

Peran Perawat Dalam Penggunaan Terapi Komplementer Genggam Jari Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Rencana Sectio Caesarea di Ruang Pre Operasi

Antonius Carmilio Dilios Timur^{1*}, Fajar Kurniawan²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus
E-mail: liocowdot@gmail.com

Article History:

Received: 31 Januari 2025

Revised: 30 April 2025

Accepted: 11 Mei 2025

Keywords: Ansietas, Cemas,
Terapi Relaksasi Genggam
Jari Latar

Abstract: *Ansietas atau kecemasan yang dialami oleh ibu hamil merupakan kondisi emosi dan pengalaman subjektif terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibatantisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman. Tindakan persalinan melalui operasi sectio caesarea dengan berbagai komplikasinya juga dapat menimbulkan kecemasan pada pasien sebelum proses kelahiran. Beberapa jenis terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan , salah satu dari terapi non farmakologis yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi genggam jari. Metode yang di gunakan dalam penerapan kasus ini adalah studi kasus, sampel dalam laporan kasus ini melibatkan 4 orang pasien dengan rencana operasi SC yang mengalami kecemasan dinilai menggunakan skor APAIS. Tujuan dari studi ini adalah untuk mengurangi kecemasan pada pasien SC, dengan prosedur yang akan di lakukan dengan terapi komplementer relaksasi genggam jari. Terapi komplementer relaksasi dengan genggam jari berhasil diterapkan kepada pasien yang akan menjalani prosedur operasi. Terapi komplementer yang diberikan terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien sehingga pasien dapat menjalani prosedur operasi dengan tingkat kecemasan yang ringan.*

PEMDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu proses fisiologis yang terjadi pada perempuan akibat adanya pembuahan antara sel kelamin laki-laki dan sel kelamin perempuan. Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, dimana terjadi perubahan-perubahan besar dari aspek fisik, mental dan sosialnya. Perubahan tersebut tidak lepas dari adanya faktor-faktor yang memengaruhinya yang dapat berupa faktor fisik, lingkungan, sosial, budaya ekonomi (Patiyah, Carolin dan Dinengsih, 2021).

Kehamilan merupakan sesuatu yang wajar terjadi pada wanita, namun kurangnya pengetahuan yang berkaitan dengan reproduksi dapat menimbulkan kecemasan tersendiri (Handayani, 2017). Seorang wanita yang mengetahui dirinya hamil untuk pertama kalinya bisa

bahagia sekaligus gugup. Kekhawatiran tentang infeksi, bagaimana jika bayinya tertular dalam kandungan, kondisi medis ibu selama hamil, pengalaman melahirkan sebelumnya, serta faktor ekonomi menjadi satu hal yang perlu diperhatikan dan dapat menimbulkan suatu kecemasan tersendiri.

Kecemasan merupakan manifestasi keadaan emosi negatif yang menimbulkan kekhawatiran tentang perubahan ibu selama kehamilan, perkembangan janin, proses kelahiran yang akan datang, masalah dalam mempersiapkan psikologis ibu, dan banyak lagi. Faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil ada 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari keyakinan tentang kelahiran dan perasaan sebelum kelahiran. Faktor eksternal diantaranya informasi dan tenaga medis serta dukungan suami (Mukhadiono, Subagyo, and Wahyuningsih 2018). Kecemasan ibu hamil muncul disebabkan oleh rasa takut, dan salah satu rasa takut yang paling banyak dialami oleh ibu hamil adalah rasa cemas dan takut dalam menghadapi persalinan (Videbeck SL, 2008 dalam Ranita, 2016). Terdapat dua metode persalinan, yaitu persalinan melalui vagina yang dikenal dengan persalinan alami, dan persalinan Caesar atau *Sectio Caesarea* (SC). Persalinan *sectio caesarea* (SC) merupakan proses pembedahan untuk melahirkan janin melalui irisan pada dinding perut dan rahim (Cunningham et al., 2018). Persalinan *Sectio Caesarea* (SC) dilakukan atas dasar indikasi medis, seperti placenta previa, presentasi abnormal pada janin, serta indikasi lain yang dapat membahayakan nyawa Ibu dan janin (Cunningham et al., 2018).

Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018, jumlah persalinan dengan metode *Sectio Caesarea* (SC) di Indonesia sebesar 17,6%. Indikasi dilakukannya persalinan secara *Sectio Caesarea* (SC) disebabkan oleh beberapa komplikasi dengan persentase sebesar 23,2% diantaranya posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), kejang (0,2%), ketuban pecah dini 2 (5,6%), partus lama (4,3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertinggal (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lainnya (4,6%) (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut data SKDI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia) tahun 2017, menyatakan angka kejadian persalinan di Indonesia dengan metode SC sebanyak 17% dari total jumlah kelahiran di fasilitas kesehatan. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan angka persalinan melalui metode *Sectio Caesarea* (SC) (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Tindakan persalinan melalui operasi *sectio caesarea* dengan berbagai komplikasinya juga dapat menimbulkan kecemasan pada pasien sebelum proses kelahiran (Ahsan, Lestari dan Sriati, 2017). Ansietas atau kecemasan yang dialami oleh ibu hamil merupakan kondisi emosi dan pengalaman subjektif terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman (PPNI, 2016). Munculnya perasaan cemas pada pasien sebelum dilakukan persalinan *Sectio Caesarea* (SC) disebabkan oleh perasaan takut terhadap prosedur asing yang akan dijalani, penyuntikan, nyeri luka post operasi, termasuk juga timbulnya kecacatan atau bahkan kematian.

Dampak dari terjadinya kecemasan pre operasi dikaitkan dengan peningkatan rasa sakit pasca operasi, kebutuhan analgesik, peningkatan masa rawat inap di rumah sakit, serta kejadian depresi postpartum (Ahsan, Lestari dan Sriati, 2017). Menurut Meihartati dkk (2019), menyatakan upaya yang dapat dilakukan untuk meredakan ansietas atau kecemasan terbagi menjadi dua yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis merupakan terapi dengan menggunakan obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan.

Beberapa jenis terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah distraksi, aromaterapi, hipnotis, terapi musik, meditasi, dan relaksasi. Salah

satu dari terapi non farmakologis yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari (finger hold) adalah sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapa pun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh. Mekanisme relaksasi genggam jari dengan menarik nafas akan mengalirkan energi-energi baru ke dalam tubuh melalui titik-titik meridian, yang kemudian akan menghasilkan rangsangan ke otak dan selanjutnya dialirkan ke organ-organ tubuh dalam manusia yang mengalami sumbatan energi. Sehingga energi-energi yang terhambat di dalam tubuh akan mengalir lancar dan menghasilkan efek rileks atau menenangkan (Ma'rufa, Lestari dan Elisa, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Silviani dkk (2021) dalam jurnalnya tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Persalinan Sesar di Ruang Kebidanan RSUD Kepahiang, menyatakan bahwa dari 45 pasien sebelum dilakukan relaksasi genggam jari, pasien mengalami kecemasan ringan sebanyak 22 responden (48,9%), kecemasan sedang sebanyak 11 responden (24,4%), dan kecemasan berat 12 responden (26,7%), setelah dilakukan intervensi relaksasi genggam jari terdapat 10 responden (22,2%) tidak cemas, 27 responden (60,0%) mengalami kecemasan ringan, dan 8 responden (17,8%) mengalami kecemasan berat.

Hasil studi pendahuluan peneliti melibatkan 4 (empat) orang ibu hamil yang akan melakukan tindakan sectio caesarea dengan hasil ke empatnya memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Sejalan dengan penelitian Hepp et al (2016) yang memeriksa tingkat kecemasan di hari akan melaksanakan prosedur sectio caesarea, di dapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan yang paling tinggi yaitu pada saat pre-operasi daripada saat tindakan penutupan kulit serta post sectio caesarea. Penelitian oleh Primasari Mahardhika Rahmawati dkk (2022) didapatkan hasil bahwa kecemasan responden pre-operasi sectio caesarea pada kelompok intervensi sebelum pemberian terapi PMR memiliki rentang kecemasan sedang dan sesudah pemberian terapi relaksasi otot tingkat kecemasan menurun menjadi ringan. Gerakan ini dilakukan dengan meregangkan dan merelaksakan otot-otot besar secara pelan, teratur dan berurutan. Dengan hasil tersebut dapat di simpulkan terapi relaksasi otot dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu pre- operasi yang menjalani pembedahan sectio caesarea. (setyoningsih, 2023).

Dasar dari teori terapi relaksasi otot untuk mengurangi rasa cemas adalah bahwa kecemasan sendiri membuat tubuh bereaksi merangsang pikiran akibatnya menimbulkan ketegangan fisik yang ditandai dengan otot menjadi tegang. Sebaliknya fisiologis yang tegang akan menaikkan pengalaman subjektif pada rasa cemas, oleh karena itu merelaksasikan otot dapat menjadi terapi yang mampu mengurangi fisiologis yang menegang karena rasa cemas dan menurunkan kecemasan itu sendiri. (setyoningsih, 2023).

Dari data periode bulan November 2024 di RS X Bekasi, operasi SC merupakan tindakan operasi terbanyak dengan jumlah 48 pasien 38% dari total operasi. Hasil wawancara terhadap ibu hamil yang akan di lakukan tindakan SC tersebut di dapatkan data sebanyak 8 dari 10 pasien dengan rencana SC mengatakan bahwa pasien tersebut merasa takut dan cemas akan rencana operasi SC karena membayangkan sayatan di perut ibu untuk mengeluarkan bayinya, dan mengatakan sulit tidur pada malam hari karena merasa takut untuk menghadapi operasi SC di esok hari, dan 3 dari 8 orang ibu hamil yang akan dilakukan SC mengatakan trauma karena pengalaman nyeri pada luka sayatan pasca operasi SC setelah obat bius spinalnya habis.

METODE

Desain dalam Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini adalah laporan kasus, yaitu laporan yang di

susun untuk menggambarkan pengalaman medis dari satu pasien untuk meningkatkan keterampilan medis, memperoleh pengetahuan dan meningkatkan pendidikan di lapangan. Karya Ilmiah Akhir dalam penerapan kasus ini untuk melihat bagaimana penerapan teknik relaksasi genggam jari dalam penurunan tingkat kecemasan pada pasien dengan rencana operasi SC. Metode yang di gunakan alam penerapan kasus ini adalah studi kasus, sampel dalam laporan kasus ini adalah pasien dengan rencana operasi SC yang mengalami kecemasan. Tujuannya adalah untuk mengurangi kecemasan pada pasien SC, dengan prosedur yang akan di lakukan adalah:

1. Menggenggam jari kelingking selama 2 menit
2. Memejamkan mata
3. Menarik nafas sedalam mungkin
4. Melakukan bergantian jari kiri dan kanan
5. Tindakan ini dapat dilakukan pada saat merasa cemas

Tempat dilakukan dalam laporan kasus ini adalah ruangan pre operasi di RS X Bekasi, waktu pelaksanaan penerapan studi kasus ini pada tanggal 10, 14,18 dan 22 Desember 2024.

Sesuai SPO dari pemanggilan pasien rencana operasi di RS X Bekasi yaitu 60 menit sebelum insisi maka Peneliti akan mengukur tingkat kecemasan pasien dengan memberikan kuesioner APAIS sebagai asesmen awal tingkat kecemasan pada pasien tersebut, setelah itu peneliti akan mulai menerapkan terapi teknik relaksasi genggam jari, dan setelah dilakukan penerapan metode genggam jari untuk mengurangi kecemasan peneliti akan memberikan kuesioner APAIS untuk dilakukan reassessment penilaian tingkat kecemasan pada pasien rencana operasi SC. Data kemudian diolah untuk melihat hasil kuesioner baik sebelum dilakukan teknik genggam jari maupun setelah dilakukan penerapan teknik genggam jari, kemudian peneliti akan melakukan analisa data dengan menganalisis ;untuk mengetahui interaksi antara kedua variabel ini, dalam penelitian ini peneliti ingin melihat perbandingan tingkat kecemasan sebelum di lakukan dan setelah di lakukan intervensi teknik genggam jari untuk mengurangi kecemasan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Kasus Pengkajian Keperawatan

Tabel 1. Pengkajian Keperawatan

	Klien 1	Klien 2	Klien 3	Klien 4
Identitas pasien				
Umur	26 th	28 th	27 th	31 th
Suku	Jawa	Sunda	Jawa	Jawa
Agama	Islam	Islam	Islam	Islam
Pendidikan	Sarjana	sarjana	S1 PGSD	S1 Administrasi
Pekerjaan	Swasta	BUMN	Guru SD	Wiraswasta

Diagnosa medis	G1P0A0 Hamil minggu Anemia, CPD	G1P0 hamil 40-41minggu janian letak lintang	G1P0A0 Hamil minggu dengan	G2P1A0 hamil besar + LTP 1x
Rencana operasi SC	Rabu 18 desember 2024 jam 08.00	Senin 21 Desember 2024 jam 11.00	Selasa, 10 Desember 2024	Sabtu, 14 Desember 2024
Tanggal Pengkajian	18 Desember 2024	22 Desember 2024	10 Desember 2024	14 Desember 2024

Sumber: Data diolah oleh Penulis, 2024

Pengkajian Pasien

Tabel 1. Pengkajian Pasien

Pengkajian Pasien				
Alasan masuk RS	Rencana SC atas indikasi Anemia + CPD	Rencana SC atas indikasi letak lintang	Rencana SC atas indikasi Letak janin lintang	Rencana SC atas indikasi janin besar + LTP 1x
Riwayat penyakit sekarang	G1P0A0 Hamil 38-39 minggu Anemia, CPD	G2P0A0 hamil lintang	G1P0A0 Hamil 38-39 minggu dengan janin lintang	G2P1A0 hamil besar + LTP 1x
Riwayat penyakit dahulu	Pasien mengatakan tidak memiliki sakit yang berarti dan belum pernah di rawat di rumah sakit, sakit hanya demam dan batuk pilek dan diare jika sakit hanya berobat di dokter dan di klinik terdekat	Pasien mengatakan ada riwayat sakit pernah di rawat di RS karena Demam Berdarah bulan September 2022 dan riwayat operasi hemoroid bulan juni 2023, selebihnya hanya batuk dan flu serta demam dan berobat di klinik atau dokter di RS	Pasien mengatakan belum pernah menjalani tindakan operasi	Pasien mengatakan tidak pernah mengalami tindakan operasi dan tidak memiliki penyakit lainnya
Riwayat ANC	Rutin di RS X oleh dr. C	Rutin di RS X oleh dr.N	Rutin di RS EHB oleh dr. F sejak trimester I	Rutin di Klinik IB oleh dr. M sejak trimester I
Riwayat kehamilan saat ini	Pasien mengatakan ini kehamilan yang pertama dengan	Pasien mengatakan saat ini kehamilan yang pertama dan	Pasien mengatakan saat ini merupakan kehamilan pertama	Pasien mengatakan kehamilan saat ini merupakan

	keluhan sering lemas, tidak bertenaga dan terasa pusing	selama hamil tidak ada keluhan apa-apa.	dari pernikahan pertamanya	kehamilan kedua dari pernikahan pertamanya, kehamilan pertama tahun 2019 dan melahirkan dengan persalinan normal
Riwayat persalinan	Belum pernah	Belum pernah	Belum pernah	2019 persalinan normal
Pola nutrisi dan metabolik	Pasien mengatakan sejak masuk trimester ke tiga kehamilan sering ada ada keluhan sering lemas, tidak bertenaga dan pusing. Ada mual dan namun tidak sampai muntah terlebih mencium aroma yang menyengat	Pasien mengatakan selama kehamilan tidak ada masalah selama kehamilan, tidak mual dan tidak ada makanan yang tidak di sukai.	Sejak mula kehamilan, pasien mengeluhkan sering mual namun tidak sampai muntah. Sejak saat itu pasien mengatakan sedikit pemilih dalam makan dan minum terutama makana dan minuman yang terlalu	Pasien mengatakan selama kehamilan ini tidak ada masalah selama kehamilan, terkadang ada mual dan tidak ada makanan yang pantang.
	terutama bawang putih, makan minum masih mau.		berbaudan kurang berbumbu	
Pola eliminasi	Pasien mengatakan sejak hamil BAK dan BAB tidak ada kendala dan lancar serta tidak ada keluhan, 2 minggu terakhir ini BAK cenderung lebih sering dengan frekuensi 7-8 kali sehari.	Pasien mengatakan sejak hamil BAK dan BAB tidak ada kendala dan lancar serta tidak ada keluhan, 4 minggu terakhir ini BAK cenderung lebih sering dengan frekuensi 6-7 kali sehari sedikit-sedikit, terkadang terasa tidak tuntas.	Saat awal kehamilan pasien mengatakan tidak ada masalah dalam BAK dan BAB. Setelah memasuki trimester III pasien mengatakan lebih sering berkemih, dalam sehari bisa 7-8x sehari	Pasien mengatakan sejak hamil BAK dan BAB tidak ada kendala dan lancar serta tidak ada keluhan, 4 minggu terakhir ini BAK cenderung lebih sering dengan frekuensi 6-7 kali sehari sedikit-sedikit, terkadang terasa tidak tuntas.
Pola aktivitas dan latihan	- Pasien mengatakan badan terasa tidak bertenaga dan	Pasien mengatakan tidak ada kendala dan masalah untuk beraktivitas selama	Pasien mengatakan bada terasa lemah dan kurang bertenaga, selama	- Pasien mengatakan tidak ada kendala dan masalah untuk beraktivitas selama

	lemas, selama di rumah aktivitas masih mampu mandiri tanpa bantuan namun harus pelan-pelan karena terasa seperti mau jatuh.	kehamilan	di rumah aktivitas berjalan normal secara mandiri	kehamilan
Pola istirahat	Pasien mengatakan cenderung mengantuk dan sesekali tertidur tapi sejak 2 minggu ini pasien mengatakan sering tidak lelap jika tidur karena sering terbangun untuk BAK terutama saat malam hari	Pasien mengatakan bisa istirahat dan tidur namun tidak nyenyak karena sering terbangun untuk BAK	- Pasien mengatakan istirahat normal, tidur siang dan malam rutin. Saat memasuki kehamilan trimester III istirahat mulai terganggu karena sering terbangun di malam hari untuk BAK.	- Pasien mengatakan kurang bisa istirahat dan tidak bisa tidur namun tidak nyenyak serta merasa cemas karena persalinan di kehamilan ini harus dengan metode operasi. Pasien juga merasa khawatir akan kondisi
			- Pasien mengatakan cemas dan tidak bisa fokus berfikir sejak mengetahui letak janin yang melintang saat kontrol terakhir. - Saat dirumah sakit pasien mengatakan tidak bisa tidur dan istirahat terganggu karena memikirkan rencana tindakan operasi dan kondisi janin yang melintang.	bayi nya mengalami lilitan tali pusat

			Pasien juga mengeluh tidak nyaman karena sudah sering muncul kontraksi walaupun saat pasien beristirahat	
Pola persepsi kognitif	Pasien mengatakan sangat bersyukur atas kehamilan ini walau dengan kondisi seperti ini, pasien tampak cemas dan sering bertanya tentang proses persalinan dengan cara SC, pasien mengatakan sejak masuk trimester ke 3 kehamilan 7 bulan sering merasa capek nafas terasa berat dan sesak jika tidur posisi kepala harus tinggi tidak bisa datar, seekali terasa begah dan tidak nyaman serta nyeri pada perut bagian bawah terutama bila jika janin bergerak aktif Pasien tampak sesekali memgang perut bagian bawah	Pasien mengatakan sejak masuk trimester ke tiga badan terasa tidak nyaman, pinggang terasa berat apa bila beraktivitas yang sedikit berat seperti berjalan, tidur terasa engap dan sesekali terasa nyeri dan tidak nyaman bila janin di dalam perut bergerak sangat aktif. Pasien tampak sesekali memgang dan mengusap perutnya dan bereaksi jika janin di dalam perutnya bergerak	- Pasien mengatakan cemas dan tidak bisa fokus berfikir memikirkan rencana operasi yang akan dihadapinya. - Pasien merasa sedikit kecewa karena persalinan pertama ini harus dengan metode operasi karena pasien berharap dapat bersalin secara normal. - Pasien juga mengatakana cemas karena dikamar operasi suami tidak dapat mendampingi	- Pasien merasa bersyukur karena kehamilan kedua ini merupakan perencanaannya bersama suami. Namun pasien meraca cemas karena harus menjalani operasi tanpa pendampingan suami dan cemas terkait kondisi janinnya yang besar dan ada lilitan. - Pasien mengatakan ada penyesalan karena tidak menjaga pola makannya dalam kehamilan ini.
	dan tampak tidak nyaman dengan posisi tidurnya.	Pasien tampak sesekali meringis menahan nyeri pada perutnya	- Pasien mengatakan belum tahu cara menurunkan perasaan khawatir yang pasien alami Namun pasien bersyukur	- Pasien mengatakan tidak mengetahui cara menurunkan perasaan cemasnya Pasien juga mengatakan pola

			karena bayi yang dikandungnya sehat walaupun letaknya lintang	kontraksinya sudah cukup sering sehingga membuat pasien tidak nyaman
Pola peran dan hubungan	Pasien mengatakan tidak ada masalah selama kehamilan berperan sebagai istri di rumah, ibu rumah tangga di lingkungan rumah dan sebagai karyawan di kantornya dan bersosialisasi dengan baik dengan rekan satu kantornya	Pasien mengatakan tidak ada masalah berperan sebagai ibu dan karyawan di tempatnya bekerja selama kehamilan ini.	- Pasien mengatakan tidak ada perubahan dalam perannya menjadi istri dan calon ibu. Pasien juga mengatakan tidak ada masalah dengan suami karena harus	- Pasien mengatakan tidak ada masalah dalam menjalani perannya sebagai seorang istri dan peran menjadi ibu. Hubungan dengan suami tidak ada masalah setelah ada keputusan persalinan
			bersalin dengan metode operasi	yang akan dijalani dengan metode operasi
Koping dan toleransi stress	Pasien mengatakan hamil saat ini lebih stress karena badan terasa tidak nyaman sering merasa lelah dan lemas, pasien juga mengatakan merasa cemas dan takut karena kehamilan saat ini ibu akan melahirkan dengan cara operasi SC. Pasien bertanya apakah operasi SC itu sakit selama operasi dan pasca operasi. Pasien tampak cemas dan gelisah	Pasien mengatakan khawatir dan cemas akan rencana operasi walaupun sebelumnya pernah di operasi namun masih merasa takut dan cemas untuk menghadapi rencana operasi SC, pasien mengatakan belum mengerti proses kelahiran secara normal selama ini hanya tau jika sesar di bedah perutnya dan hanya melihat tayangan di youtube.	- Pasien mengatakan cemas dan tidak bisa fokus dalam berfikir memikirkan kondisi bayinya. - Pasien juga mengatakan cemas karena tidak memiliki bayangan hal apa saja yang perlu dilakukan dalam persiapan persalinan ini.	- Pasien mengatakan khawatir dalam menghadapi metode operasi karena ini merupakan pengalaman pertamanya. - Pasien mengatakan saat persalinan pertama melahirkan secara normal dan didampingi oleh suami, berbeda dengan saat ini pasien

	dan raut wajah tampak seperti takut dan tegang, akral teraba dingin	Wajah pasien tampak tegang, terlihat cemas dan	- Pasien mengatakan tidak memiliki tempat bertanya dalam persiapan operasi ini karena pasien dan	mengatakan lebih cemas karena suami
		gelisah, pasien selalu bertanya apakah operasi secar itu operasi yang besar dan akan sakit, akral teraba dingin	suami juga belum pernah menjalani prosedur operasi	tidak bisa mendampingi
Pola reproduksi	Pasien mengatakan ini merupakan usia 25 th	Pasien mengatakan ini adalah ke hamilan pertamanya dan pasien ini menikah di usia 26 th	Pasien mengatakan ini merupakan kehamilan pertama dan ibu menikah di usia 26 th	Pasien mengatakan ini adalah ke hamilan keduanya dan pasien ini menikah di usia 27 th
Pemeriksaan fisik				
TD	94/53 mmHg	132/99 mmHg	124/93 mmHg	122/89 mmHg
Nadi	98x/m	92 x/m	62x/m	82 x/m
RR	25x/m	22x/m	21 x/m	22x/m
Spo2	98%	100%	100%	100%
Suhu	36,2 °C	36,4 °C	36,9 °C	36,7 °C
CRT	>3 detik	< 3 detik	< 3 detik	< 3 detik
Akral	Teraba dingin tidak cianosis	Teraba dingin cianosis	Hangat	Hangat
TB	156cm	162cm	166 cm	168 cm
BB	58	82	68 Kg	84 Kg
Mata	Sklera tidak tampak ikterik, konjungtiva tampak anemis	Sklera tidak anemis		

TBBJ	3100gr	3300gr	3100gr	3640gr
ekstremitas	Ekstremitas atas tidak ada masalah Ekstremitas bawah tampak oedema di keduanya	Ekstremitas atas tidak ada masalah Kedua Ekstremitas bawah tampak oedema	Ekstremitas atas tidak ada masalah Ekstremitas tampak oede ma di keduanya	Ekstremitas atas tidak ada masalah Kedua Ekstremitas bawah tampak oedema
Pemeriksaan penunjang				
DJJ	153-165	155-168	151-159	155-165
USG	Tidak ada data	Tidak ada data	Janin Tunggal hidup, sesuai 38-39, TBJ 2900g-3000g, ketuban cukup, Laki-laki, LLintang, DJJ +	Janin Tunggal hidup, sesuai 40-41, TBJ 3600g- 3800g, ketuban cukup, Laki-laki, LTP1x, DJJ +
Hb	7,8	10,8	11,8 g/dL	10,1 g/dL
Leukosit	11,3	10,9	11,2 10 ³ /μL	10,5 10 ³ /μL
Trombosit	224	245	214 10 ³ /μL	235 10 ³ /μL
GDS	98	120	100 mg/dL	121 mg/dL
Pasien PT	10,5	11,2	11,5 detik	10,2 detik
Kontrol PT	10,6	11,4	10,1 detik	10,2 detik
Pasien APTT	35,8	36.2	30,8 detik	35.1 detik
Kontrol APTT	30.8	31.5	30.1 detik	31.1 detik
Therapy				
	D10 500cc/12 jam	RL 500cc/12 jam	D10 500cc/12 jam	D10 500cc/12 jam
	PRC 250cc		PRC 250cc	PRC 250cc
	Starxon 2gr drip (profilaksis 1 jam sebelum operasi)	Cefazoline 2g r dri p (profilaksis 1 sebelum operasi)	Starxon 2gr drip (profilaksis 1 jam sebelum operasi)	Starxon 2gr drip (profilaksis 1 jam sebelum operasi)
	Fenover 5ml dalam Ns 0,9% 100ml drip		Fenover 5ml dalam Ns 0,9% 100ml drip	Fenover 5ml dalam Ns 0,9% 100ml drip

	Ondancetron 2x8mg iv		Ondancetron 2x8mg iv	Ondancetron 2x8mg iv

Sumber: Data diolah oleh Penulis, 2024

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisa masalah dari 4 pasien dengan masalah kecemasan pada ibu hamil dengan rencana operasi SC yaitu Pasien 1 di dapatkan hasil nilai APAIS yaitu panik ini terbukti bahwa adanya perubahan tingkat kecemasan setelah dilakukan therapy genggam jari dimana sebelum dilakukan relaksasi didapatkan nilai APAIS untuk kecemasan 20 poin dan nilai kebutuhan informasi 10 poin hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Edith dkk, (2022) yang mengatakan bahwa pasien yang akan di operasi untuk pertama kalinya memiliki tingkat kecemasan sebelum operasi lebih tinggi di bandingkan dengan yang telah memiliki pengalaman operasi sebelumnya, ini juga sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Susanti dan Utama (2022) yang mengatakan bahwa ada hubungan signifikan status paritas dengan tingkat kecemasan ibu pre operasi sectio caesarea.

Sesuai dengan teori bahwa seseorang wanita yang belum pernah mengalami atau baru akan terjadi kehamilan lebih sering dan banyak mengalami rasa kecemasan untuk melewati proses persalinan normal maupun sectio caesarea. Selain itu paritas juga dapat mempengaruhi kecemasan, karena terkait dengan aspek psikologis, namun setelah dilakukan intervensi genggam jari di dapatkan penurunan nilai APAIS untuk kecemasan sejumlah 17b point dan nilai APAIS untuk kebutuhan informasi 7 point, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Allam dkk (2023) yang mengatakan bahwa therapy genggam jari merupakan salah satu intervensi yang efektif untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien yang akan di lakukan operasi.

Pasien 2 pada hasil penilaian APAIS sebelum dilakukan teknik relaksasi di dapatkan nilai kecemasan 18 point dan APAIS score kebutuhan informasi 10 point, pasien ini juga mengatakan tetap merasa takut dan cemas karena baru pertama melakukan operasi SC dengan pembiusan yang sama ketika operasi heoroid tahun lalu, dan kebutuhan informasi juga tinggi dibuktikan dengan pasien selalu bertanya tentang penanganan nyerinya pasca operasi, ini sejalan dengan penelitian Sugiarta (2021) mayoritas responden yang belum pernah menjalani operasi memiliki kecemasan 16 orang (17,8%) dan 28 orang (31,1%) cemas ringan, Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pasien yang pernah menjalani operasi atau anestesi sebelumnya cenderung kurang cemas dibandingkan mereka yang tidak. Hal ini mungkin terjadi karena menurunnya kesalahpahaman pasien mengenai prosedur pembedahan atau anestesi, atau mungkin juga karena pasien memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai prosedur pembedahan atau anestesi yang akan diberikan (Sitinjak, Dewi, dan Sidemen, 2022).

Namun setelah dilakukan intervensi genggam jari maka di dapatkan hasil nilai APAIS untuk kecemasan mengalami penurunan yaitu 15 point sedangkan setelah mendapatkan informasi dan edukasi oleh dokter anestesi, dokter bedah kandungan dan perawat nilai kebutuhan informasi mengalami penurunan dengan 4 point, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila dkk (2024) yang mengatakan bahwa penurunan nilai kecemasan akan efektif dengan penggunaan teknik genggam jari secara optimal, dan juga nilai akan kebutuhan informasi akan menurun ketika pasien mendapatkan informasi yang jelas dan lengkap yang diberikan oleh team yang akan melakukan tindakan operasi.

Pemberian terapi komplementer pada pasien 3 dilakukan setelah perawat melakukan penilaian skor berdasarkan APAIS dan didapatkan skor 24 yang berdasarkan APAIS termasuk

dalam kategori cemas sedang. Selanjutnya perawat memberikan edukasi terkait gambaran prosedur yang akan dijalani dan mengajarkan pasien untuk melakukan terapi komplementer teknik relaksasi genggam jari. Pasien dapat melakukan terapi relaksasi genggam jari sesuai edukasi yang diberikan sebelumnya. Hasil evaluasi dari kegiatan yang dilakukan, pasien mengatakan sedikit lebih tenang dan rileks karena merasa memiliki cara untuk mengalihkan perasaan cemas yang pasien rasakan dengan skor APAIS 15. Safriyani mengatakan bahwa relaksasi genggam jari mampu mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan menjadikan tubuh menjadi rileks (Ma'rufa, dkk. 2019). Respon yang sama juga ditunjukkan oleh pasien Pasien 4 saat diberikan motivasi untuk melakukan terapi relaksasi genggam jari. Berdasarkan penilaian cemas dengan format APAIS didapati nilai APAIS 25 yang artinya pasien dalam kecemasan sedang. Setelah pasien melakukan terapi relaksasi genggam jari, pasien Ny. H mengatakan merasa lebih tenang dan nyaman sehingga lebih siap untuk melaksanakan prosedur operasi dengan skor APAIS 15

SIMPULAN

Kecemasan dalam kehamilan merupakan situasi yang sering dialami oleh ibu hamil terutama saat ibu harus menghadapi proses persalinan untuk pertama kalinya ataupun menjalani proses persalinan dengan metode tertentu seperti persalinan dengan prosedur operasi. Prosedur persalinan dengan metode operasi dikenal dengan operasi sectio caesarea dimana pasien akan menjalani prosedur persalinan yang sebagian besar prosedur ini tanpa didampingi oleh suami bahkan keluarga dan tentunya akan menambah tingkat kecemasan menjadi tinggi. Dalam menurunkan tingkat kecemasan, perawat sebagai tenaga kesehatan yang mendampingi pasien selama proses operasi harus mampu menurunkan tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu atau pasien. Dalam hal tersebut perawat dapat memotivasi ibu atau pasien untuk melakukan terapi komplementer relaksasi genggam jari.

Teknik relaksasi merupakan salah satu teknik non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan rasa cemas dan nyeri dengan menegangkan otot. Teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa cemas adalah dengan menggunakan teknik relaksasi genggam jari (finger hold). Teknik ini merupakan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah untuk dilakukan oleh siapapun berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh. Relaksasi genggam jari dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks. Ketika tubuh dalam keadaan rileks, maka ketegangan pada otot berkurang yang kemudian akan mengurangi kecemasan.

Terapi komplementer relaksasi dengan genggam jari berhasil diterapkan kepada kedua pasien yang akan menjalani prosedur operasi. Terapi komplementer yang diberikan kepada kedua pasien tersebut terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami oleh kedua pasien tersebut sehingga pasien dapat menjalani prosedur operasi dengan tingkat kecemasan yang ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, R. I., Jama, F., & Nurlian, S. (2022). The Effect of Finger grip Relaxation on Decreasing Anxiety of Pre-Sectio Caesarea Patients at RSIA Masyita Makassar. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 5(1), 56-62.
- EDIT, T. M. (2023). CASE REPORT TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DALAM PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERATIF SC DI RUANGAN INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUP DR. SOERADJI

-
- TIRTONEGORO KLATEN (Doctoral dissertation, SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA).
- Huriani, E., Olimviani, S. P., & Putra, H. (2021). Handheld Technique Compared to Deep Breathing Technique in Reducing Anxiety Before Cardiac Catheterization. *Indonesian Contemporary Nursing Journal (ICON Journal)*, 12-20.
- Mohamed Ahmed Ayed, M., Mohamed Amin, F., & Abdalsemia Elewa, A. (2023). Effectiveness of Applying Finger Handheld Relaxation Technique on Pain Intensity and Fatigue among Children Undergoing Chemotherapy. *Egyptian Journal of Health Care*, 14(3), 116-126.
- Mohamed Elghareeb Allam, S., Ahmed Mohammed Elmetwaly, A., & Mokhtar Mokhtar, I. (2023). Impact of the Finger Handheld Relaxation Technique on Pain Intensity and Stress among Post Appendectomy Patients. *Egyptian Journal of Health Care*, 14(3), 103-115.
- Nanda, A. A., & Rosyid, F. N. (2025). Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari dalam Menurunkan Kecemasan terhadap Pasien Pre-operasi di RSUD Pandan Arang, Boyolali, Jawa Tengah. *Jurnal Ners*, 9(1), 350-354.
- Safariyah, E., Salsabilla, N., & Setiawan, H. (2022). A Case Study of The Finger Grip Relaxation Intervention on Lowering Pain Scale in Appendicitis Patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 5(5), 412-417.
- Salsabilla, K., Wibowo, T. H., & Handayani, R. N. (2024). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Pre Operasi pada Pasien Sectio Caesarea dengan Spinal Anestesi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 477-484.
- Sari, N., & Norhapifah, H. (2022). Pengaruh Terapi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Preoperasi Sectio Caesarea. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(11), 16237-16246.
- 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).
- Susanti, N. M. D., & Utama, R. P. (2022). Status Paritas dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(2), 297-307.
- Susanto, A. (2023). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PREOPERASI PADA PASIEN SPINAL ANESTESI DI RSUD SIWA KABUPATEN WAJO. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 3(1), 45-52.