

Penerapan *Hand Massage* untuk Menurunkan Kecemasan Pre *Sectio Caesarea* (SC) Menggunakan Spinal Anestesi di RSUD Ajibarang

Gina Sri Rahayu*¹, Dwi Novitasari², Madyo Maryoto³, Awal Tunis Yantoro⁴

^{1,2,4}Program Studi Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

³Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

*e-mail: ginasrirahayuoke@gmail.com¹

Abstrak

Sectio caesarea merupakan prosedur persalinan dengan membuat sayatan pada dinding rahim melalui dinding perut. Kecemasan pre operasi pada pasien *sectio caesarea* memberikan dampak negatif bagi pasien yang memengaruhi kualitas hidup sehingga dapat mengakibatkan perubahan tekanan darah, frekuensi jantung, peningkatan hormon adrenalin, aktivitas sebacea, HCL lambung dan lamanya pemulihan pasca operasi. *Hand Massage* merupakan intervensi non farmakologi yang efektif untuk mengurangi tingkat kecemasan. Tujuan PkM menerapkan pijat tangan/*hand massage* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Metode adalah *hand massage* pada 30 ibu hamil dengan kecemasan yang diukur menggunakan APAIS. *Hand massage* dilakukan dalam 10 menit dengan 2x intervensi. Hasil PkM menunjukkan sebelum penerapan tingkat kecemasan terbanyak berada pada kategori cemas sedang berjumlah 22 peserta (73,3%) dan setelah penerapan tingkat kecemasan terbanyak berada pada kategori cemas ringan 25 peserta (83,3%). Kesimpulan terdapat penurunan rata-rata kecemasan sebelum penerapan *hand massage* 14,77, dan pasca *hand massage* sebesar 9,67 dengan penurunan 5,1. *Hand massage* dapat diaplikasikan pada pasien pre operasi *sectio caesarea* yang mengalami kecemasan.

Kata Kunci: APAIS, *Hand Massage*, Kecemasan, *Sectio Caesarea*

Abstract

Sectio caesarea is a delivery procedure by making an incision in the uterine wall through the abdominal wall. Preoperative anxiety in *sectio caesarea* patients has a negative impact on patients who affect quality of life so that it can result in changes in blood pressure, heart frequency, increased adrenaline hormones, sebaceous activity, gastric HCL and the length of postoperative recovery. *Hand massage* is an effective non-pharmacological intervention to reduce anxiety levels. The purpose of PkM is to apply *hand massage* to reduce anxiety levels in preoperative patients. The method was *hand massage* on 30 pregnant women with anxiety measured using APAIS. *Hand massage* was done in 10 minutes with 2x interventions. The results showed that before the application of the most anxiety levels were in the moderate anxiety category totaling 22 participants (73.3%) and after the application of the most anxiety levels were in the mild anxiety category 25 participants (83.3%). The conclusion is that there is a decrease in average anxiety before the application of *hand massage* 14.77, and after *hand massage* of 9.67 with a decrease of 5.1. *Hand massage* can be applied to preoperative *sectio caesarea* patients who experience anxiety.

Keywords: APAIS, Anxiety, *Hand Massage*, *Sectio Caesarea*

1. PENDAHULUAN

Sectio caesarea merupakan operasi yang bertujuan untuk membantu persalinan dengan sayatan abdomen dan uterus untuk melahirkan bayi. Prosedur ini efisien untuk menangani persalinan tidak normal dan dapat dilakukan secara elektif ataupun gawat sesuai dengan indikasi medis (Sugito et al., 2023). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, angka kelahiran secara global saat ini mencapai 21% dan diperkirakan akan meningkat 29% pada tahun 2030 (WHO, 2023). Berdasarkan data dari Riskesdes 2023 di Indonesia menunjukkan bahwa angka kelahiran *caesar* mencapai 17,6 di urutan paling tinggi 31,1% dan paling rendah 6,7% di papua. Provinsi Jawa tengah menempati urutan ketiga di pulau Jawa dengan angka *caesar* 17,1% (Kemenkes, 2023).

Pasien *sectio caesarea* yang akan menjalani operasi pasti memiliki kecemasan dan ketakutan sebelum di operasi, ketakutan ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu penyulit operasi dan koping pasien, serta riwayat operasi sebelumnya (Black & Hawks, 2022). Tindakan *sectio caesarea* secara psikologis berpengaruh pada rasa cemas yang berlebihan, sehingga kecemasan pada pasien akan menyebabkan tekanan darah dan frekuensi jantung (nadi) meningkat, peningkatan hormon adrenalin, kelenjar sebacea dan HCL lambung (Sugito et al., 2023). Efek negatif dari kecemasan pre operasi dapat memengaruhi pemulihan dan pengalaman pasien secara menyeluruh seperti meningkatnya rasa sakit setelah operasi dan risiko komplikasi yang lebih tinggi. Kecemasan sebelum operasi dapat mengganggu kesejahteraan fisik dan emosional pasien, terdapat beberapa kasus tingkat kecemasan yang tinggi sebelum operasi dapat menghambat proses pemulihan pasca operasi dan bahkan mempengaruhi hasil jangka Panjang dari tindakan operasi (Widyasworo et al., 2024). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya pada pasien *sectio caesarea* terkait tingkat kecemasannya, menunjukkan bahwa tingkat kecemasan diakibatkan oleh beberapa faktor yakni, umur, pekerjaan, dan tingkat pendidikan (Kristanti & Faidah, 2022).

Kecemasan dapat dikurangi dengan berbagai cara, secara umum terbagi dalam dua kategori yaitu terapi menggunakan obat-obatan dan terapi non obat-obatan. Salah satu terapi yang bisa di terapkan untuk mengatasi kecemasan pre operasi yaitu pijat relaksasi khususnya pijat tangan atau disebut juga dengan *hand massage* (Meihartati et al., 2018). Pijat tangan atau *hand massage* adalah teknik pengobatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan dan sentuhan lembut pada lapisan di bawah kulit tangan. Tangan merupakan organ vital pada tubuh manusia yang terdiri dari struktur tulang, otot, saraf, pembuluh darah, jaringan, dan kulit. Dapat diketahui dalam ilmu akupunktur, tangan memiliki jalur energi yang disebut meridian, yang berfungsi penting dalam mendukung kesehatan dan terapi (Gunawan, 2018). Tindakan *massage* dapat mengurangi hormon *adrenocortikotropine* (ACTH) dan meningkatkan hormon oksitosin. Manfaat terapi dari *hand massage* adalah merangsang relaksasi fisik pasien dan psikologinya serta dapat mengurangi ketegangan pada ibu. *Hand massage* juga dapat memberikan efek anelgesik mengurangi nyeri serta menurunkan kecemasan (Baderiyah et al., 2022). *Hand massage* memiliki perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan tindakan yakni 3,87 dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), maka dapat terlihat karena *hand massage* sangat berpengaruh pada penurunan derajat kecemasan pasien pre operasi. (Kusmirayanti, 2021).

Berdasarkan hasil pra survei penulis di RSUD Ajibarang pada bulan Oktober 2024, data dari tiga bulan terakhir Agustus, September, Oktober terdapat 343 ibu hamil yang menjalani operasi dengan tindakan *sectio caesarea* menggunakan spinal anestesi. Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat di ruang Nuri, diketahui bahwa ibu hamil yang akan melakukan operasi umumnya menunjukkan cemas yang berpotensi mengganggu kelancaran operasi.

Berdasarkan hasil dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan *hand massage* atau pijat tangan berguna mengurangi derajat kecemasan pada pasien pre operasi. Penerapan *hand massage* atau pijat tangan pada ibu pre *sectio caesarea* di RSUD Ajibarang belum pernah ada yang menerapkan, sehingga penulis mempunyai ketertarikan untuk menerapkan *hand massage* dengan target ibu hamil yang akan melakukan operasi menggunakan metode *sectio caesarea*, maka dari itu penulis mengambil judul "Penerapan *hand massage* terhadap penurunan tingkat kecemasan pre operasi pada pasien *sectio caesarea* (SC) dengan anestesi spinal"

Tujuan Pengabdian kepada Masyarakat yakni:

- Mengidentifikasi karakteristik dan sesudah diberikan Tindakan *hand massage* pre operasi SC.
- Meningkatkan pengetahuan kepada ibu hamil cara penanganan terhadap kecemasan pre operasi *sectio caesarea* dengan anestesi spinal
- Menilai tingkat kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan Tindakan *hand massage* pre operasi *sectio caesarea*.

2. METODE

- Lokasi dan waktu pelaksanaan: di ruang Nuri RSUD Ajibarang, 6-14 maret 2025.

- b. Subjek kegiatan : 30 ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi seperti peserta yang mengalami kecemasan ringan dan sedang serta kooperatif pada saat dilakukan tindakan *hand massage*. *Hand massage* atau pijat tangan merupakan teknik terapi yang dilakukan dengan memberikan tekanan dan sentuhan lembut pada lapisan di bawah kulit tangan.
- c. Metode pengukuran kecemasan : Kuesioner APAIS merupakan alat ukur untuk kecemasan preoperative, dengan nilai realibitas 0,825 dan nilai validitas 0,863, item pertanyaan mengenai 6 pertanyaan, skoring APAIS sama sekali tidak = 1, tidak terlalu = 2, sedikit = 4, agak = 5, sangat = 6, kategori kecemasan APAIS terdiri 6: tanpa kecemasan, 7-12 = kategori cemas ringan, 13-18 = kategori cemas sedang, 19-24 = kategori cemas berat, 25-30 = kategori cemas panik (Kemenkes, 2022).
- d. Prosedur intervensi : *hand massage* dilakukan 2 kali dalam durasi 10 menit per sesi, 1-2 jam sebelum operasi
- e. Evaluasi : pengukuran kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.
- f. Tahapan kegiatan ini dimulai dari:
 - 1) Menyamakan persepsi dengan dosen pembimbing melalui kegiatan diskusi materi PkM serta konsultasi judul
 - 2) Mengurus surat persetujuan pra survei kepada institusi Pendidikan UHB.
 - 3) Melakukan pra-survei dan koordinasi dengan diklat RSUD Ajibarang untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.
 - 4) Membuat surat persetujuan Ethical Clearance (EC) dengan No.B.LPPM-UHB/023/01/2025.
 - 5) Mengurus surat izin penelitian dari pihak mitra RSUD Ajibarang dan Pendidikan UHB.
 - 6) Mengidentifikasi karakteristik pasien berdasarkan usia, Riwayat SC.
 - 7) Menjelaskan tindakan dan prosedur yang akan diterapkan kepada pasien *section caesarea*.
 - 8) Meminta tanda tangan persetujuan pasien untuk dijadikan peserta Pengabdian kepada Masyarakat.
 - 9) Mengidentifikasi pasien pre operasi *sectio caesarea* yang bersedia dijadikan peserta Pengabdian kepada Masyarakat.
 - 10) Memberikan surat persetujuan menjadi peserta untuk Pengabdian kepada Masyarakat
 - 11) Berkoordinasi dengan perawat RSUD Ajibarang di ruang Nuri yang bertugas untuk membantu mengajarkan teknik *hand massage* kepada ibu hamil yang akan menjalani operasi *sectio caesarea* menggunakan spinal anestesi, sebagai bagian dari Pengabdian kepada Masyarakat.
 - 12) Mengukur tingkat kecemasan dan pengetahuan ibu hamil pre operasi *sectio caesarea*.
 - 13) Mengedukasi penerapan *hand massage* pada ibu hamil sebelum operasi *sectio caesarea*, dan mengukur ulang pengetahuan serta kecemasannya.
 - 14) Melaksanakan *hand massage* dengan durasi 10 menit dengan 2 kali pemberian intervensi dalam rentang waktu 30 menit - 1 jam sebelum operasi.
 - 15) Mengevaluasi kembali tingkat pengetahuan menggunakan lembar *hand massage* dan kecemasan menggunakan APAIS setelah dilakukan penerapan *hand massage*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Foto Penelitian

a. Karakteristik peserta

Tabel 1. Karakteristik peserta berdasarkan usia dan riwayat sectio caesarea sebelumnya

Karakteristik	Jumlah (f)	Persentase (%)
Usia		
22-28	12	40.0
29-35	13	43.3
36-42	5	16.7
Riwayat SC		
Pernah	11	36.7
Tidak Pernah	19	63.3
Total	30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa usia ibu bersalin *sectio caesarea*, mayoritas pada usia 29-35 tahun berjumlah 13 peserta (43,3%). Riwayat *sectio caesarea*, untuk ibu hamil yang belum pernah menjalani tindakan *sectio caesarea* berjumlah 19 peserta (63,3%).

b. Tingkat pengetahuan peserta pkm sebelum dan ssesudah penerpan *hand massage*

Tabel 2. Tingkat pengetahuan peserta PkM sebelum dan sesudah penerapan *Hand Massage*

Tingkat pengetahuan	Sebelum penerapan		Sesudah penerapan	
	F	%	F	%
Baik (76-100%)	3	10,0	23	76,7
Cukup (56-75%)	17	56,7	6	20,0
Kurang (<56%)	10	33,3	1	3,3
Total	30	100	30	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta, sebelum penerapan *hand massage* mayoritas pada kategori cukup sebesar 17 peserta (56,7%) dan setelah penerapan *hand massage* mayoritas pada kategori baik sebesar 23 peserta (76,7%).

c. Tingkat kecemasan peserta PkM sebelum dan sesudah penerapan *hand massage*

Tabel 3. Tingkat kecemasan peserta PkM sebelum dan sesudah penerapan *hand massage*

Tingkat kecemasan	Sebelum penerapan		Sesudah penerapan	
	f	%	f	%
Cemas ringan (skor 7-12)	8	26,7	25	83,3
Cemas sedang (skor 13-18)	22	73,3	5	16,7
Total	30	100	30	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebelum penerapan *hand massage* mayoritas ibu hamil pre operasi berada pada kategori cemas sedang sebesar 22 peserta (73,3%) dan setelah penerapan *hand massage* mayoritas pada kategori ringan sebesar 25 peserta (83,3%).

d. Analisis penurunan tingkat kecemasan peserta PkM sebelum dan sesudah penerapan *hand massage*

Tabel 4. Analisis penurunan tingkat kecemasan peserta PkM sebelum dan sesudah penerapan *hand massage*

	Sebelum	Sesudah	Penurunan rata-rata
	Rata-rata	Rata-rata	
Kecemasan	14.77	9.67	5.1

Tabel 4 terlihat hasil rerata derajat kecemasan sebelum penerapan *hand massage*, menunjukkan nilai pre test sebesar 14,77 dan sesudah dilakukan penerapan *hand massage* menunjukkan nilai post test sebesar 9,67. Terdapat selisih jumlah penurunan antara sebelum dan sesudah intervensi *hand massage* sebesar 5.1.

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa usia ibu melahirkan *sectio caesarea*, mayoritas pada usia 29-35 tahun berjumlah 13 peserta (43,3%). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian (Mahalia & Koto, 2024) telah menunjukkan bahwa mayoritas peserta yang menjalani tindakan *sectio caesarea* mayoritas berusia 26-35 tahun berjumlah 10 peserta (55,56%). Hal ini juga selaras dengan penelitian Fajra & Thahirah, (2024), bahwa usia ibu yang melakukan tindakan *sectio caesarea* mayoritas pada umur 20 - 35 tahun berjumlah 48 peserta (92,3%) dan umur >35 tahun yaitu 4 peserta (7,7%). Hasil dari penelitian (Diah, 2022), menunjukkan mayoritas berumur 29-35 tahun berjumlah 19 peserta (52,8%).

Berdasarkan analisa hasil PkM ini, mayoritas ibu hamil yang akan menjalani operasi *sectio caesarea* di RSUD Ajibarang mayoritas berumur 29-35 tahun. Hasil tersebut selaras dengan penelitian terdahulu, yang menunjukkan untuk rentang usia 20-35 tahun, *sectio caesarea* umumnya disebabkan oleh kondisi kesehatan ibu yang kurang mendukung sehingga meningkatkan risiko terhadap ibu dan janin. Sementara itu, pada usia >35 tahun, risiko yang berkaitan terhadap kehamilan dan proses persalinan menjadi jauh lebih tinggi Amir & Yulianti, (2020).

Tabel 1 juga menemukan data bahwa ibu hamil yang belum pernah operasi dengan tindakan *sectio caesarea* berjumlah 19 peserta (63,3%). Temuan ini konsisten terhadap hasil dari penelitian Marthia & Siti, (2019) menunjukkan bahwa ibu yang belum pernah dilakukan tindakan *sectio caesarea* sebesar 86 peserta (81,9%) dan ibu hamil yang sudah pernah melakukan *sectio caesarea* sebesar 19 (18,1%) orang. Sementara ibu hamil yang belum pernah menjalankan tindakan *sectio caesarea* lebih banyak dibandingkan dengan yang sudah melakukan tindakan *sectio caesarea*.

Temuan ini terbukti pada penelitian Aisyiah et al., (2021), pengalaman persalinan sebelumnya merupakan modal penting bagi ibu hamil terhadap mempersiapkan operasi berikutnya. Ibu yang sudah pernah menjalani tindakan *sectio caesarea* pasti memiliki derajat kecemasan yang lebih kecil dibandingkan dengan ibu yang baru pertama kali menjalani tindakan *sectio caesarea*, karena ibu hamil sudah memahami prosedur yang akan di hadapi. Pemahaman tersebut berpengaruh pada tingkat kecemasan menjelang persalinan, berdasarkan fenomena yang sudah ditemukan dilapangan, mayoritas ibu hamil mengalami kesulitan seperti ketuban pecah dini (KPD), preeklamsia berat (PEB), kelainan letak janin, kehamilan serotone, kehamilan kembar (gemelli), dan kelaianan tali pusat.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan tingkat pengetahuan peserta, sebelum penerapan *hand massage* mayoritas pada kategori cukup sebesar 17 peserta (56,7%) dan setelah penerapan *hand massage* mayoritas pada kategori baik sebesar 23 peserta (76,7%). Secara keseluruhan, ibu hamil yang telah menerima penerapan *hand massage* menunjukkan peningkatan dalam tingkat pengetahuan mereka. Temuan ini selaras dengan penelitian Febriyanti et al., (2024) menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, tingkat pengetahuan peserta mengenai pijat tangan sebagian besar berada pada kategori cukup sebesar 19 peserta (30,0%), dan pada kategori kurang sebanyak 9 peserta (30,0%). Setelah dilakukan edukasi, tingkat pengetahuan peserta mengalami peningkatan dengan mayoritas berada pada kategori baik sebesar 23 peserta (76,7%) dan pada kategori cukup sebanyak 6 peserta (20,0%).

Peserta yang tetap berada dalam kategori kurang pengetahuan tentang *hand massage* meskipun telah diberikan penjelasan dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satu faktor utama yakni usia, dimana ibu hamil usia muda cenderung memiliki pengalaman dan pengetahuan yang masih terbatas. Selain itu, tingkat Pendidikan juga sangat memengaruhi ibu hamil dengan latar belakang Pendidikan rendah mungkin kesulitan memahami penjelasan yang diberikan. Perbedaan bahasa juga bisa menjadi penghambat, terutama jika mengedukasi kepada peserta yang tadi dengan latar belakang Pendidikan yang kurang dan kondisi emosional selama kehamilan seperti kecemasan, perubahan mood atau kelelahan fisik dapat mengurangi fokus dan konsentrasi ibu hamil saat menerima informasi (Kusuma & Surakarta, 2024).

Hal ini juga terbukti pada penelitian (Mahalia¹ & Koto, 2024) menunjukkan hasil dari tingkat pengetahuan peserta sebelum dilakukan intervensi *hand massage* berada pada kategori baik sebesar 1 peserta (6,3%) setelah intervensi *hand massage* sebesar 4 peserta (25,0%), pada kategori cukup sebelum diberikan intervensi *hand massage* sebesar 10 peserta (62,5%) setelah

intervensi *hand massage* sebesar 11 peserta (68,8%) dan pada kategori kurang sebelum dilakukan intervensi *hand massage* sebesar 5 peserta (31,3%) setelah intervensi *hand massage* sebesar 1 peserta (6,3%).

Hal ini memungkinkan mereka untuk lebih memahami tahapan-tahapan *hand massage* agar bisa dijadikan sebagai salah satu bentuk dari terapi. Pengetahuan memegang peranan yang penting dalam kehidupan ibu hamil, semakin tinggi tingkat kesadaran yang terbentuk, yang pada akhirnya mendorong perilaku sesuai dengan pengetahuan tersebut. Aspek informasi ini secara tidak langsung juga memperluas wawasan dan pemahaman individu terhadap suatu topik (Ellangga et al., 2024).

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa sebelum penerapan *hand massage* mayoritas ibu hamil pre operasi berada pada kategori cemas sedang sebesar 22 peserta (73,3%) dan setelah penerapan *hand massage* mayoritas pada kategori ringan sebesar 25 peserta (83,3%). Temuan ini selaras dengan penelitian terkait efek *hand massage* pada derajat kecemasan pasien sebelum operasi, di mana sebelum diberikan intervensi, tercatat 10 orang (55,6%) mengalami derajat cemas sedang dan 4 orang (22,2%) mengalami derajat cemas ringan. Setelah dilakukan *hand massage*, terjadi perubahan yang signifikan, di mana 4 (22,2%) orang masih berada pada derajat cemas sedang, 8 orang (44,4%) mengalami derajat cemas ringan dan 6 orang (33,3%) tidak lagi memperlihatkan tanda-tanda kecemasan (Kusmirayanti, 2021).

Hal ini juga selaras dengan penelitian Febriyanti et al., (2024) menunjukkan bahwa sebelum implementasi *hand massage*, tingkat kecemasan peserta tertinggi berada pada kategori cemas sedang sebesar 15 peserta (50,0%) dan sesudah implementasi meningkat sebesar 19 peserta (63,3%), pada kategori cemas berat jumlah peserta menurun sebesar 12 peserta (40,0%) sebelum implementasi menjadi 2 peserta (6,7%) sesudah implementasi, dan pada kategori cemas ringan jumlah peserta meningkat sebesar 3 peserta (10,0%) sebelum implementasi menjadi 9 peserta (30,0%) sesudah implementasi.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan peserta dalam kategori sedang meskipun sudah dilakukan penerapan *hand massage* yaitu durasi penerapan dikarenakan hanya dilakukan dalam waktu yang singkat, efek relaksasi mungkin belum maksimal, selain itu faktor dari terpasangnya infus di tangan peserta karena pasien yang sudah terpasang infus pemijatan hanya dilakukan di satu tangan yang tidak terpasang infus, lalu frekuensi kurang, penerapan hanya dilakukan sekali atau dua kali belum cukup untuk meredakan kecemasan secara signifikan dan terakhir faktor lingkungan juga turut memengaruhi, misalnya jika *hand massage* dilakukan di tempat yang bising, tidak nyaman atau kurang mendukung suasana rileks maka manfaat terapi tersebut akan berkurang. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Febriyanti et al., (2024) yang menunjukkan upaya untuk mencapai hasil yang optimal, penerapan *hand massage* perlu memperhatikan aspek individu, teknis, dan lingkungan secara menyeluruh.

Berdasarkan Tabel 4 terlihat hasil rerata derajat kecemasan sebelum penerapan *hand massage*, menunjukkan nilai test awal sebesar 14,77 dan sesudah dilakukan penerapan *hand massage* hasil rerata nilai test akhir sebesar 9,67. Terjadi penurunan dengan selisih antara sebelum dan sesudah intervensi *hand massage* sebesar 5,1. Dengan demikian, ada pengurangan kecemasan antara pre dan post penerapan *hand massage* sebanyak 5,1. Hasil ini setuju pada penelitian yang dilakukan oleh (Nasihin, 2023), yang menemukan penurunan derajat kecemasan pre operasi sebanyak 8,2%, setelah diberikan intervensi *hand massage* dari sebelumnya 58,35% dan menurun setelah diberikan intervensi yaitu 50,1%. Analisa menggunakan uji t yang dilakukan menghasilkan nilai $p = 0,001$, yang bermakna adanya perbedaan yang signifikan antara derajat kecemasan sebelum dan setelah pemberian *hand massage*.

Berdasarkan analisa dari pengabdian, bahwa pijat tangan diakui sebagai salah satu bentuk intervensi non obat-obatan yang efektif dalam mengurangi kecemasan, sebab mampu memengaruhi sistem tubuh yang berhubungan dengan derajat kecemasan. *Hand massage* merangsang pelepasan hormon relaksasi yang membantu menciptakan rasa tenang dan menurunkan kecemasan. Selain itu, terapi ini juga dapat meningkatkan fungsi sistem saraf otonom di area hipotalamus, yang berdampak pada penurunan aktivitas saraf simpatis dan parasimpatis, menurunnya medulla adrenal, serta hormon adrenokortikotropin (ACTH). Hal ini ditandai dengan berkurangnya aliran darah, pelepasan neurotransmitter, dan penurunan

hormone kortisol, sehingga tubuh menjadi lebih rileks. Kondisi relaksasi ini mampu menekan ketegangan yang dialami individu dan memunculkan proses *counter conditioning*, yang berujung pada berkurangnya derajat kecemasan (Nasihin, 2023).

Berdasarkan pelaksanaan yang telah dilaksanakan oleh penulis didapatkan bahwa adanya penurunan dari derajat kecemasan sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa pijat tangan. Temuan ini selaras dengan studi yang dilakukan oleh (Kusuma & Surakarta, 2024), yang memperlihatkan nilai rerata kecemasan sebelum diberikan *hand massage* dengan minyak zaitun 56.83 dengan standar deviasi sebesar 6.660 dan rerata skor menurun menjadi 51.37 dengan standar deviasi 6.100. perbedaaan rata-rata sebelum dan setelah mendapatkan pijatan adalah sebesar 5.46. Efektivitas *hand massage* dengan minyak zaitun dalam menurunkan derajat kecemasan pada pasien pre operasi laparatomi dianalisis menggunakan uji non parametrik *Wilcoxon signed ranks test* dan menghasilkan nilai p 0.000 (p value 0.000<0.05). Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa *hand massage* memberikan dampak yang berarti untuk mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil pre operasi (Yanti et al., 2021).

4. KESIMPULAN

Hasil kegiatan PkM dapat disimpulkan yaitu jumlah ibu hamil yang menjadi peserta, yakni mereka yang menjalani operasi *sectio caesarea* dengan spinal anestesi di ruang Nuri RSUD Ajibarang sejumlah 30 peserta, mayoritas peserta berada pada usia 29-35 tahun sebanyak 13 (43,3%) peserta, yang belum pernah menjalani operasi *sectio caesarea* berjumlah 19 (63,3%) peserta. Derajat pengetahuan ibu hamil pres operasi *sectio caesaerea* tentang *hand massage* sebelum penerapan terbanyak pada kategori cukup sebesar 17 peserta (56,7%) dan setelah penerapan *hand massage* terbanyak pada kategori baik sebesar 23 peserta (76,7%). Derajat kecemasan ibu hamil pre operasi sebelum penerapan terbanyak pada kategori cemas sedang sebesar 22 peserta (73,3%) dan setelah penerapan terbanyak pada kategori ringan sebesar 25 peserta (83,3%). Tingkat kecemasan pada ibu hamil telah mengalami penurunan sebelum dan sesudah diimplementasikan penerapan *hand massage*, kecemasan ibu hamil pre operasi *sectio caesarea* memilik nilai rerata 14,77 sebelum dilakukan *hand massage* dan 9,67 setelah diimplementasikan dengan selisih nilai 5,1.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyiah, Sukamti, N., & Rutiani, C. E. A. (2021). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Bersalin Sectio Caesarea pada Era Pandemi di Rumah Sakit Restu Kasih Jakarta Tahun 2021. *Journal for Quality in Women Health*, 4(1), 131–137. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.81>
- Amir, F., & Yulianti, S. (2020). Hubungan Paritas dan Usia Terhadap Persalinan Sectio Ccaesarea di RSUD Bahagia Makassar Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 4(2), 75–84. <https://doi.org/10.37337/jkdp.v4i2.179>
- Baderiyah, A., Pitoyo, J., & Setyarini, A. (2022). Pengaruh Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Pada Pembedahan Elektif. *Journal of Applied Nursing (Jurnal Keperawatan Terapan)*, 7(2), 116. <https://doi.org/10.31290/jkt.v7i2.2772>
- Black, J., & Hawks, J. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah* (Tutiany & H. Syarif (eds.); 9th ed.). Elsevier Health Sciences.
- Diah, I. ayu. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Seksio Sesarea di Ruang Bersalin Rumah Sakit Umum Puri Raharja. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 6(1), 30–34. <https://doi.org/10.36474/caring.v6i1.235>
- Ellangga, M. W., Suryani, R. L., & Burhan, A. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Tindakan Anastesi Dengan Kecemasan Di Ruang Persiapan Instalasi Bedah Sentral Di RSI Banjarnegara. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(April), 738–751.

- Fajra, A., & ThahirahTH. (2024). *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Pre Operasi Seksio Sesarea Pada Spinal Anestesi Di Rsia Abby Lhokseumawe. Universitas Malikussaleh.*
- Febriyanti, V. D., Sukmaningtyas, W., & Adriyani, F. H. N. (2024). Implementasi Pemberian Hand Massage Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pada Pasien Sectio Caesarea Dengan Anastesi Spinal di RSUD Muhammadiyah Siti Aminah Bumiayu. *Borneo Community Health Service Journal*, 4(2), 148–156. <https://doi.org/10.35334/neotype.v4i2.5622>
- Gunawan, D. (2018). *Teknik Mudah & Lengkap Pijat Refleksi* (Rudy (ed.)). Media Pressindo.
- Kemenkes. (2022). *APAIS (Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale), Skrining kecemasan pada pasien Praoperasi*. Kemenkes Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan.
- Kemenkes. (2023). Riskendas 2021. *Laporan Nasional Riskesndas 2021*, 44(8), 181–222. [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- Kristanti, A. N., & Faidah, N. (2022). Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 5(2), 110–116. <https://doi.org/10.35473/ijnr.v5i2.1461>
- 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/10.35974/jsk.v7i1.2452>
- Kusuma, U., & Surakarta, H. (2024). *Kata Kunci : Hand Massage , Tingkat Kecemasan, Lapratomy 1. 1–7.*
- Mahalia¹, T., & Koto, Y. (2024). *Pengaruh Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Sectio Caesaria Di RSUD Kembangan. 1(5).*
- Marthia, I., & Siti, R. (2019). Hubungan antara komplikasi kehamilan dan riwayat persalinan dengan tindakan sectio caesarea di rumah sakit fatimah Serang. *Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 2(1), 1–7. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/download/690/466>
- Meihartati, T., Hastuti, E., Sumiati, Abiyoga, A., & Sulistyorini. (2018). *1000 Hari pertama kehidupan*. Deepublish.
- 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/10.33860/jik.v17i1.2025>
- Sugito, A., Ta'adi, & Ramlan, D. (2023). *aromaterapi dan akupresur pada sectio caesarea* (A. Sugito, Ta'adi, & D. Ramlan (eds.); 2022nd ed.). Pustaka Rumah cinta.
- WHO. (2023). *Angka operasi caesar terus meningkat, di tengah meningkatnya kesenjangan akses* (Vol. 5, p. <https://www.who.int/news/item/16-06-2021-caesarean>).
- Widyasworo, Hartanti, R., Ediyono, S., Utami, S., Studi Kebidanan, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2024). DETERMINAN KECEMASAN PRE OPERASI PADA PASIEN SECTIO CAESAREA:LITERATUR REVIEW Determinant Of Preoperative Anxiety In Caesarea Section Patiens Review Literature. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 15(01), 1–13.
- Yanti, D. A., Karo Karo, T. M., . P., Silaban, L. S., & Purba, S. (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/10.35451/jkf.v3i2.606>