

## **PENGARUH *HAND MASSAGE* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN *PRE OPERASI* PADA PEMBEDAHAN ELEKTIF**

Azizatul Baderiyah<sup>1)</sup>, Joko Pitoyo, S.Kp.,M.Kep<sup>2)</sup>,  
dan Anggun Setyarini, S.Kep., Ns., M.Kep<sup>3)</sup>

<sup>1), 2), 3)</sup> Poltekkes Kemenkes Malang  
E - mail: [azizatulbaderiyah22@gmail.com](mailto:azizatulbaderiyah22@gmail.com)

### ***THE EFFECT OF HAND MASSAGE ON ANXIETY LEVELS OF PREOPERATIVE PATIENTS IN ELECTIVE SURGERY***

**Abstract:** *Pre-operative patients feel anxiety can causing problems and can influence the process of the operation and can make delay of surgery. This study was conducted to determine the effect of hand massage on the anxiety level of preoperative patients in elective surgery. This study uses literature review method using the PICOS framework. Then selected using the PRISMA diagram. Journals from the ScienceDirect, Pubmed and Google scholar databases. Assessment of the quality of the 8 articles using JBI Critical Appraisal tools then the journals were analyzed one by one, summaries were made, similarities and differences were sought, researches that supported each other, research that contradicted each other, and then conducted a discussion to draw conclusions. The results of study used Randomized Control Trial design. Preoperative patients who are waiting for surgery, 4 types of surgery, the average number of respondents is 50-100, the average age is 41-66 years, the majority of respondents felt moderate anxiety. The conclusion of the study showed there was an effect of hand massage on the anxiety level of preoperative patients in elective surgery. The level of anxiety in patients who will doing surgery can decrease with support for themselves, one of them is through hand massage.*

**Keywords :** *Hand Massage, Pre Operative Elective, Anxiety*

**Abstrak:** Pasien pre operasi merasakan kecemasan yang dapat berisiko menimbulkan masalah dan dapat mempengaruhi proses operasi berlangsung serta dapat terjadi penundaan operasi. Studi ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh hand massage terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi pada pembedahan elektif. Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan strategi penelitian menggunakan PICOS framework. Kemudian diseleksi menggunakan diagram PRISMA. Jurnal diambil dari database ScienceDirect, Pubmed dan Google scholar. Penilaian kualitas delapan artikel menggunakan JBI Critical Appraisal tools kemudian jurnal dianalisis satu persatu dibuat ringkasan, dicari persamaan dan perbedaannya, penelitian yang saling mendukung, penelitian yang saling bertentangan, dan kemudian dilakukan pembahasan untuk dapat menarik kesimpulan. Hasil penelitian sebagian besar menggunakan desain Randomized Control Trial. Pasien pre operasi yang sedang menunggu dilakukannya operasi, 4 jenis operasi, jumlah responden rata-rata 50-100 individu, usia rata-rata 41-66 tahun, mayoritas responden merasakan kecemasan pre operasi berskala sedang. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh hand massage terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi pada pembedahan elektif. Tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi dapat menurun dengan adanya dukungan yang suportif terhadap dirinya salah satunya adalah melalui hand massage.

**Kata Kunci :** *Hand Massage, Pre-operasi elektif, Kecemasan*

## PENDAHULUAN

Kecemasan adalah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman (Harini, 2013).

Tindakan pembedahan akan mencederai jaringan yang dapat menimbulkan perubahan fisiologis tubuh dan mempengaruhi organ tubuh lainnya (Anggraeni, 2018).

Menurut Trotter, Gallagher and Donoghue dalam (Pefbrianti *et al.*, 2018) menyebutkan bahwa sebanyak 24% hingga 72% pasien yang akan menjalani tindakan PCI mengalami kecemasan. Penelitian lainnya menurut Raharjo Budi (2015) mengatakan bahwa didapatkan juga sekitar 25% hingga 80% pasien mengalami kecemasan sebelum dilakukan pembedahan jantung.

Hughes dalam (Pefbrianti *et al.*, 2018) mengungkapkan kecemasan yang dirasakan sebelum pembedahan juga berpengaruh terhadap keberhasilan dari pembedahan tersebut dan akan dapat berisiko menghasilkan komplikasi post operasi. Kecemasan pada pre operasi dapat meningkatkan kortisol yang dapat menghambat penyembuhan luka operasi. Selain itu Zheng dalam (Abadi *et al.*, 2018) menyebutkan bahwa dengan merangsang sistem saraf simpatik, kecemasan menyebabkan takikardia, peningkatan tekanan darah, pembuluh darah arteri kontraksi, penurunan sirkulasi darah ke luka, dan penurunan tekanan parsial jaringan. Secara fisiologis kecemasan dapat menyebabkan disfungsi otonom dan dapat mempengaruhi respon inflamasi, aktivitas platelet, dan fungsi imunologi. Dengan demikian, kecemasan pada pre operasi apabila tidak segera diatasi akan menimbulkan masalah dan dapat mempengaruhi proses operasi berlangsung,

terjadi penundaan operasi, dan proses perawatan pasca operasi akan lebih lama.

Penanganan kecemasan dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Tindakan farmakologis kecemasan adalah upaya untuk mengurangi atau menghilangkan kecemasan menggunakan obat-obatan farmakologis, contohnya seperti benzodiazepin, buspiron dan lain-lain. Salah satu cara umum untuk mengontrol kecemasan sebelum operasi adalah dengan menggunakan obat penenang, namun obat-obatan tersebut selalu dikaitkan dengan efek samping (Abadi *et al.*, 2018). Disamping itu terdapat tindakan nonfarmakologis, yang mana tindakannya tidak menggunakan obat-obatan farmakologis.

Terapi nonfarmakologis yang di gunakan untuk mengatasi kecemasan diantaranya hipnoterapi, aroma terapi, terapi musik dan termasuk terapi pijat refleksi atau *massage* salah satunya. Pijat refleksi merupakan salah satu intervensi nonfarmakologi yang memiliki banyak manfaat dalam penurunan tingkat kecemasan. Dalam praktik pijat refleksi, pemijatan dapat dilakukan di tangan maupun di kaki. Rangsangan-rangsangan berupa tekanan pada tangan dan kaki dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi ke seluruh tubuh (Wahyuni, 2014). Pada penelitian (Munroe D.J *et al.*, 2013) hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat tangan atau *hand massage* mengurangi kecemasan pasien yang menunggu operasi rawat jalan dan prosedur rawat jalan. Intervensi non farmakologi ini memiliki resiko yang sangat rendah bahkan hampir tidak ada resiko yang akan terjadi pada klien selama diberikan untuk mengatasi kecemasan (Brand *et al.*, 2013)

*Hand massage* atau pijat refleksi pada tangan merupakan salah satu tindakan alternatif dan terapi komplementer seperti

terapi musik, terapi relaksasi, dan sebagainya. *Hand massage* artinya memberikan stimulasi di bawah jaringan kulit dengan memberikan sentuhan dan tekanan yang lembut untuk memberikan rasa nyaman (Ackley *et al.*, 2008). *Hand massage* diberikan untuk menurunkan kecemasan klien pre operasi pada pembedahan elektif. Oh dan Park dalam (Çavdar *et al.*, 2020) mengungkapkan bahwa pijat tangan dapat dianggap sebagai metode pelengkap secara efektif dalam mengurangi kecemasan selama pemberian anestesi lokal. Sedangkan pada penelitian (Arslan *et.al*, 2019) menunjukkan bahwa terapi pijat tangan biasa dan terapi pijat dengan sentuhan terapeutik sama-sama dapat mengurangi kecemasan serta meningkatkan kenyamanan, namun efektifitas efeknya lebih tinggi pada terapi yang diberikan terapeutik dibandingkan dengan hanya menggunakan terapi pijat tangan biasa. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh *hand massage* terhadap tingkat kecemasan pasien *pre* operasi pada pembedahan elektif.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan studi literatur atau *literatur review*.

### Strategi Pencarian Literatur

Strategi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan PICOS *framework*. Pencarian jurnal dilakukan dengan kata kunci '*Hand Massage*' OR '*Hand Reflexology*' OR '*Massage Therapy*' AND '*Pre Oerative*' OR '*Pre Operative Elective*' OR '*Operative elective*' AND '*Anxiety*' OR '*Pre Operative Anxiety*'. Pencarian literatur pada bulan September 2020 dilakukan secara online menggunakan tiga database elektronik meliputi *ScienceDirect*, *Pubmed* dan *Google scholar*. Data yang digunakan dalam penelitian

merupakan data sekunder hasil dari ekstraksi data penelitian-penelitian yang pernah dilakukan. Literatur dari 3 database tersebut ditemukan 8 jurnal internasional melalui pencarian *ScienceDirect*, *Pubmed*, maupun *Google scholar* yang sudah dipilih berdasarkan kriteria inklusi.

### Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

Pencarian literatur didapatkan 826 jurnal yang sesuai dengan topik pengaruh hand massage. Artikel dilakukan indentifikasi duplikasi dan akan dibuang artikel duplikat.

Populasi selain pasien pre operasi, intervensi selain metode hand massage, bahasa selain Bahasa Inggris, tahun publikasi dibawah 2010, dan *study design* dengan *systematic review*, *science review* dan *literatur review* telah dikeluarkan dari studi.

Penilaian kualitas dilakukan pada 8 jurnal menggunakan *The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal*. Studi dapat dimasukkan ke dalam kriteria inklusi jika skor penelitiannya setidaknya 50% memenuhi kriteria *critical apparaisal* dengan titik *cut-of* yang telah disepakati peneliti. Dari kedelapan jurnal memiliki nilai lebih dari 50%.

### Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan cara menggabungkan semua data yang telah memenuhi kriteria inklusi menggunakan teknik secara deskriptif untuk memeberikan gambaran dan terdapat perubahan atau tidak dalam penelitian yang dilakukan terkait dengan hand massage dan tingkat kecemasan pasien pre operasi. Data yang telah terkumpul selanjurnya dicari persamaan dan perbedaanya, penelitian yang saling mendukung, penelitian yang saling bertentangan, dan kemudian dilakukan pembahasan untuk dapat menarik kesimpulan.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Studi

Desain penelitian terhadap variabel tersebut sebagian besar menggunakan *Randomized Control Trial* dengan besar sampel mayoritas diatas 80 responden. Mayoritas studi dilakukan di beberapa negara seperti Iran dengan empat studi (Farmahini Farahani dkk, 2019; Heidari et al, 2017; Mobini-Bidgoli et al, 2017; dan Nazari et al, 2012) , USA dengan dua studi (Li, et al, 2020; Brand et al, 2013), Turki dengan satu studi (Cavdar et al, 2019), dan Cina dengan satu studi (Mei et al, 2015) yaitu sebanyak 8 studi yang secara keseluruhan setiap penelitian

membahas tentang pengaruh *hand massage* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi.

### Karakteristik Responden Studi

Responden dalam penelitian ini adalah ibu dengan *post sectio caesarea* dari berbagai wilayah di Indonesia. Mayoritas responden dalam studi berjumlah diatas 30 responden dengan usia rata-rata 20-35 tahun. Jenis kelamin responden adalah perempuan dengan mayoritas responden merupakan multipara. Mayoritas status pendidikan responden dalam studi adalah SMA dengan mayoritas pekerjaan sebagai ibu rumah tangga.

### Pengaruh *Hand Massage* terhadap Tingkat Kecemasan *Pre Operasi*

Delapan artikel memiliki *p-value* < 0.05 yang berarti terdapat pengaruh *hand massage* terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

**Tabel 1. Pengaruh *Hand Massage* Terhadap Kecemasan Pasien *Pre Operasi***

No.	Penulis	Judul	Nilai p-value ( $\alpha < 0.05$ )	Keterangan
1	Li, et al , (2020)	Benefits of hand massage on anxiety in preoperative out patient	0.001	Signifikan
2	Farmahini Farahani dkk, (2019)	Effects of Extremity Massage on Preoperative Anxiety	0.001.	Signifikan
3	Cavdar, et al, (2019)	The Effect of Hand Massage Before Cataract Surgery on Patient Anxiety and Comfort: A Randomized Controlled Study	0.000	Signifikan
4	Heidari et.al, (2017)	Effect of short-term hand reflexology on anxiety in patients before coronary	0,001	Signifikan
5	Mobini-Bidgoli et.al, (2017)	The Effect of Hand Reflexology on Anxiety in Patients Undergoing Coronary Angiography: A Single-Blind Randomized Controlled Trial	0,0001	Signifikan
6	Mei et.al, (2015)	Effectiveness of Chinese Hand Massage on Anxiety Among Patients Awaiting Coronary Angiography	0.001.	Signifikan
7	Brand et al (2013)	The Effect of Hand Massage on Preoperative Anxiety in Ambulatory Surgery Patients	0.0001	Signifikan
8	Nazari et al, (2012)	Effects of hand massage on anxiety in patients undergoing ophthalmology surgery using local anesthesia	0,01	Signifikan

## PEMBAHASAN

### Identifikasi Tingkat Kecemasan Pasien *Pre Operasi* Setelah dilakukan *Hand Massage*

Berdasarkan hasil penelitian dari 8 literatur yang telah diperoleh didapatkan intensitas kecemasan yang dirasakan oleh responden pre operasi sebelum dilakukan *hand massage* mayoritas berada pada skala sedang sampai berat dengan presentase yang tinggi pada setiap studi. Nilai rata-rata tingkat kecemasan pada pre intervensi juga lebih tinggi dibandingkan dengan post intervensi. Mayoritas studi memiliki penurunan rata-rata

tingkat kecemasan setelah responden dilakukan tindakan *hand massage*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Farmahini Farahani dkk. (2019) dengan judul “*Effects of Extremity Massage on Preoperative Anxiety*” dengan menggunakan alat ukur VAS menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukannya intervensi *hand massage* adalah 3,73. Namun setelah diberikan terapi pijatan pada tangan tingkat kecemasan pasien tersebut turun menjadi 1,80. Hasil penelitian lainnya

yang menggunakan alat VAS juga menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan dari 2,61 turun menjadi 1,31 (Brand et al 2013). Beberapa hasil penelitiannya yang menggunakan alat ukur yang berbeda juga menunjukkan penurunan tingkat kecemasan seperti; 73,96 turun menjadi 39,16 (Cavdar, et al. 2019), 50,48 turun menjadi 50,07 (Heidari et.al. 2017), 57,54 turun menjadi 55,47 (Mobini-Bidgoli et.al 2017), 15,96 turun menjadi 11,78 (Mei et.al. 2015), dan 48,10 turun menjadi 35,18 (Nazari et al 2012)

Menurut Li et al (2020), dalam penelitiannya yang berjudul "*Benefits of hand massage on anxiety in preoperative out patient*" didapatkan hasil tingkat kecemasan pada pasien sesudah dilakukannya terapi *hand massage* rata-rata menilai bahwa pijat tangan mempunyai efek yang cukup baik untuk pasien pre operasi, setelah mendapat pemijatan pada tangan terdapat 78 orang (83,9%) pasien yang merasa lebih rileks, 71 orang (76,3%) pasien merasa lebih tenang, 23 orang (24,7%) pasien merasa senang, 13 orang (14%) pasien merasa mengantuk, 9 orang (9,7%) pasien merasa rasa nyeri yang mereka rasakan berkurang dan 4 orang (4,3%) pasien merasa lebih bertenaga. Berdasarkan hasil analisis, didapatkan bahwa terdapat penurunan skor kecemasan pada kelompok yang diberikan terapi pijat dari skor semula 4,1 menjadi 2,0.

Kecemasan merupakan respon psikologis terhadap penilaian intelektual terhadap sesuatu yang berbahaya (Stuart, 2009). Tingginya angka pasien yang mengalami kecemasan pada penelitian ini dapat dikaitkan dengan faktor-faktor resiko yang dapat menimbulkan kecemasan, Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan pasien mengalami kecemasan yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pengalaman operasi dan penghasilan (Lutfu dan Maliya, 2008). Menurut teori Carpenito yang menyatakan bahwa 90%

pasien pre operasi berpotensi mengalami kecemasan. Pada tingkat kecemasan tersebut pasien merasa takut karena menganggap sesuatu yang mengganggu adalah sebuah ancaman. Pasien akan memfokuskan pada sesuatu yang rinci dan spesifik sehingga persepsi pasien sangat berkurang. Pada tingkat kecemasan berat pasien memperlihatkan respon takut (Videbeck, 2008). Dengan demikian kecemasan pada tahap pre operasi apabila tidak ditangani akan berdampak pada fisik dan emosional, hasil operasi yang tidak sesuai harapan, dan perawatan pasca operasi yang lama. Kecemasan memicu respons stres, merangsang pelepasan epinefrin dan norepinefrin sehingga meningkatkan tekanan darah dan meningkatkan denyut jantung, curah jantung, dan kadar glukosa darah (Yellen dan Davis, 2001).

Penanganan rasa takut atau cemas tersebut dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Namun pemberian terapi farmakologis obat-obatan seringkali dikaitkan dengan efek samping (Abadi et al., 2018). Sehingga disarankan untuk menggunakan tindakan nonfarmakologis, yang mana tindakannya tidak menggunakan obat-obatan farmakologis. Pijat refleksi merupakan salah satu intervensi nonfarmakologi yang memiliki banyak manfaat dalam penurunan tingkat kecemasan. Dalam praktik pijat refleksi, pemijatan dapat dilakukan di tangan maupun di kaki. Rangsangan-rangsangan berupa tekanan pada tangan dan kaki dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi ke seluruh tubuh (Wahyuni, 2014).

Menurut opini peneliti peran perawat sangat penting di segala fase dalam operasi. Penggunaan terapi farmakologis obat-obatan dapat memberikan efek samping dan membahayakan bagi kesehatan pasien sebelum operasi. Dengan demikian sangat dianjurkan menggunakan terapi non farmakologis yang

efektif dan aman untuk mengurangi kecemasan pasien sebelum dilakukannya tindakan operasi, salah satunya dengan menggunakan terapi pijat refleksi yaitu pijat tangan atau lebih dikenal dengan teknik *hand massage*, selain mudah untuk diterapkan juga sebagai salah satu terapi alternatif yang sangat tepat digunakan karena dapat memberikan rasa nyaman dan rileks pada otot tubuh yang akan membuat kecemasan pasien sebelum operasi menjadi berkurang, dengan demikian teknik *hand massage* dapat digunakan sebagai salah satu terapi non farmakologis untuk menangani kecemasan. Didapatkan hasil dari 8 jurnal penelitian yang diperoleh telah membuktikan bahwa teknik *hand massage* dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pre operasi, sehingga bisa direkomendasikan untuk dilakukan di tatanan pelayanan keperawatan.

#### **Analisa Pengaruh *Hand Massage* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi**

Berdasarkan hasil penelitian dalam 8 literatur yang didapatkan tentang *hand massage* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi memiliki *p value* < 0.05 yang berarti *hand massage* efektif dalam menurunkan intensitas kecemasan pada pasien pre operasi. Kecemasan dapat ditemukan pada berbagai macam jenis operasi diantaranya operasi jantung (Mei, 2015; Heidari, 2017 & Mobini-Bidgoli, 2017), operasi mata (Farmahini Farahani, 2019; Nazari, 2012 & Cavdar, 2020) dan operasi rawat jalan (Brand, 2013 & Li, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Mei et.al. (2015), Mobini-Bidgoli et.al (2017) dan Heidari et.al. (2017), keduanya berfokus pada responden dengan kondisi pre-operasi Angiografi Koroner. Mei et.al. (2015), menyebutkan bahwa ada pengaruh pijat tangan ala china terhadap penurunan tingkat kecemasan tanpa efek samping, hal ini dibuktikan dengan hasil uji analisis menggunakan *paired sample t-test* dimana

didapatkan hasil *p value* 0.001 atau < 0,05. Mekanisme pijat tangan ala cina yang diberikan dengan durasi 5 menit secara langsung meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, mengurangi aktivitas saraf simpatis, mengurangi sekresi epinefrin dan norepinefrin. Sementara itu, Heidari et.al. (2017) menyatakan bahwa terdapat penurunan signifikan kecemasan tanpa efek lain merugikan setelah dilakukan pijat tangan atau *hand massage* dengan menggunakan air hangat dan minyak wijen selama 4-6 menit. Mobini-Bidgoli (2017) juga menyatakan bahwa pijat refleksi tangan secara sederhana dapat menurunkan tingkat kecemasan, namun tingkat kecemasan pada kelompok pijat refleksi tangan berkurang enam kali lebih banyak dibandingkan dengan kelompok pijat tangan sederhana.

Selain pada operasi jantung, penurunan kecemasan juga dilaporkan pada beberapa tiga penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nazari et al (2012), Farmahini Farahani dkk (2019) dan Cavdar, et al. (2019) yang berfokus pada responden pre-operasi mata, didapatkan bahwa terdapat penurunan signifikan kecemasan setelah dilakukan pijat tangan atau *hand massage*. Berdasarkan uji analisis *paired t-test* didapatkan hasil *P value* <0,05. Farmahini Farahani (2019) menyatakan bahwa pijat tangan (*hand massage*) yang diberikan dengan durasi 5-10 menit efektif dalam mengurangi kecemasan pre operasi pada pasien yang menunggu operasi katarak dibandingkan dengan menggunakan *placebo massage*. Cavdar, et al. (2019) juga menyatakan *hand massage* pada penelitian ini diberikan pijatan selama 10 menit dengan *baby oil* menggunakan gerakan menepuk, menguleni, meregangkangkan tubuh, dan memutar. Hal ini juga didukung oleh Nazari et al (2012) yang menyampaikan bahwa pijat tangan selama 5 menit sebelum operasi oftalmologi (dengan anestesi lokal) dapat mengurangi kecemasan,

sehingga metode ini dapat digunakan untuk meningkatkan kenyamanan pasien dan mengurangi kecemasan sebelum intervensi pembedahan.

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Brand et al (2013) dan Li et.al. (2020) keduanya menyebutkan bahwa terdapat penurunan signifikan kecemasan setelah dilakukan pijat tangan saat pasien menunggu prosedur operasi rawat jalan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Brand et al (2013), responden diberikan *hand massage* dengan durasi 5 menit, metode pemijatan yang diberikan cukup bervariasi, diantaranya adalah; teknik hipertensi, teknik goncang, petrissage, teknik menggosok dan teknik meremas. Sementara itu, Li et.al. (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa seluruh responden diberikan terapi pijatan tangan selama 15 menit kemudian didapatkan hasil penurunan tingkat kecemasan, tingkat pernapasan yang lebih normal dan tingkat kepuasan yang lebih tinggi dengan pengalaman klinis responden secara keseluruhan.

Dalam seluruh literatur didapatkan bahwa tingkat kecemasan pasien mengalami penurunan setelah diberikan intervensi *hand massage*, namun menurut Band (2013) responden cenderung mengalami peningkatan saat satu jam setelah istirahat dibandingkan dengan setengah jam sebelum dan saat pasien mendekati waktu operasi. Oleh karena itu tindakan pijat tangan atau *hand massage* untuk mengurangi kecemasan pasien harus dilakukan sedekat mungkin dengan waktu operasi. Kecemasan berkurang dari tingkat sedang sebelum pengukuran ke tingkat rendah setelah pengukuran pada kelompok pijat tangan. Sejalan dengan temuan oleh Kim et al menunjukkan bahwa kecemasan secara signifikan lebih rendah pada pasien yang telah menerima terapi pijat tangan yang diterapkan di ruang operasi 5 menit sebelum operasi

katarak dibandingkan pada mereka yang tidak menerima intervensi.

Durasi pemberian terapi pijat tangan dari hasil literatur yang didapatkan cukup bervariasi mulai 4-15 menit, namun rata-rata waktu yang diberikan berkisar antara 5-10 menit. Terkait dengan metode *hand massage* yang diberikan cenderung bervariasi. Dari 8 jurnal yang diperoleh, sebelum melakukan *hand massage* perawat melakukan proses penghangatan pada tangan mereka baik dengan merendam tangan di air hangat ataupun dengan cara saling menggosokkan kedua telapak tangan. Kemudian pada proses *hand massage* menggunakan oil baik *baby oil* ataupun minyak. Selain dilakukan ditangan *hand massage* juga dilakukan di kaki seperti yang tertera pada jurnal Farmahini Farahani dkk (2019). Kemudian *hand massage* dilakukan dengan memperhatikan titik akupunktur ataupun titik refleksi sehingga ketika memijat akan terhubung dengan saraf organ tertentu sesuai dengan titik pemijatan. Dan didapatkan bahwa *hand massage* dilakukan pada bagian utama yaitu ibu jari, jari – jari, serta punggung tangan. Beberapa *hand massage* dilakukan berulang – ulang dalam waktu yang singkat.

Berdasarkan hal ini, peneliti memiliki opini bahwa tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi dapat menurun dengan adanya dukungan yang suportif terhadap dirinya salah satunya adalah melalui *hand massage*, dimana perawat dapat memberikan rasa empatinya secara langsung melalui pijatan dan memberikan dukungan pada pasien sehingga pasien tidak merasa sendiri dan cemas. Hal ini dibuktikan dengan tidak adanya metode *hand massage* khusus yang dapat menurunkan tingkat kecemasan, disamping itu tidak ada juga durasi tertentu yang dapat mempengaruhi penurunan tingkat kecemasan pasien.



## PENUTUP

Didapatkan bahwa delapan studi membuktikan tingkat kecemasan pasien pre operasi berkurang sesudah diberikan *hand massage*. Delapan studi membuktikan adanya pengaruh *hand massage* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dibuktikan dengan semua studi yang mempunyai nilai *p value* < 0,05. Serta tidak ditemukannya metode *hand massage* atau teknik khusus yang dapat menurunkan tingkat kecemasan. Terdapat beberapa variasi atau teknik *hand massage* yang terbukti dapat menurunkan kecemasan antara lain pijat refleksi, pijat biasa, dan sebagainya. Durasi pelaksanaan *hand massage* untuk menurunkan kecemasan berada pada kisaran waktu yang terpendek 4 menit dan terlama 15 menit. Dari data dapat disimpulkan bahwa intervensi *hand massage* dapat digunakan sebagai alternatif yang efektif untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, F., Abadi, F., Fereidouni, Z., Amirkhani, M., Karimi, S., & Najafi Kalyani, M. (2018). Effect of Acupressure on Preoperative Cesarean Section Anxiety. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 11(6), 361–366. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2018.07.001>
- Ackley, B.J & Ladwig, G.B. 2008. *Nursing Diagnosis Handbook: an Evidence Based Guide to Planning Care*. 9th edition. St.louis, Missouri: Mosby Elsevier.
- Adiguna, P., & Maheera. (2016). *Titik-Titik Ajaib Penunpas Penyakit* (Cet.VI). Yogyakarta: Genius Publisher.
- Anggraeni, R. (2018). Pengaruh Penyuluhan Manfaat Mobilisasi Dini Terhadap Pelaksanaan Mobilisasi Dini Pada Pasien Pasca Pembedahan Laparatomi. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 10(2), 1–15.
- Arifa, S., & Trise, I. N. (2012). Pengaruh Pemberian Informasi Persiapan Op Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasn Pasien Pre Op. *Jurnal Kebidanan*, IV(01), 40–49. Retrieved from <https://r.search.yahoo.com>
- Arikunto, S. 2006. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. Asmadi. 2008.
- Azizah, M. L., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa: Teori dan Aplikasi Praktik Klinik*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka.
- Barbara & Kevin Kunz. (2012) *Pijar Refleksi Sehat lewat pijatan jari*. Penerbit PT Grafika Multi Warna
- Barbara, Kenz K. 2012. *Reflexiology Health at Your Finger*. London: Dorling Kindersley Limited.
- Brand, L. R., Munroe, D. J., & Gavin, J. (2013). *The Effect of Hand Massage on Preoperative Anxiety in Ambulatory Surgery Patients*. *AORN Journal*, 97(6), 708–717. <https://doi.org/10.1016/j.aorn.2013.04.003>
- Brunner and Suddarth. 2010. *Text Book of Medical Surgical Nursing 12th Edition*. Jakarta: EGC.
- Budikasi, F. (2015). Hubungan Pemberian Informed Consent Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Kategori Status Fisik I-Ii Emergency American. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 1–8. Retrieved from <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/9595>
- Cavdar, A. U., Yilmaz., E., & Baydur, H. (2019). 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. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2019.06.012>

- Dadang Hawari. 2006. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: FKUI. Dinas Kesehatan. 2014. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2014*. Dinas Kesehatan Jawa Timur.
- Farmahini Farahani, Moloud, Masoomeh Noruzi Zamenjani, Morteza Nasiri, Soheila Shamsikhani, Zahra Purfarzad, and Mehdi Harorani. 2019. "Effects of Extremity Massage on Preoperative Anxiety: A Three-Arm Randomized Controlled Clinical Trial on Phacoemulsification Candidates." *Journal of Perianesthesia Nursing* 35 (3): 277–82. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2019.10.010>.
- Gay, L. R., and P. L. Diehl. 2014. *Research Methods For Business and Management*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hadibroto dan Alam, 2006. *Seluk Beluk Pengobatan Alternatif dan Komplementer*. Jakarta Barat: PT Buana Ilmu Populer.
- Harini Novita. (2013). Terapi Warna Untuk Mengurangi Kecemasan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*,84(02), 487–492. <http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933>
- Heidari, Fatemeh, Nahid Rejeh, Majideh Heravi-Karimooi, Seyed Davood Tadrissi, and Mojtaba Vaismoradi. 2017. "Effect of Short-Term Hand Reflexology on Anxiety in Patients before Coronary Angiography: A Randomized Placebo Controlled Trial." *European Journal of Integrative Medicine* 16 (September): 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2017.09.010>.
- JB. (2017). Checklist for Systematic Reviews and Research Syntheses. The Joanna Briggs Institute. [https://joannabriggs.org/sites/default/files/2019-05/JBI\\_Critical\\_AppraisalChecklist\\_for\\_Systematic\\_Reviews2017\\_0.pdf](https://joannabriggs.org/sites/default/files/2019-05/JBI_Critical_AppraisalChecklist_for_Systematic_Reviews2017_0.pdf).
- Kim Ms, Cho KS, woo HM, Kim JH. (2001). "Effects of hand massage on anxiety in cataract surgery using local anesthesia." *J.Cataract Refract Surgery*.
- Li, Z., Bauer, B., Aaberg, M., Pool, S., Van Rooy, K., Schroeder, D., & Finney, R. (2020). Benefits of hand massage on anxiety in preoperative outpatient: A quasi-experimental study with pre- and post-tests. *Explore*, 000. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2020.08.016>.
- Long C. Barbara. 1996. *Keperawatan Medikal Bedah; Suatu Pendekatan Proses Keperawatan*. Bandung: Yayasan Ikatan Alumni Keperawatan Bandung.
- Lutfu, U., Maliya, A. (2008). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam tindakan kemoterapi di rumah sakit Dr. Moewardi Surakarta*. (Skripsi thesis Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008). Diperoleh dari [eprints.ums.ac.id](http://eprints.ums.ac.id).
- Majid, A., dkk. (2011). *Keperawatan Perioperatif*. Yogyakarta: Gosyen Publisng. Mei, Lijuan, Xing Miao, Haiying Chen, Xiufang Huang, and Guohua Zheng. 2015.
- Mobini-Bidgoli, Maryam, Mohsen Taghadosi, Hamidreza Gilasi, and Alireza Farokhian. 2017. "The Effect of Hand Reflexology on Anxiety in Patients Undergoing Coronary Angiography: A Single-Blind Randomized Controlled Trial." *Complementary Therapies in Clinical Practice* 27: 31–36. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2017.01.002>.
- Muttaqin, A., & Sari, K. (2013). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nazari, Roghieh, Roghieh Ahmadzadeh, Saeid Mohammadi, and Jafar Rafiei Kiasari. 2012. "Effects of Hand Massage on Anxiety in Patients Undergoing Ophthalmology Surgery Using Local Anesthesia." *Journal of Caring Sciences* 1 (3): 129–34. <https://doi.org/10.5681/jcs.2012.019>.