

Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Instalasi Bedah Sentral

Yade Kurnia Sari¹⁾, Novriani Husna²⁾, Septa Nelli³⁾, Meitri Handayani⁴⁾

^{1,2,3)} Dosen Universitas Sumatera Barat, Lubuk Alung, kabupaten Padang Pariaman

⁴⁾ Mahasiswa Pascasarjana Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Barat

e-mail: yadekurniasari86@gmail.com

Abstrak

Saat ini di negara berkembang terdapat 20% hingga 50% persalinan di rumah sakit dilakukan dengan sectio caesarea akibat berbagai indikasi medis maupun nonmedis. Banyak pasien pre operasi yang mengalami gangguan fisik akibat ansietas yang dialami seperti peningkatan tekanan darah, denyut nadi, suhu tubuh, dan penurunan daya tahan tubuh. Hal ini disebabkan karena adanya rasa takut dalam melakukan tindakan operasi. Salah satu cara yang digunakan untuk mengurangi rasa cemas pada pasien Pre Operasi adalah dengan menggunakan relaksasi genggam jari (finger hold), dengan menerapkan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah dilakukan tanpa membutuhkan banyak energi dan aktifitas fisik, yang sangat cocok diterapkan pada pasien yang bedrest atau pre operasi. Tujuan Penelitian ini untuk melihat Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Instalasi Bedah Sentral. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif Pra-Eperimental Design dengan One Group Pretest-Posttest. dilaksanakan di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim pada bulan Januari-Februari 2024, dengan jumlah sampel sebanyak 20 responden. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh terapi finger hold terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim (p value = 0,009). Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi yang dapat digunakan sebagai alternatif tindakan/terapi dalam penatalaksanaan kecemasan pada pasien pre operasi SC dengan melakukan teknik relaksasi genggam jari.

Kata Kunci: Terapi Finger Hold, Kecemasan, Pasien Pre Operasi Sc

Abstract

Currently, in developing countries, 20% to 50% of births in hospitals are carried out by caesarean section due to various medical and non-medical indications. Many preoperative patients experience physical problems due to anxiety, such as increased blood pressure, pulse rate, body temperature, and decreased endurance. This is due to a fear of carrying out surgery. One method used to reduce anxiety in preoperative patients is finger-hold relaxation, which involves applying a relaxation technique that is simple and easy to do without requiring a lot of energy or physical activity, which is very suitable for patients who are on bedrest or preoperative. The aim of this study was to examine the effect of finger hold therapy on the anxiety level of preoperative caesarean section patients in central surgery installations. This research uses a quantitative research design, Pre-Eperimental Design with One Group Pretest-Posttest, carried out in the Central Surgical Installation Room of RSUD Dr. . H.M. Rabain Muara Enim in January–February 2024, with a sample size of 20 respondents. The research results showed that there was an effect of finger hold therapy on the anxiety level of patients pre-caesarean section surgery at the Central Surgical Installation of RSUD Dr. . H.M. Rabain Muara Enim (p value = 0.009). It is hoped that this research can be an additional reference that can be used as an alternative action or therapy for managing anxiety in pre-SC surgery patients by using the finger-hold relaxation technique.

Keywords: Finger Hold Therapy, Anxiety, Preoperative Sc Patients

PENDAHULUAN

Sectio caesarea (SC) merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan dimana irisan dilakukan diperut ibu (laparatomi) dan rahim (histerotomi) untuk mengeluarkan bayi (Amita, 2018). Saat ini di negara berkembang terdapat 20% hingga 50% persalinan di rumah sakit dilakukan dengan sectio caesarea akibat berbagai indikasi medis maupun nonmedis.

Indikasi dilakukannya sectio caesarea pada ibu yaitu panggul sempit absolut, kegagalan melahirkan secara normal, tumor-tumor jalan lahir, stenosis serviks, plasenta previa, disproporsi sefalopelvik, dan ruptur uteri. Sedangkan indikasi pada janin yaitu kelainan letak, gawat janin, prolapsus plasenta, perkembangan bayi yang terhambat, dan mencegah hipoksia janin. Komplikasi yang bisa terjadi post SC adalah kerusakan organ-organ seperti vesika urinaria dan uterus saat dilangsungkan operasi, tromboemboli, perdarahan, dan infeksi. Oleh karena itu peran perawat penting dalam penatalaksanaan untuk mencapai kualitas hidup ibu (Oktamia, 2022).

Banyak pasien pre operasi yang mengalami gangguan fisik akibat mengalami ansietas atau kecemasan seperti peningkatan tekanan darah, denyut nadi, suhu tubuh, dan penurunan daya tahan tubuh. Kecemasan yang dihadapi oleh pasien sebelum melakukan operasi dikarenakan adanya rasa takut dalam melakukan tindakan operasi. Kecemasan seseorang dapat diukur dengan menggunakan instrument Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), dirancang untuk meneliti kecemasan secara kuantitatif.

Kecemasan dapat dikurangi dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Salah satu cara mengurangi kecemasan non farmakologi yaitu dengan teknik relaksasi genggam jari (finger hold) merupakan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah untuk dilakukan oleh siapapun berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh. Tetapi belum banyak yang mengaplikasikan teknik relaksasi genggam jari untuk mengurangi kecemasan baik di lingkungan Rumah Sakit maupun Institusi kesehatan sebagai media pembelajaran (Budiarti, 2017). Hasil penelitian Silviani (2019) tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien sectio caesarea di ruang kebidanan RSUD Kepahiang didapatkan bahwa ada pengaruh yang bermakna dalam mengurangi tingkat ansietas pasien.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di rsud Arbain didapatkan data bahwa terdapat beberapa pasien yang mengalami penundaan tindakan operasi karena mengalami peningkatan tekanan darah dan mengalami kecemasan yang berat. Selama ini, tindakan keperawatan yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan yaitu secara farmakologis dan pemberian bimbingan rohani dan belum pernah memberikan terapi non farmakologis seperti relaksasi genggam jari atau terapi non farmakologis lainnya. Berdasarkan latar belakang diatas maka dilakukanlah penelitian yang berjudul Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Instalasi Bedah Sentral.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif Pra-Eperimental Design dengan One Group Pretest-Posttest. Penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek yang dilakukan pengukuran tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari terhadap dan kemudian dilakukan kembali pengukuran tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari. Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim pada bulan Januari-Februari 2024 dengan jumlah populasi sebanyak 120 orang, dengan sampel sebanyak 20 responden. Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji-T pada 1 kelompok dan diukur dua kali pre-test dan post-test. Dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kemaknaan 0,05 antara pre-test dan post-test serta mengikuti teknik relaksasi genggam jari. Dengan keputusan jika $p \text{ value} \leq \alpha$ (0,05) maka H_0 ditolak dan jika $p \text{ value} > \alpha$ (0,05) maka H_0 diterima.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa univariat

a. Tingkat Kecemasan Pretest

Hasil pengukuran tingkat kecemasan pre test dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Intervensi Terapi Finger Hold di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim

Kelompok	n	Mean	SD	Min-Max	95%CI
Pretest	20	17,10	2,469	14-23	15,94-18,26

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 20 responden rerata tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi terapi finger hold sebesar 17,10 dengan standar deviasi 2,469, skala. Skor minimal kecemasan adalah 14 dan skor terbesar adalah 23. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% diyakini bahwa rerata tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi terapi finger hold diantara 15,94-18,26.

b. Tingkat Kecemasan Posttest

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Intervensi Terapi Finger Hold di di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim

Kelompok	n	Mean	SD	Min-Max	95%CI
Post test	20	9,45	1,701	7-13	8,65-10,25

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 20 responden rerata tingkat kecemasan sesudah diberikan intervensi terapi finger hold sebesar 9,45 dengan standar deviasi 1,701, skala. Skor minimal kecemasan adalah 7 dan skor terbesar adalah 13. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% diyakini bahwa rerata tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi terapi finger hold diantara 8,65-10,25.

c. Analisa Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim Tahun 2024

Variabel	n	Mean	SD	Mean difference	p value
Pretest	20	17,10	2,469	7,650	0,009
Post test		9,45	1,701		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan data bahwa dari nilai rata-rata kecemasan kelompok pretest adalah 17,10 dengan standar deviasi 2,469 sedangkan nilai rata-rata kecemasan pada kelompok posttest sebesar 9,45 dengan standar deviasi 1,701, selisih nilai mean antara pre test dan post test sebesar 7,650 yang berarti terjadi penurunan kecemasan sesudah diberikan terapi finger hold sebesar 7,650. Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa nilai p value = 0,009 < dari $\alpha = 0,05$ yang berarti bahwa H_a diterima dan H_o ditolak sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi finger hold terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Sebelum Diberikan Terapi Finger Hold

Hasil penelitian diketahui bahwa dari 20 responden rerata tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi terapi finger hold sebesar 17,10 dengan standar deviasi 2,469, skala. Skor minimal kecemasan adalah 14 dan skor terbesar adalah 23. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% diyakini bahwa rerata tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi terapi finger hold diantara 15,94-18,26.

Hal ini sesuai dengan teori Stuart (2017), banyak pasien pre operasi yang mengalami gangguan, antara lain peningkatan tekanan darah, denyut nadi, suhu tubuh, dan penurunan daya tahan tubuh. Kecemasan yang dihadapi oleh pasien sebelum melakukan operasi dikarenakan adanya rasa takut dalam melakukan tindakan operasi. Kecemasan seseorang dapat diukur dengan menggunakan instrument Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), dirancang untuk meneliti kecemasan secara kuantitatif.

Hasil penelitian Silviani (2019) tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien sectio caesarea di ruang kebidanan RSUD Kepahiang. Hasil: penelitian didapatkan dari 45 pasien sebelum dilakukan relaksasi genggam jari yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 22 responden (48,9%), kecemasan sedang sebanyak 11 responden (24,4%) dan kecemasan berat 12 responden (26,7%). Berdasarkan hasil penelitian teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa responden mengalami kecemasan dikarenakan adanya rasa takut dalam melakukan tindakan operasi.

b. Rerata Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Sesudah Diberikan Terapi Finger Hold

Hasil penelitian diketahui bahwa dari 20 responden rerata tingkat kecemasan sesudah diberikan intervensi terapi finger hold sebesar 9,45 dengan standar deviasi 1,701, skala. Skor minimal kecemasan adalah 7 dan skor terbesar adalah 13. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% diyakini bahwa rerata tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi terapi finger hold diantara 8,65-10,25.

Menurut Stuart (2017), teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Teknik relaksasi juga merupakan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Beberapa metode relaksasi digunakan untuk menurunkan kecemasan dan ketegangan otot sehingga didapatkan penurunan denyut jantung, penurunan respirasi serta penurunan ketegangan otot. Hasil penelitian Silviani (2019) tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien sectio caesarea di ruang kebidanan RSUD Kepahiang. Hasil: penelitian didapatkan dari 45 setelah dilakukan 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, ada pengaruh antara relaksasi genggam jari dengan kecemasan pasien pre operasi persalinan sesar (p value = 0,000). Berdasarkan hasil penelitian teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa teknik relaksasi finger hold membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi sehingga dapat menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi section caesarea responden.

2. Analisa Bivariat

Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea

Hasil penelitian diketahui bahwa nilai rata-rata kecemasan kelompok pretest adalah 17,10 dengan standar deviasi 2,469 sedangkan nilai rata-rata kecemasan pada kelompok posttest sebesar 9,45 dengan standar deviasi 1,701, selisih nilai mean antara pre test dan post test sebesar 7,650 yang berarti terjadi penurunan kecemasan sesudah diberikan terapi finger hold sebesar 7,650. Hasil uji statistik diketahui bahwa nilai p value = 0,009 < dari α = 0,05 yang berarti bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga disimpulkan bahwa ada

pengaruh terapi finger hold terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim.

Menurut Aswad (2020), terapi relaksasi genggam jari dan breathing exercise sebagai pendamping terapi farmakologi yang bertujuan untuk meningkatkan efek analgesik sebagai terapi menurunkan kecemasan pre operasi. Terapi relaksasi bukan sebagai pengganti obat-obatan tetapi diperlukan untuk mempersingkat episode kecemasan yang berlangsung beberapa menit atau detik. Kombinasi teknik ini dengan obat-obatan yang dilakukan secara simultan merupakan cara yang efektif untuk menghilangkan kecemasan.

Hal ini sesuai dengan teori Indrawati (2017) yang menjelaskan bahwa menggenggam jari sambil menarik nafas dalam-dalam dapat mengurangi bahkan menyembuhkan ketegangan fisik atau emosi, teknik relaksasi genggam jari ini nantinya akan dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada meridian (jalan energi dalam tubuh) yang terletak pada jari-jari tangan, sehingga nantinya mampu memberikan sebuah efek rangsangan secara spontan pada saat dilakukan genggaman, lalu rangsangan tersebut akan mengalir menuju ke otak, kemudian dilanjutkan ke saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga diharapkan sumbatan di jalur energi menjadi lancar. Menggenggam jari dengan menarik nafas akan mengalirkan energi-energi baru ke dalam tubuh melalui titik-titik meridian, yang akan menghasilkan rangsangan ke otak dan akan dialirkan ke organ-organ tubuh dalam manusia yang mengalami sumbatan energi, dengan hal tersebut maka energi – energi yang terhambat di dalam tubuh manusia akan mengalir lancar dan menghasilkan efek rileks.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Astutik dan Kurnilawati (2017), pasien yang diberikan teknik relaksasi genggam jari dapat merasakan ketenangan yang berimbas pada penurunan tingkat kecemasan pasien karena akan menjalani prosedur pembedahan. Tingkat kecemasan berkurang pada pasien pre operasi sectio caesarea setelah diberikan teknik relaksasi genggam jari, hal ini dikarenakan menggenggam jari dan menarik nafas dalam- dalam bisa mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena teknik ini akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada saluran energi yang terdapat pada jari-jari. Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan emosi mencapai keadaan tenang, ketika tubuh dalam keadaan rileks atau tenang maka ketegangan pada otot berkurang yang selanjutnya dapat mengurangi kecemasan pada pasien.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Aziz (2020) tentang pengaruh Deep Breathing Exercise terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Lavalette Kota Malang didapatkan hasil pretest Deep Breathing Exercise pasien cemas berat sekali 4 orang (15,38%), cemas berat 17 orang (65,38%), cemas sedang 5 orang (19,24%). Posttest Deep Breathing Exercise pasien cemas berat 12 orang (46,15%), cemas sedang 11 orang (42,31%), cemas ringan 3 orang (11,54%). Berdasarkan hasil analisis penelitian menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank Test, hasil penelitian menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0,001 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh Deep Breathing Exercise terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi Sectio Caesarea di RS Lavalette Kota Malang.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa teknik relaksasi finger hold dapat mengurangi bahkan menyembuhkan ketegangan fisik atau emosi dan akan mengalirkan energi-energi baru ke dalam tubuh melalui titik-titik meridian, yang akan menghasilkan rangsangan ke otak dan akan dialirkan ke organ-organ tubuh dalam manusia yang mengalami sumbatan energi, dengan hal tersebut maka energi-energi yang terhambat di dalam tubuh manusia akan mengalir lancar dan menghasilkan efek rileks sehingga dapat mengurangi kecemasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Rerata tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi terapi finger hold sebesar 17,10 dengan standar deviasi 2,469. Rerata tingkat kecemasan sesudah diberikan intervensi terapi finger hold sebesar 9,45 dengan standar deviasi 1,701. Dengan demikian dapat disimpulkan ada pengaruh terapi finger hold terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea di Instalasi Bedah Sentral RSUD DR. H.M Rabain Muara Enim (p value = 0,009).

Diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak khususnya pasien yang mengalami ansietas atau kecemasan , agar mampu meminimalisir kecemasannya dengan kemampuan yang dimiliki tanpa menguras energi dan tenaga salah satunya menggunakan terapi non farmakologis yaitu finger hold .

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Apriliani, D.R (2019). Gambaran Tingkat Religuitas pada Pasien Preoperasi di Rumah Sakit Baladhika Husada Jember. *Jurnal Universitas Jember*.
- Astutik, P., & Kurlinawati, E. (2017). Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post sectio caesarea di ruang delima RSUD Kertosono. *STRADA JURNAL ILMIAH KESEHATAN*, Vol. 6, No. 2, 30-37.
- Aswad, A. (2020). Relaksasi finger hold untuk penurunan nyeri pasien post operasi appendektomi. *JAMBURA HEALTH AND SPORT JOURNAL*, Vol. 2, No. 1, 1-6.
- Aziz, A.H. (2020). Pengaruh Deep Breathing Exercise terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi Sectio caesarea di Rumah Sakit Lavalette Kota Malang. *Jurnal Pendidikan Kesehatan* Vol. 9 No. 2
- Budiarti. (2017). Terapi alternatif dan gaya hidup sehat. Yogyakarta: Pradipta Publishing.
- Chrisnawati, G. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala HARS Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI* Vol. 5 No. 2 Agustus 2019.
- Hawari, D. (2018). Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Badan Penerbit FKUI
- Hidayat, A. I., & Siwi, A. S. (2019). Manajemen Kecemasan pada Pasien Pre Operasi: Literature Review. *Journal of Bionursing*, 1(1), 111-121.
- Husna Timal Oksen.(2022). Identifikasi kualitas hidup pasien pasca laparatomi di RSUD Meuraxa Banda Aceh. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia* Vol.22 No.3
- Indrawati, U. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Kecemasan pada Pasien pre operasi di RSUD Jombang. *Repository UMY*, 3–4
- Muyasaroh. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. Cilacap. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Pebrianti, S.(2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Preoperative pada Pasien. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*
- Potter, P. (2020). *Fundamental OfNursing: Concep, Proses andPractice*. Edisi 7. Vol. 3.Jakarta : EGC
- Salsabila, K. (2023). Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea. *Jurnal Penelitian Keperawatan Profesional*.
- Sastroasmoro, Sudigdo & Ismael, Sofyan.(2014). *Dasar – Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto
- Shifa, A.N. (2019). Pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bogor. *Jurnal antara keperawatan*. Vol. 6 no.1
- Silviani, E.Y. (2019). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien sectio caesarea di ruang kebidanan RSUD Kepahiang. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 2021, 5 (4), 406-416

- Sjamsuhidajat, R. (2020). Buku Ajar Ilmu Bedah: Masalah Pertimbangan Klinis Bedah dan Metode Pembedahan. Jakarta: EGC
- Stuart, G. W. (2017). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta. EGC
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi, & Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pakuhaji. *Jurnal Health Sains*, Tyas, D., & Sadanoer, I. (2020). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea. *JURNAL BIDAN KOMUNITAS*, Vol. III, No. 2, 86-92.
- Violetha, E (2021). Analisis Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien dengan Intervensi Inovasi Hand and Foot Massage, Aromaterapi Lavender dan Murrotal Al-Quran terhadap TandaTanda Vital di Ruang Intensive Care Unit (ICU) RSUD AM. Parikesit Tenggara. (KIAN). Politeknik Kesehatan Kemenkes Kalimantan Timur, Kalimantan.
- Wardani, D. W. (2015). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Sebagai Terapi Tambahan. Retrieved from <https://lib.unnes.ac.id/20368/1/6411411062-S.pdf>
- Wiyono, H. (2022). Pengaruh breathing exercise terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di Ruang Dahlia RSUD dr. Doris Sylvanus Palangka Raya. *Jurnal Forum Kesehatan. Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*.