

Original Article^{*})

Teknik Genggam Jari Dan Stress Ball Dapat Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Bina Husada Tahun 2021

(Finger Holding Techniques and Stress Balls Can Reduce Anxiety in Cesarean Section Patients at Bina Husada Hospital in 2021)

Anie Setyoningsih¹

¹Rumah Sakit Bina Husada Cibinong

Email correspondent: aniesetyoningsih55@gmail.com

Abstract

Introduction: Anxiety was the highest symptom that occurred during preoperative Cesarean Section (SC). The mother's anxiety during preoperative Sectio Caesarea was caused by fear of foreign actions to be performed, wound pain after surgery, injections, and risk of loss of life as a result of surgery and anesthesia, also including the risk of death or disability. The impact of anxiety in preoperative SC has delayed surgery, increased pain experienced by the mother, increased need for analgesic drugs, longer hospital stays, and also the occurrence of postpartum maternal depression. Efforts to reduce anxiety in mothers before surgery, one of which was by holding finger relaxation and a stress ball.

Methods: This study used a quasi-experimental design with pre-test and post-test designs with two comparative treatments. The number of samples in this study was 30 respondents, which were divided into 15 groups of finger grip therapy and 15 groups of stress ball therapy. The sampling technique used purposive sampling technique. The instrument used is the level of anxiety HARS (Hamilton Rating Scale of Anxiety).

Results: Based on the results of the Wilcoxon test, it was found that the finger grip group had a p-value = 0,003; and the stress ball group had a p-value = 0,005. Based on the results of the Mann-Whitney test, a p-value of 0,143 was obtained, which means < 0,05 so, it can be said that there is no significant difference between finger gripping and stress ball interventions.

Discussion: This study aims to examine the comparison of the effectiveness of finger gripping techniques and stress balls on the level of anxiety in cesarean section patients. Finger grip therapy and stress balls given to pre-cesarean patients did not have a significant difference.

Keywords: anxiety, finger grip, stress ball

Artikel

Disubmit (Received) : 18 November 2022

Diterima (Accepted) : 12 January 2023

Diterbitkan (Published) : 14 January 2023

Copyright: © 2023 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Pendahuluan

Tindakan medis yang bertujuan untuk menyelamatkan nyawa salah satunya adalah pembedahan atau operasi. Tindakan pembedahan juga dapat menjadi tindakan pencegahan dalam kasus kecacatan dan komplikasi. Oleh karena itu operasi atau Pembedahan adalah bagian dari tindakan medis yang cukup penting dalam pelayanan kesehatan di Rumah Sakit. Istilah *sectio caesarea* berasal dari bahasa latin *caedere* yang berarti memotong atau menyayat. Dalam ilmu obstetrik, istilah tersebut mengacu pada tindakan pembedahan yang bertujuan melahirkan bayi dengan membuka dinding perut dan rahim ibu.¹

Menurut *World Health Organization* (WHO), rata-rata *sectio caesarea* 5-15% per1000 kelahiran didunia, angka kejadian di Rumah Sakit pemerintah rata-rata 11%, sementara di Rumah Sakit swasta bisa lebih dari 30%. Angka kejadian *sectio caesarea* di Indonesia menurut data *survey* nasional tahun 2007 adalah 927,000 dari 4,030.² Angka kejadian *sectio caesarea* di Indonesia menurut data *survey* nasional pada tahun 2011 adalah $\pm 1,200,000$ dari $\pm 5,690,000$ persalinan atau sekitar 24,8% dari seluruh persalinan.³ Sedangkan Angka persalinan *sectio caesarea* di Jawa Barat tahun 2013 menunjukkan prevalensi pembedahan *section caesarea* sebesar 17,6 % dari jumlah kelahiran adalah sekitar 8,7% dari jumlah kelahiran.³ Pada tahun 2017 dalam sebuah penelitian dengan jumlah responden 305 ibu bersalin di RSUD Pringsewu Kabupaten Pringsewu, didapatkan ibu bersalin mengalami *sectio caesarea* dengan persentase 47,9%, umur sebagian besar ibu sekitar 21 tahun-sampai 34 tahun (71,8%), paritas terbanyak yaitu ibu dengan kehamilan multigravida (50,2%), sementara itu sebagian besar ibu tidak mempunyai riwayat penyakit (69,3%), hal ini menunjukkan adanya hubungan factor umur dengan ibu bersalin yang mengalami *sectio caesarea*.⁴

Tindakan pembedahan *sectio caesarea* adalah bentuk tindakan medis yang dilakukan secara terencana, cenderung membutuhkan waktu lama, serta memiliki risiko yang cukup serius pada keselamatan hidup. Oleh arena itu tindakan ini bisa membuat ibu menjadi cemas dan gejala stress lainnya. Perasaan cemas ibu yang akan melakukan pembedahan dihubungkan karena nyeri luka setelah operasi, penyuntikan, perasaan takut pada tindakan asing yang akan dilakukan, serta akan banyak bergantung pada orang lain, resiko kehilangan nyawa akibat dari tindakan operasi dan pembiusan, juga termasuk resiko terjadi kematian atau kecacatan. Manifestasi pada kecemasan meliputi adanya perubahan fisiologis seperti berkeringat, gemetar, nyeri abdomen, detak jantung meningkat, sesak nafas dan 3 perubahan perilaku seperti bicara cepat, gelisah, reaksi terkejut.⁴

Dampak dari terjadinya kecemasan sebelum pembedahan diantaranya adalah tindakan operasi yang tertunda, rasa sakit yang di alami ibu pasca operasi yang meningkat, kebutuhan obat analgesik yang juga meningkat, masa rawat inap di Rumah Sakit yang semakin lama dan juga terjadinya depresi ibu post partum.⁶ Cara untuk meredakan kecemasan ibu sebelum pembedahan salah satunya dengan relaksasi genggam jari dan *stress ball*. Relaksasi ini merupakan terapi yang ditujukan untuk mengembalikan dan mengendalikan emosi yang dapat merilekskan tubuh, dimana tindakan operasi *sectio caesarea* memiliki komplikasi sehingga rasa cemas pada ibu timbul.⁴

Hasil studi pendahuluan peneliti didapatkan ada 4 ibu hamil yang akan melakukan tindakan *sectio caesarea* hasilnya ke empatnya memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Sejalan dengan penelitian Hepp *et al*⁵ yang memeriksa tingkat kecemasan di hari akan melaksanakan prosedur *sectio caesarea*. Di dapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan yang paling tinggi yaitu pada saat pre-operasi daripada saat tindakan penutupan kulit serta post *sectio caesarea* dua jam.⁵ Penelitian oleh Primasari Mahardhika Rahmawati dkk didapatkan kecemasan responden pre-operasi *sectio caesarea* pada kelompok intervensi sebelum pemberian terapi PMR memiliki rentang kecemasan sedang dan Sesudah pemberian terapi relaksasi otot tingkat kecemasan menurun menjadi ringan. Gerakan ini dilakukan dengan meregangkan dan merilekskan otot-otot besar secara pelan, teratur dan berurutan.⁷ Dengan hasil tersebut dapat di simpulkan terapi relaksasi otot dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu pre-operasi yang menjalani pembedahan *sectio caesarea*.⁸

Dasar dari teori terapi relaksasi otot untuk mengurangi rasa cemas adalah bahwa kecemasan sendiri membuat tubuh bereaksi merangsang pikiran akibatnya menimbulkan ketegangan fisik yang

ditandai dengan otot menjadi tegang. Sebaliknya fisiologis yang tegang akan menaikkan pengalaman subjektif pada rasa cemas, oleh karena itu merelaksasikan otot dapat menjadi terapi yang mampu mengurangi fisiologis yang menegang karena rasa cemas dan menurunkan kecemasan itu sendiri.

Metode

Metode penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan desain *pre-test* dan *post-test* dengan dua perlakuan perbandingan.⁹ Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden, yang terbagi menjadi 15 sebagai kelompok terapi genggam jari dan 15 sebagai kelompok terapi *stress ball*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang di gunakan adalah tingkat kecemasan HARS (*Hamilton Rating Scale of Anxiety*). Analisa data pada penelitian ini adalah mencari perbandingan efektifitas teknik genggam jari dan *stress ball* terhadap tingkat kecemasan pada pasien *sectio caesarea*. Penelitian ini telah dilakukan uji etik di komisi etik Departemen Etika dan Riset STIKes Indonesia Maju dengan nomor :2929/Sket/Ka-Dept/RE/ STIKIM/XII/2021.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pre-Post Test Kelompok Genggam Jari (n=15)

Tingkat Kecemasan kelompok Genggam Jari	Pre-test		Post-test	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Cemas	0	0	8	53,3
Cemas Ringan	14	93,3	7	46,7
Cemas Sedang	1	6,7	0	0
Cemas Berat	0	0	0	0
Panik	0	0	0	0
Total	15	100	15	100

Sumber olah data SPSS tahun 2021

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan bahwa tingkat kecemasan *pre-test* pada kelompok genggam jari hampir seluruhnya mengalami cemas ringan sebanyak 14 responden (93,3%) dan sebagian kecil cemas sedang sebanyak 1 responden (6,7%). Sementara itu tingkat kecemasan *post-test* pada kelompok genggam jari sebagian besar tidak mengalami cemas sebanyak 8 responden (53,3%) dan hampir setengahnya lagi cemas ringan sebanyak 7 orang (46,7).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pre-Post Test Kelompok *Stress Ball* (n=15)

Tingkat Kecemasan Kelompok <i>Stress Ball</i>	Pre-test		Post-test	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase(%)
Tidak Cemas	0	0	4	26,7
Cemas Ringan	10	66,7	10	66,7
Cemas Sedang	5	33,3	1	6,7
Cemas Berat	0	0	0	0
Panik	0	0	0	0

Total	15	100	15	100
-------	----	-----	----	-----

Sumber olah data SPSS tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa tingkat kecemasan *pre-test* pada kelompok *stress ball* sebagian besar mengalami cemas ringan sebanyak 10 responden (66,7%) dan hampir sebagian lagi cemas sedang sebanyak 5 responden (33,3%). Sementara itu tingkat kecemasan *post-test* pada kelompok *stress ball* sebagian besar mengalami cemas ringan 10 responden (66,7%). Sebagian kecil tidak mengalami cemas sebanyak 4 responden (26,7%) dan cemas sedang hanya 1 responden (6,7%).

Tabel 3. Perbandingan Efektifitas Intervensi Genggam Jari Dengan *Stress Ball* Pasien *Sectio Cesarea* Di Rumah Sakit Bina Husada Cibinong (n=15)

Karakteristik	Kelompok Genggam jari		Kelompok <i>Stres Ball</i>	
	Pre	Post	Pre	Post
N	15	15	15	15
Mean	1,07	0,47	1,33	0,73
Std Dev	0,258	0,516	0,488	0,458
Min	1	0	1	0
Max	2	1	2	1
Wilcoxon SignedRanks Test	0,003		0,005	
Mann-Whitney U Test	0,143			

Sumber olah data SPSS tahun 2021

Berdasarkan tabel 3 diatas bahwa pada kelompok intervensi genggam jari yang terjadi penurunan mean dari 1,07 *pre-test* menjadi 0,47 pada *post-test*. Sedangkan pada kelompok intervensi *stress ball pre-test* didapatkan mean 1,33 dan pada *post-test* mean 0,73. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada kelompok intervensi genggam jari didapatkan *p-value* = 0,003 atau < 0,05 sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan signifikan intervensi genggamjari terhadap penurunan kecemasan. Sedangkan pada kelompok intervensi *stressball* setelah dilakukan uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* = 0,005 atau < 0,05 sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan signifikan intervensi *stress ball* terhadap penurunan kecemasan. Hasil uji statistic *Mann-Whitney U Test* diperoleh nilai signifikasi *p-value* = 0,143 > dari 0,005 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi genggam jari dengan kelompok intervensi *stress ball*.

Pembahasan

Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Tindakan Genggam Jari

Berdasarkan tingkat kecemasan *pre-test* pada kelompok genggam jari mengalami kecemasan ringan 14 responden (93,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari (2016) dalam penelitiannya 62,5% mengalami cemas ringan, 37% mengalami cemas sedang. Berbeda dengan penelitian Donsu dan Amini (2017), pada pasien *pre-section caesaria* 59,5% mengalami cemas sedang dan 37,8% mengalami cemas berat. Penelitian yang sejalan dilakukan Rahmawati dkk¹⁰ tentang pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* terhadap kecemasan ibu *pre-operasi sectio caesarea* di Ruang Bersalin diperoleh kecemasan responden *pre-operasi sectio caesarea* pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi PMR berada pada rentang kecemasan sedang dan setelah diberikan terapi PMR berada pada rentang kecemasan ringan. Menurut teori interpersonal Sullifan menjelaskan bahwa kecemasan timbul dari perasaan takut terhadap ketidaksetujuan dan penolakan interpersonal. Kecemasan juga berhubungan dengan perkembangan trauma, individu dengan harga diri rendah terutama rentan mengalami kecemasan yang berat.¹¹ Asumsi peneliti bahwa dalam menghadapi operasi

yang sebagian besar pasien belum memiliki pengalaman sehingga kondisi yang akan dihadapi menjadi stressor yang membuat kecemasan beragam pada setiap pasien.

Sementara itu berdasarkan tingkat kecemasan *post-test* pada kelompok genggam jari tidak mengalami cemas 8 responden (53,3%) dan yang mengalami cemas ringan 7 responden (46,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari (2016) setelah diberikan intervensi genggam jari dalam penelitiannya 25% tidak mengalami cemas, dan 68% mengalami cemas ringan. Berbeda dengan penelitian Donsu dan Amini (2017), pada pasien *pre-section caesarea* yang diberikan intervensi tarik napas dalam didapatkan 83,8% mengalami cemas ringan dan 10,8% tidak cemas. Penelitian yang sejalan dilakukan Rahmawati dkk tentang pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) signifikan menurunkan kecemasan pada ibu *pre-operasi sectio caesarea*.¹¹ Terapi PMR didasari bahwa kecemasan akan menyebabkan tubuh bereaksi yang merangsang pikiran sehingga menyebabkan ketegangan fisiologis yang salah satunya ditandai dengan ketegangan otot. Ketegangan fisiologis sebaliknya akan meningkatkan pengalaman subjektif terhadap kecemasan, dengan merelaksasikan otot maka akan menurunkan ketegangan fisiologis yang pada akhirnya akan menurunkan kecemasan.¹² Asumsi peneliti bahwa intervensi genggam jari merupakan bagian dari *Progressive Muscle Relaxation* dengan merelaksasikan otot maka akan menurunkan ketegangan fisiologis yang pada akhirnya akan menurunkan kecemasan.

Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Setelah Tindakan *Stress Ball*

Berdasarkan tingkat stress *pre-test* pada kelompok *stress ball* mengalami kecemasan ringan 10 responden (66,7%) dan yang mengalami cemas sedang 5 responden (33,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari (2016), dalam penelitiannya 62,5% mengalami cemas ringan, 37% mengalami cemas sedang. Berbeda dengan penelitian Donsu dan Amini (2017), pada pasien *pre-sectio caesarea* 59,5% mengalami cemas sedang dan 37,8% mengalami cemas berat. Berbeda dengan penelitian dari Nasution (2020), bahwa kecemasan sebelum diberikan intervensi *stress ball* 50% mengalami kecemasan berat. Menurut Wilkinson menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keresahan, perasaan tidak nyaman dan menakutkan, disertai dengan respon otomatis, dan sumbernya sering kali tidak spesifik, antisipasi terhadap keadaan bahaya. Asumsi peneliti kecemasan sebelum dilakukan operasi *sectio caesarea* merupakan situasi keresahan yang dirasakan pasien sehingga timbul perasaan tidak nyaman dan menjadi penyebab kecemasan.

Berdasarkan tingkat stress *post-test* pada kelompok *stress ball* mengalami cemas ringan 10 responden (66,7%) dan yang mengalami cemas sedang 1 responden (6,7%), dan tidak mengalami stress 4 responden (26,7%). Berbeda dengan penelitian dari Nasution (2020), bahwa kecemasan setelah diberikan intervensi *stress ball* 40% mengalami cemas ringan. Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah. *Stress ball* akan menstimulasi saraf yang ada di tangan, saraf ini terhubung langsung ke otak, terutama area limbic yang berperan besar dalam menentukan emosi. Memeras *stress ball* fungsinya seperti akupresur, yaitu stimulus di area tubuh tertentu tetapi juga mempengaruhi bagian lain dari tubuh. Berfokus pada mainan *stress ball*, maka pikiran akan tentang stress, nyeri, serta kepanikan akan berhenti. Tubuh dan pikiran jadi fokus pada mainan *stress ball*. Gerakan meremas dan melepas bola, juga merangsang produksi hormon endorfin. Hormon ini berperan dalam meredakan rasa nyeri, cemas, menenangkan dan membuat perasaan jadi stabil. Asumsi peneliti bahwa *stress ball* mampu memekan sistem persarafan yang berada di tangan yang dapat meningkatkan rangsangan tubuh untuk melakukan relaksasi sehingga dapat meningkatkan relaksasi pasien *pre sectio caesarea* yang berdampak menurunkan kecemasan.

Efektifitas Teknik Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan

Berdasarkan hasil kelompok intervensi genggam jari yang terjadi penurunan mean dari 1,07 *pre-test* menjadi 0,47 pada *post-test*. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada kelompok intervensi genggam jari didapatkan diperoleh *p-value* = 0,003 atau < 0,05 sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan signifikan intervensi genggam jari terhadap penurunan kecemasan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2016), bahwa intervensi genggam jari memiliki pengaruh positif dengan nilai *p-value* 0,001. Pinandita perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non *nosiseptor*. Serabut saraf non *nosiseptor* mengakibatkan “Pintu Gerbang” tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat atau berkurang. Jenis relaksasi genggam jari berhubungan dengan jari-jari tangan dan aliran energi yang ada dalam tubuh kita, apabila individu mempersepsikan tentang sentuhan sebagai stimulus untuk rileks, maka akan muncul respon relaksasi.¹¹ Relaksasi genggam jari ini nantinya akan dapat menghangatkan titik-titik keluaran masuknya energi pada *meridian* (jalan energi dalam tubuh) yang terletak pada jari-jari tangan, sehingga mampu memberikan sebuah efek rangsangan secara spontan pada saat dilakukan genggam, kemudian rangsangan tersebut nantinya akan mengalir menuju ke otak, kemudian dilanjutkan ke saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga diharapkan sumbatan di jalur energi menjadilancar.¹² Asumsi peneliti bahwa teknik relaksasi genggam jari merupakan suatu terapi yang dapat merangsang sistem persyarafan yang menstimulus dan berkerjaseperti sebagai pintu kontrol (menghambat nyeri) sehingga dapat menurunkan rasa nyeri.

Efektifitas Teknik *Stress Ball* Terhadap Tingkat Kecemasan

Pada kelompok intervensi *stress ball pre-test* didapatkan mean 1,33 dan pada *post-test* mean 0,73. Sedangkan pada kelompok intervensi *stress ball* setelah dilakukan uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* = 0,005 atau < 0,05 sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan signifikan intervensi *stress ball* terhadap penurunan kecemasan. Sejalan dengan penelitian Sari (2019), bahwa pemberian intervensi genggam jari didapatkan *p-value* = 0,001 yang berarti memiliki pengaruh signifikan menurunkan kecemasan. Sejalan dengan penelitian Nasution (2020), bahwa *stress ball* yang diberikan pada pasien *pre-sectio caesarea* mengalami penurunan kecemasan dengan nilai *p-value* = 0,000. Terapi *stress ball* yang dilakukan dapat memberikan stimulus saraf responden dan juga mampu mengalihkan perhatian responden.

Stress ball menstimulasi saraf yang ada di tangan, saraf ini terhubung langsung ke otak, terutama area *limbic* yang berperan besar dalam menentukan emosi. *Stress ball* fungsinya seperti akupresur, yaitu stimulus di area tubuh tertentu tetapi juga mempengaruhi bagian lain dari tubuh. Tubuh dan pikiran jadi fokus pada *stress ball*. Gerakan meremas dan melepas bola, juga merangsang produksi hormon endorfin. Hormon ini berperan dalam meredakan relaksasi tubuh yang dapat menenangkan dan membuat perasaan jadi stabil. Asumsi peneliti bahwa terapi *stress ball* merupakan terapi yang bekerja pada sistem persyarafan yang dapat meningkatkan hormon endorfin dan berdampak kepada relaksasi tubuh dan berakibat penurunan tingkat kecemasan.

Perbandingan Efektifitas Intervensi Genggam Jari Dengan *Stress Ball*

Hasil uji statistik *Mann-Whitney U Test* diperoleh nilai signifikansi *p-value* = 0,143 > dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi genggam jari dengan kelompok intervensi *stress ball*. Pada penelitian ini baik pada kelompok intervensi genggam jari maupun *stress ball* didapatkan bahwa responden mengalami penurunan kecemasan yang signifikan. Penurunan tingkat kecemasan pada pasien *pre-sectio caesarea* disebabkan teknik genggam jari dan *stress ball* memiliki kesamaan dalam tindakan dengan mengantarkan saraf tangan yang dapat menstimulasi rasatenang tidak hanya ke otak tetapi ke seluruh tubuh, dengan meremas jari atau meremas *stress ball* juga mengalihkan perasaan responden dari rasa cemas menjadi tenang. Asumsi peneliti bahwa intervensi genggam jari dan *stress ball* memiliki keefektifan yang hampir dalam menurunkan kecemasan. Keefektifan tersebut berkaitan dengan sistem yang bekerja pada stimulus syaraf

pada tangan sehingga dampak yang dirasakan baik secara fisik meningkatkan hormone endorphin maupun secara psikologis intervensi tersebut dapat mengalihkan mekanisme nyeri.

Dapat di rumuskan beberapa kesimpulan, yaitu tingkat kecemasan *pre-test* pada kelompok genggam jari mayoritas mengalami cemas ringan sementara itu tingkat kecemasan pada *post-test* mayoritas tidak mengalami cemas. Tingkat kecemasan *pre-test* pada kelompok *stress ball* mengalami cemas ringan begitupun dengan tingkat kecemasan pada *post-test* mengalami cemas ringan. Hasil didapatkan bahwa terapi genggam jari dan terapi *stress ball* efektif menurunkan kecemasan pada pasien *pre-sectio caesarea* di Ruang Kamar Bedah Rumah Sakit Bina Husada Cibinong tahun 2021. Kemudian tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi genggam jari dengan kelompok intervensi *stress ball* di Ruang Kamar Bedah Rumah Sakit Bina Husada Cibinong tahun 2021.

Makna Singkatan (Abbreviations)

HARS	: Hamilton Rating Scale of Anxiety
PMR	: Progressive Muscle Relaxation
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SC	: Sectio Caesarea
WHO	: World Health Organization.

Persetujuan Etik

Penelitian ini telah lolos uji etik di komisi etik Departemen Etika dan Riset STIKes Indonesia Maju dengan nomor :2929/Sket/Ka-Dept/RE/STIKIM/XII/2021.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Pendanaan

Sumber keuangan dalam penelitian ini berasal dari peneliti sendiri.

Kontribusi Penulis

Anie Setyoningih sebagai Anie Setyoningih sebagai author.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Universitas Indonesia Maju (UIMA) serta para staf Rumah Sakit Bina Husada Bogor yang telah mendukung penelitian ini.

References

1. Rahmi L., Bustami LES. The Relationship of the Characteristics of the Mother with the Type of Delivery. *J Midwifery*. 2021; 6(2): 37.
2. Yu D., Zhang L., Yang S., Chen Q., Li Z. Trends, Causes and Solutions of Maternal Mortality in Jinan, China: The Epidemiology of the MMR in 1991-2020. *BMC Public Health*. 2021; 21(1): 1-11.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan RI (Internet). 2018:1-582. Available From: <https://dinkes.kalbarprov.go.id/wpcontent/uploads/2019/03/Laporan-Riskesdas-2018-Nasional.pdf>.
4. Sari RFT 2020. Riezky furry tanjung sari nim po 7224319066. 2020.
5. Astutik P, Kurlinawati E. Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Di Ruang Delima RSUD Kertosono. *Str J Ilmu Kesehatan (Internet)*. 2017; 6(2): 30-7. Available from: <https://www.neliti.com/pt/publications/236467/pengaruh-relaksasi-genggam-jari-terhadap-penurunan-nyeri-pada-pasien-post-sectio>.
6. Wahyuni R., Dan Rohani S. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Riwayat Persalinan Sectio Caesarea. *Wellness Health Mag (Internet)*. 2019; 2 (February): 187-92. Available From: <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh>.

7. Jatinegara H. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Respon Time Perawat Pada Pasien Suspek COVID-19 Di IGD Rumah Sakit Pendahuluan. 2021: 4(1): 20-6.
8. Dila W., Nadapda TP., Sibero JT. Faktor Yang Berhubungan Dengan Persalinan Sectio Caesarea Periode 1 Januari-Desember 2019 Di RSUD Bandung Medan Factors Related to Caesarian Section Delivery for the Period of January 1-December 2019 at RSUD Bandung Medan. 2022: 8(1): 359-68.
9. Muhid A. Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan SPSS for Windows (2 ed.). Sidoarjo: Zifatama Jawara: 2019.
10. Sinurat D. Universitas Sumatera Utara Poliklinik Universitas Sumatera Utara. J Pembang Wil Kota. 2018: 1(3): 82-91.
11. Haniyah S., Setyawati MB., Sholikhah SM. Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang. J STIKes. 2016: 1(1): 7.
12. Yayutrisnawati, Wulandari P., Windyastuti. Pengaruh relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. J Ners Widya Husada. 2018: 5(1): 11-20.

*) Original Article

--- ISJNMS ---