

ABSTRAK

PENERAPAN RELAKSASI GENGAM JARI PADA PASIEN PRE OPERASI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS DI RUMAH SAKIT IBNU SINA MAKASSAR

Uswatun Hasanah, Fatma Jama², Arifuddin³, Sunarti⁴

¹ Pofesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
Makassar

² Departemen Perioperatif, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim
Indonesia Makassar

Ansietas merupakan kondisi emosi dan pengalaman subjektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu, melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman. Terlebih lagi pasien dengan kondisi preoperasi sering mengalami ansietas yang berdampak secara fisiologis maupun psikologis.

Relaksasi genggam jari adalah memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggaman. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju otak kemudian diproses dengan cepat dan diteruskan menuju ke saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga hambatan di jalur energi menjadi lancar.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang pengaplikasian intervensi penerapan relaksasi genggam jari untuk menurunkan ansietas pada pasien *pre* operasi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan cara pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data yaitu dengan wawancara dan observasi. Penelitian ini dilakukan pada 1 responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian terapi relaksasi genggam jari sebanyak 2 kali yaitu tiap 10 menit sekali pengimplementasian pada saat *pre* operasi didapatkan adanya penurunan ansietas yang dirasakan. Terbukti dari data subjektif yaitu responden mengatakan merasa cemasnya berkurang serta lebih rileks dari data objektif yaitu adanya penurunan tekanan darah dari 140/91 mmHg ke 130/90 mmHg.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan ansietas.

Kata kunci : Relaksasi Genggam Jari, Ansietas, *Pre* Operasi

ABSTRACT
APPLICATION OF FINGER GRASP RELAXATION IN PATIENTS
PRE OPERATION WITH ANXIETY NURSING PROBLEMS
IN IBNU SINA HOSPITAL MAKASSAR

Uswatun Hasanah, Fatma Jama², Arifuddin³, Sunarti⁴

¹ Pofesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
Makassar

² Departemen Perioperatif, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim
Indonesia Makassar

Anxiety is an emotional state and subjective experience experienced by an individual toward an unclear and unspecified object due to anticipation of danger, which allows the individual to take action to confront the threat. Furthermore, patients with preoperative conditions often experience anxiety that has both physiological and psychological impacts.

Finger grip relaxation involves reflexively (spontaneously) stimulating the finger when gripping. This stimulation sends a kind of shock wave or electrical impulse to the brain, which is then quickly processed and transmitted to the nerves in the affected organ, thereby clearing the blockage in the energy pathway.

This study aims to obtain an overview of the application of finger grip relaxation interventions to reduce anxiety in preoperative patients.

The method used in this research was descriptive with a case study approach. Data collection techniques included interviews and observations. This research was conducted on one respondent.

The results of the study showed that after administering finger-holding relaxation therapy twice, every 10 minutes, during pre-operative implementation, there was a decrease in perceived anxiety. This was evident from subjective data, where respondents reported feeling less anxious and more relaxed. Objective data showed a decrease in blood pressure from 140/91 mmHg to 130/90 mmHg.

From the research results, it can be concluded that finger grip relaxation therapy is effective in reducing anxiety.

Keywords: Finger Grasp Relaxation, Anxiety, Pre Operative