

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 Assignment, 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