

**PENERAPAN *HAND MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
ANSIETAS PASIEN PREOPERASI *DEBRIDEMENT* DAN
DRAINAGE DENGAN ANESTESI SPINAL DI RUANG
INSTALASI BEDAH SENTRAL: *CASE REPORT***

¹Stefanus Delfinus Toma*, ²Fransisca Winandari, ³Berta Priyantoro

¹STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

³Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

delfinustoma@gmail.com

ABSTRAK

Ansietas merupakan masalah umum pada pasien preoperasi, termasuk pada tindakan *debridement* dan *drainage* dengan anestesi spinal. Data Oktober 2025 menunjukkan bahwa dari 90 tindakan operasi spinal di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta, sebagian besar pasien mengalami kegelisahan dan ketakutan. Kondisi ini dapat mengganggu kesiapan pembedahan serta memengaruhi stabilitas fisiologis. *Hand massage* dipilih sebagai intervensi nonfarmakologis sederhana, aman, dan efektif untuk meningkatkan relaksasi serta menurunkan kecemasan. Tujuan untuk mengetahui efektivitas *hand massage* dalam menurunkan ansietas pada pasien preoperasi *debridement* dan *drainage* dengan anestesi spinal. Pasien yang akan menjalani pembedahan pertama kali menunjukkan ansietas tinggi (skor APAIS 30). Intervensi *hand massage* diberikan selama 10–15 menit pada fase preoperasi. Tingkat ansietas diukur sebelum dan sesudah tindakan untuk menilai efektivitas intervensi. Setelah intervensi, skor ansietas menurun menjadi 15 (ansietas sedang). Hal ini disebabkan oleh pelepasan hormon endorfin yang memicu relaksasi. *Hand massage* efektif menurunkan skor ansietas secara signifikan pada pasien preoperasi.

Kata Kunci: *Hand massage* – ansietas – preoperasi – *debridement* - anestesi spinal

ABSTRACT

Anxiety is a common issue among preoperative patients, including those undergoing debridement and drainage procedures with spinal anesthesia. Data from October 2025 indicate that among 90 spinal surgeries performed at Bethesda Hospital Yogyakarta, many patients experienced feelings of restlessness and fear. Such anxiety may interfere with surgical readiness and affect physiological stability. Hand massage is selected as a simple, safe, and effective non-pharmacological intervention to promote relaxation and reduce anxiety. To determine the effectiveness of hand massage in reducing anxiety among patients undergoing preoperative debridement and drainage under spinal anesthesia. A patient undergoing surgery for the first time exhibited high levels of anxiety (APAIS score: 30). A hand massage intervention was administered for 10–15 minutes during the preoperative phase. Anxiety levels were measured before and after the intervention to evaluate its effectiveness. Following the intervention, the anxiety score decreased to 15 (moderate anxiety). This reduction was driven by the release of endorphins, which triggered a relaxation response. Hand massage is effective in significantly reducing anxiety scores in preoperative patients."

Keywords: hand massage, anxiety, preoperative, debridement, spinal anesthesia

PENDAHULUAN

Tindakan pembedahan dapat menjadi ancaman nyata maupun potensial bagi pasien karena dapat menimbulkan stres baik secara psikologis maupun fisiologis. Pengalaman menjalani operasi sering kali menjadi hal yang berat bagi hampir semua pasien. Berbagai stresor yang muncul sebelum operasi, termasuk masa menunggu tindakan, dapat meningkatkan ansietas dan ketakutan. Pasien yang akan menjalani pembedahan sering mengalami peningkatan tingkat ansietas sejak masuk ke rumah sakit hingga menjelang dimulainya operasi (Pratiwi et al., 2024).

Ansietas memiliki dampak besar terhadap fungsi tubuh selama tindakan pembedahan dan dapat menghambat jalannya prosedur operasi yang direncanakan. Oleh karena itu, perawat perlu mengenali serta membantu mengurangi tingkat ansietas pasien melalui upaya penatalaksanaan mandiri yang dapat dilakukan dalam lingkup keperawatan. Penanganan ansietas dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi (Pratiwi et al., 2024). Sementara itu, terapi nonfarmakologis dilakukan tanpa penggunaan obat-obatan dan berfokus pada pendekatan alami untuk membantu menenangkan pasien. Beberapa bentuk terapi nonfarmakologis yang umum digunakan antara lain hipnoterapi, aromaterapi, terapi musik, serta pijat refleksi yang dapat dilakukan pada beberapa bagian tubuh salah satunya tangan yang dikeanal dengan *hand massage* sebagai salah satu alternatifnya (Baderiyah et al., 2022).

Pada bulan Oktober 2025 tercatat sebanyak 90 tindakan operasi yang menggunakan jenis anestesi spinal di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda. Berdasarkan hasil pengamatan di ruang IBS, bahwa pasien yang akan menjalani operasi menunjukkan tanda-tanda ansietas, seperti kegelisahan dan ketegangan sebelum tindakan pembedahan. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk menurunkan tingkat ansietas pasien. Selain menggunakan metode farmakologis, pendekatan nonfarmakologis dalam bidang keperawatan juga dapat diterapkan, salah satunya

melalui terapi *hand massage* yang diyakini mampu memberikan efek relaksasi dan membantu menurunkan tingkat ansietas pasien preoperasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain *case report*, subjek dalam laporan kasus ini adalah seorang pasien yang menjalani tindakan *debridement* dan *drainage* dengan anestesi spinal. Alat ukur yang digunakan yaitu *The Amsterdam Preoperative Anxiety And Information Scale* (APAIS) yang bertujuan untuk mengetahui penurunan tingkat ansietas sebelum dan sesudah terapi *hand massage* dengan menggunakan SOP *Hand Massage*. Pelaksanaan terapi *hand massage* dilakukan pada tanggal 6 November 2025 dengan lama pelaksanaan terapi selama 10-15 menit yang dilakukan di ruang penerimaan pasien preoperasi.

HASIL

Hasil observasi sebelum dan sesudah intervensi *hand massage* dengan menggunakan alat ukur *The Amsterdam Preoperative Anxiety And Information Scale* (APAIS).

Tabel 1. Observasi Tingkat Ansietas

Variabel Pemantauan	Skor	Kategori
Sebelum Intervensi	30	Panik
Sesudah Intervensi	15	Ansietas sedang

Analisis:

Data pada Tabel 1 menunjukkan adanya pergeseran signifikan pada kondisi psikologis pasien. Intervensi pijat tangan (*hand massage*) terbukti mampu menurunkan status ansietas pasien dari tingkat panik ke tingkat sedang. Penurunan skor sebesar 50% tersebut mengindikasikan bahwa stimulasi kutaneus pada tangan efektif dalam menstabilkan respons emosional pasien menjelang tindakan pembedahan.

PEMBAHASAN

Implementasi keperawatan pada Tn. P yang menjalani fase preoperasi dengan anestesi spinal melalui intervensi *hand massage* menunjukkan signifikansi klinis dalam menurunkan tingkat ansietas secara progresif. Sebelum intervensi, pasien berada pada kategori panik dengan skor APAIS (*Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale*) sebesar 30. Kondisi ini terefleksi pada instabilitas hemodinamik berupa peningkatan tekanan darah (138/85 mmHg) dan frekuensi nadi (115 kali/menit). Secara fisiologis, kondisi panik memicu aksis HPA (*Hypothalamic Pituitary Adrenal*) untuk melepaskan mediator stres secara masif, yang jika tidak diintervensi, dapat meningkatkan risiko komplikasi intraoperasi seperti aritmia atau respons hipertensif saat induksi anestesi. Setelah dilakukan *hand massage* selama 15 menit, terjadi supresi aktivitas simpatis yang signifikan, ditandai dengan penurunan skor APAIS menjadi 15 (ansietas sedang) dan stabilisasi tanda-tanda vital (TD 130/81 mmHg, Nadi 92 kali/menit). Mekanisme ini dapat dijelaskan melalui Teori *Gate Control*; rangsangan taktil berkecepatan tinggi dari pijatan pada serabut saraf A-beta menginhibisi transmisi sinyal kecemasan dan nyeri pada kornu dorsalis medula spinalis. Selain itu, manipulasi pada jaringan lunak tangan menstimulasi reseptor saraf sensorik yang mengirimkan impuls ke *nucleus tractus solitarius* di otak, yang kemudian mengaktifasi sistem saraf parasimpatis melalui saraf vagus.

Lestari dan Permana (2022) menekankan bahwa stimulasi pada titik meridian jantung di area pergelangan tangan berperan sebagai modulator otonom. Secara biokimia, hal ini sejalan dengan temuan Febriyanti et al. (2024) mengenai penurunan kaskade hormon stres, khususnya *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH) dan kortisol. Penurunan ACTH menyebabkan korteks adrenal mereduksi produksi kortisol, sehingga menurunkan glukoneogenesis dan retensi natrium yang biasanya terjadi saat stres. Di saat yang sama, *hand massage* meningkatkan sekresi oksitosin dan endorfin neurotransmitter yang berfungsi sebagai anxiolitik alami yang menciptakan perasaan tenang dan aman (*sense of well being*).

Asumsi penulis menyatakan bahwa efektivitas intervensi pada Tn. P didorong oleh sinergi antara efek mekanis pijatan dan efek psikologis dari kehadiran perawat (*therapeutic presence*). Stimulasi spesifik pada area antara *os metakarpal* IV dan V (titik yang secara tradisional dikaitkan dengan relaksasi jantung) memberikan input sensorik yang mampu memutus pola pikir katastrofik pasien terkait prosedur pembedahan. Hal ini memperkuat teori Larasati dan Rahayu (2023) bahwa *hand massage* bukan sekadar manipulasi fisik, melainkan intervensi psikoneuroimunologi yang efektif mengubah respons *fight or flight* menjadi *rest and digest*. Dengan demikian, pasien mencapai ambang batas kesiapan operasi yang lebih optimal baik secara mental maupun fisiologis.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil telaah kasus pada Tn. P yang direncanakan menjalani tindakan debridement dan drainage dengan anestesi spinal, dapat disimpulkan bahwa pengelolaan ansietas melalui intervensi nonfarmakologis berupa terapi hand massage memberikan efek terapeutik yang bermakna. Hal ini ditunjukkan oleh hasil pengukuran menggunakan kuesioner APAIS, di mana sebelum pemberian intervensi pasien berada pada tingkat ansietas tinggi (panik) dengan skor 30. Setelah dilakukan hand massage pada fase preoperatif, tingkat ansietas pasien mengalami penurunan menjadi kategori ansietas sedang dengan skor 15. Penurunan tersebut berkaitan dengan stimulasi sistem saraf parasimpatis yang memicu pelepasan hormon endorfin, sehingga menghambat aktivitas sistem saraf simpatis dan menurunkan sekresi norepinefrin. Kondisi ini menyebabkan respons tubuh bergeser dari keadaan tegang menuju kondisi relaksasi yang lebih stabil.

Sebagai rekomendasi, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, mencakup berbagai jenis tindakan pembedahan, serta mempertimbangkan variabel tambahan dan penggunaan instrumen pengukuran yang lebih komprehensif guna memperoleh hasil penelitian yang lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Agni Cahya Pratiwi, Sri Sumaryani, & Eny Hernani. (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/10.59680/medika.v2i2.1120>
- Ajani, A. T., Novera, M., Movitaria, M. A., & Asman, A. (2023). *Hand Massage Therapy Against Anxiety In Surgical Patients*.
- Anggra Trisna Ajani, Keken Erva Nanda², Mega Adyna Movitaria, M., & Novera, Ramaita, Reska Handayani, Putri Minas Sari, Nopan Saputra, Yance Komela Sari, Aulia Asman¹⁰, S. G. (2024). Terapi hand massage terhadap tingkat kecemasan pada pasien pra pembedahan. *Universitas Negeri Padang,, Institut Agama Islam Sumatera Barat, Universitas Baiturrahmah, STIKes Alifah Padang, Padang, Sumatera Barat, Indonesia*, 6(1).
- Baderiyah, A., Pitoyo, J., & Setyarini, A. (2022). Pengaruh hand massage terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi pada pembedahan elektif. *Journal of Applied Nursing (Jurnal Keperawatan Terapan)*, 7(2), 116. <https://doi.org/10.31290/jkt.v7i2.2772>.
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). Konsep Manajemen Keperawatan di Rumah Sakit. 167–186.
- Febriyanti, N. W. L. K., HOSPITAL, G., 1, Putra, P. W. K., 2, Artha, I. P., & Wijaya. (2021). *Artikel penelitian Pengaruh Pemberian Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Di Ruang Janger RSD Mangusada*. 7(1), 39–45.
- Febriyanti, N. W. L. K., HOSPITAL, G., 1, Putra, P. W. K., 2, Artha, I. P., & Wijaya. (2021). *Artikel penelitian Pengaruh Pemberian Hand Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Di Ruang Janger RSD Mangusada*. 7(1), 39–45.
- Handayani, S., Supiara, O., & Komunikasi, P. (2024). *Pengaruh komunikasi terapeutik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di rsu pku muhammadiyah sragen*. 3(1), 1–6.
- Kesehatan, P., & Karang, T. (2020). Lampiran 1 politeknik kesehatan tanjung karang Jurusan Keperawatan Program Studi Div Keperawatan Tanjungkarang. 01.
- Larasati, N., & Rahayu, D. A. (2023). Pengaruh hand massage terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi. *Ners Muda*, 4(3), 287. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i3.10424>
- Lestari, P., & Permana, R. (2022). Terapi hand massage. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 2.
- Mahalia, T., & Koto, Y. (2024). Pengaruh hand massage terhadap tingkat kecemasan pasien pre-operasi sectio caesaria di rsud kembangan. 1(5).
- Majid, A. (2021). Karya ilmiah akhir ners asuhan keperawatan reduksi ansietas pada pasien.
- Rahayu, G. S., Novitasari, D., Maryoto, M., & Yantoro, A. T. (2025). Penerapan hand massage untuk menurunkan kecemasan pre sectio caesarea (SC) menggunakan spinal anestesi di RSUD Ajibarang. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 5(4),

- 1213–1220. <https://doi.org/10.54082/jamsi.1879>
- Setyawan, 2019. Gambaran tingkat cemas, mobilisasi, dan nyeri pada ibu post operasi Sectio sesarea di RSUD dr. Slamet Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, Volume 20 (2), pp. 223-234.
- Susiani, C. P. (2025). *Pijat Tangan Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Pra Operasi*. 4(1)
- Tata Mahyuvi (2025) Hand Massage dan Foot Massage Berbasis Comfort Theory Untuk Menurunkan Fatigue dan Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisis. Buku: 1 Jil., 86 hlm., 14 X 21 cm
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar diagnosis keperawatan indonesia. DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar intervensi keperawatan indonesia. DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). Standar luaran keperawatan indonesia. DPP PPNI.
- Udani, G., Amperaningsih, Y., Rahmayati, E., & Sari, P. K. (2023). *Pengaruh Hand Massage Minyak Zaitun Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Laparotomy*. 8(1), 63–70. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.514>
- Utari, z. K., kesehatan, f., studi, p., & anestesiologi, d. K. (2022). Hubungan tekanan darah intraoperative dengan kejadian intra operative nausea and vomiting (ionv) pada pasien sectio caesarea dengan anestesi spinal di RSUD Sanjiwani dengan kejadian intra operative nausea and vomiting (ionv) pada pasien sectio caesarea.
- Wesnawa, M. A. (2018). Debridement Sebagai Tatalaksana Ulkus Kaki Diabetik. E-Jurnal Medika Udayana, 3(1), 51–58.
- Yanti, D. A., & Karokaro, T. M. (2021). *Pengaruh hand massage terhadap penurunan tingkat patar asih lubuk pakam tahun 2021 reduces anxiety . Purpose : to determine the effect of hand massage on the*. 3(2). <https://doi.org/10.35451/jkf.v3i2.606>