



**PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
KECEMASAN PASIEN PRE OP APPENDISITIS DI RUMAH SAKIT
UMUM KOTA TARAKAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

OLEH:

DESI TRI ASTUTI

NIM: 017241031

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO UNGARAN
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Berjudul

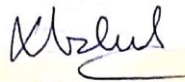
**PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP KECEMASAN
PADA PASIEN PRE OPERASI APPENDISITIS DI RUMAH SAKIT
UMUM KOTA TARAKAN**

**Disusun Oleh:
DESI TRI ASTUTI
NIM: 017241031**

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 28 Juli 2025
Pembimbing



**Dr. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J.
NIDN 0602027901**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:
**PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP KECEMASAN PADA
PASIEH PRE OPERASI APPENDISITIS DI RUMAH SAKIT UMUM KOTA
TARAKAN**

Disusun Oleh:
**DESI TRI ASTUTI
NIM. 017241031**

Telah dipertahankan dan diujikan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, Pada:
Hari : Senin
Tanggal : 04 Agustus 2025

Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama

Dr. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep. J
NIDN. 0602027901

Anggota/Penguji I

Dr. Ns. Zumrotul Chairriyah, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0611067101

Anggota/Penguji II

Dr. Ns. Eko Mardiyarningsih, S.Kep., M.Kep.Sp.
Mat
NIDN. 0607037703

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Dr. Ns. Abdul Wakhid, M.Kep., Sp.Kep.J.
NIDN. 0602027901

Dekan Fakultas Kesehatan

Ns. Eko Susilo., S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0627097501



PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Desi Tri Astuti

NIM : 017241031

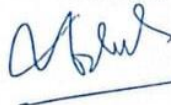
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi berjudul "Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre operasi Appendisitis Di Rumah Sakit Umum Kota Tarakan" adalah:

1. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
2. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar Pustaka.
3. Pertanyaan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan saksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Dr. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J.

NIDN.0602027901

Ungaran, 04 Agustus 2025



Desi Tri Astuti

NIM: 017241031

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

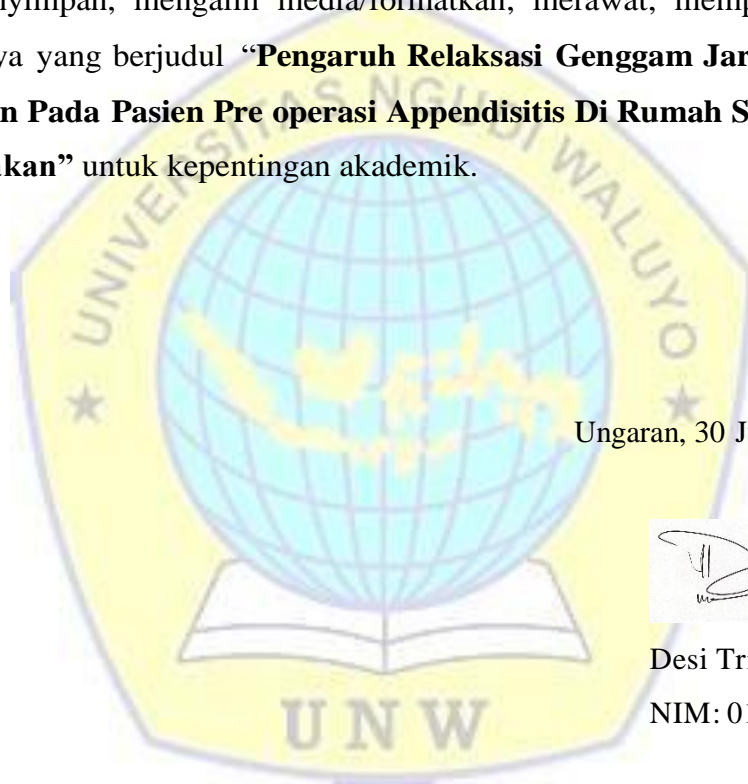
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Desi Tri Astuti

NIM : 017241031

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre operasi Appendisitis Di Rumah Sakit Umum Kota Tarakan”** untuk kepentingan akademik.



Ungaran, 30 Juli 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Desi Tri Astuti', is placed over a white rectangular background.

Desi Tri Astuti

NIM: 017241031

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Desi Tri Astuti
Tempat, Tanggal Lahir : Tarakan, 22 Desember 1996
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Aki Babu Rt.01 No. 121 Karang Harapan
Kecamatan Tarakan Barat Kota Tarakan

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN 029 Juata Sesanip Tarakan : Tahun 2003-2009
2. SMPN 2 Tarakan : Tahun 2009-2012
3. SMKN 2 Tarakan : Tahun 2012-2015
4. Akper Kaltara Tarakan : Tahun 2015-2018
5. Universitas Ngudi Waluyo Semarang : Tahun 2024 - sekarang

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Hasan
Nama Ibu : Nuryani (almarhuman)
Pekerjaan : Buruh
Alamat : Jl. Aki Babu Rt.01, No. 121 Kr. Harapan Kecamatan Tarakan
Barat Kota Tarakan

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Keperawatan
Fakultas Keperawatan
Skripsi, Juli 2025
Desi Tri Astuti
017241031

Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre operasi Appendisit Di Rumah Sakit Umum Kota Tarakan

ABSTRAK

Latar Belakang: Operasi atau pembedahan merupakan suatu penanganan medis secara invasive yang di lakukan untuk mengobati atau mendiagnosa suatu penyakit, injuri, atau deformitas tubuh. Appendisit adalah peradangan dari apendiks vermiformis. Kecemasan sering terjadi pada saat akan di lakukan tindakan operasi karena adanya gangguan integritas tubuh dan jiwa seseorang yang sangat berpengaruh pada psikologis pasien. Teknik relaksasi merupakan upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri serta mengurangi stres yang di rasakan salah satunya dengan teknik relaksasi genggam jari.

Metode: Penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen. penelitian *quasi eksperimen* merupakan metode penelitian kuantitatif, yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Desain penelitian merupakan rencana apa yang digunakan di dalam penelitian ini didalam penelitian ini menggunakan desain penelitian one group *pre-post* tes design. Populasi pasien pre op appendisit dengan Sampling 16 responden, instrumen penelitian sop relaksasi genggam jari, mengukur kecemasan dengan instrumen ZSAR-S (zung self-anxiety rating-Scale) dengan *uji wilcoxon*.

Hasil: Hasil Penelitian kecemasan ringan terdapat 8 responden dengan nilai 50,0 %, Kecemasan sedang 6 responden dengan nilai 37,50%, kecemasan berat 12,50 % . hasil penelitian responden setelah di lakukan intervensi data paling banyak yaitu normal sebanyak 11 responden dengan presentasi 68,8 % , kecemasan ringan 3 responden dengan presentasi 18,8 % , kecemasan sedang 2 dengan presentasi 12,50 % .dari hasil data statistic uji wilcoxon di dapat kan nilai .000 dimana hal tersebut berarti nilai kurang dari 0,05 maka hipotesis di terima .

Simpulan: Ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan kecemasan

Saran: perawat mampu mengimplementasi kan tehni relaksasi dengan baik

Kata kunci: Relaksasi genggam jari, Kecemasan , Pre op Appendisit

Ngudi Waluyo University
Nursing Study Program
Nursing Faculty
Final Assignmnet, July 2025 Desi Tri Astuti
017241031

“The Effect of Finger Grip Relaxation on Anxiety in Preoperative Appendicitis Patients at Tarakan City General Hospital”

ABSTRACT

Background: Surgery is an invasive medical treatment performed to treat or diagnose a disease, injury, or deformity. Appendicitis is an inflammation of the vermiform appendix. Anxiety often occurs before surgery due to impaired bodily and mental integrity, which significantly impacts the patient's psychological well-being. Relaxation techniques are an effort to increase self-confidence and reduce stress, one of which is the finger-holding relaxation technique.

Method: The research in this study is a *quasi-experimental* study. *Quasi-experimental* research is a quantitative research method, which is used to determine the effect of independent variables on dependent variables. The research design is what plan is used in this study in this study using a *one-group pre-post test design*. The population of pre-op appendicitis patients with a sampling of 16 respondents, the research instrument is finger grip relaxation sop, measuring anxiety with the ZSAR-S (*Zung Self Anxiety Rating-Scale*) instrument with the *Wilcoxon test*.

Results: The results of the study showed that mild anxiety had 8 respondents with a value of 50.0%, moderate anxiety had 6 respondents with a value of 37.50%, and severe anxiety had 12.50%. The results of the study showed that after the intervention, the most respondents were normal, with 11 respondents having a presentation of 68.8%, mild anxiety had 3 respondents with a presentation of 18.8%, and moderate anxiety had 2 with a presentation of 12.50%. From the results of the Wilcoxon test statistical data, a value of .000 was obtained, which means a value of less than 0.05, so the hypothesis is accepted.

Conclusion: There is an effect of finger grip relaxation on reducing anxiety.

Suggestion: Nurses are able to implement relaxation techniques well.

Keywords: Finger grip relaxation, Anxiety, Pre-op Appendicitis

PRAKATA


Assalamualaikum, Wr. Wb.

Puji Syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas skripsi yang berjudul “ **Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap Kecemasan pada pasien pre operasi Appendisitis Di Rumah Sakit Umum Kota Tarakan**”. dengan baik dan tepat waktu. Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu tugas akhir bagi kelulusan mahasiswa/mahasiswi program RPL S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Semarang. Penulis Menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini penulis banyak mendapatkan dukungan, bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak.

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Ns. Eko Susilo, S. Kep., M. Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Dr. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J., selaku Ketua Program Studi dan Pembimbing Akademik S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Seluruh dosen dan staf pengajar Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu serta arahan dalam menyelesaikan seluruh kegiatan perkuliahan
5. Keluarga besar penulis yang selalu memberikan semangat serta motivasi agar skripsi ini segera selesai
6. Teman-teman seperjuangan PSIK yang telah memberikan doa, semangat dan bantuannya
7. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Semoga Tuhan YME mencurahkan berkat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah banyak membantu penulis. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Ungaran, 30 Mei 2025



Desi Tri Astuti
NIM: 017241031

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Kebaruan Penelitian	2
C. Rumusan Masalah.....	2
D. Tujuan Penelitian	3
E. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Tinjauan Umum tentang Appendisitis	4
1. Pengertian	4
2. Tanda dan gejala	4
3. Patofisiologi.....	6
4. Pohon Masalah.....	7
5. Pemeriksaan Diagnostik	8
6. Penatalaksanaan Medis.....	9
7. Komplikasi.....	11
B. Tinjauan Umum Kecemasan	12
1. Definisi Cemas.....	12
2. Rentang Respon Cemas.....	13

3.	Tingkat Kecemasan.....	16
C.	Tinjauan Umum Relaksasi Genggam Jari.....	18
1.	Pengertian.....	18
2.	Manfaat Relaksasi Genggam Jari.....	19
3.	Tujuan Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari.....	19
4.	Prosedur Pelaksanaan Teknik Relaksasi Genggam Jari.....	20
D.	Kerangka Teori.....	21
E.	Kerangka Konsep.....	21
F.	Variable Penelitian.....	21
BAB III	METODE PENELITIAN.....	23
A.	Jenis dan Desain Penelitian.....	23
1.	Populasi dan Sampel.....	23
2.	Kriteria inklusi dan eksklusi :.....	23
3.	Definisi Operasional.....	24
B.	Instrument / Alat pengumpulan.....	25
C.	Uji instrumen Validitas.....	25
1.	Uji validitas.....	25
2.	Uji reliabilitas.....	25
D.	Tempat dan Waktu.....	26
1.	Metode pengumpulan data.....	26
2.	Analisis data.....	30
3.	Analisis Data.....	31
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32
A.	Karakteristik Responden Penelitian.....	32
1.	Jenis Kelamin.....	32
B.	Univariat.....	32
1.	Kecemasan pre-test.....	32
2.	Kecemasan post test.....	33
C.	Bivariat.....	33
D.	Pembahasan.....	34
1.	Karakteristik responden dari penelitian ini adalah jenis kelamin. .	34
2.	Analisa Univariat.....	35
3.	Analisa Bivariat.....	36
E.	Keterbatasan Penelitian.....	37

BAB V PENUTUP.....	38
A. Kesimpulan.....	38
B. Saran.....	38
1. Bagi Perawat	38
2. Bagi Pasien	38
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	38
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN.....	39
Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian	39
Lampiran 2. Lembar <i>Consent</i>	40
Lampiran 3. Kuesioner Tingkat Kecemasan	41
Lampiran 4. Permohonan Ijin Stupen	44
Lampiran 5. Pengajuan Ethical Clearance	45
Lampiran 6. Persetujuan Etik	46
Lampiran 7. Persetujuan Pengambilan Data	47
Lampiran 8. Dokumentasi.....	48
Lampiran 9. SPO Relaksasi Genggam Jari	49
Lampiran 10. Lembar Konsul	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Ansietas	13
Gambar 2.2 Kerangka Teori Modifikasi	21
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	21

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Jenis Kelamin Responden di RSUKT	32
Tabel 4.2 Kecemasan Pre-Test Sebelum di Lakukan Intervensi.....	32
Tabel 4.3 Kecemasan Post Test Setelah di Lakukan Intervensi.....	33
Tabel 4.4 Uji Wilcoxon Responden Terkait Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian	39
Lampiran 2. Lembar <i>Consent</i>	40
Lampiran 3. Kuesioner Tingkat Kecemasan	41
Lampiran 4. Permohonan Ijin Stupen	44
Lampiran 5. Pengajuan Ethical Clearance	45
Lampiran 6. Persetujuan Etik	46
Lampiran 7. Persetujuan Pengambilan Data	47
Lampiran 8. Dokumentasi	48