

**ORIGINAL ARTICLE**

# PENGARUH RELAKSASI GENGAM LIMA JARI TERHADAP KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PASIEN PRE OPERASI

Dandy Putra Aditama<sup>1\*</sup>, Astika Nur Rohmah<sup>2</sup>, Joko Murdiyanto<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Aisyiyah Yogyakarta

**Corresponding author:**

Dandi Putra Aditama

Universitas Sahid Jakarta

Email: [ranalahardi@gmail.com](mailto:ranalahardi@gmail.com)

**Article Info:**

Dikirim: 6 September 2024

Ditinjau: 4 Februari 2025

Diterima: 21 Maret 2025

**Abstract**

**Background:** Pre-operation is a condition or time before surgery is carried out. Patient preparation before entering the surgical stage is essential. Preoperative patient anxiety is caused by various factors, one of which is knowledge, family support, communication, or the nurse's attitude in implementing anxiety prevention in preoperative patients and the type of surgical procedure. Anxiety can result in delayed surgery, increased pain after surgery, decreased immunity to infection, increased use of postoperative analgesics, and increased length of hospital stay. Five-finger relaxation can control and restore emotions, thereby relaxing the body. When the body is relaxed, muscle tension will decrease, which will reduce feelings of anxiety. **Objective:** The study aimed to determine the effect of five-finger grip relaxation on anxiety and blood pressure in preoperative patients at PKU Muhammadiyah Hospital Yogyakarta. **Research Method:** This research is quantitative research using a pre-experimental approach. The population of this study are patients who will undergo surgery using the technique quota sampling totaling 30 respondents. **Result:** This research is quantitative research using a pre-experimental approach. The population of this study consisted of patients who were going to undergo surgery, which was done using a quota sampling technique and totaled 30 respondents. **Findings:** Based on statistical analysis using the Wilcoxon test, a significant value or p-value of 0.000 & lt; 0.05 for anxiety and 0.001 & lt; 0.05 for blood pressure, which means that there is an effect of five finger grip relaxation on anxiety and blood pressure at PKU Muhammadiyah Hospital Yogyakarta. **Conclusion:** Five-finger grip relaxation impacts on anxiety and blood pressure in preoperative PKU Muhammadiyah Hospital Yogyakarta patients. **Suggestion:** It is hoped for future researchers can increase the number of respondents and add control group so that they will strengthen the results of the previous analysis.

**Keywords:** Relaxation; Anxiety; Blood Pressure.

**Abstrak**

**Latar Belakang:** Pre operasi merupakan suatu kondisi atau waktu sebelum operasi dilakukan, persiapan pasien sebelum memasuki tahap pembedahan sangatlah penting. Kecemasan pasien pre operasi disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengetahuan, dukungan keluarga, komunikasi atau sikap perawat dalam menerapkan pencegahan kecemasan pada pasien pre operasi, dan jenis tindakan pembedahan. Kecemasan dapat mengakibatkan penundaan operasi, peningkatan rasa sakit setelah operasi, penurunan kekebalan terhadap infeksi, peningkatan penggunaan analgesik pasca operasi, dan peningkatan lama rawat inap. Relaksasi genggam lima jari dapat mengontrol dan memulihkan emosi sehingga membuat tubuh menjadi rileks. Saat tubuh dalam keadaan rileks, ketegangan otot akan berkurang dan hal ini akan mengurangi rasa cemas. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam lima jari terhadap kecemasan dan tekanan darah pada pasien pre operasi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. **Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan pra-eksperimental. Sample penelitian ini adalah pasien yang akan menjalani operasi dengan teknik kuota sampling berjumlah 30 responden. **Hasil** Berdasarkan analisis statistik menggunakan tes Wilcoxon diperoleh nilai signifikan atau p-nilai sebesar 0,000 < 0,05 untuk kecemasan dan 0,001 < 0,05 untuk tekanan darah yang berarti terdapat pengaruh relaksasi genggam lima jari terhadap kecemasan dan tekanan darah di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. **Simpulan:** Terdapat pengaruh relaksasi genggam lima jari terhadap kecemasan dan tekanan darah pada pasien pra operasi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. **Saran:** Harapan untuk peneliti selanjutnya bisa memperbanyak jumlah responden dan menambahkan kelompok kontrol sehingga akan memperkuat hasil analisis sebelumnya

**Kata Kunci:** Relaksasi; Kecemasan; Tekanan Darah.

## PENDAHULUAN

Pre operatif 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 pasca operatif. Kecemasan pada pasien pre operasi disebabkan banyak faktor, salah satunya adalah pengetahuan, dukungan keluarga, komunikasi atau sikap perawat dalam mengimplementasikan pencegahan kecemasan pada pasien pre operasi (Palla *et al.*, 2018). Kecemasan dapat menyebabkan respon kognitif, psikomotor, dan fisiologis yang kurang nyaman, misalnya sulit berpikir logis, meningkatnya aktivitas motorikagitasi, dan peningkatan tanda-tanda vital (Nurahayu *et al.*, 2019).

Kecemasan dapat mengakibatkan perubahan fisik maupun psikologis ditandai dengan frekuensi napas bertambah, detak jantung meningkat, tekanan darah naik, dan secara umum mengurangi energi pasien, sehingga mampu merugikan individu itu sendiri dan hal tersebut dapat menyebabkan tindakan operasi itu tertunda (Pratiwi *et al.*, 2017). Kecemasan bisa mengakibatkan tindakan operasi tertunda, peningkatan rasa nyeri setelah operasi, mengurangi kekebalan terhadap infeksi, peningkatan penggunaan analgesik post operasi, dan bertambahnya waktu penginapan (Azzahra *et al.*, 2020).

Berdasarkan angka prevalensi kejadian gangguan kecemasan preoperatif di Amerika yaitu 28% lebih yang mengalami kecemasan dari usia 9-17 tahun. Pada usia 18-54 tahun yang mengalami kecemasan sebesar 13%, sedangkan pada usia 55

tahun yang mengalami kecemasan sebesar 16% dan pada lansia sebesar 11,4%. Di Indonesia, jumlah orang yang mengalami kecemasan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2013) menunjukkan bahwa 6% atau kurang lebih 14 juta jiwa di Indonesia menderita gangguan emosional yang ditandai dengan gejala kecemasan dan depresi. Riset yang dilakukan Shifa (2019) kurang lebih 80% atau 1,2 jiwa yang menderita kecemasan sebelum menjelang operasi, sedangkan menurut Mau (2013) pasien yang menderita kecemasan sebelum tindakan operasi mencapai 75-85%.

Membatalkan atau menunda operasi tidak hanya membuang-buang sumber daya dan waktu, namun juga mengurangi ketersediaan ruang rawat inap operasi, yang merupakan kerugian bagi rumah sakit. Pembatalan operasi juga berdampak pada penyakit mental pasien, khususnya kecemasan dan depresi, yang memerlukan perawatan tambahan dan berkontribusi pada peningkatan biaya rumah sakit. Dalam penelitian Diah (2017) mengatakan bahwa sebagian besar pasien yang akan dilakukan operasi menjadi cemas karena menganggap tindakan operasi merupakan pengalaman yang menakutkan. Berdasarkan penelitian Fatmawati (2021) didapatkan bahwa 10% dari pasien yang akan dilakukan operasi, terjadi penundaan atau pembatalan operasi yang diantaranya 5% kejadian penundaan atau pembatalan operasi disebabkan peningkatan tekanan darah, 2% karena haid, dan 3% disebabkan ketakutan.

Penatalaksanaan untuk mengatasi kecemasan dibagi menjadi dua yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Teknik relaksasi adalah salah satu cara non farmakologi yang banyak dipakai dalam mengatasi gangguan psikologi seperti kecemasan. Contoh relaksasi yang mudah dilakukan oleh pasien

dan tidak memerlukan peralatan yaitu relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam lima jari dapat mengontrol emosi yang membuat tubuh menjadi rileks. Ketika tubuh sedang rileks, maka ketegangan pada otot akan berkurang dan mengurangi kecemasan (Ningrum *et al.*, 2017).

Menurut Pratiwi *et al.*, (2017), relaksasi genggam jari merupakan teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan. Menahan jari sambil menarik napas dalam-dalam dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosional. Meremas jari menghangatkan titik masuk dan keluar energi pada meridian (saluran energi) jari tangan yang terhubung dengan organ dalam tubuh. Titik refleks pada tangan memberikan rangsangan refleks (volunter) ketika menggenggam. Stimulasi ini mengirimkan sejenis gelombang kejut atau aliran listrik ke otak, yang kemudian segera diproses dan disalurkan ke saraf organ tubuh yang bermasalah, sehingga membuka sumbatan jalur energi. Relaksasi lima jari dapat membantu mengontrol dan memulihkan emosi untuk merilekskan tubuh. Saat tubuh rileks, ketegangan otot berkurang yang pada akhirnya menyebabkan berkurangnya kecemasan (Ningrum *et al.*, 2017). Hasil riset yang dilakukan oleh Pratiwi *et al.*, (2017) terjadinya penurunan tingkat kecemasan dari cemas sedang menjadi cemas ringan. Riset yang dilakukan Sasmito *et al.*, (2018) menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari memiliki pengaruh terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi, dan riset yang dilakukan oleh Rismawan *et al.*, (2019) menunjukkan relaksasi genggam jari dapat menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan rancangan kuantitatif dengan menggunakan metode desain *pre-eksperimental*. Penelitian *preeksperimental* dilakukan dengan memberikan perlakuan pada satu kelompok eksperimen dengan tanpa adanya kelompok kontrol (Sugiyono, 2022). Desain model yang digunakan adalah *one group pretest and posttest design* yaitu desain untuk membandingkan keadaan suatu kelompok sebelum dan setelah diberi perlakuan (Sugiyono, 2022). Intervensi akan dilakukan satu kali per pasien sedangkan penilaiannya akan dilakukan sebanyak dua kali yakni sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam lima jari terhadap kecemasan dan tekanan darah pada pasien pre operasi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

Sample penelitian ini merupakan pasien yang akan menjalani operasi dengan jumlah sampel 30 responden. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan lembar kuisioner. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* untuk mengetahui adanya sebuah perbedaan antara pretest dan posttest yang berskala data non-parametrik/ordinal (Sugiyono, 2022).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.1 Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah (n)	Prosentase (%)
<b>Usia</b>		
21-25 tahun	3	10
26-35 tahun	11	36,7
36-45 tahun	7	23,3
46-59 tahun	9	30
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	17	56,7
Perempuan	13	43,3
<b>Pendidikan</b>		
SD	11	36,7

SMP	7	23,3
SMA	7	23,3
PT	5	16,7
<b>Dukungan Keluarga</b>		
Bersama keluarga	26	86,7
Tidak Bersama keluarga	4	13,3
<b>Pengalaman Operasi</b>		
Sudah pernah	14	46,7
Belum pernah	16	53,3

Pada tabel 1.1 menunjukkan bahwa sebanyak 10% atau 3 responden berusia 21 – 25 tahun. Sebanyak 36,7% atau 11 responden berusia 26 – 35 tahun. Sebanyak 23,3% atau 7 responden berusia 36 – 45 tahun. Sebanyak 30% atau 9 responden berusia 46 – 59 tahun. Usia menjadi salah satu faktor meningkatnya kecemasan pada sebelum dilakukannya tindakan operasi, hal ini disebutkan pada penelitian Fatmawati *et al.*, (2021) yang menyebutkan bahwa faktor cemas nomor dua ialah usia. Hal ini terjadi pada usia dewasa karena usia tersebut merupakan masa dimana mereka memiliki tanggung jawab yang besar bagi kelangsungan hidupnya. Seseorang yang memiliki usia yang lebih muda akan mudah mengalami gangguan akibat kecemasan dari pada seseorang yang lebih tua usianya dikarenakan umur menunjukkan ukuran waktu perkembangan seorang individu. Usia berhubungan dengan pengalaman, pengetahuan, dan pandangan individu terhadap suatu penyakit atau kejadian sehingga kemudian membentuk persepsi dan sikap serta kematangan dalam proses berpikir individu yang berusia dewasa lebih memungkinkan untuk menggunakan koping yang baik (Irma *et al.*, 2022).

Kemudian pada penelitian ini sebanyak 56,7% atau 17 responden memiliki jenis kelamin laki-laki. Sebanyak 43,3% atau 13 responden berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan jenis kelamin ditemukan bahwa pasien dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak ditemukan yakni sebanyak 17

responden. Dari 17 responden terdapat 13 responden memiliki tekanan darah hipertensi 1 dan 4 responden lainnya dengan nilai tekanan darah pre hipertensi. Jenis kelamin adalah salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan tekanan darah atau hipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa laki-laki memiliki tingkat hipertensi yang lebih tinggi dari pada wanita tetapi laki-laki juga mempunyai tingkat kewaspadaan yang lebih rendah terhadap hipertensi dari pada wanita (Irma *et al.*, 2022).

Sebanyak 36,7% atau 11 responden memiliki riwayat pendidikan terakhir SD. Sebanyak 23,3% atau 7 responden memiliki riwayat pendidikan terakhir SMP. Sebanyak 23,3% atau 7 responden memiliki riwayat pendidikan terakhir SMA. Sebanyak 16,7% atau 5 responden memiliki riwayat pendidikan terakhir Perguruan Tinggi. Berdasarkan penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa pendidikan seseorang dapat meningkatkan kematangan intelektualnya sehingga mampu membuat keputusan terbaik dalam menjaga status kesehatannya. Pendidikan yang tinggi akan memungkinkan individu memiliki kemampuan untuk memahami potensi dari suatu keadaan yang dapat menimbulkan penyakit sehingga lebih memperhatikan usaha-usaha menjaga kesehatan (Irma *et al.*, 2022).

Seseorang yang mengalami hipertensi dengan tingkat pendidikan rendah disebabkan kurangnya pengetahuan tentang kesehatan maupun penyakit yang dideritanya sehingga sulit untuk mengontrol masalah kesehatannya. Tingkat pendidikan yang rendah pada responden sangat berpengaruh besar terhadap penyakit yang diderita karena kurangnya wawasan terkait kesehatan sehingga menyebabkan cara berfikir yang kurang efektif dalam menanggapi masalah yang berhubungan dengan kesehatannya (Irma *et al.*, 2022).

Pada penelitian ini 86,7% atau 26 responden dibersamai oleh keluarganya. Sebanyak 13,3% atau 4 responden tidak dibersamai oleh keluarganya. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa dukungan keluarga yang diberikan sebagian besar merupakan dukungan yang positif. Keluarga merupakan sistem utama yang mampu memberikan perawatan secara langsung kepada pasien (Sembiring, 2019). Hal ini sesuai dengan hasil tabulasi yang menunjukkan 26 responden ditemani keluarga dan 15 diantaranya mengalami kecemasan dan 11 diantaranya tidak mengalami kecemasan. Sehingga dukungan keluarga juga menjadi salahsatu faktor terjadinya kecemasan pada pasien pra operasi.

Sebesar 46,7% atau 14 responden memiliki pengalaman dilakukan tindakan operasi. Sebanyak 53,3% atau 16 responden tidak memiliki pengalaman tindakan operasi. Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi kecemasan pasien sebelum operasi.

Beberapa diantaranya adalah pengalaman dalam menjalani operasi, pemahaman pasien tentang tujuan dan alasan dilakukannya operasi, pengetahuan pasien mengenai persiapan yang diperlukan sebelum operasi termasuk pemeriksaan fisik dan tes penunjang, pengetahuan pasien perihal lingkungan kamar operasi dan pekerja di dalamnya, serta pemahaman pasien mengenai seluruh prosedur operasi mulai dari persiapan sebelum operasi, pelaksanaan operasi itu sendiri, hingga perawatan pasca operasi (Kurniawan *et al.*, 2018).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dimana 14 responden menyatakan memiliki pengalaman operasi dan 5 diantaranya mengalami cemas ringan, sedangkan pada 16 pasien lainnya yang tidak memiliki pengalaman operasi, 14 diantaranya mengalami cemas ringan hingga sedang.

Tabel 1.2 Hasil Uji Wilcoxon Kecemasan

Post	Pre												p-value
	Tidak		Ringan		Sedang		Berat		Panik		Total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Tidak	11	36,6	6	20	0	0	0	0	0	0	17	56,6	0,000
Ringan	0	0	3	10	8	26,7	0	0	0	0	11	36,7	
Sedang	0	0	0	0	2	6,7	0	0	0	0	2	6,7	
Berat	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Panik	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Total</b>	11	36,6	9	30	10	33,4	0	0	0	0	30	100	

Berdasarkan output pada tabel 1.2 diatas, diketahui variabel kecemasan nilai *p-value* sebesar 0.000. karena nilai 0,000 lebih kecil dari <0,05 (0,000 < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh dari relaksasi genggam lima jari terhadap kecemasan pada pasien *pre* operasi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta menunjukkan bahwa 10 responden (33.4%) sebelum dilakukan relaksasi

genggam lima jari memiliki tingkat kecemasan sedang, setelah dilakukan relaksasi genggam lima jari rasa cemas menurun menyisakan 2 responden (6.7%) dengan tingkat kecemasan sedang. Pada pasien sebelum operasi, pasien mungkin merasa cemas dan mengalami respon emosional. Kecemasan pasien dapat berdampak pada respon fisiologis tubuh (Marufa *et al.*, 2019). Setiap orang dapat mempunyai

tingkat kecemasan yang berbeda bahkan ketika menghadapi masalah yang sama. Kecemasan dapat bermanifestasi dalam intensitas yang berbeda-beda, mulai dari tingkat kecemasan atau panik yang ringan hingga sedang hingga parah. Orang yang mengalami kecemasan mungkin tidak sama, indikator kecemasan yang ditampilkan berbeda-beda, seperti tekanan darah tinggi, terlihat gelisah, dan mengalami perubahan pola tidur (Baradero *et al.*, 2016).

Sejauh mana seorang pasien menunjukkan gejala kecemasan ditentukan oleh sensitivitas kecemasan pasien sebelum operasi, usia, jenis kelamin, pengalaman bedah, latar belakang pendidikan, jenis dan derajat operasi yang dilakukan, kondisi kesehatan saat ini, dan status sosial ekonomi. Salah satu pengobatan yang dapat mengurangi

kecemasan pada pasien adalah relaksasi jari (Hamidah *et al.*, 2023).

Teknik relaksasi ini melibatkan memegang erat jari-jari, menutup mata secara perlahan, menarik napas dalam-dalam, dan memusatkan perhatian pada suasana yang menyenangkan. Inti dari relaksasi ini terletak pada titik refleksi tangan saat menggenggam suatu benda. Refleksi ini memungkinkan energi listrik mengalir ke otak dan kemudian kembali ke titik-titik saraf yang ada di organ tubuh (Katiningrum, 2020). Relaksasi genggam jari dapat mengontrol emosi yang membuat tubuh menjadi rileks. Pada saat tubuh sedang rileks, maka ketegangan pada otot akan berkurang dan kemudian akan mengurangi kecemasan (Yuliasuti, 2020).

**Tabel 1.3 Hasil Uji Wilcoxon Tekanan Darah**

Post	Pre										p-value
	Normal		Pre HT		HT 1		HT 2		Total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Normal	0	0	4	13,3	1	3,3	0	0	5	16,6	0,001
Pre-HT	0	0	7	23,4	4	13,3	1	3,3	12	39,9	
HT 1	0	0	0	0	2	6,7	2	6,7	4	13,4	
HT 2	0	0	0	0	0	0	9	30	9	30	
<b>Total</b>	0	0	11	36,7	7	23,3	12	40	30	100	

Berdasarkan output pada table 1.3 diatas, diketahui tekanan darah nilai *p-value* sebesar 0,001. karena nilai 0,001 lebih kecil dari  $<0,05$  ( $0,001 < 0,05$ ) yang artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari relaksasi genggam lima jari terhadap tekanan darah pada pasien *pre* operasi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Pada tabel 1.3 menunjukkan bahwa sebanyak 7 responden (23.3%) sebelum dilakukan relaksasi genggam lima jari memiliki nilai tekanan darah systole hipertensi 1 dan 12 responden (40.0%) dengan nilai tekanan darah Hipertensi 2. Diketahui pada tabel 1.3 setelah dilakukan relaksasi genggam lima jari memiliki

nilai tekanan darah systole normal. Sebanyak 12 responden (40.0%) dengan tingkat nilai tekanan darah systole Pre hipertensi, sebanyak 4 responden (13.3%) dengan nilai tekanan darah systole hipertensi 1, dan 9 responden (30.0%) dengan nilai tekanan darah systole hipertensi 2.

Kecemasan berat ditandai dengan peningkatan detak jantung dan pernapasan, perubahan tekanan darah dan suhu tubuh, relaksasi otot polos kandung kemih dan usus, kulit dingin dan lembap, peningkatan pernapasan, pupil melebar, dan kekeringan pada fungsi tubuh mulut. Kondisi ini menimbulkan risiko yang signifikan bagi

kesehatan pasien dan membutuhkan pembatalan serta penundaan rencana operasi (Handayani *et al.*, 2020).

Hasil penelitian yang telah dilakukan Siregar, (2024) menunjukkan bahwa relaksasi genggam jari dilakukan pada 3 responden dengan lama perawatan 5 hari dengan durasi 30 menit. Teknik relaksasi genggam jari terbukti efektif untuk menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Relaksasi *finger grip* mempunyai efek yang dapat menurunkan ketegangan pada tubuh dan dapat meredakan perasaan emosional, dimana dengan penerapan teknik *finger grip* dapat menimbulkan kehangatan pada titik-titik masuk dan keluarnya energi dalam tubuh melalui saluran energi yang ada di jari-jari (Nurhayati *et al.*, 2023).

Relaksasi berfungsi seperti obat antihipertensi yang menurunkan tekanan darah. Proses ini bekerja dengan mengendurkan otot polos arteri dan vena, serta otot lain di tubuh. Ketika otot-otot ini rileks, tingkat noradrenalin dalam darah menurun. Otot-otot yang rileks mengirimkan rangsangan ke hipotalamus, dan jiwa manusia serta organ-organ internal merasa tenang dan nyaman. Hal ini akan menurunkan kinerja sistem saraf simpatis dan mengurangi produksi hormon epinefrin dan norepinefrin dalam darah. Ketika kadar adrenalin dan noradrenalin dalam darah mulai turun, maka kemampuan jantung dalam memompa darah menurun sehingga mengakibatkan penurunan tekanan darah (Rosa *et al.*, 2023).

## KESIMPULAN

Adanya pengaruh dari relaksasi genggam lima jari terhadap kecemasan dan tekanan darah pada pasien pre operasi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Mayoritas kecemasan sebelum dilakukan intervensi sebanyak 11 orang (36,7%) dengan kategori tidak cemas dan sesudah dilakukan intervensi sebanyak 17 orang (56,7%) dengan kategori tidak cemas pada pasien pre operasi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah

Yogyakarta. Mayoritas tekanan darah sebelum dilakukan intervensi sebanyak 12 orang (40%) dengan kategori hipertensi 2 dan sesudah dilakukan intervensi sebanyak 12 orang (40%) dengan kategori pre hipertensi pada pasien pre operasi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada para dosen pembimbing, penguji, dan seluruh civitas akademisi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah membantu proses penelitian ini. Selain itu pihak RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta, yang telah mengizinkan penelitian ini berlangsung.

## DAFTAR RUJUKAN

- A Palla, M Sukri, S. S. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7 (1), 45–53.
- Azzahra, F. (2020). Farmakoterapi Gangguan Ansietas dan Pengaruh Jenis Kelamin Terhadap Efikasi Antiansietas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8 (1), 96–103.
- Baradero, M., Dayrit, M. W., & Maratning, A. (2016). *Kesehatan Mental Psikiatri*. Penerbit Buku Kedokteran
- Diah Setiani, 2017. (2017). Identifikasi Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien Fraktur. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2).
- 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.
- Handayani, K. P. (2020). Efek Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 6(1), 1–7.
- Irma, A., Setiyawan, D., & Antara, A. N. (2022). Hubungan lama menderita hipertensi dengan tingkat kecemasan pada usia dewasa 26–45 tahun di Dusun Sempu Desa Wonokerto Sleman Yogyakarta. *Mikki: Majalah Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan Indonesia*, 10(2).
- Katiningrum, R. O. (2020). *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat*

- Kecemasan 2020*. Poltekkes Denpasar.
- Kurniawan, A., Kurnia, E., & Triyoga, A. (2018). Pengetahuan Pasien Pre Operasi Dalam Persiapan Pembedahan. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(2).
- Ma'rufa, A., Lestari, K. P., & Elisa, E. (2019). Handheld Finger Technique Relaxation and Music Therapy To Decrease Anxiety in Pre Sectio Caesarea Patients. *Jendela Nursing Journal*, 3(1), 31.
- Mau, Aemilianus, and S. B. Kedang. (2013) Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Angrek, Cempaka, Dan Asoka RSUD. Prof. Dr. WZ Johannes Kupang." *Jurnal kesehatan 1* (1), 1-6.
- Ningrum, T. P., Mediani, H. S., & Isabella, C. H. P. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Wound Dehiscence pada Pasien Post Laparatomi di RSUD Dr Hasan Sadikin Bandung. *JKP*, 5(2), 172-183.
- Nurahayu, D., & Sulastri, S. (2019). Hubungan Perilaku Caring Perawat Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Katarak Di Ruang Kenanga Rsud Dr. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Surya Muda*, 1(1), 37-51.
- Nurhayati, R., Sugiarto, K. B., Effendi, Z., & Fatoni, I. (2023). Efektifitas Terapi Genggam Jari Dan Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia. *Well Being*, 8(1), 15-23.
- Pratiwi, T. (2017). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Asuhan Keperawatan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesare Di Rsud KRMT Wongsonegoro Kota Semarang (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Riskesdas, R. I. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Rismawan, W. (2019). Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 19(1), 65-70.
- Rosa, K., Noorratri, E. D., & Widodo, P. (2023). Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Mengetahui Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 48-57.
- Sasmito, Adji Bagus (2018) Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperasi BPH di RSUD Jombang. Skripsi. Program Studi Sarjana Keperawatan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insasn Cendekia Medika Jombang.
- Shifa, N. A., Salam, B., & Koto, Y. (2019). Finger Hands Relaxation Technique Can Reduce The Level *Edisi 6*(1), 17-28.
- Siregar, R. N. (2024). Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RS Islam Malahayati Medan. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 8(1).
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Jakarta: CV Alfabeta.
- Yuliasuti, C. (2020). Effect of Handheld Finger Relaxation on Reduction of Pain Intensity in Patients With Post-Appendectomy At Inpatient Ward, Rsud Sidoarjo. *International Journal of Medicine and Pharmaceutical Sciences (IJMPS)*, 5(3), 53-58.

**Cite this article as:** DandyPutra Aditama, Astika Nur Rohmah, Joko Murdiyono (2025). Pengaruh Relaksasi Genggam Lima Jari Terhadap Kecemasan Dan Tekanan Darah Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*. 14(1), 52-59.