

BAB V

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

1. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden baik pada kelompok intervensi relaksasi benson maupun kelompok intervensi relaksasi genggam jari berjenis kelamin perempuan. Pada kelompok intervensi relaksasi benson yaitu sebanyak 28 responden (87,5%) dan pada kelompok intervensi relaksasi genggam jari sebanyak 18 responden (56,2%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Akmal Haidar. et al., (2025) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa, hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 16 responden (84,2%).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Santosa. et al., (2024) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien pre operatif di ibs rsud taman husada bontang, hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 33 responden (33%) dikarenakan faktor emosional dan lingkungan dimana tingkat emosional antara laki-laki dan perempuan berbeda, Yang berarti kecemasan perempuan lebih umum terjadi dari pada laki-laki.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri et al., (2022) tentang hubungan tingkat kecemasan preoperatif dengan karakteristik pasien di

kamar operasi rsi siti Rahmah, didapatkan jumlah responden Tingkat kecemasan paling banyak adalah Tingkat kecemasan berat dengan jumlah sampel 20 responden dan dari 20 responden 14 responden (70%) dengan jenis kelamin Perempuan dan 6 responden (30%) berjenis kelamin laki-laki.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Pirton Roul Marbun. et al., (2023) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pasien pre operasi di rumah sakit umum st.luciasiborong-borong menyatakan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 responden (88,5%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dijelaskan oleh Leni Setyowati. & Eli Indawati., (2022) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pasien pre operasi laparatomi di rsud cileungsi menemukan sebagian besar responden yang mengalami kecemasan adalah Perempuan 14 responden (42,5%) dengan Tingkat kecemasan ringan 10 responden (32,3%) dan kecemasan sedang 4 responden (12,9). Sedangkan laki-laki 17 responden (54,8%) mengalami kecemasan dengan kecemasan ringan dan 0 responden dengan kecemasan sedang (0%) hal ini dikarenakan laki-laki mempunyai mental yang kuat terhadap suatu hal yang dianggap mengancam bagi dirinya dibandingkan Perempuan dan laki-laki lebih banyak berinteraksi dilingkungan luar sedangkan Perempuan Sebagian besar hanya tinggal dirumah dan menjalani aktivitasnya sebagai ibu rumah tangga. Selain itu penyebab kecemasan yang lebih banyak dialami perempuan dibandingkan dengan laki-laki, karena perempuan lebih berperasaan dan lebih sensitif dibandingkan laki-laki, laki-

laki lebih aktif, eksploratif dan laki-laki lebih rileks dalam menghadapi suatu masalah dibandingkan perempuan.

2. Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi relaksasi benson maupun kelompok intervensi relaksasi genggam jari, mayoritas responden berada pada usia 36-45 tahun . 11 responden (34,4%) pada kelompok intervensi relaksasi benson dan 17 responden (53,1%) kelompok intervensi relaksasi genggam jari. hasil ini Sejalan dengan penelitian yan dilakukan oleh Wigatiningsih. et al., (2020) tentang pengaruh pemberian terapi musik (murottal) terhadap kecemasan pada pasien pre operasi *Sectio caesarea* di ruang instalasi bedah sentral (IBS) RSUD KRMT wongsonegoro menyatakan bahwa responden Sebagian besar berada di usia 20 tahun keatas dan cenderung memiliki kecemasan pada saat pre operasi.

Hasil penelitian dari Leni Setyowati. & Eli Indawati., (2022) juga menyebutkan berdasarkan data yang diperhitungkan menggunakan uji statistik spearman rank test dapat disimpulkan responden sebagian besar berumur 26-45 tahun sebanyak 18 responden (58,1%) yang berarti ada hubungan yang bermkna antara usia dengan tingkat kecemasan dalam menjalani operasi di RSUD Cileungsi tahun 2022. Hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyanti et al., (2020) tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi general anestesi di RS KU Muhammadiyah Gamping HIGHLIGHTS, dimana didapatkan hasil mayoritas responden adalah berada pada usia 35-45 tahun yaitu sebanyak 36,8%.

Penelitian yang dilakukan oleh Regina Fitriani Rusli. & Eli Indawati., (2023) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang shasta RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2023 didapatkan hasil penelitian bahwa responden sebagian besar berumur 26-45 tahun sejumlah 42 responden (58,3%). Sejalan dengan penelitian Putri et al., (2022) tentang hubungan tingkat kecemasan pre-operatif dengan karakteristik pasien dikamar operasi RSI Siti Rahmah juga didapatkan hasil mayoritas responden yang mengalami tingkat kecemasan pre operatif berada pada rentang usia 26-45 tahun dengan jumlah sampel 27 responden (51,9%).

Penelitian lain tentang faktor-faktor kecemasan pasien pre operasi sectio caesaria di instalasi kamar bedah rumah sakit swasta Yogyakarta yang dilakukan oleh (Agustina. et al., 2024) dengan jumlah sampel 33 pasien terdapat 25 responden (75,8%) pasien yang berusia 20-35 tahun yang mengalami kecemasan. Penelitian lainnya juga diperkuat oleh Santosa. et al., (2024) tentang faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi di IBS RSUD Taman Husada Bontang, dimana beliau mengatakan dari hasil penelitian nya didapatkan data usia 20-40 tahun cemas ringan sebanyak 74 orang dari jumlah sampel 100 orang . artinya ada hubungan usia dengan tingkat kecemasan pasien pre operatif di IBS RSUD Taman Husada Bontang.

Kustiawan. & Hilmansyah., (2017) mengemukakan dalam penelitiannya tentang kecemasan pasien pre operatif bedah mayor bahwa kematangan usia berpengaruh terhadap seseorang dalam menyikapi situasi

atau penyakitnya dalam mengatasi kecemasan yang dialami. Gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua usia, namun lebih sering pada usia dewasa karena banyak masalah yang dihadapi. Saat memasuki usia 30 tahun, pemecahan sinapsis menjadi lebih sulit sehingga banyak orang dewasa yang mengalami kesulitan dan fokus untuk mempelajari sesuatu yang baru.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa usia dewasa (26-46 tahun) sangat berpengaruh terhadap kematangan berpikir seseorang yang tercermin dalam menyikapi permasalahan yang dihadapi. Kelompok usia tersebut termasuk kedalam tahap dewasa awal hingga dewasa madya, dimana seseorang sedang berada pada masa produktif-memiliki tanggung jawab tinggi terhadap pekerjaan, keluarga, dan peran sosial. Karena itu ketika menghadapi operasi, individu pada rentang usia ini lebih rentan mengalami kecemasan dibandingkan usia lanjut, meskipun lebih matang dari usia remaja.

3. Pendidikan Terakhir

Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok responden intervensi relaksasi benson terdapat 3 responden (9,4%) tamatan SD, 7 responden (21,9%) tamatan SMP dan 13 responden (40,6%) tamatan SMA sedangkan pada kelompok responden intervensi relaksasi genggam jari terdapat 3 responden (9,4%) tamatan SD, 6 responden (18,8%) tamatan SMP dan 13 responden (40,6%) tamatan SMA . dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berdasarkan pendidikan terakhir yang mengalami kecemasan adalah tamatan SMA, yaitu (40,6%) responden dari intervensi relaksasi

benson dan (40,6%) responden juga dari intervensi relaksasi genggam jari. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyanti et al., (2020) tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi general anestesi di RS PKU Muhammadiyah Gamping dimana mayoritas responden adalah lulusan SMA sederajat yaitu sebanyak (57,9%).

Penelitian lainnya dilakukan oleh Prestasianita Putri. et al., (2022) tentang hubungan komunikasi terapeutik dengan tingkat kecemasan keluarga pasien pre operasi di rumah sakit Didapatkan pendidikan responden yang paling banyak yaitu lulusan SMA 36 responden (35,6%). Penelitian lainnya dilakukan oleh Vellyana (2017) terdapat sejumlah 46,8% responden yang mengalami kecemasan adalah tamatan SMA. Sejalan dengan penelitian Sisca. & Rezi ., (2021) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien fraktur pre operasi, didapatkan mayoritas besar responden dengan latar pendidikan rendah mengalami kecemasan sebanyak 20 responden (80%).

Penelitian menurut Saiful & Malang, (2020) tingkat pendidikan terbanyak yang mengalami kecemasan yaitu SMA dengan 21 responden (35,6%). Pendidikan bagi setiap orang memiliki arti masing-masing. Pendidikan pada umumnya mengubah pola pikir, pola bertingkah laku dan pola pengambilan keputusan. Tingkat pendidikan yang cukup akan lebih mudah dalam mengidentifikasi stresor dalam diri sendiri maupun dari luar dirinya. Tingkat pendidikan juga mempengaruhi kesadaran dan pemahaman

terhadap stimulus. Semakin tinggi pendidikan maka semakin bijak dalam mengidentifikasi stresor dalam diri seseorang.

Pasien dengan tingkat pendidikan SMA cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan pasien dengan pendidikan yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan karena kemampuan berpikir kritis dan pemahaman medis pada jenjang pendidikan SMA masih terbatas, sehingga pasien lebih mudah salah menafsirkan informasi mengenai prosedur pembedahan dan risiko yang mungkin terjadi.

4. Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi relaksasi benson maupun kelompok intervensi relaksasi genggam jari, mayoritas responden yang mengalami kecemasan pre operatif adalah jenis pekerjaan sebagai IRT, Dimana didapatkan hasil pada kelompok intervensi relaksasi benson 17 responden (53,2%) dan pada kelompok intervensi relaksasi genggam jari 11 responden (34,4%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri et al., (2022) tentang hubungan Tingkat kecemasan preoperatif dengan karakteristik pasien di kamar operasi RSI Siti Rahmah diperoleh Tingkat kecemasan terbanyak adalah Tingkat kecemasan berat dengan jumlah 6 responden didapatkan mengalami kecemasan berat (30%) dengan status pekerjaan ART.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Kustiawan. & Hilmanasyah., (2017) tentang kecemasan pasien pre operasi mayor, didapatkan hasil distribusi Tingkat kecemasan pasien pre-operatif berdasarkan pekerjaan di RSUD Kota Tasikmalaya paling banyak adalah ibu rumah tangga yaitu

(3,3%). Pada penelitian yang dilakukan oleh Nofriani Mangera et al., (2019) tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan Tingkat kecemasan pasien re operasi di RSUD Makkasau kota parepare, juga didapatkan hasil bahwa mayoritas responden adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 37,7%.

Seorang peneliti yang Bernama Ahsan et al., (2017) juga melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pre operasi pada pasien section caesarea di Ruang Instalasi Bedah Sentra Kanjuruhan Kapanjen Kabupaten Malang, didapatkan mayoritas responden banyak yang mengalami kecemasan adalah ibu rumah tangga sebesar 80%. Hal ini dimungkinkan disebabkan pada ibu rumah tangga, tidak memiliki kesempatan untuk bertemu dengan orang banyak disekitarnya sehingga bisa berpengaruh pada pengalaman dari orang lain yang dimungkinkan merubah cara pandang serta mendapatkan berbagai sumber.

Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (ART) berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pre-operatif karena peran sosial dan tanggung jawab terhadap keluarga menimbulkan rasa takut akan kehilangan fungsi dan kontrol diri. Selain itu, keterbatasan informasi medis, pengalaman rumah sakit yang minim, serta ketergantungan pada dukungan keluarga menyebabkan ibu rumah tangga lebih mudah mengalami kecemasan.

B. Analisis Univariat

1. Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif sebelum diberikan Teknik Relaksasi Benson.

Operasi/Tindakan pembedahan bisa menjadi ancaman nyata atau kemungkinan yang menimbulkan stres pada pasien, baik secara mental maupun fisik. Bagi kebanyakan pasien, menjalani operasi bukanlah hal yang mudah. Saat menghadapi operasi, pasien bisa merasa cemas dan takut. Kecemasan ini dapat memengaruhi tubuh, seperti membuat jantung berdetak lebih cepat, tekanan darah naik, dan napas menjadi lebih cepat. Hal ini bisa menguras energi pasien, yang pada akhirnya mempengaruhi proses operasi dan memperlambat pemulihan setelahnya (Parman., 2019).

Pasien dengan tingkat kecemasan tinggi, sedang dan ringan pada pre-operatif diakibatkan oleh beberapa faktor seperti rasa cemas akibat takut akan Tindakan operasi, takut akan penyakitnya lebih parah dan takut jika operasi tidak berhasil (Yuliana., 2017).

Terlihat pada hasil penelitian bahwa pada kelompok intervensi relaksasi benson sebelum dilakukan teknik relaksasi benson, mayoritas pasien mengalami kecemasan ringan 5 responden (15,6%), kecemasan sedang yaitu 24 responden (75,0%) dan kecemasan berat 3 responden (9,4%) . Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu Pratiwi & Amin Samiasih., (2022) tentang penerapan terapi relaksasi bensoon pasien pre operasi bedah mulut (gingivectomy) yang mengalami kecemasan, menyatakan bahwa setelah diberikan relaksasi benson setiap subyek mempunyai score masing-masing. Dari Subyek 1 Sebelum dilakukan

Relaksasi benson score adalah 25 (kecemasan sedang) kemudian setelah dilakukn Relaksasi Benson menurun menjadi Score 19 (Kecemasan Ringan)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marlina et al., (2021) dengan judul penerapan terapi benson terhadap kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik, bahwa terapi benson dapat menurunkan kecemasan, Dimana pada Tingkat kecemasan pada pada Ny. N sebelum diberikan relaksasi benson mengalami Tingkat kecemasan sedang namun setelah dilakukan terapi benson selama 3 hari didapatkan skor HARS 18 dengan tingkat kecemasan ringan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pardede & Tarigan, (2020) tentang hubungan Tingkat kecemasan pasien section caesarea dengan terapi Relaksasi Benson, bahwasanya Tingkat kecemasan pasien sebelum dilakukan teknik relaksasi benson paling banyak berada pada Tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 78,6%. Hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Spreckhelsen, (2021) tentang Tingkat kecemasan pasien pre-operasi di RSUD dr. Soerkardjo kota tasikmalaya, didapatkan hasil penelitian responden yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 50%.

2. Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif sesudah diberikan Teknik Relaksasi Benson.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi relaksasi benson, mayoritas pasien mengalami tingkat kecemasan ringan setelah dilakukan teknik relaksasi benson yaitu sebanyak 27 responden (84,4%), kecemasan sedang 5 responden (15,6%) dan responden dengan

tingkat kecemasan berat tidak ada. Hal ini berarti terdapat penurunan tingkat kecemasan pasien setelah dilakukan teknik relaksasi benson.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sri Hartini, (2023) tentang pengaruh benson terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang dahlia RSUD kota tanjung pinang, didapatkan hasil sebelum diberikan terapi benson terdapat 7 responden (33,3%) yang mengalami kecemasan ringan dan setelah diberikan terapi benson mengalami perubahan menjadi 18 responden (85,7%) yang mengalami kecemasan ringan sedangkan pada kecemasan sedang sebelum diberikan terapi relaksasi benson didapatkan 14 responden (66,7%) dan setelah diberikan terapi relaksasi benson tingkat kecemasan sedang menurun menjadi 3 responden (14,3%).

Penelitian lainnya dilakukan oleh Sari. et al., (2022) dengan judul pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kecemasan pasien pre operasi di RSUD Kab Tangerang. Relaksasi benson dilakukan 1-2 kali perhari selama 10 menit, terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi Benson. Tingkat kecemasan terbanyak sebelum dilakukan teknik relaksasi benson dari 22 reponden didapati 12 responden (54,5%) memiliki tingkat kecemasan sedang. Setelah dilakukan teknik relaksasi benson terdapat penurunan tingkat kecemasan ringan sebanyak 22 responden (100%). Sehingga terdapat pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap kecemasan pada pasien pre operasi dengan $p\text{ value} = 0,000$.

Hasil penelitian serupa juga dilakukan oleh Iis Alfia Nofitasari., (2023) dengan judul Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap

Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi, didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan kecemasan pasien yang semula dengan kecemasan sedang (skor 24) menjadi kecemasan ringan (skor 17). Selaras dengan penelitian Talitha. & Relawati., (2023) dengan hasil penelitian ulang Tingkat kecemasan pasien menggunakan kuesioner HAM-A berjumlah 19 dengan interpretasi kecemasan ringan. Setelah diberikan terapi relaksasi benson, skor HAM-A pasien turun 6 skor. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi benson efektif dalam menurunkan Tingkat kecemasan sebelum dilakukan Tindakan operasi.

3. Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif sebelum diberikan Teknik Relaksasi Genggam Jari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi relaksasi genggam jari, didapatkan hasil pasien yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 15 responden (46,9%), kecemasan sedang 16 responden (50,0%) dan kecemasan berat 1 responden (3,1%) dari 32 total sampel mayoritas pasien mengalami kecemasan sedang, yaitu 16 responden (50,0%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shifa et al., (2021) tentang Teknik Relaksasi Genggam Jari Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien pre Operasi Sectio Caesaria, dimana pada penelitian tersebut didapatkan sebelum diberikan teknik relaksasi benson ditemukan sebanyak 11 responden (73%) dengan tingkat kecemasan sedang dan 4 responden (27%) dengan tingkat kecemasan berat dari total sampel 15 responden.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Silviani et al., (2023) tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Persalinan Sesar di Ruang Kebidanan RSUD Kepahiang, Dimana di hasil jurnal tersebut didapatkan dari 45 pasien sebelum dilakukan relaksasi genggam jari yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 22 responden (48,9%), kecemasan ringan 11 responden (24,4%) dan kecemasan berat 12 responden (26,2%).

Hasil penelitian serupa juga dilakukan oleh Yulianti & Hidayah., (2023) tentang Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperatif Apendicitis Di RSUD Sekarwangi, menyatakan sebelum diberikan teknik relaksasi genggam jari terdapat perbedaan Tingkat kecemasan pasien, Dimana sebelum dilakukan intervensi pada 18 responden (24,11%) yang mengalami kecemasan dan setelah dilakukan intervensi didapatkan (12,89%) responden. sehingga dengan kata lain dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari pada pasien preoperatif appendicitis yang berada di ruang perawatan bedah Nyi Ageng Serang RSUD Sekarwangi Sukabumi.

4. Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif sesudah diberikan Teknik Relaksasi Genggam Jari.

Hasil penelitian menunjukkan menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden berada pada tingkat kecemasan ringan sesudah diberikan teknik relaksasi Benson, yaitu sebanyak 28 responden (87,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Shifa et al., (2021) yang berjudul teknik

Relaksasi Genggam Jari Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea, menyatakan sesudah diberi perlakuan pada 15 pasien, didapatkan 11 pasien (73%) mengalami cemas ringan, 4 pasien (27%) mengalami kecemasan sedang.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Hanung & Fitriyan, (2024) Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Appendicitis Di Instalasi Bedah Sentral RSUD Bung Karno Kota Surakarta, dengan hasil penelitian menggunakan kuisioner APAIS S dengan skor sebelum dilakukan intervensi adalah 15 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan intervensi menunjukkan skor 9 (kecemasan ringan).

Penurunan skoring kecemasan pasien dengan terapi relaksasi genggam jari lainnya juga dilakukan oleh Hamidah et al., (2023) tentang Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap kecemasan pasien preoperatif benigna prostat hiperplasia di Ruang Minajaya 1 RSUD Jampangkulon, menunjukkan bahwa nilai standar deviasi kecemasan sebelum (pre-test) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 4.59, nilai maksimal sebesar 56 dan nilai minimal sebesar 40. Sedangkan sesudah (pre-test) dilakukan relaksasi genggam jari kepada 17 responden adalah sebesar 5.57, nilai maksimal sebesar 52 dan nilai minimal sebesar 33. Hal ini menunjukan antara studi kasus dan teori tidak ada kesenjangan.

C. Analisa Bivariat

1. Perbedaan Rata-Rata Keefektifan Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Relaksasi Genggam Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif.

Hasil penelitian menunjukkan Uji Independent t-test menghasilkan $p = 0,230$ ($p > 0,05$) dan uji Mann-Whitney menghasilkan $p = 0,270$ ($p > 0,05$). Artinya, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara terapi relaksasi Benson dan terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperatif. Kedua teknik sama-sama efektif menurunkan kecemasan, namun tidak berbeda secara statistik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yana et al., (2025) yang membahas tentang Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi Dengan Teknik Genggam Jari Dan Benson Di RSUD Kabupaten Bekasi, Dimana ada penelitian ini menjelaskan Hasil pengabdian dari 30 pasien pre operasi didapatkan tingkat kecemasan sebelum melakukan teknik relaksasi genggam jari dan benson pasien pre operasi yang mengalami kecemasan ringan tidak ada, sekitar 40% pasien pre operasi mengalami cemas sedang, sekitar 53% pasien mengalami cemas berat, dan sekitar 7% pasien mengalami cemas berat. Sedangkan hasil pengabdian untuk tingkat kecemasan pasien pre operasi sesudah dilakukan tehnik relaksasi benson dan genggam jari didapatkan sekitar 40% pasien mengalami kecemasan ringan, sekitar 57% kecemasan sedang, dan kecemasan berat 3%, dan tidak ada yang mengalami cemas sangat berat. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat

perbedaan yang signifikan antara efektivitas teknik relaksasi benson dan terapi genggam jari dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre-operatif.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Armi et al., (2025) tentang Efektivitas Relaksasi Benson Dan Genggam Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Kamar Operasi RSUD Kabupaten Bekasi, Dimana pada penelitian tersebut menyimpulkan bahwa Pemberian relaksasi benson dan teknik genggam lima jari kecemasannya mengalami pengurangan dari sebelum diberi relaksasi benson dengan pasca diberi relaksasi benson. Adanya pengaruh Relaksasi Benson serta teknik genggam 5 jari terhadap penurunan Tingkat kecemasan pada pasien dengan Tindakan operasi. Relaksasi benson dan teknik genggam lima jari menjadikannya sebagai metode yang tak memberi efek samping, hemat biaya, terjangkau, serta mudah guna mengaplikasikannya.

Berbeda dengan Penelitian yang dilakukan oleh Satriana & Pipit Feriani., (2020) tentang Efektivitas Teknik Relaksasi Benson Dan Terapi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Laparatomi Di Ruang Mawar RSUD A. Wahab Sjahranie menjelaskan, Dilihat dari nilai peluang uji paired t-test teknik relaksasi Benson sebesar 0.0000.186 dan perbedaan besar rata-rata selisih mean difference antara kelompok perlakuan teknik relaksasi benson dengan kelompok perlakuan terapi genggam jari yaitu sebesar $3.600 > 2.400$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tindakan teknik relaksasi benson lebih efektif diberikan pada

penurunan tingkat kecemasan pada pasien laparatomi di ruang mawar RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda.

Berdasarkan hal ini maka menurut Analisa peneliti terhadap penelitian ini adalah bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara efektifitas teknik relaksasi benson dan terapi genggam jari dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre-operatif. Relaksasi benson dan teknik genggam jari menjadikannya sebagai metode yang tak memberi efek samping, hemat biaya, terjangkau, serta mudah guna mengaplikasikannya.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan tentang efektifitas pemberian teknik relaksasi benson dan terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan Tingkat kecemasan pasien pre operatif di Rumah Sakit Umum Daerah Dr, M, Zein Painan, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Diketahui karakteristik responden yang mengalami tingkat kecemasan dalam penelitian ini adalah sebagian besar responden berusia berjenis kelamin perempuan, dengan rentang usia paling banyak adalah dewasa (25-45 tahun), mayoritas tingkat pendidikan SMA dan, jenis pekerjaan adalah Ibu Rumah Tangga (IRT).
2. Tingkat kecemasan pasien pre-operatif sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi benson dan terapi relaksasi genggam jari paling banyak berada pada tingkat kecemasan sedang.
3. Tingkat kecemasan pasien pre-operatif setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi benson paling banyak berada pada tingkat kecemasan ringan dan Tingkat kecemasan pasien pre-operatif setelah dilakukan intervensi terapi relaksasi genggam jari paling banyak berada pada tingkat kecemasan ringan.
4. Ada pengaruh pemberian teknik relaksasi benson dan terapi relaksasi genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre-operatif $p = 0,270$ ($p > 0,05$).

B. Saran

1. Direktur RSUD Dr. M. Zein Painan

Disarankan kepada petugas di ruangan operasi RSUD Dr. M. Zein Painan untuk dapat mensosialisasikan dan mengaplikasikan teknik relaksasi Benson dan terapi relaksasi genggam jari pada pasien pre-operatif sehingga dapat dijadikan intervensi non farmakologi dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien.

2. Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dipertimbangkan sebagai *evidence based practice* bagi pelajar sehingga dijadikan sumber ilmu dan referensi baru untuk menambah wawasan dalam intervensi mandiri keperawatan.

3. Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan dan data masukan sebagai intervensi pembanding dengan intervensi lainnya dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre-operatif.