Journal Of Public Health Innovation (JPHI)
VOL 04 No 1 (2023): 110-118
DOI: 10.34305/jphi.v4i01.811
E-ISSN: 2775-1155
Journal Homepage: https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jphi

Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap kecemasan pasien preoperatif benigna prostat hiperplasia di ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon

Eneng Hamidah, Hadi Abdillah, Mustofa Saeful Alamsyah

Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Sukabumi

How to cite (APA)
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. https://doi.org/10.34305/jphi.v4i01.811

History
Received: 23 Oktober 2023
Accepted: 4 November 2023
Published: 1 Desember 2023

Coresponding Author
Eneng Hamidah, Program Studi Profesi Ners. Universitas Muhammadiyah Sukabumi; ribest061097@gmail.com

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

ABSTRAK

Latar Belakang: BPH adalah penyakit yang memiliki gejala membesarnya jaringan epitel yang dapat menghambat proses pengeluaran urin dalam tubuh. Jumlah penderita kasus penyakit prostat atau BPH ini sudah mencapai angka 90%. Individu yang akan menjalani operasi BPH akan mengalami kecemasan, karena stressor tentang Tindakan operasi. Relaksasi genggam jari adalah Teknik untuk mengurangi kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam jari terhadap kecemasan pasien preoperatif benigna prostat hiperplasia (bph) di ruang minajaya 1 RSUD jampangkulon.
Metode: Penelitian menggunakan desain eksperimen research dengan satu grup pretest dan posttest. Jumlah sampel sebanyak 17 responden. Uji Hipotesis Menggunakan uji Wilcoxon dan Uji normalitas.
Hasil: Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada nilai rata-rata kecemasan yaitu pada pretest sebesar 50.00 dan pada posttest adalah sebesar 41.76 Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai korelasi antara pretest dan posstest menunjukkan nilai sebesar 0.510 dengan nilai signifikansi sebesar 0.037. karena nilai signifikansi 0.037 > (lebih kecil) 0.05, maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel Pretest dengan variabel Posttest.
Kesimpulan: Terdapat Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon.

Kata Kunci: relaksasi genggam jari, kecemasan, benigna prostat hiperplasia.

Journal Of Public Health Innovation (JPHI)
VOL 04 No 1 (2023)
E-ISSN: 2775-1155
Journal Homepage: https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jphi

Pendahuluan

Penyakit BPH atau sering disebut penyakit prostat yang terjadi pada laki-laki dengan nama lain (Benigna Prostat Hyperplasia) adalah penyakiy yang memiliki gejala membesarnya jaringan epitel atau jaringan terluar prostat yang dapat menghambat proses pengeluaran urin dalam tubuh. Keadaan tersebut dapat disebabkan oleh stroma yang membesar atau ada sel yang mati yang dapat mengakibatkan tertumpuknya urin pada sel tersebut. Dengan tertumpuknya atau terhambatnya urin tersebut maka jaringan luar prostat membesar karena tidak ada cairan yang dapat keluar karena terhambat, dan hal ini dapat mengakibatkan jaringan syaraf diantara jaringan prostat akan terhambat (Lakidende, 2022).

Jumlah penderita kasus penyakit prostat atau BPH ini sudah mencapai angka 90% menurut survey yang telah dilakukan Berry pada tahun 1984. Dalam penelitiannya mengungkap bahwa kebanyakan penderita penyakit BPH ini berkisar di usia 50 tahun keatas atau tepat nya hampir 88% diderita oleh laki-laki yang berusia diatas 50 tahun (Lakidende, 2022).

Menurut Long (2012) dalam Srinayanti (2019) tindakan operasi adalah salah satu bentuk terapi yang dapat menimbulkan ancaman dalam bentuk stressor, terhadap tubuh, integritas dan jiwa seseorang yang dapat menentukan kecemasan pada diri pasien. Akibat dari stressor yang muncul tersebut mengakibatkan seseorang mengalami kecemasan. Seseorang yang cemas karaena operasi salah satunya dapat disebabkan karena akan penyakit BPH. Dan rata-rata orang yang menjalani operasi BPH berkisar di usia 50 tahun sampai 60 tahun.

Individu yang akan menjalani operasi khususnya operasi BPH tentu akan mengalami kecemasan, karena stressor tentang Tindakan operasi tidak dapat dihindari bahwa akan berdampak pada psikologis dan fisiologis individu itu sendiri, seperti nyeri setelah operasi, cemas akan keadaannya setelah dioperasi, bahkan cemas apakah Tindakan operasi akan berhasil atau sebaliknya. Cemas ini ditandai dengan rasa yang tidak tenang dan tidak nyaman, perasaan takut akan muncul jika seseorang sudah masuk pada tahap cemas. Kejadian ini merupakan hal wajar karena respon tubuh terutama fisiologis dan psikologis terhadap stimulus dari luar dapat mempengaruhi pikiran dan keadaan tubuh (respon tubuh). Kecemasan ialah suatu reaksi yang didasari oleh situasi yang sifatnya beragam, dapat mengancam bahkan berupa kabar duka yang intinya hal ini biasa dan wajar terjadi (Spreckhelsen, 2020)

Kecemasan sering terjadi pada perempuan, bahkan dibanding dengan laki-laki perempuan lebih banyak mengalami kecemasan. Sebesar 8.3% dari total perempuan seluruhnya, sebagian besar perempuan lebih cepat mengalami cemas (Simbolon, 2015). Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sekitar 5% seorang perempuan atau laki-laki dewasa mengalami kecemasan bahkan sudah pada tahap gelisah terutama pada usia 15 sampai 35 tahun keadaan cemas akan semakin tinggi karena stressor akan mulai bermunculan dan berdatangan (Wismarinda, 2018)

Terdapat salah satu cara untuk mengatasi keadaan cemas yang dirasakan individu terhadap suatu permasalahan, yaitu dapat melakukan relaksasi genggam jari. Relaksasi ini sangat mudah di laksanakan terutama oleh orang yang sedang mengalami kecemasan. Teknik relaksasi ini dilakukan dengan menggenggam jari tangan Kemudian memejamkan mata perlahan dan melakukan Tarik nafas dalam dan memusatkan pikiran ke suasana yang menyenangkan dalam bahasa jepang sering disebut dengan Jyujitsu (Akupressur Jepang). Bagian-bagian inti pada relaksasi ini tertuju pada titik repleks tangan pada saat digenggam. Reflek ini akan menyakurkan energi listrik yang dialirkan menuju otak dan dialirkan lagi menuju titik saraf pada bagian organ tubuh. Kemudian lama waktu pelaksanaan terapi ini memakan waktu selama 30 menit dan paling efektif dilakukan 1 kali sehari dan dapat dilakukan 7 kali dalam

OPEN ACCESS

kurun waktu selama seminggu dengan periode waktu maksimal perlakuan 4 minggu (Katiningrum, 2020).

Berdasarkan uraian tersebut maka diperlukan terapi yang sangat efektif untuk menurunkan bahkan menghilangkan rasa cemas sebelum bergantung kepada obat-obatan salah satu terapi yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian relaksasi serta distraksi seperti diberikan intervensi perlakuan relaksasi genggam jari. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang judul pengaruh relaksasi genggam jari terhadap kecemasan pasien preoperatif benigna prostat hiperplasia di ruang minajaya 1 rsud jampangkulon.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah adalah experiment research yang merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap objek lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2018). Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 17 orang.

Tekhnik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling. Analisis univariat dalam penelitian ini menggunakan tabel distribusi frekuensi dan persentasi. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji Paired Sampel T-test.

Hasil dan Pembahasan

Pada bab ini diuraikan hasil-hasil dari penelitian yang dilakukan mengenai Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon dengan sampel sebanyak 17 responden dan bertahan sampai akhir Waktu pengambilan data yaitu diambil selama kurang lebih 2 minggu atau 14 hari disamping cukup tingginya kunjungan pasien yang melakukan operasi BPH sehingga waktu yang dibutuhkan untuk mencapai jumlah sampel adalah 14 hari. Pada hasil penelitian akan dijabarkan hasil gambaran Karakteristik responden, analisis unvariat variabel pre dan post, dan analisa bivariate variabel, dan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan Uji Paired sampel t-test karena data berdistribusi norma, kemudian menggunakan Uji Normalitas Shapirowilk karena sampel kurang dari 50 serta menggunakan uji bivariate Pearson Product moment karena data memiliki korelasi atau hubungan antara pretest dan posttest.

Hasil Penelitian

Analisa Univariate Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	26-35 Tahun	1	5.9
2	36-45 Tahun	2	11.8
3	46-55 Tahun	2	11.8
4	56-65 Tahun	12	70.6
	Total	17	100

Berdasarkan tabel diatas maka dapat dilihat bahwa Sebagian besar responden adalah berusia 12 responden atau sebesar 70.5%, dan Sebagian kecil responden bersuia 26-35 tahun atau sebesar 5.9%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sekolah Dasar	12	70.6
2	Sekolah Menengah Pertama	4	23.5
3	Sekolah Menengah Atas	1	5.9
	Total	17	100

OPEN ACCESS

Journal Of Public Health Innovation (JPHI)
VOL 04 No 1 (2023)
E-ISSN: 2775-1155
Journal Homepage: https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jphi

Berdasarkan tabel diatas dapat ditunjukkan bahwa Sebagian besar responden berpendidikan Sekolah Dasar yaitu sebesar 12 responden atau sebesar 70.6%, dan Sebagian kecil responden berpendidikan Sekolah Menengah Atas yaitu sebanyak 1 orang atau sebesar 5.9%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Bekerja	14	82.4%
2	Tidak Bekerja	3	17.6
Total		17	100

Berdasarkan tebel diatas dapat dilihat bahwa Sebagian besar responden bekerja yaitu sebanyak 14 responden atau sebesar 82.4% dan Sebagian kecil responden tidak bekerja yaitu sebanyak 3 responden atau sebesar 17.6%

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan

No	Pendapatan	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 2.500.000	16	94.1
2	≥ 2.500.000	1	5.9
Total		17	100

Berdasarkan tebel diatas dapat dilihat bahwa Sebagian besar responden memiliki pendapatan kurang dari 2.500.000 yaitu sebanyak 16 responden atau sebesar 94.1%, dan Sebagian kecil responden memiliki penghasilan lebih dari 2.500.000 yaitu sebanyak 1 responden atau sebesar 5.9%.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Sakit

No	Lama Sakit	Frekuensi	Persentase (%)
1	2 tahun	2	11.8
2	3 tahun	10	58.8
3	4 tahun	3	17.6
4	5 tahun	2	11.8
Total		17	100

Berdasarkan tebel diatas dapat dilihat bahwa Sebagian besar responden menderita BPH selama 3 tahun yaitu sebanyak 10 responden atau sebesar 58.8%, dan Sebagian kecil responden menderita BPH selama 2 tahun dan 5 tahun yaitu sebanyak 2 responden atau sebesar 11.8%.

Analisa Univariate Variabel

Tabel 6. Hasil Deksriptif Univariate Kecemasan Pasien Sebelum diberikan Relaksasi Genggam Jari

Kecemasan	N	Std. Deviation	Nilai. Max	Nilai. Min	Median	Mean
Sebelum	17	4.59	56.00	40.00	52.00	50.00

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa nilai standar deviasi kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 4.59, nilai maksimal sebesar 56 dan nilai minimal sebesar 40. Sedangkan untuk Nilai Median yang diperoleh dari nilai kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari adalah sebesar 52.0 dan nilai Mean sebesar 50.

OPEN ACCESS

Journal Of Public Health Innovation (JPHI)
VOL 04 No 1 (2023)
E-ISSN: 2775-1155
Journal Homepage: https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jphi

Tabel 7. Hasil Deksriptif Univariate Kecemasan Pasien Sesudah diberikan relaksasi genggam jari sebelum menghadapi Operasi Benigna Prostat Hiperplasia

Kecemasan	N	Std. Deviation	Nilai. Max	Nilai. Min	Median	Mean
Sesudah	17	5.57	52.00	33.00	42.00	41.76

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa nilai standar deviasi kecemasan sesudah (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 5.57, nilai maksimal sebesar 52 dan nilai minimal sebesar 33. Sedangkan untuk Nilai Median yang diperoleh dari nilai kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari adalah sebesar 42.00 dan nilai Mean sebesar 41.76

.

Analisa Bivariate

Tabel 8. Hasil Uji Statistik Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon Menggunakan Uji Paired Sampel T-test

Kecemasan	N	Mean	Sd	Min	Max	P-Value
Pre-test	17	50.00	4.59	40.00	56.00	0.000
Post-test	17	41.76	5.57	33.00	52.00	

Berdasarkan tabel 4.10 menunjukkan nilai p-value pada uji *paired sampel t test* adalah sebesar 0,000 maka p-value < 0,05 yang berarti H0 ditolak sehingga dapat dikatakan terdapat Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon.

PEMBAHASAN

1. **Gambaran Kecemasan Pasien Sebelum diberikan Relaksasi Genggam Jari Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon Kabupaten Sukabumi**

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai standar deviasi kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 4.59, nilai maksimal sebesar 56 dan nilai minimal sebesar 40. Sedangkan untuk Nilai Median yang diperoleh dari nilai kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari adalah sebesar 52.0 dan nilai Mean sebesar 50.

   Kecemasan merupakan respons normal terhadap suatu situasi yang menimbulkan beban atau tekanan. Kecemasan biasanya hilang setelah situasi yang menyebabkannya teratasi atau berlalu. Namun, pada beberapa orang, kecemasan dapat terus berlanjut dan berkembang menjadi gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan merupakan keadaan di mana seseorang mengalami kecemasan yang tidak seimbang atau tidak sesuai dengan situasi yang sebenarnya, dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tanda dan gejala dari gangguan kecemasan meliputi konsentrasi yang kurang, sakit kepala, tidak nafsu makan, tidur yang terganggu, kehilangan minat, merasa lelah walau tidak bekerja, dan pikiran untuk mengakhiri kehidupan (Keliath, 2018).

   Seseorang yang mengalami ansietas akan merasa tidak enak, takut, dan merasakan rasa ngeri yang tidak jelas. Perasaan tidak berdaya dan tidak adekuat dapat terjadi, disertai rasa terasing dan tidak aman. Tingkat perasaan ini dapat ringan atau cukup berat sampai menyebabkan kepanikan, dan tingkatnya dapat meningkat atau menghilang tergantung pada kemampuan koping individu dan sumber-sumber pada suatu waktu tertentu (Smeltzer & Bare, 2019)

OPEN ACCESS

2. Gambaran Kecemasan Pasien Sesudah diberikan Relaksasi Genggam Jari Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon Kabupaten Sukabumi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai standar deviasi kecemasan sesudah (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 5.57, nilai maksimal sebesar 52 dan nilai minimal sebesar 33. Sedangkan untuk Nilai Median yang diperoleh dari nilai kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari adalah sebesar 42.00 dan nilai Mean sebesar 41.76.

BPH adalah pembesaran benigna (tidak ganas) dari prostat yang terjadi pada kebanyakan laki-laki ketika mereka bertambah tua. Pembesaran prostat dapat menyebabkan gejala-gejala yang mengganggu, seperti susah untuk buang air kecil, buang air kecil terputus-putus, dan sering buang air kecil pada malam hari. Namun, tidak semua orang yang menderita BPH akan mengalami gejala. Pembesaran prostat dapat dicegah atau diatasi dengan berbagai cara, termasuk pengobatan obat-obatan, terapi fisik, atau pembedahan. (Alagan, 2019).

Hiperplasia (pembesaran) prostat dapat menyebabkan resistensi pada urethra (saluran kemih), yang dapat mengganggu fungsi otot detrusor (otot yang mengontrol kandung kemih) dan menyebabkan gejala-gejala BPH. Pembesaran prostat dapat menyebabkan obstruksi pada urethra, yang dapat mengganggu fungsi kandung kemih dan menyebabkan gejala seperti susah untuk buang air kecil, buang air kecil terputus-putus, dan sering buang air kecil pada malam hari. Selain itu, faktor usia juga dapat mempengaruhi kerja dari kandung kemih dan sistem saraf yang berperan dalamnya, yang dapat menimbulkan gejala-gejala BPH. Jika Anda memiliki gejala-gejala yang mencurigakan, sebaiknya berkonsultasi dengan dokter untuk mendapatkan diagnosis dan penatalaksanaan yang tepat. Gejala tersebut dapat beragam seperti merasa nyeri pada aera genitalia, salah satu alternatifnya yaitu dengan dilakukannya Tindakan operasi. Sebagian besar pasien dalam fase preoperatif mengalami kecemasan dan biasanya dianggap sebagai respons pasien yang biasa. Kecemasan preoperatif memiliki sejumlah konsekuensi paska operasi pada pasien, dan salah satu komplikasi tersebut adalah nyeri yang menyebabkan responden mengalami kecemasan sebelum dilakukan operasi.

Sejauh mana setiap pasien memanifestasikan gejala kecemasan tergantung pada banyak faktor seperti kerentanan pasien terhadap kecemasan preoperatif, usia, jenis kelamin, pengalaman masa lalu dengan operasi, status pendidikan, jenis dan luas operasi yang dilakukan, keadaan kesehatan saat ini, dan status sosial ekonomi. Salah satu terapi yang dapat menurunkan kecemasan pasien adalah dapat dilakukan dengan cara relaksasi genggam jari.

Relaksasi genggam jari adalah sebuah tehnik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh kita. Relaksasi adalah kebebasan fisik dan mental dari stress dan juga ketegangan individu, karena menjadikan persepsi kognitif serta motivasi afektif seseorang berubah. Teknik relaksasi dapat membuat pasien mampu mengontrol diri mereka saat merasa memiliki tekanan atau stressor yang tinggi yang muncul menjadi sebuah kecemasan yang beragam (Potter dan Perry, 2018).

Relaksasi genggam jari adalah salah satu cara untuk menenangkan diri dan mengatasi stress yang ada pada diri sendiri yang dapat dilakukan dengan cara menyentuh jari-jari tangan dengan cara memfokuskan konsntrasi kepada

OPEN ACCESS

impian atau keinginan-keinginan yang indah dan menyenangkan sehingga membuat aliran darah menjadi melebar serta memperlancar aliran darah yang ada pada tubuh kita sendiri.

3. **Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon**

Hasil penelitian menunjukkan nilai p-value pada uji *paired sampel t test* adalah sebesar 0,000 maka p-value < 0,05 yang berarti H0 ditolak sehingga dapat dikatakan terdapat Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada nilai rata-rata kecemasan yaitu pada pretest sebesar 50.00 dan pada posttest adalah sebesar 41.76. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai korelasi antara pretest dan posstest menunjukkan nilai sebesar 0.510 dengan nilai signifikansi sebesar 0.037. karena nilai signifikansi 0.037> (lebih kecil) 0.05, maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel Pretest dengan variabel Posttest.

Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) merupakan kondisi terjadinya penyumbatan yang terlihat pada pembesaran prostat jinak dengan tampilan histologis adenoma prostat yang menyebabkan obstruksi bervariasi dengan atau tanpa gejala (IAUI, 2022). Hiperplasia eratkaitannya dengan meningkatnya kadar dehidrotestosteron (DHT) dan proses penuaan. Proliferasi sel kelenjar prostat dipengaruhi oleh kadar estrogen yang terdapat pada prostat melalui peningkatan sensitivitas prostat terhadap rangsangan hormon androgen, peningkatan jumlah reseptor dan penurunan jumlah apoptosis sel prostat yang mengakibatkan terjadinya pembesaran pada volume prostat (Anggoro, 2022). Faktor resiko yang dapat meningkatkan resiko terkena karsinoma prostat yaitu usia, ras, diet dan gaya hidup, riwayat keluarga, mutasi genetik dan merokok (IAUI, 2022).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan nilai kecemasan yaitu sebanyak 14 responden, kemudian ditemukan responden yang nilai kecemasannya tidak berubah dan hanya berubah atau menurun sebanyak 1 skor yaitu sebanyak 3 responden. Hal ini menunjukkan bahwa relaksasi genggam jari merupakan intervensi yang efektif untuk mengurangi kecemasan pasien yang akan menjalani operasi Benigna Prostat Hiperplasia di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Sasmito (2019) bahwa dalam penelitiannya menunjukkan hasil dari 27 responden diruang Mawar RSUD Jombang yang akan menjalani Operasi BPH menunjukkan nilai kecemasan sebelum dilakukan intervensi relaksasi genggam jari nilai kecemasan berada dalam kategori sedang sebanyak 26 responden (96.3%) kemudian sesudah dilakukan intervensi relaksasi genggam jari selama 15-30 menit, hampir setengah responden tingkat kecemasannya menjadi ringan yaitu sebanyak 13 responden.

Relaksasi genggam jari memikiki hubungan dengan aliran darah dalam tubuh kita *Benign Prostatic Hyperplasia* (BPH) merupakan kondisi terjadinya penyumbatan yang terlihat pada pembesaran prostat jinak dengan tampilan histologis adenoma prostat yang menyebabkan obstruksi bervariasi dengan atau tanpa gejala (IAUI, 2022). Hiperplasia eratkaitannya dengan meningkatnya kadar dehidrotestosteron (DHT) dan proses penuaan. Proliferasi sel kelenjar prostat dipengaruhi oleh kadar estrogen yang terdapat pada prostat melalui peningkatan sensitivitas prostat terhadap rangsangan hormon androgen, peningkatan jumlah reseptor

OPEN ACCESS

dan penurunan jumlah apoptosis sel prostat yang mengakibatkan terjadinya pembesaran pada volume prostat (Anggoro, 2022). Faktor resiko yang, apabila kita mempersepsikan sentuhan jari sebagai stimulus untuk merelaksasikan tubuh, maka akan muncul respon relaksasi. Hal ini didukung oleh penelitian Diana (2019) bahwa relaksasi genggam jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi *section caesarea* di RUSD Moewardi di Surakarta

Kesimpulan

1. Gambaran Kecemasan sebelum dilakukan relaksasi genggam jari adalah untuk Nilai Median yang diperoleh dari nilai kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari adalah sebesar 52.0 dan nilai Mean sebesar 50 yang berarti nilai kecemasan berada pada rentang Cemas Sedang
2. Gambaran Kecemasan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari adalah untuk Nilai Median yang diperoleh dari nilai kecemasan sebelum (*pre-test*) dilakukan relaksasi genggam jari adalah sebesar 42.00 dan nilai Mean sebesar 41.76 yang berarti nilai kecemasan berada pada rentang Cemas Ringan
3. Terdapat Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperatif Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon.
4. Terdapat korelasi atau hubungan yang signifikan antara variabel pretest dan variabel posttest Kecemasan pasien Benigna Prostat Hiperplasia Di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon Hubungan antara pretest dan posttest bersifat positif.

Saran

1. **RSU Jampang Kulon**
   Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi Perawat RSUD Jampangkhususnya untuk diruang Operasi agar dapat meresmikan atau membuat SOP resmi tentang relaksasi genggam jari, untuk dijadikan sebagai alternatif tindakan keperawatan untuk mengatasi kecemasan.
2. **Peneliti Selanjutnya**
   Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan sumber tambahan bagi para pembaca khusunya mahasiswa agar dapat menyempurnakan kekurangan dalam hasil penelitian ini, seperti dapat melakukan penelitian menggunakan kelompok kontrol serta dapa menggunakan metode lain yang lebih lengkap dalam melakukan penelitian

DAFTAR PUSTAKA

Ah. Yusuf (2016) Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. PT Salemba Medika. Jakarta Selatan

Annisa, Doni Fitri (2016). Konsep Kecemasan. (Anxiety)' Konselor e-journal unp: Universitas Negeri Padang, Vol 5. No 2.

Brahmantia., Huriah. 2016. Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Techniques (SEFT) terhadap Penurunan Nyeri dan Kecemasan pada Pasien Pasca Bedah Transurethral Resection Prostate (TURP) di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya

Lakidende, Muhammad Al-Fitrah (2022) Profil Pasien Benign Prostatic Hyperplasia Pada Poli Urologi Rawat Jalan Dan Rawat Inap Rsp Universitas Hasanuddin. Jurnal Publikasi. Gram Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar 2022

Ghufron, M Nur. 2012. Teori- Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media

Katiningiru, (2020) Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan. Jurnal Publikasi. Literature Review. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Poltekkes Kemenkes Denpasar. Program Studi Sarjana Keperawatan Denpasar

Keliat. Budi Anna, dkk (2020) Asuhan Keperawatan Jiwa. Buku Kedokteran EGC. Jakarta

OPEN ACCESS

Muhith, Abdul (2015) Pendidikan Keperawatan Jiwa. Teorr dan Aplikasi. CV ANDI OFFSET. Yogyakarta.

Pambudi, Irfan (2017) Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Degnan General Anestesi Di RSUD Pandan Arang Boyolali. Artikel Ilmiah. Program Studi Sarjana Keperawatan Stikes Kusuma Husada Surakarta.

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.

Sari, Revi Diana Kurnia (2016) Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien PreOperasi SC. Jurnal Publikasi Ilmiah, Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keehatan. Universitas Muhammdiyah SurakartaSaputra, Riski Novian Indra, Dimas Sindhu Wibisono, Firdaus Wahyudi (2019) Kejadian Batu Salurankemih Pada Pasien Benign Prostatehyperplasia (Bph). Jurnal Kedokteran Diponegoro. Volume 5, Nomor4, Oktober 2019 Online : Http://Ejournal-S1.Undip.Ac.Id/Index.Php/Medicois sn Online : 2540-8844

Silviani, Yulita Elvira dkk (2021) Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Persalinan di RSUD Kepahiang. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan. STIKES Tri andiri Sakti Bengkulu.

Srinayanti, Yanti, Jajuk Kusumawaty, dan Angga Nugroho (2019) Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Katarak Di Ruang Bedah Rsud Kabupaten Ciamis. Jurnal Publikasi Keperawatan NOL .12 NOMOR 24, FEBRUARI 2019.

Stuart, Gail W dan Budi Anna Keliat (2018) Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Edisi Ke 2 Terjemahan. Bahasa Indonesia. Buku Kedokteran EGC. Jakarta

Sugiyono, (2018) *Metotode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung : Alfabeta

Sutanto, Reynardi Larope (2021) Hiperplasisa Prostat Jinak Manajemen Tatalaksana dan Pencegahan. Jurnal Publikasi. Program Studi Pendidikan Dokter. Fakultas Kedokteran. Universitas Indonesia. Jakarta

Wahyuningsih dan Sutanta (2019) Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Fraktur Femur. Stikes Estu Utomo, Jl. Tentara Pelajar Mudal Boyolali Jawa Tengah, email: wahyubyi28@gmail.com, Indonesia.

Wanty, Novianty (2019) Pengaruh Relaksasi genggam jari Terhadap Kecemasan Pasien Preoperasi Katarak. Jurnal Publikasi Skripsi Keperawatan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi Kota Sukabumi.

Wismarida, Vista Nugrahanti (2018) Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Paisen Preoperasi BPH sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Alam Di RSUD Ambarawa. Artikel Ilmiah, Progra Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.

Yosep, Iyus (2016) *Buku Ajar Keperawatan Jiwa.* Bandung : Refika Aditama.

OPEN ACCESS