelum dilakukan tindakan operasi, data objektif pasien terlihat tegang dan cemas, kontak mata dengan perawat buruk, dan respirasi meningkat RR 22x/menit), kemudian dilakukan pengkajian menggunakan kuesioner APAIS didapatkan tingkat kecemasan pasien pada skor 15

(cemas sedang). Kecemasan pre operasi merupakan suatu respon antisipasi terhadap suatu pengalaman yang dianggap pasien sebagai suatu ancaman dalam peran hidup, integritas tubuh, bahkan kehidupan itu sendiri (Mita, 2022). Kecemasan didasari oleh Ancaman terhadap integritas fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari (penyakit, trauma fisik, pembedahan yang akan dilakukan). Berdasarkan (SDKI, 2018). Data- data yang diperoleh dari pasien sesuai dengan gejala dan tanda mayor minor dalam Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), sehingga diagnosis yang telah ditegakkan diatas sesuai dengan masalah yang dialami oleh pasien.

Intervensi:

Berdasarkan perumusan diagnosis keperawatan sesuai dengan fokus studi kasus, maka penulis menentukan tujuan dan kriteria hasil berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) berupa Tingkat ansietas (L.09093) menurun dengan lama intervensi 1x1 pertemuan selama 30 menit. Diharapkan Verbalisasi khawatir terhadap kondisi yang dihadapi menurun, Perilaku gelisah menurun, Perilaku tegang menurun, dan Frekuensi pernapasan membaik, skoring kuisisioner APAIS menurun. Selanjutnya dalam penyusunan rencana intervensi mengacu pada buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) penulis memberikan intervensi keperawatan berupa Terapi Relaksasi (I.09326) yang dikemas dalam tindakan genggam jari.

Pusat pengaturan aktivitas kewaspadaan dan tidur terletak dalam mesensefalon dan bagian atas pons. Reticular Activating System (RAS) berlokasi pada batang otak teratas. RAS dipercayai terdiri dari sel khusus yang mempertahankan kewaspadaan dan tidur. Selain itu, RAS dapat memberikan rangsangan visual, pendengaran, nyeri, dan perabaan juga dapat menerima stimulasi dari korteks serebri termasuk rangsangan emosi dan proses pikir. Setiap jari tangan berhubungan dengan sikap sehari-hari. Ibu jari berhubungan dengan perasaan khawatir, jari telunjuk berhubungan dengan ketakutan, jari tengah berhubungan dengan kemarahan, jari manis berhubungan dengan kesedihan, dan jari kelingking berhubungan dengan rendah diri dan kecil hati. (Ristanti, 2023). Hal ini menunjukkan antara studi kasus dan teori tidak ada kesenjangan.

Implementasi:

Setelah dilakukan perumusan diagnosis utama keperawatan dan rencana tindakan intervensi, penulis memberikan kuisisioner pre implementasi terlebih dahulu menggunakan kuisisioner APAIS . setelah dilakukan pengambilan data pre implementasi didapatkan tingkat kecemasan pasien berada pada skor 15 (kecemasan sedang). Setelah diberikan kuisisioner pre implementasi penulis melakukan tindakan relaksasi genggam jari dengan bantuan SOP (Standar Operasional Prosedur) yang telah tersedia. Tindakan terapi relaksasi sebelumnya sudah mendapatkan persetujuan oleh pasien, pada Tn.M dilakukan genggam jari selama 15 menit

Pada saat genggam jari, titik-titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara spontan. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju ke otak kemudian diproses secara cepat dan kemudian diteruskan menuju syaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar. Sumbatan di jalur energi tersebut merupakan perasaan yang tidak seimbang seperti perasaan khawatir, kecemasan, marah, takut, dan kesedihan yang dapat menghambat aliran energi di dalam tubuh dan mengakibatkan ketidak nyamanan dalam tubuh (Yulianti & Hidayah, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh yade kurnia dkk. (2024) terdapat pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi section caesarea. Terapi genggam jari dapat dimaksimalkan dengan penggabungan terapi non farmakologis lain seperti terapi music, terapi murattal, dan relaksasi nafas dalam.

Evaluasi:

Berdasarkan hasil studi kasus didapatkan hasil evaluasi pada hari Sabtu, 8 juni 2024 pukul 08.40 WIB dengan data subjektif : pasien mengatakan lebih rileks dan takut sedikit berkurang, data objektif : pasien tampak lebih tenang, perilaku tegang berkurang, dan kontak mata membaik, Tekanan Darah : 110/75 mmHg, nadi 65x/menit, respiratory rate 20x/menit, suhu 36,8oC, SpO2 98%. Asesment : masalah ansietas teratasi, Planning : intervensi dihentikan. Berdasarkan hasil studi kasus, sebelum dan sesudah diberikan

terapi relaksasi genggam jari menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan yang dinilai melalui kuisisioner APAIS dengan skor sebelum dilakukan intervensi adalah 15 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan intervensi menunjukkan skor 9 (kecemasan ringan).

Penurunan skoring kecemasan tersebut menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi. Penelitian yang dilakukan oleh Eneng hamidah dkk. (2023) menunjukkan bahwa nilai standar deviasi kecemasan sebelum (pre-test) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 4.59, nilai maksimal sebesar 56 dan nilai minimal sebesar 40. Sedangkan sesudah (pre-test) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 5.57, nilai maksimal sebesar 52 dan nilai minimal sebesar 33. Hal ini menunjukan antara studi kasus dan teori tidak ada kesenjangan.

KESIMPULAN

Hasil studi kasus sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi genggam jari menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan yang dinilai melalui kuisisioner APAIS dengan skor sebelum dilakukan intervensi adalah 15 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan intervensi menunjukkan skor 9 (kecemasan ringan). Penurunan skoring kecemasan tersebut menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

SARAN

1. Bagi Organisasi

- Diharapkan dapat menjadi informasi sebagai dasar pengembangan penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap kecemasan pasien pre operasi appendicitis di instalasi bedah sentral
2. Bagi Responden
Diharapkan dapat mengedukasikan sesama pasien untuk menerapkan terapi relaksasi genggam jari pada saat pre operasi di ruang penerimaan instalasi bedah sentral.
 3. Bagi Keperawatan
Diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai acuan dan pedoman dalam memberikan teknik relaksasi genggam jari pada pasien pre operasi dengan kecemasan baik di instalasi bedah sentral maupun di bangsal perawatan
 4. Bagi Tempat Studi Kasus
Diharapkan dapat menjadi pertimbangan pemberian intervensi yang tepat pada pasien pre operasi dengan kecemasan baik di instalasi bedah sentral maupun bangsal perawatan..
 5. Bagi Peneliti lain
Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka dan dasar dalam menyusun penelitian lain maupun pendidikan kesehatan pada pasien pre operasi .

DAFTAR PUSTAKA

- Aswad, A. (2020). Relaksasi finger hold untuk penurunan nyeri pasien post operasi appendektomi. *JAMBURA HEALTH AND SPORT JOURNAL*, Vol. 2, No. 1, 1-6.
- Astutik, P., & Kurlinawati, E. (2017). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 30–37. <https://doi.org/10.30994/sjik.v6i2.6>
- Cholifah, N., & Purwanti, D. . (2019). Hubungan Pemberian Informasi Persiapan Operasi Oleh Perawat Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Bougenville RSUD RAA Soewondo Pati . *THE 9TH UNIVERSITY RESEARCH COLLOQUIUM*, 9(1). <http://e-proceedings.umpwr.ac.id/> .
- Hamidah, E., Abdilah, H., & Alamsyah, M. S. (2023). Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap kecemasan pasien preoperatif benigna prostat hiperplasia di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon. *Journal of Public Health Innovation*, 4(01), 110-118.
- Hasaini, A. (2020). Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan* 10(1), 76–90. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.394>
- Sari, Y. K., Husna, N., & Nelli, S. (2024). Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap

Tingkat Kecemasan Pasien
Pre Operasi Sectio Caesarea
Di Instalasi Bedah Sentral.
Menara Ilmu: Jurnal
Penelitian dan Kajian
Ilmiah, 18(2).

Satriana, F. P. (2020). Efektivitas
Teknik Relaksasi Benson
dan Terapi Genggam Jari
terhadap Tingkat
Kecemasan pada Pasien
Laparotomi di Ruang

Wahyuningsih, W., & Agustin, W. R.
(2020). Terapi Guide
Imagery terhadap Penurunan
Kecemasan Pasien
Preoperasi Sectio Caesarea.
Jurnal
Keperawatan'Aisyiyah, 7(1),
31-37.

Waisani, S., & Khoiriyah, K. (2020).
Penurunan Intensitas Skala
Nyeri Pasien Appendiks
Post Appendektomi.
<https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5488>

Woldegerima, Fitwi, Yimer , &
Hailekiros. (2018).
Pravalence and factors
associated with praoperative
anxiety among elective
surgical patients at
University of Gondar
Hospital. International
Journal of Surgery Open 10,
21-20

Yulianti, Y., & Hidayah, A. N.
(2023). Teknik Relaksasi
Genggam Jari Terhadap
Tingkat Kecemasan Pasien
Preoperatif Apendicitis Di
RSUD Sekarwangi.
HealthCare Nursing Journal,
5(1), 508-513.