



**PEMBERIAN HAND MASSAGE TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI
FRAKTUR DI BANGSAL KENANGA 2 RSUD TEMANGGUNG**

Arum Widya Ningrum*, Lisa Musharyanti

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Lkr. Sel., Geblagan,
Tamantirto, Bantul, Yogyakarta 55183, Indonesia

*arumwidyanr125@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan sebelum operasi, termasuk pada pasien praoperasi fraktur, dapat berdampak negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis serta meningkatkan risiko komplikasi. Hand Massage merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu mengurangi kecemasan melalui efek relaksasi. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi Hand Massage dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien praoperasi fraktur. Metode: Penelitian ini merupakan studi kasus dengan desain deskriptif dan menggunakan teknik observasi. Responden adalah pasien praoperasi fraktur dengan kecemasan berat sekali berdasarkan kuesioner APAIS. Intervensi Hand Massage diberikan tiga kali dalam satu hari, masing-masing 10 menit. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan setelah intervensi. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan sebelum (pre-test) dan setelah intervensi (post-test) menggunakan kuesioner APAIS. Hasil: Setelah terapi Hand Massage, skor kecemasan pasien menurun dari 25 (berat sekali) menjadi 15 (sedang). Pasien merasa lebih rileks dan tenang. Kesimpulan: Terapi Hand Massage terbukti efektif sebagai metode nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan pasien praoperasi fraktur. Efek relaksasi yang dihasilkan membantu mengurangi ketegangan fisik dan emosional serta meningkatkan kesiapan pasien dalam menghadapi prosedur operasi. Dengan demikian, terapi ini dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan dalam manajemen kecemasan pasien praoperasi.

Kata kunci: fraktur; hand massage; intervensi nonfarmakologis; kecemasan; praoperasi

***GIVING HAND MASSAGE TOWARDS ANXIETY OF PRE-OPERATION PATIENTS
WITH FRACTURES IN KENANGA 2 WARD, TEMANGGUNG REGIONAL HOSPITAL***

ABSTRACT

Preoperative anxiety, including in fracture patients, can negatively affect physical and psychological conditions and increase the risk of complications. Hand Massage is a non-pharmacological intervention effective in reducing anxiety through relaxation. This study aims to evaluate the effectiveness of Hand Massage therapy in lowering anxiety levels in preoperative fracture patients. The method used is a case study with a descriptive design through observation. The respondent was a preoperative patient with very high anxiety based on the APAIS questionnaire. The Hand Massage intervention was given three times a day, each lasting 10 minutes. Anxiety levels were measured before and after the intervention. Results showed a decrease in anxiety score from 25 (very severe) to 15 (moderate). The patient reported feeling more calm and relaxed. Conclusion: Hand Massage therapy is proven effective in reducing anxiety in preoperative fracture patients. Its relaxation effect helps relieve both physical and emotional tension and enhances patient readiness for surgery. Therefore, this therapy can be applied as a nursing intervention in managing preoperative anxiety.

Keywords: anxiety; fracture; hand massage; nonpharmacological intervention; preoperative

PENDAHULUAN

Fraktur dapat terjadi pada individu dari segala usia, tetapi jenis patah tulang dan lokasi pada tubuh bervariasi secara luas tergantung pada berbagai faktor, terutama yang berkaitan dengan kualitas tulang individu dan sifat trauma yang dialami (Bergh et al., 2020). Fraktur terbuka terjadi ketika patah tulang tidak terhubung dengan lingkungan luar. Fraktur terbuka terjadi ketika fragmen tulang meluas melewati kulit dan otot, yang memungkinkan infeksi (Bergh et al., 2020). Pengobatan fraktur dapat berupa konservatif atau operatif. Pembedahan merupakan prosedur medis invasif yang dilakukan dengan cara membuat sayatan pada bagian tubuh tertentu untuk menangani kondisi tertentu, lalu diakhiri dengan penutupan serta penjahitan area yang telah dibuka (Palla et al., 2018). Tindakan pembedahan sering kali memicu respons emosional pada pasien, seperti rasa takut, marah, gelisah, hingga kecemasan sebelum menjalani prosedur. Salah satu reaksi psikologis yang paling umum dialami oleh pasien pada fase praoperatif adalah munculnya perasaan cemas (Kusmirayanti, 2021). Kecemasan merupakan reaksi yang sangat umum pada pasien praoperasi. Menunggu prosedur bedah dapat menjadi pengalaman yang menegangkan, yang sering menyebabkan pasien cemas. Ketakutan ini dapat memengaruhi kesehatan mental dan fisik pasien, serta hasil operasi. Pasien yang cemas sering mengalami peningkatan denyut jantung, tekanan darah, dan ketegangan otot. Ini dapat meningkatkan risiko komplikasi selama dan setelah operasi (Li et al., 2021). Usia adalah faktor yang mempengaruhi kecemasan. Usia adalah ukuran waktu pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Usia berhubungan erat dengan tingkat pengalaman, wawasan, serta cara pandang terhadap suatu penyakit atau peristiwa, yang kemudian memengaruhi persepsi dan sikap individu. Dibandingkan anak-anak, orang dewasa umumnya memiliki kemampuan coping yang lebih baik dalam menghadapi situasi sulit (Oktarini & Prima, 2021).

Pada tahap awal pra-operasi, perawat berperan penting dalam menilai kondisi fisiologis dan psikologis pasien. Pengkajian ini bertujuan untuk memastikan kesiapan pasien menghadapi pembedahan serta mendukung kelancaran dan keberhasilan prosedur yang akan dilakukan (Larasati & Rahayu, 2023). Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis melibatkan pemberian obat-obatan untuk membantu meredakan atau menghilangkan rasa cemas. Sementara itu, metode nonfarmakologis yang umum digunakan mencakup hipnoterapi, aromaterapi, terapi musik, serta teknik pijat untuk memberikan efek relaksasi (Baderiyah et al., 2021). Terapi nonfarmakologis merupakan intervensi mandiri yang dapat dilakukan oleh perawat guna membantu menurunkan tingkat kecemasan. Berbagai metode tersedia untuk meredakan ketidaknyamanan, salah satunya adalah teknik pijat. Pijat dapat diterapkan pada berbagai area tubuh, termasuk tangan, yang dikenal dengan istilah hand massage (Larasati & Rahayu, 2023). Hand massage merupakan pijatan sederhana (menekan kulit secara perlahan) yang memijat titik-titik refleks secara lembut dan terus menerus, sehingga terasa nikmat dan memberikan efek relaksasi terutama bagi orang yang sedang merasa stres sehingga mengurangi rasa cemas (Udani et al., 2023). Berdasarkan hasil penelitian (Pratiwi et al., 2024) diketahui bahwa intervensi hand massage dapat menurunkan tingkat kecemasan dengan penurunan skor sebanyak 11 yaitu dari skala 18 sebelum intervensi menjadi skala 7 setelah intervensi dengan penilaian HARS, sehingga terapi hand massage efektif dan dapat diterapkan dalam bidang keperawatan.

Penulisan studi kasus ini bertujuan untuk memberikan kesempatan bagi mahasiswa dalam mengaplikasikan tindakan keperawatan guna mengurangi kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi akibat fraktur, melalui pendekatan terapi Hand Massage. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menggali sejauh mana tingkat kecemasan yang dialami pasien praoperasi, menilai dampak pemberian terapi Hand Massage sebagai salah satu bentuk

intervensi nonfarmakologis, serta mengasah kemampuan mahasiswa dalam melaksanakan terapi komplementer di lingkungan klinis. Di samping itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan alternatif intervensi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan dalam praktik keperawatan sehari-hari. Oleh karena itu, penulis berinisiatif menggunakan terapi Hand Massage sebagai strategi intervensi dalam membantu menurunkan kecemasan pada pasien praoperasi dengan kasus fraktur.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan menggunakan teknik observasi yang bersifat ilmiah. Populasi dalam penelitian ini merupakan pasien pre operasi fraktur di RSUD Kab. Temanggung dengan sample sebanyak 1 responden. Studi kasus ini melibatkan seorang pasien pra-operasi yang mengalami kecemasan, dengan kriteria inklusi berupa pasien yang sudah dijadwalkan untuk operasi, tidak memiliki alergi pada kulit, tidak ada luka pada tangan kanan atau kiri, bersedia menjalani terapi hand massage, serta memiliki tingkat kecemasan sedang hingga berat. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi pasien yang tidak dijadwalkan untuk operasi, memiliki masalah kulit seperti alergi, atau memiliki luka pada tangan kanan atau kiri. Data dikumpulkan menggunakan lembar pengkajian yang melibatkan metode wawancara serta kuesioner Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS). Kuesioner ini terdiri dari enam pertanyaan yang mencakup dua aspek kecemasan: kecemasan terhadap anestesi (3 item) dan kecemasan terhadap prosedur operasi (3 item). Penilaian dilakukan dengan menggunakan skala Likert, dengan rentang nilai dari 1 (sangat tidak sesuai) hingga 5 (sangat sesuai). Skor total berkisar antara 6 hingga 30, dengan kategori: 1-6 (tidak cemas), 7-12 (cemas ringan), 13-18 (cemas sedang), 19-24 (cemas berat), dan 25-30 (cemas sangat berat/panik). Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialami pasien praoperasi.

Terapi hand massage dilakukan dalam tiga sesi, masing-masing berdurasi sekitar 10 menit atau hingga pasien merasa lebih tenang dan nyaman. Untuk menilai tingkat kecemasan, digunakan kuesioner Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS) yang diisi dua kali, yaitu sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) intervensi. Kuesioner ini telah terbukti valid dan reliabel untuk mengukur kecemasan praoperatif. Dalam studi terbaru oleh (Perdana et al., 2020), versi Indonesia dari APAIS menunjukkan konsistensi internal yang baik dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,825 untuk skala kecemasan dan 0,863 untuk skala kebutuhan informasi. Hal ini mengindikasikan bahwa APAIS merupakan instrumen yang andal dan sesuai digunakan dalam konteks klinik. Hasil pengukuran pada studi ini menunjukkan adanya penurunan kecemasan setelah intervensi diberikan, yang memperkuat efektivitas terapi hand massage sebagai salah satu pendekatan keperawatan dalam membantu pasien praoperasi mengelola kecemasan mereka.

HASIL

An. L, seorang siswa SMP berusia 12 tahun, didiagnosis dengan *Fracture Complete Tibiae Dextra 1/3 Distal, Displaced*, sehingga direncanakan menjalani tindakan *Open Reduction Internal Fixation (ORIF)*. Saat dilakukan pengkajian, pasien mengeluhkan rasa takut dan cemas terkait prosedur operasi serta pembiusan. Hasil pemeriksaan menunjukkan tekanan darah 115/85 mmHg dan denyut nadi 105 kali per menit, keringat dingin dan gelisah. Pengukuran tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi *Hand Massage* menunjukkan skor 25 pada kuesioner APAIS (*Preoperative Anxiety and Information Scale*), yang mengindikasikan kecemasan berat sekali (panik). Berdasarkan hasil pengkajian dan pre-test menggunakan kuesioner tersebut, disimpulkan bahwa pasien mengalami kecemasan berat akibat rasa takut dan kekhawatiran terhadap prosedur operasi dan pembiusan.

Terapi *Hand Massage* merupakan salah satu metode manajemen nonfarmakologis yang digunakan untuk menurunkan kecemasan. Langkah pertama dalam terapi ini adalah memastikan posisi berbaring pasien dalam keadaan nyaman. Selanjutnya, peneliti menggunakan minyak zaitun sebagai media pijat. Minyak zaitun dipilih karena selain berfungsi sebagai pelumas saat *massage*, juga memberikan efek aromaterapi yang menenangkan. Penggunaannya dapat membantu melancarkan sirkulasi darah, mengurangi kegelisahan, serta menghadirkan rasa nyaman dan relaksasi bagi pasien (Udani et al., 2023). Permukaan yang akan dipijat dilapisi agar tetap bersih serta tidak terkena minyak secara langsung. Proses pemanasan dilakukan dengan teknik *rubbing*, yaitu menggosok punggung dan telapak tangan sebanyak 10 kali. Kemudian, dilanjutkan dengan teknik *jiggle*, yaitu menekuk pergelangan tangan ke dalam dan ke luar sebanyak 10 kali.

Setelah itu, dilakukan teknik *hypertensive*, yaitu memijat titik pertengahan antara ibu jari dan jari telunjuk sebanyak 10 kali, diikuti dengan teknik *petrissage*, yaitu memijat seluruh jari-jemari secara melingkar kecil dan dilanjutkan dengan meremas seluruh jari tangan sebanyak 10 kali. Selanjutnya, diterapkan teknik *squeezing*, yaitu memijat telapak tangan sebanyak 10 kali, serta menarik jari satu per satu secara perlahan. Teknik *jiggle* kembali diterapkan dengan menekuk pergelangan tangan ke dalam dan ke luar sebanyak 10 kali, diakhiri dengan teknik *rubbing* kembali sebanyak 10 kali. Setelah terapi selesai, tangan pasien dibersihkan menggunakan air hangat dan tisu.

Setelah dilakukan intervensi terapi *Hand Massage* selama 1 hari dengan 3 kali pertemuan, masing-masing berlangsung selama 10 menit, didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pasien. Sebelum intervensi, pasien mengalami kecemasan berat dengan skor 25 berdasarkan kuesioner APAIS (*Preoperative Anxiety and Information Scale*), yang mengindikasikan kecemasan berat sekali (panik). Namun, setelah diberikan terapi, hasil post-test pada pertemuan terakhir menunjukkan skor 15, yang mengindikasikan tingkat kecemasan sedang. Selama pelaksanaan terapi, pasien menunjukkan respons yang baik terhadap intervensi *Hand Massage*. Pada pertemuan pertama, pasien tampak masih cemas dan tegang, terlihat dari ekspresi wajahnya yang khawatir serta ketegangan pada otot tangan. Namun, setelah dilakukan pijatan *Hand Massage* dengan teknik *rubbing*, *jiggle*, *hypertensive*, *petrissage*, *squeezing*, dan mengedukasikan pasien terkait prosedur operasi dan prosedur pembiusan pasien mulai merasa sedikit nyaman, rileks dan lebih paham terkait prosedur operasi serta prosedur pembiusan.

Pada pertemuan kedua, pasien mengungkapkan bahwa dirinya merasa lebih tenang dibandingkan sebelumnya. Saat dilakukan pijatan, pasien tidak lagi tampak tegang dan mulai lebih menikmati proses terapi sambil bertanya-tanya terkait ruang operasi dan bagaimana operasi dilakukan. Teknik pijatan yang dilakukan secara bertahap membantu meningkatkan sirkulasi darah dan memberikan efek relaksasi, yang berkontribusi pada penurunan kecemasan. Pada pertemuan terakhir, pasien menunjukkan perubahan yang lebih signifikan. Saat dilakukan pengukuran kembali dengan kuesioner APAIS, skor kecemasan pasien turun menjadi 15, yang berarti pasien hanya mengalami kecemasan sedang. Pasien mengatakan merasa lebih tenang dan lebih siap menghadapi prosedur operasi serta pembiusan. Selain itu, pasien juga melaporkan bahwa teknik *Hand Massage* memberikan efek nyaman dan membantu mengurangi ketegangan fisik serta emosional yang dirasakan sebelumnya.

PEMBAHASAN

Studi kasus ini fokus pada efektivitas terapi *Hand Massage* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pra-operasi. Hasil intervensi menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat kecemasan pasien, yang awalnya berada pada tingkat kecemasan sangat berat (skor 25) menjadi kecemasan sedang (skor 15) menurut kuesioner APAIS (*Preoperative Anxiety and Information Scale*). Penurunan ini mengindikasikan bahwa terapi *Hand Massage* memberikan efek relaksasi yang efektif untuk mengurangi kecemasan pasien sebelum menjalani prosedur operasi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Yanti et al., (2021), yang menemukan perbedaan signifikan dalam tingkat kecemasan sebelum dan setelah terapi *hand massage*, yang berkontribusi pada penurunan kecemasan pada pasien pra-operasi. Penelitian lain oleh Mahalia & Koto (2024) juga mendukung temuan tersebut, menunjukkan bahwa intervensi *Hand Massage*, jika dilakukan dengan prosedur yang tepat, efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum prosedur medis. Data responden dalam penelitian tersebut menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi..

Hand Massage dapat memberikan stimulus yang cepat diteruskan ke otak, sehingga merangsang peningkatan produksi serotonin dan dopamin. Kedua neurotransmitter ini berperan penting dalam mengurangi tingkat kecemasan, menciptakan perasaan lebih tenang, serta meningkatkan relaksasi dan kesejahteraan emosional pasien (Farahani et al., 2020). *Hand Massage* dapat membantu meningkatkan kadar endorfin dalam darah, yang berperan dalam mengurangi stres dan menciptakan perasaan nyaman. Terapi ini juga dapat mendukung kesehatan jantung dengan menghambat penumpukan lemak di sekitarnya, serta membuat tubuh terasa lebih rileks, sehat, dan bugar (Cheng-Hua et al., 2021). Selain itu, Kusmirayanti, (2021) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa terapi *hand massage* efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan responden. Hal ini dikarenakan terapi ini dapat memengaruhi sistem tubuh yang berkaitan dengan kecemasan, salah satunya dengan merangsang pelepasan hormon relaksasi yang membuat pasien merasa lebih tenang dan mengurangi kecemasan. Namun, penelitian ini hanya melibatkan satu kelompok intervensi tanpa adanya kelompok pembandingan, sehingga penelitian lebih lanjut dengan kelompok kontrol diperlukan untuk mengevaluasi efektivitas terapi secara lebih menyeluruh..

Hasil penelitian (Nasihin, 2023) menunjukkan bahwa pemberian intervensi berupa pijat tangan (*hand massage*) terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi. Rata-rata tingkat kecemasan pasien berkurang sebesar 8,2 poin, dari 58,3 sebelum intervensi menjadi 50,1 setelah intervensi dilakukan. Hasil uji statistik juga menunjukkan nilai p sebesar 0,001, yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi, sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat tangan merupakan salah satu metode non-farmakologis yang bermanfaat dalam mengurangi kecemasan pra-operasi. Penelitian yang dilakukan oleh (Aşkan & Bakar, 2023) dalam *Journal of PeriAnesthesia Nursing* mengkaji dampak terapi *hand massage* terhadap kecemasan praoperasi dan parameter hemodinamik pada anak-anak yang hendak menjalani prosedur medis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *hand massage* memiliki efek signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien anak-anak, yang berkontribusi pada persiapan mental yang lebih baik sebelum operasi. Selain itu, terapi ini juga menunjukkan hasil positif dalam perubahan variabel hemodinamik, seperti penurunan frekuensi detak jantung dan tekanan darah yang lebih stabil setelah intervensi. Temuan ini menegaskan bahwa *hand massage* tidak hanya efektif dalam mengurangi kecemasan, tetapi juga berperan dalam meningkatkan keseimbangan fisiologis pasien, yang sangat penting dalam mempersiapkan mereka untuk menjalani prosedur medis.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Rahmi et al., 2023) dalam *Plastic and Aesthetic Nursing* meneliti efek dari terapi *hand massage* terhadap tingkat kecemasan pasien praoperasi yang akan menjalani prosedur bedah plastik. Dalam penelitian ini, terapi *hand massage* diberikan sebagai upaya untuk meredakan kecemasan dan meningkatkan kenyamanan pasien sebelum operasi. Hasilnya menunjukkan bahwa setelah intervensi dilakukan, tingkat kecemasan pasien mengalami penurunan yang signifikan. Ini menandakan bahwa terapi *hand massage* tidak hanya mengurangi kecemasan, tetapi juga membantu pasien untuk merasa lebih tenang dan siap menghadapi prosedur medis yang akan datang. Selain itu, penelitian oleh (Çavdar et al., 2020) menunjukkan bahwa *hand massage* yang diberikan sebelum operasi katarak secara signifikan mampu menurunkan kecemasan dan meningkatkan kenyamanan pasien, yang menegaskan bahwa intervensi sederhana ini dapat diterapkan secara luas dalam berbagai jenis tindakan bedah untuk meningkatkan kualitas layanan keperawatan. Penelitian lebih lanjut oleh (Ajani et al., 2023) juga memperkuat bukti ini, dengan menunjukkan bahwa terapi pijat tangan yang diberikan secara sistematis kepada pasien bedah mampu menurunkan kecemasan secara bermakna, sekaligus meningkatkan kesiapan mental pasien sebelum tindakan medis dilakukan.

Penelitian ini juga menyoroti manfaat tambahan dari terapi *hand massage*, yakni memperkuat hubungan antara pasien dan tenaga medis. Ketika pasien merasa lebih dihargai dan diberi perhatian, hal ini memperbaiki kualitas interaksi dan meningkatkan rasa percaya diri mereka. Selain itu, terapi ini juga mendukung proses pemulihan pascaoperasi dengan menurunkan stres dan meningkatkan relaksasi. Penemuan ini mendukung gagasan bahwa pendekatan non-farmakologis, seperti *hand massage*, adalah metode yang efektif dalam meredakan kecemasan praoperasi, serta memberikan manfaat fisik dan emosional yang besar bagi pasien (Rahmi et al., 2023). Penelitian oleh (Daştan et al., 2024) mengungkapkan bahwa pemberian *hand massage* sebelum operasi katarak berperan signifikan dalam mengurangi kecemasan dan rasa takut pasien terhadap prosedur bedah. Selain manfaat psikologis tersebut, terapi ini juga berpengaruh positif terhadap pengurangan nyeri dan stabilisasi parameter fisiologis, seperti penurunan tekanan darah dan denyut jantung. Hasil ini menegaskan bahwa *hand massage* tidak hanya efektif dalam menenangkan pasien secara emosional, tetapi juga membantu mempersiapkan pasien secara fisik sebelum menjalani prosedur medis, menjadikannya intervensi yang berharga dalam manajemen praoperatif. Selain itu, penelitian oleh (Sözen & Karabulut, 2020) menemukan bahwa kombinasi *hand* dan *foot massage* dapat secara signifikan mengurangi kecemasan dan nyeri pada pasien yang menjalani *laparoscopic cholecystectomy*. Terapi pijat ini terbukti memberikan kenyamanan lebih kepada pasien pascaoperasi, mempercepat pemulihan, dan meningkatkan kualitas hidup setelah prosedur, yang juga memperkuat peran terapi pijat dalam mengelola kecemasan dan nyeri baik praoperasi maupun pascaoperasi.

Namun demikian, dalam penerapan intervensi ini, perlu diperhatikan bahwa keberhasilan penurunan kecemasan tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan pasien. Meskipun pendidikan dapat berkontribusi terhadap pengetahuan umum, penelitian menunjukkan bahwa faktor lain seperti rasa ingin tahu, kepedulian terhadap kondisi diri, dan keterbukaan pasien dalam mencari informasi tentang tindakan operasi justru memiliki pengaruh yang lebih besar. Oleh karena itu, selain memberikan intervensi fisik seperti pijat tangan, tenaga kesehatan juga sebaiknya mendorong pasien untuk lebih aktif dalam mencari informasi dan memahami prosedur medis yang akan dijalani, agar tingkat kecemasan dapat ditekan secara maksimal (Nasihin, 2023). Dalam penelitian oleh (Fibriansari & Mulyantoro, 2023) Pemberian informasi pra-operasi juga terbukti efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan pasien. Penjelasan mengenai prosedur operasi membantu mengurangi stres dan persepsi negatif terhadap

tindakan medis yang akan dilakukan, sehingga pasien menjadi lebih memahami proses yang akan dijalani. Dalam penelitian, beberapa responden menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan aktif mengajukan pertanyaan terkait operasi. Hal ini menunjukkan bahwa proses edukasi kesehatan tidak hanya bersifat satu arah, tetapi juga melibatkan partisipasi aktif dari pasien. Selain itu, penyuluhan pra-bedah juga memberikan manfaat lain, seperti memenuhi kebutuhan informasi pasien mengenai tindakan operasi, meningkatkan rasa aman, kenyamanan psikologis dan fisiologis, serta mendorong keterlibatan pasien dan keluarga dalam proses perawatan. Edukasi ini juga berkontribusi pada peningkatan kepatuhan pasien terhadap instruksi medis yang telah disampaikan.

Dalam pendidikan kesehatan praoperatif, salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah *storytelling*, yang telah terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada anak-anak yang akan menjalani operasi. Penelitian (Wahid Amer et al., 2021) menunjukkan bahwa metode ini membantu anak-anak untuk lebih memahami prosedur medis yang akan mereka jalani. *Storytelling* memberikan gambaran yang lebih konkret dan mengurangi ketakutan mereka dengan cara yang menyenangkan dan tidak menegangkan. Intervensi ini bukan hanya memberikan dukungan emosional, tetapi juga berfungsi sebagai alat pendidikan yang mempersiapkan anak secara psikologis, membuat mereka lebih siap dan tenang saat menghadapi operasi. Pendidikan praoperatif merupakan bagian penting dari intervensi keperawatan yang berperan besar dalam mengurangi kecemasan pasien sebelum tindakan pembedahan. Berdasarkan hasil tinjauan sistematik dan meta-analisis oleh (Ruiz Hernández et al., 2021), berbagai strategi keperawatan seperti edukasi prosedur medis, teknik relaksasi, dan pendekatan psikologis terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan praoperatif. Strategi paling efektif adalah kombinasi informasi medis yang jelas dan pelatihan pengelolaan stres, karena mampu meningkatkan kesiapan mental pasien secara signifikan.

Sejalan dengan itu, studi oleh (Aydal et al., 2023) menegaskan bahwa kunjungan keperawatan sebelum operasi tidak hanya menurunkan tingkat kecemasan pasien, tetapi juga mengurangi intensitas nyeri pascaoperasi. Pasien yang mendapatkan informasi langsung dari perawat merasa lebih tenang, memahami prosedur yang akan dijalani, dan menunjukkan hasil pemulihan yang lebih baik. Dalam konteks ini, intervensi *hand massage* dapat menjadi pelengkap efektif dari edukasi praoperatif, karena selain memberikan efek relaksasi fisik, terapi ini juga membantu menstabilkan respon fisiologis seperti denyut nadi dan tekanan darah. Dengan menggabungkan pendekatan edukatif dan sentuhan terapeutik seperti *hand massage*, intervensi keperawatan menjadi lebih holistik dan mampu mengurangi kecemasan secara lebih menyeluruh, baik dari sisi psikologis maupun fisiologi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari studi kasus ini, dapat disimpulkan bahwa terapi Hand Massage merupakan pendekatan nonfarmakologis yang efektif dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi fraktur. Pengukuran menggunakan kuesioner APAIS (Preoperative Anxiety and Information Scale) menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan, yang awalnya sangat tinggi (skor 25) menjadi tingkat kecemasan sedang (skor 15) setelah diberikan intervensi selama satu hari dengan tiga sesi, masing-masing berdurasi 10 menit. Terapi Hand Massage memberikan efek relaksasi yang meningkatkan produksi hormon seperti serotonin, dopamin, dan endorfin, serta membantu pasien merasa lebih tenang saat menghadapi prosedur operasi dan pembiusan. Oleh karena itu, terapi ini dapat dijadikan alternatif dalam perawatan pendukung untuk mengurangi kecemasan pasien sebelum menjalani prosedur medis. Agar hasil intervensi lebih maksimal, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan, antara lain waktu dan frekuensi pemberian terapi harus konsisten dan cukup, misalnya 2–3 sesi per hari menjelang operasi dengan durasi optimal 10–15 menit, dilakukan dalam lingkungan yang

tenang dan nyaman. Selain itu, penting untuk memperhatikan kenyamanan pasien selama intervensi dan mengombinasikannya dengan komunikasi terapeutik, seperti memberikan penjelasan singkat dan meyakinkan terkait prosedur operasi. Dengan pendekatan yang holistik, efektivitas terapi ini dalam menurunkan kecemasan praoperasi dapat semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajani, A. T., Novera, M., Movitaria, M. A., & Asman, A. (2023). Hand massage therapy against anxiety in surgical patients. *South East Asia Nursing Research*, 5(2), 30–35.
- Aşkan, F., & Bakar, D. L. (2023). The effect of hand massage on preoperative anxiety level and hemodynamic variables in children: a randomized controlled trial. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 38(5), 773–781.
- Aydal, P., Uslu, Y., & Ulus, B. (2023). The effect of preoperative nursing visit on anxiety and pain level of patients after surgery. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 38(1), 96–101.
- Baderiyah, A., Pitoyo, J., & Setyarini, A. (2021). Pengaruh Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Pada Pembedahan Elektif. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 7(2), 116–125.
- Bergh, C., Wennergren, D., Möller, M., & Brisby, H. (2020). Fracture incidence in adults in relation to age and gender: a study of 27,169 fractures in the Swedish Fracture Register in a well-defined catchment area. *PloS One*, 15(12), e0244291.
- Çavdar, A. U., Yılmaz, E., & Baydur, H. (2020). The effect of hand massage before cataract surgery on patient anxiety and comfort: a randomized controlled study. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 35(1), 54–59.
- Cheng-Hua, N. I., Li, W. E. I., Chia-Che, W. U., Chueh-Ho, L. I. N., Pao-Yu, C., Chuang, Y.-H., & Ching-Chiu, K. A. O. (2021). Machine-based hand massage ameliorates preoperative anxiety in patients awaiting ambulatory surgery. *Journal of Nursing Research*, 29(3), e152.
- Daştan, N., Efe, Y. S., & Erkiliç, K. (2024). The Effect of Hand Massage Applied Before Cataract Surgery on Anxiety, Surgical Fear, Pain and Physiological Parameters. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 39(5), 831–838.
- Farahani, M. F., Zamenjani, M. N., Nasiri, M., Shamsikhani, S., Purfarzad, Z., & Harorani, M. (2020). Effects of extremity massage on preoperative anxiety: a three-arm randomized controlled clinical trial on phacoemulsification candidates. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 35(3), 277–282.
- Fibriansari, R. D., & Mulyantoro, A. (2023). Peran Perawat Edukator dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pre-Operasi. *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan (Jurnal Pikes)*, 4(2), 20–27.
- Kusmirayanti, N. W. L. (2021). Pengaruh Pemberian Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Janger RSD Mangusada. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 7(1), 39–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.35974/jsk.v7i1.2452>
- Larasati, N., & Rahayu, D. A. (2023). Pengaruh Hand Massage Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Ners Muda*, 4(3), 287–295.

- Li, Z., Bauer, B., Aaberg, M., Pool, S., Van Rooy, K., Schroeder, D., & Finney, R. (2021). Benefits of hand massage on anxiety in preoperative outpatient: A quasi-experimental study with pre-and post-tests. *Explore*, 17(5), 410–416.
- Mahalia, T., & Koto, Y. (2024). Pengaruh Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Sectio Caesaria Di Rsud Kembangan Tahun 2024. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 1(5), 217–231. <https://doi.org/https://doi.org/10.61722/jinu.v1i5.2526>
- Nasihin, N. (2023). The Effect of Hand Massage on Reducing the Anxiety Level of Pre-Surgery Clients in Tangerang City Regional Public Hospital. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(1), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.33860/jik.v17i1.2025>
- Oktarini, S., & Prima, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Fraktur Pre Operasi. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 10(1), 54–62.
- Palla, A., Sukri, M., & Suwarsi, S. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(1), 45–53.
- Perdana, A., Firdaus, M. F., & Kapuangan, C. K. (2016). Uji validasi konstruksi dan reliabilitas instrumen the amsterdam preoperative anxiety and information scale (APAIS) versi Indonesia. *Maj Anest Dan Crit Care*, 33, 279–286.
- Pratiwi, A. C., Sumaryani, S., & Hernani, E. (2024). Efektivitas Terapi Relaksasi Hand Massage Dalam Mengurangi Kecemasan Pra-Operasi Pada Pasien Kistektomi: Studi Kasus. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(2), 85–94. <https://doi.org/https://doi.org/10.59680/medika.v2i2.1120>
- Rahmi, U., Rahmayati, E., & Andriyani, S. (2023). The Effect of Hand Massage on Anxiety Levels in Preoperative Patients: A Case Study. *Plastic and Aesthetic Nursing*, 43(3), 138–140.
- Ruiz Hernández, C., Gómez-Urquiza, J. L., Pradas-Hernández, L., Vargas Roman, K., Suleiman-Martos, N., Albendín-García, L., & Cañadas-De la Fuente, G. A. (2021). Effectiveness of nursing interventions for preoperative anxiety in adults: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 77(8), 3274–3285.
- Sözen, K. K., & Karabulut, N. (2020). Efficacy of hand and foot massage in anxiety and pain management following laparoscopic cholecystectomy: a controlled randomized study. *Surgical Laparoscopy Endoscopy & Percutaneous Techniques*, 30(2), 111–116.
- Udani, G., Amperaningsih, Y., Rahmayati, E., & Sari, P. K. (2023). Pengaruh Hand Massage Minyak Zaitun Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Laparotomy. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 62–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.514>
- Wahid Amer, H., Mohamed Magdi Fakhreldin Mohamed, H., Abdelazem Osman Ali, S., Ahmed Mohamed Souilm, N., & Elsaid Fathi Zaghamir, D. (2021). Effect of Storytelling on Preoperative Anxiety and Fear among Children Undergoing Surgery. *Egyptian Journal of Health Care*, 12(1), 938–947.
- Yanti, D. A., Silaban, L. S., Purba, S., & Simarmata, J. M. (2021). Pengaruh Hand Massage Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Klien Pre Operasi Di Rumah Sakit Patar Asih

Lubuk Pakam Tahun 2021. Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF), 3(2), 171–179.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35451/jkf.v3i2.606>