



EFEKTIFITAS TERAPI FINGER HOLD TERHADAP KECEMASAN PRE OPERASI SECTIO CAESAREA

Nonik Nazlica Aryanto¹, Okti Sri Purwanti^{2*}

¹Program Studi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Surakarta Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah 57162, Indonesia

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah 57162, Indonesia

*okti.purwanti@ums.ac.id

ABSTRAK

Tindakan operasi seperti sectio caesarea merupakan salah satu bentuk intervensi medis terencana yang biasanya berlangsung lama, memerlukan pengendalian pernafasan, sehingga sangat beresiko terhadap keselamatan jiwa seseorang dan dapat menyebabkan pasien mengalami kecemasan. Salah satu cara untuk menangani kecemasan menjelang operasi dengan terapi finger hold. terapi finger hold dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik terapi finger hold terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea. Metode yang digunakan adalah case report dengan desain pre post test pada 5 pasien. Pasien dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari di ruang tunggu pasien Rumah Sakit Indriati Solo Baru. Pengumpulan data diperoleh dari lembar observasi HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan pemberian teknik terapi finger hold, sebagian besar dengan tingkat kecemasan ringan dan sedang dan setelah perlakuan sebagian besar pasien dengan tingkat kecemasan ringan data dianalisis menggunakan uji t test dan diinterpretasikan sehingga didapatkan hasil tersebut. Hasil uji membuktikan ada pengaruh signifikan pengaruh teknik terapi finger hold terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi Sectio Caesarea.

Kata kunci: kecemasan; sectio caesarea; terapi finger hold

EFFECTIVENESS OF FINGER HOLD THERAPY ON ANXIETY PRE-OPERATIVE CAESAREA SECTIO

ABSTRACT

Surgery such as sectio caesarea is a form of planned medical intervention that usually lasts a long time, requires respiratory control, so it is very risky for one's life safety and can cause patients to experience anxiety. One way to deal with anxiety before surgery with finger hold therapy. finger hold therapy can control and restore emotions that will make the body relax. This study aims to determine the effect of finger hold therapy techniques on reducing anxiety in preoperative sectio caesarea patients. The method used is a case report with a pre post test design on 5 patients. Patients were intervened with finger hold relaxation techniques in the patient waiting room of Indriati Solo Baru Hospital. Data collection was obtained from the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) observation sheet. In the treatment group before giving the finger hold therapy technique, most of the patients with mild and moderate anxiety levels and after treatment most patients with mild anxiety levels The data was analyzed using the t test and interpreted to obtain these results. The test results prove that there is a significant effect of finger hold therapy technique on reducing anxiety in preoperative Sectio Caesarea patients.

Keywords: anxiety; finger hold therapy; sectio caesarea

PENDAHULUAN

Sectio caesarea (SC) merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan dimana irisan dilakukan diperut ibu (laparatomi) dan rahim (histerotomi) untuk mengeluarkan bayi (Silviani et al., 2021). Melahirkan secara SC menguras lebih banyak kemampuan tubuh dan

pemulihannya lebih sulit dibandingkan jika melahirkan secara normal (Y. K. Sari et al., 2024). Setelah menjalani operasi SC, selain rasa sakit dari insisi abdominal dan efek samping anestesi, akan dirasakan banyak ketidaknyamanan (Wang et al., 2022). Tindakan operasi seperti sectio caesarea merupakan salah satu bentuk intervensi medis terencana yang biasanya berlangsung lama (Solichatin & Sari, 2023). Tindakan SC memerlukan pengendalian pernafasan, sehingga sangat beresiko terhadap keselamatan jiwa seseorang dan dapat menyebabkan pasien mengalami kecemasan (N. Sari & Norhapifah, 2022). Kecemasan pada pasien pre operasi dapat menyebabkan tindakan operasi tertunda, lamanya pemulihan, peningkatan rasa sakit pasca operasi, mengurangi kekebalan terhadap infeksi, peningkatan penggunaan analgesic setelah operasi, dan bertambahnya waktu untuk rawat inap (Larasati & Hidayati, 2022). Pasien yang mengalami kecemasan sebelum dilakukan operasi sekitar 75%-85% (Lestari, I., & Marsia, 2021). Kecemasan dapat dikurangi dengan cara farmakologi dan non farmakologi (Anggraini & Purwanti, 2024). Salah satu cara mengurangi kecemasan non farmakologi yaitu dengan teknik relaksasi genggam jari (finger hold) (Herlina & Nining Sriningsih, 2023). Finger hold (genggam jari) adalah sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh kita (Musa et al., 2020).

Menggenggam jari disertai dengan menarik nafas dalam-dalam dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik masuk dan keluarnya energi pada meridian (saluran energi) yang berhubungan dengan organ-organ di dalam tubuh yang terletak pada jari tangan (Indriyanti et al., 2022). Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari (Norma et al., 2020). Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju otak kemudian diproses dengan cepat dan diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar (Evrianasari & Yosaria, 2019). Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Sofiyah tahun 2021 Tentang Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri didapatkan hasil bahwa teknik relaksasi genggam jari sangat efektif dalam penurunan skala nyeri. Hasil yang sama juga didapatkan oleh Lasati dalam penelitiannya pada tahun 2018 dimana teknik relaksasi genggam jari ini berpengaruh secara signifikan pada penurunan nyeri ibu post op sectio caesarea. Dari penjelasan diatas penulis ingin mengetahui apakah ada efektifitas finger hold terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea di Rumah Sakit Indriati Solo Baru.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif Pre-Experimental Design dengan One Group Pretest-Posttest. Penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek yang dilakukan pengukuran tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari terhadap dan kemudian dilakukan kembali pengukuran tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari. Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Instalasi Bedah Sentral RS Indriati Solo Baru pada tanggal 22 Januari- 17 Februari 2023 dengan jumlah populasi sebanyak 9 orang, dengan sampel sebanyak 5 responden. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Analisa data pada penelitian ini adalah Independent paired sample t-test dan Paired sample t-test. Penelitian ini mendapatkan data pasien menggunakan metode wawancara, observasi, studi dokumentasi dan studi kepustakaan. Penelitian yang digunakan pada wawancara yaitu penelitian sendiri dengan alat bantu pedoman pengkajian dan strategi pelaksanaan (SP). Sedangkan instrument yang lain dengan menggunakan lembar pemeriksaan fisik, lembar pemantauan dan dokumentasi asuhan keperawatan. Dari keseluruhan

data yang didapatkan dilakukan analisis karakteristik responden yang terdiri dari nama, usia dan kehamilan. Untuk data kuesioner dilakukan skoring dari hasil kuesioner yang diisi oleh pasien yang terdiri dari kuesioner pre dan post test. Hasil kuesioner dianalisis menggunakan uji statistic t-test untuk mengetahui efektifitas terapi yang diberikan. Hasil uji statistic di interpretasikan melalui tabel dan narasi

HASIL

Hasil diketik dengan huruf besar [*font Times New Roman 12 bold*]. Hasil penelitian disajikan dengan lengkap dan sesuai ruang lingkup penelitian. Hasil penelitian dapat dilengkapi dengan tabel, grafik (gambar), dan/atau bagan. Tabel dan gambar diberi nomor dan judul. Hasil analisis data dimaknai dengan benar. [*Times New Roman, 11, normal, spasi tunggal*]

Karakteristik Responden

Tabel 1.
 Karakteristik Responden

No	Nama pasien	Usia	Kehamilan
	Ny.G	32 tahun	G1P0A0
	Ny.M	25 tahun	G1P0A0
	Ny.A	40 tahun	G2P1A0
	Ny.U	18 tahun	G1P0A0
	Ny.K	57 tahun	G2P0A0

Dari tabel 1 diatas didapatkan temuan klinis pasien terdiri dari 5 responden dengan rata rata usia dari 18-57 tahun dengan kehamilan G1P0A0 dan G2P1A0 dengan tidak ada riwayat sectio caesarea sebelumnya, dan merupakan operasi sectio caesarea yang dilakukan pertama kali.

Hasil perbandingan data kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*)

Tabel 2.
 Hasil perbandingan sebelum dan sesudah intervensi *finger hold*

NO.	Nama Pasien	HASIL	
		PRE TEST	POST TEST
1.	Ny.G	16 kecemasan ringan	14 kecemasan ringan
2.	Ny.M	27 kecemasan sedang	22 kecemasan sedang
3.	Ny.A	18 kecemasan ringan	14 : kecemasan ringan
4.	Ny.U	27 kecemasan sedang	20 kecemasan ringan
5.	Ny.K	20 kecemasan ringan	16 kecemasan ringan

Pasien sebanyak 5 orang diatas diberikan intervensi berupa *finger hold* dengan durasi selama $\pm 15-30$ menit. Hasil intervensi diukur dengan melihat perbandingan data hemodinamik berupa hasil kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) didapatkan hasil berupa setelah dilakukan intervensi *finger hold* adanya penurunan kecemasan di angka 14-20 dengan hasil kecemasan ringan, sedangkan ada satu responden yang masih berada di angka 22 dengan kecemasan sedang.

Tabel 3.
 Uji T

Kelompok	Sig. (2 - tailed)
<i>Pretest</i>	0.006
<i>Post Test</i>	

Hasil uji T dengan nilai p sebesar 0.006 menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan dalam tingkat kecemasan pasien yang menerima terapi *Finger Hold*. Dalam statistik, nilai p yang kurang

dari 0.05 biasanya dianggap menunjukkan hasil yang signifikan, yang berarti terapi ini secara efektif mengurangi kecemasan. Dengan demikian, penggunaan terapi Finger Hold dapat dianggap sebagai pendekatan yang efektif untuk mengurangi kecemasan pasien sebelum sectio caesarea, membantu mereka merasa lebih tenang, dan siap menghadapi prosedur yang akan datang.

PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Sebelum Perlakuan (Pre Test), hasil penelitian menunjukkan baik kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol dengan tingkat kecemasan yang sama, yaitu rata-rata mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 2 responden dan kecemasan ringan sebanyak 3 responden, dengan skor hasil kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) antara skor 16-27. Setelah dilakukan terapi finger hold tingkat kecemasan berada di kecemasan ringan dan sedang dengan skor hasil kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) di angka 14-22. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani (2020) yang mengemukakan bahwa sebagian besar responden yang akan dilakukan pembedahan mengalami kecemasan ringan yaitu 52,5% dan 47,5% mengalami kecemasan sedang. Munculnya kecemasan menjelang operasi Sectio Caesarea adalah hal yang wajar. Hal ini sesuai dengan penjelasan Potter dan Perry (2019) bahwa respon psikologi yang biasanya terjadi pada pasien pre operasi yaitu kecemasan. Tindakan operasi sectio caesarea berpotensi menimbulkan kecemasan. Disamping pasien memikirkan kondisi dirinya sendiri, mereka akan memikirkan tentang kondisi bayinya, sehingga hal ini dapat mempengaruhi kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea (Harismayanti, 2023), Kecemasan yang terjadi dihubungkan dengan rasa nyeri, kemungkinan cacat, menjadi bergantung dengan orang lain dan mungkin kematian (Harahap et al., 2024). Tindakan pembedahan merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua pasien (Mufida & Sulastri, 2022). Berbagai kemungkinan buruk bisa saja terjadi yang bisa membahayakan bagi pasien (Abdullah et al., 2021).

Tingkat kecemasan seseorang berbeda-beda meskipun menghadapi permasalahan yang sama, tetapi kecemasan tersebut ada beberapa tingkatan atau level yaitu ringan, sedang, berat, dan panik (Nikmathul et al., 2020). Kecemasan terjadi karena individu tidak mampu mengadakan penyesuaian diri terhadap diri sendiri di dalam lingkungan pada umumnya (Mutakamilah et al., 2021). Kecemasan timbul karena manifestasi perpaduan bermacam-macam proses emosi, misalnya orang sedang mengalami frustrasi dan konflik (Mutakamilah et al., 2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi ketika ibu akan menjalani persalinan diantaranya adalah tingkat pengetahuan, dukungan suami, faktor ekonomi dan faktor psikologis (Asnaniar et al., 2023). Pengalaman atau pengetahuan berhubungan dengan perilaku yang didasari oleh pengetahuan dimana seorang ibu mengalami kecemasan dengan tidak mengetahui tentang persalinan dan bagaimana prosesnya (Rosliana, 2021). Kecemasan dapat terjadi pada ibu dengan pengetahuan rendah tentang proses persalinan yang disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh (Okti, 2021).

Kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea harus mendapatkan penatalaksanaan karena berdampak kondisi fisiologis pasien seperti tekanan darah, suhu, pernafasan dan nadi (Emara et al., 2022). Tubuh akan memproduksi hormon kortisol secara berlebihan jika dalam keadaan cemas, yang akan berakibat pada peningkatan tekanan dada, dada sesak dan emosi yang tidak stabil (Muhammad, 2020). Penatalaksanaan untuk kecemasan dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis (Fadlalmola et al., 2023). Salah satu penatalaksanaan non farmakologis untuk mengatasi kecemasan adalah terapi relaksasi genggam jari. Hal ini sesuai dengan pendapat Sururie 2020 yang menyatakan bahwa relaksasi genggam jari bermanfaat untuk mengatasi rasa cemas, gelisah atau stres. Relaksasi genggam jari dapat menurunkan kecemasan pasien pre operasi sectio caesarea. Menggenggam jari dengan menarik nafas akan

mengalirkan energi – energi baru ke dalam tubuh melalui titik – titik meridian, yang akan menghasilkan rangsangan ke otak dan akan dialirkan ke organ – organ tubuh dalam manusia yang mengalami sumbatan energi, dengan hal tersebut maka energi – energi yang terhambat di dalam tubuh manusia akan mengalir lancar dan menghasilkan efek rileks (Leonita, 2022).

Hal ini sesuai dengan penelitian Salsabila (2023) menyebutkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum atau sesudah relaksasi genggam jari. Terdapat 21 pasien sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari yang mengalami kecemasan berat sebanyak 12 pasien (57.1%), kecemasan sedang sebanyak 9 pasien (42.9%). Setelah dilakukan relaksasi genggam jari terdapat 5 pasien (23.8%) mengalami kecemasan ringan, pasien responden (66.7%) mengalami kecemasan sedang dan 2 pasien (9.5%) mengalami kecemasan berat. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh (Y. K. Sari et al., 2024) menyatakan bahwa terdapat pengaruh terapi finger hold terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi section caesarea di Instalasi Bedah Sentral, oleh karena itu peneliti merekomendasikan terapi ini untuk menjadi tambahan referensi yang dapat digunakan dalam penatalaksanaan kecemasan pasien pre operasi SC.

SIMPULAN

Pada kelompok kontrol sebelum (pre test) sebagian besar dengan tingkat kecemasan sedang dan kecemasan ringan dan setelah (post test) sebagian besar dengan tingkat kecemasan ringan dan sedang dengan skor yang lebih kecil dari sebelumnya. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan teknik finger hold terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi Sectio Caesarea. Terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta dan Rumah Sakit Indriati Solo Baru yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi saya dalam melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V. I., Ikraman, R. A., & Harlina, H. (2021). Pengaruh Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 15(1), 17–23. <https://doi.org/10.36082/qjk.v15i1.199>
- Anggraini, B. M., & Purwanti, O. S. (2024). The Relationship Between Body Mass Index and Diabetic Neuropathy in Patients With Diabetes Mellitus at the Regional General Hospital dr. Soehadi Prijonegoro Sragen District. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 6(1), 453. <https://doi.org/10.30829/contagion.v6i1.19460>
- Asnaniar, W., Emin, W., Asfar, A., Samsualam, Sudarman, Taqiyah, Y., Marinda, N., & Kurniawati, M. (2023). Terapi Relaksasi Genggam Jari Untuk Menurunkan Nyeri Post Operasi. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(8), 2816–2822.
- Emara, H., Abel Kader, A., & Ahmed, E. (2022). Effect of Finger Handheld Relaxation Technique on Incisional Pain Intensity among Post Caesarean Women. *Assiut Scientific Nursing Journal*, 10(33), 216–229. <https://doi.org/10.21608/asnj.2023.178908.1464>
- Evrianasari, N., & Yosaria, N. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Postsectio Caesarea. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(1), 86–91. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i1.802>
- Fadlalmola, H. A., Mohammed, A. A., Abedelwahed, H. H., Mohammed, A. A., Taha, A. A. E., Ali, R. A., Abdelrahman, A. M. M., Hazazi, Z. H., Mohamed, A. S., Fatahalrahman,

- M. H., Eltom, A. B., Banaga, A. E., Mohmed, S. A. M., Elshaikh, A. A., Ali, A. M., Elbashir, A. A., Basheer, R. A., Taha, W. H., Ebrahim, E. M., & Ebrahim, E. E. (2023). Efficacy of Massage on Pain Intensity in Post-Cesarean Women: a Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Therapeutic Massage and Bodywork: Research, Education, and Practice*, 16(3), 44–63. <https://doi.org/10.3822/ijtmb.v16i3.861>
- Harahap, F. A. A., Yulandari, M., Asshiddiqi, M. H., & Putri, H. (2024). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rsud Kajen Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang*, 8(1), 7–15.
- Harismayanti, D. T. J. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Op Sectio Caesarea di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo. *Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2963), 1–10.
- Herlina, & Nining Sriningsih. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lemon Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Fase Aktif Lampung Selatan. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 6(1), 100–108. <https://doi.org/10.33369/jvk.v6i1.26924>
- Indriyanti, I., Sariaty, S., & Ferina, F. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 751–761. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.785>
- Larasati, I., & Hidayati, E. (2022). Relaksasi genggam jari pada pasien post operasi. *Ners Muda*, 3(1). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i1.9394>
- Leonita, K. (2022). Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Post Sectio Caesaria Dengan Nyeri Akut Di Rsud Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.
- Lestari, I., & Marsia, S. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi sectio Caesarea di RSUD Pemangkat. *Jurnal Keperawatan*, 3(1), 1–6.
- Mufida, H. A., & Sulastri, S. (2022). The Need For Help Model Can Reduce Anxiety Levels of Losing a Baby in Severe Pre-Eclampsia Pregnant Women. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 15(2), 214–223. <https://doi.org/10.23917/bik.v15i2.17689>
- Muhammad, O. (2020). Efek Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Yang Menjalani Hemodialisa. 16(1), 24–29.
- Musa, A., Movahedi, R., Wang, J. C., Safani, D., Cooke, C., Hussain, S. F., Tajran, J., Hamid, S., & Gucev, G. (2020). Assessing and reducing preoperative anxiety in adult patients: A cross-sectional study of 3661 members of the American Society of Anesthesiologists. *Journal of Clinical Anesthesia*, 65. <https://doi.org/10.1016/j.jclinane.2020.109903>
- Mutakamilah, M., Wijoyo, E. B., Yoyoh, I., Hastuti, H., & Kartini, K. (2021). Pengaruh Terapi Musik terhadap Penurunan Tingkat Stres pada Mahasiswa Selama Proses Penyusunan Tugas Akhir: Literature Review. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(2), 120–132. <https://doi.org/10.23917/bik.v14i2.13670>

- Nikmathul, R., Zakaria, F., & Tilahunga, S. (2020). Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari terhadap Perubahan Skala Nyeri pada post operasi di RSUD Dr.M.M Dunda Limboto. *Jurnal Ilmiah Media Publikasi Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*, Vol.9, 65–76.
- Norma, N., Rasyid, R. A., & Samaran, E. (2020). Pengaruh Tekhnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendisitis Di Rsud Kabupaten Sorong Dan Rsud Sele Be Solu Kota Sorong. *Nursing Arts*, 13(2), 76–86. <https://doi.org/10.36741/jna.v13i2.100>
- Okti, N. (2021). Gambaran Kecemasan Perawat Dalam Pencegahan Dan Penanganan Covid-19. *Repository Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 4.
- Roslina, F. (2021). PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGGAM JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI SECTIO CAESAREA. *Block Caving – A Viable Alternative?*, 21(1), 1–9.
- Sari, N., & Norhapifah, H. (2022). Pengaruh Terapi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Preoperasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(7), 2548–1398.
- Sari, Y. K., Husna, N., & Nelli, S. (2024). Pengaruh Terapi Finger Hold Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Instalasi Bedah Sentral. *Menara Ilmu*, 18(2), 58–64. <https://doi.org/10.31869/mi.v18i2.5314>
- Silviani, Y. E., Maiseptyasari, R., Fahriani, M., & Putri, S. D. (2021). the Effect of Finger-Grip Relaxation Technique on Reducing Anxiety in Preoperative Caesarean Sectio Patients in the Midwifery Room of Kepahiang Regional Hospital. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(4), 406–416. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i4.2021.406-416>
- Solichatin, & Sari, I. (2023). Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Inpartu Kala I Fase Aktif. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian*, 5, 263–271.
- Wang, R., Huang, X., Wang, Y., & Akbari, M. (2022). Non-pharmacologic Approaches in Preoperative Anxiety, a Comprehensive Review. *Frontiers in Public Health*, 10(April). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.854673>.

