

LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**EDUKASI DAN PELATIHAN METODE MENURUNKAN
KECEMASAN PRE OPERASI DENGAN TEKNIK GENGAM
JARI DAN BENSON DI RSUD KABUPATEN BEKASI**

Disusun Oleh:

- | | |
|--|--------------|
| 1. Ns. Armi, S.Kep., M.Kep | (0420098002) |
| 2. Ns. Yana Setiawan, S.Kep., M.Kep | (0311057601) |
| 3. Ns. Nancy Susanita, S.Kep., M.Kep | (0330048403) |
| 4. Ns. Lisbeth Pardede, S.Kep., M.Kep | (0330116704) |
| 5. Ns. Ignatia Maria Shanti, S.Kep., M.Kep | (0301087504) |

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
TA 2024/2025**

HALAMAN SAMPUL
LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**EDUKASI DAN PELATIHAN METODE MENURUNKAN
KECEMASAN PRE OPERASI DENGAN TEKNIK GENGAM
JARI DAN BENSON DI RSUD KABUPATEN BEKASI**

Disusun Oleh:

- | | |
|---|--------------|
| 6. Ns. Armi, S.Kep., M.Kep | (0420098002) |
| 7. Ns. Yana Setiawan, S.Kep., M.Kep | (0311057601) |
| 8. Ns. Nancy Susanita, S.Kep., M.Kep | (0330048403) |
| 9. Ns. Lisbeth Pardede, S.Kep., M.Kep | (0330116704) |
| 10. Ns. Ignatia Maria Shanti, S.Kep., M.Kep | (0301087504) |

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
TA 2024/2025**

HALAMAN PENGESAHAN DAN PERSETUJUAN

1. Judul Penelitian : Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi
2. Bidang Pengabdian : Keperawatan Medikal Bedah
3. Ketua Pelaksana
 - a. Nama Lengkap : Ns. Armi, S.Kep., M.Kep
 - b. Jenis Kelamin : Perempuan
 - c. NIK/NIDN : 24011693/0420098002
 - d. Pangkat/Golongan : Lektor/III d
 - e. Jabatan : Dosen Tetap
 - f. Jurusan/Prodi : Sarjana Keperawatan
 - g. Alamat Rumah : Puri Cendana Blok A9 No. 16 Rt 005 Rw 015 Desa Sumberjaya Kec. Tambun Selatan Kab. Bekasi
 - h. Telp/Fax/email : ners.armi@gmail.com
 - i. Disiplin Ilmu : Ilmu Keperawatan
4. Jumlah Anggota
 - a. Anggota I : Ns. Yana Setiawan, S.Kep., M.Kep
 - b. Anggota II : Ns. Nancy Susanita, S.Kep., M.Kep
 - c. Anggota III : Ns. Lisbeth Pardede, S.Kep., M.Kep
 - d. Anggota IV : Ns. Ignatia Maria Shanti, S.Kep., M.Kep
 - e. Mahasiswa :
 1. Pevi Setiawati (202205095)
 2. Isnaeni Icha (202205663)
5. Lokasi Kegiatan : RSUD Kabupaten Bekasi
6. Jangka Waktu Pelaksanaan : 1 bulan
7. Integrasi dengan MK : Keperawatan Dewasa dan Terapi Komplementer
8. Integrasi dengan Penelitian (Judul) : Efektivitas Relaksasi Benson Dan Genggam Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Kamar Operasi RSUD Kabupaten Bekasi

9. Biaya yang diperlukan : Rp 4,260,000

Bekasi, 24 Februari 2025

Wakil Ketua I



Ns. Rohayati, M.Kep., Sp.Kep.Kom
Ketua STIKes Mitra Keluarga



Dr. Susi Hartati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep.An

Mengetahui,
Kepala LPPM



Noerlitri, S.KM.MKM
Menyetujui,

Penanggung Jawab Pengabdian



Ns. Armi, S.Kep., M.Kep
Wakil Ketua II



drg. Elisabeth Setyodewi, MM

RINGKASAN

Kondisi pembedahan merupakan suatu kondisi yang dapat menimbulkan kecemasan pada setiap orang. Kecemasan dapat timbul ketika seseorang akan dilaksanakan pembedahan, hal ini timbul karena adanya rasa takut akan dilaksanakan tindakan operasi. Kecemasan merupakan respon adaptif yang terjadi pada setiap orang karena akan dilakukan tindakan pembedahan. Tindakan pembedahan di Indonesia menempati urutan 11 dari 50 penanganan penyakit pertama di Rumah Sakit se Indonesia dengan pasien operasi sebanyak 1,2 juta jiwa. Masalah kesehatan bagi masyarakat, salahsatunya kasus bedah. Hal ini merupakan satu respon psikologis pasien yang mengalami bedah mayor dapat berupa kecemasan. Respon psikologis karena tindakan pembedahan dapat berkisar dengan cemas ringan, sedang, berat sampai panik tergantung setiap individu. Seseorang terkadang tidak mampu mengontrol kecemasanyang dihadapi, sehingga dalam tubuh terjadi disharmoni. Pasien *pre-operatif* yang mengalami tingkat kecemasan tinggi, maka akan timbul respon maladaptif yang dapat menyebabkan terganggunya fungsi fisiologis, dan mengganggu konsentrasi. Seorang yang cemas saat akan operasi karena takut akan kematian dan kecacatan yang terjadi pada dirinya.

Upaya nonfarmakologis yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan berupa relaksasi lima jari, metode ini untuk mengalihkan perhatian dengan menekan jari-jari tangan sambil menggambarkan atau membayangkan sesuatu yang gembira. Selain terapi genggam jari yang mempunyai fungsi yang sama yaitu terapi benson, dimana terapi ini dapat dapat membuat otot rileks dan mengalihkan pada kecemasan. Kondisi tubuh akan rileks, maka hormon kortisol dan adrenalin terjadi penurunan sehingga menurunkan tekanan darah.

Tindakan edukasi yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan pada pasien pre operasi terkait tehnik mengurangi kecemasan saat menghadapi tindakan operasi dengan tehnik relaksasi genggam jari dan benson.

Kata Kunci: kecemasan; tehnik genggam jari; tehnik benson; pre operasi

PRAKATA

Alhamdulillah Robbil Alamin, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan pengabdian kepada masyarakat ini yang berjudul: **“Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi”**. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan arahan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Susi Hartati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep.An, selaku Ketua STIKes Mitra Keluarga;
2. Ns. Rohayati., M.Kep., Sp. Kep.Kom, selaku Wakil Ketua I;
3. drg. Elisabeth Setyodewi, MM, selaku Wakil Ketua II;
4. Noerfitri, S.KM., MKM, selaku Kepala LPPM;
5. Ns. Yeni Iswari, M.Kep., Sp.Kep.An, selaku Koprodi Sarjana Keperawatan;
6. dr. Arief Kurnia, MARS, selaku Direktur RSUD Kabupaten Bekasi yang telah memberikan izin;
7. Dosen dan Staf Program Studi Sarjana Keperawatan yang telah memberikan motivasi dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat;
8. Orang tua, Suami dan anak-anaku tercinta, yang senantiasa berdoa dan memberikan motivasi selama proses pengabdian kepada masyarakat;
9. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan yang turut terlibat dan membantu dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat; dan
10. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses pembuatan laporan pengabdian kepada masyarakat ini.

Laporan akhir pengabdian kepada masyarakat ini masih banyak keterbatasan dalam pelaksanaan, sehingga diperlukan kritik dan saran untuk kearah perbaikan laporan yang lebih baik lagi. Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan

membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga pengabdian kepada masyarakat ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Bekasi, Maret 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
RINGKASAN	iii
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB 1. PENDAHULUAN	1
BAB 2. HASIL ANALISIS KONDISI EKSISTING MITRA SESUAI BIDANG PERMASALAHAN YANG DIANGKAT	3
BAB 3. TUJUAN DAN MANFAAT	5
BAB 4. PERMASALAHAN DAN SOLUSI	6
BAB 5. METODE DAN LIMA TAHAPAN PELAKSANAAN PENGABDIAN	8
BAB 6. HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN	13
BAB 7. <i>DELIVERY</i> PENERAPAN PRODUK TEKNOLOGI DAN INOVASI KE MASYARAKAT	19
BAB 8. LUARAN YANG DICAPAI	20
BAB 9. KESIMPULAN DAN SARAN	21
DAFTAR PUSTAKA	22
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Target Penyelesaian PKM	7
Tabel 2. Uraian Tugas PKM ke-1 (Minggu 1)	8
Tabel 3. Uraian Tugas PKM ke-2 (Minggu 2)	9
Tabel 4. Uraian Tugas PKM ke-3 (Minggu 3)	10
Tabel 5. Uraian Jadwal Kegiatan PKM	12

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kegiatan PKM Hari Pertama	14
Gambar 2. Kegiatan PKM Hari Kedua	14
Gambar 3. Kegiatan PKM Hari Ketiga	14
Gambar 4. Jenis Kelamin Pasien Pre Operasi	16
Gambar 5. Hasil Kuisisioner Sebelum Kegiatan Edukasi atau Penyuluhan	17
Gambar 6. Hasil Kuisisioner Sesudah Kegiatan Edukasi atau Penyuluhan	17
Gambar 7. Hasil Kecemasan Pasien Pre Operasi Sebelum dan Sesudah Teknik Genggam Jari dan Benson	18
Gambar 8. Leaflet Teknik Relaksasi Benson dan Genggam Jari	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan PKM ke Kesbangpol	23
Lampiran 2. Surat PKM dari Kesbangpol	24
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari RSUD Kabupaten Bekasi	25
Lampiran 4. Surat Tugas PKM	26
Lampiran 5. Dokumentasi	27
Lampiran 6. Realisasi Anggaran Belanja	33
Lampiran 7. Dokumen Realisasi Anggaran Belanja	34

BAB I

PENDAHULUAN

Tindakan penanganan medis berupa tindakan pembedahan, dapat menimbulkan rasa takut, cemas dan stress. Kecemasan merupakan suatu kekeliruan, keraguan dalam sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas berhubungan dengan perasaan yang tidak pasti seperti kecemasan dalam menghadapi operasi (1). Masalah kesehatan bagi masyarakat, salahsatunya kasus bedah. Hal ini merupakan satu respon psikologis pasien yang mengalami bedah mayor dapat berupa kecemasan. Respon psikologis karena tindakan pembedahan dapat berkisar dengan cemas ringan, sedang, berat sampai panik tergantung setiap individu. Seseorang terkadang tidak mampu mengontrol kecemasanyang dihadapi, sehingga dalam tubuh terjadi disharmoni. Pasien *pre-operatif* yang mengalami tingkat kecemasan tinggi, maka akan timbul respon maladaptif yang dapat menyebabkan terganggunya fungsi fisiologis, dan mengganggu konsentrasi. Seseorang yang cemas menghadapi operasi disebabkan beberapa faktor, yaitu takut terhadap nyeri, kematian, takut akan terjadi kecacatan dan ancaman lain yang dapat berdampak pada citra tubuh (2). Kecemasan yang timbul berkepanjangan akan berdampak pada psikologis dan fisiologis seseorang, hal ini salahsatunya dapat berupa peningkatan tekanan darah, frekuensi pernapasan, denyut nadi dan keringat dingin yang dapat mengganggu efek dari anastesi saat operasi (3).Tindakan yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi.

Teknik hipnosis genggam lima jari merupakan tindakan non farmakologi, Tindakan ini merupakan bentuk pengalihan situasi *selfhypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormone yang dapat memicu timbulnya kecemasan (4). Tehnik relaksasi selain terapi genggam lima jari yaitu terapi benson.

Teknik relaksasi benson dapat menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen di dalam tubuh dan membuat otot tubuh menjadi lebih rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Kondisi seimbang akan menimbulkan keadaan rileks bagi pasien yang ditandai dengan oksigen dalam otak tercukupi (5). Terapi benson merupakan salah satu intervensi keperawatan yang dilakukan sebagai metode komplementer (6). Tindakan relaksasi ini dapat membuat otot rileks dan mengalihkan pada kecemasan. Kondisi tubuh akan rileks, maka hormon kortisol dan adrenalin terjadi penurunan. Kondisi ini juga dapat meningkatkan hormon serotonin dan

endorphin, sehingga mempengaruhi respon tubuh berupa penurunan tekanan darah, denyut nadi, dan pernapasan serta membuat kondisi seseorang menjadi lebih tenang (7).

Laporan kunjungan pasien operasi bulan Agustus 2024 di RSUD Kabupaten Bekasi tiap hari rata-rata 82 pasien kasus bedah dengan anestesi umum. Wawancara awal semua pasien yang menjalani tindakan operasi akan mengalami kecemasan dengan berbagai tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Teknik relaksasi Benson dan genggam jari merupakan salah satu teknik yang belum pernah diaplikasikan di Ruang *Recovery* kamar operasi RSUD Kabupaten Bekasi dan lebih banyak menerapkan relaksasi nafas dalam. Olehkarena itu

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners STIKes Mitra Keluarga memiliki tanggung jawab sosial untuk memberikan Pendidikan kesehatan kepada pasien yang akan menjalani operasi terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson untuk menurunkan kecemasan Kegiatan bersifat promotif dan preventif kepada pasien pre operasi, kegiatan ini diharapkan para dosen dan mahasiswa dari STIKes Mitra Keluarga bekerjasama dengan pihak RSUD Kabupaten Bekasi dapat memberikan edukasi pada pasien pre operasi yang dapat meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

BAB II

HASIL ANALISIS KONDISI EKSISTING MITRA SESUAI BIDANG PERMASALAHAN YANG DIANGKAT

Perawat memiliki tanggung jawab sosial untuk memberikan edukasi, yang bersifat promotif dan preventif kepada masyarakat sekitar. Hal ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tehnik relaksasi genggam jari dan benson yang dapat merubah pola pikir dan pola hidup masyarakat sehingga derajat kesehatan masyarakat meningkat.

Tindakan tehnik relaksasi genggam jari dan benson bermanfaat untuk mengatasi kecemasan pasien. Pada kasus yang sering ditemukan di Rumah Sakit berupa kecemasan yang dialami pasien saat akan dilakukan operasi. Hal ini jika tidak ditangani akan berdampak kepada penundaan operasi sehingga hari rawat pasien lebih lama dan berdampak pada biaya perawatan yang akan dibayarkan oleh pasien. RSUD Kabupaten Bekasi merupakan Rumah Sakit Umum Daerah yang terletak di Kabupaten Bekasi. Hasil penelitian yang dilakukan Armi (2024) menyatakan bahwa, didapatkan hasil kecemasan pasien setelah diberikan tehnik relaksasi benson dan genggam jari mengalami penurunan kecemasan pada pasien pre operasi.

Masalah kesehatan bagi masyarakat, salahsatunya kasus bedah. Hal ini merupakan satu respon psikologis pasien yang mengalami bedah mayor dapat berupa kecemasan. Respon psikologis karena tindakan pembedahan dapat berkisar dengan cemas ringan, sedang, berat sampai panik tergantung setiap individu. Seseorang terkadang tidak mampu mengontrol kecemasanyang dihadapi, sehingga dalam tubuh terjadi disharmoni. Pasien *pre-operatif* yang mengalami tingkat kecemasan tinggi, maka akan timbul respon maladaptif yang dapat menyebabkan terganggunya fungsi fisiologis, dan mengganggu konsentrasi. Seseorang yang cemas menghadapi operasi disebabkan beberapa faktor, yaitu takut terhadap nyeri, kematian, takut akan terjadi kecacatan dan ancaman lain yang dapat berdampak pada citra tubuh (2). Tindakan yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi.

Teknik hipnosis genggam lima jari merupakan tindakan non farmakologi, Tindakan ini merupakan bentuk pengalihan situasi *selfhypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormone yang dapat memicu timbulnya kecemasan (4). Tehnik relaksasi selain terapi genggam lima jari yaitu terapi benson.

Teknik relaksasi benson dapat menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen di dalam tubuh dan membuat otot tubuh menjadi lebih rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman.

BAB III

TUJUAN DAN MANFAAT

A. Tujuan

Kecemasan merupakan suatu kejadian yang sering dijumpai pada kasus pasien yang akan menjalani operasi. Olehkarena itu perlu ditangani Tingkat kecemasan pasien dengan tindakan relaksasi untuk mengurangi kecemasan. Tindakan relaksasi yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan berupa tehnik relaksasi genggam jari dan benson. Tujuan dari tindakan relaksasi genggam jari dan benson yaitu untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi agar tindakan operasi dapat dilakukan dengan lancar dan tanpa kendala.

B. Manfaat

Tindakan relaksasi benson dan genggam jari merupakan bentuk tindakan pengalihan situasi dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormone yang dapat memicu timbulnya kecemasan. Teknik relaksasi benson dan genggam jari dapat menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen di dalam tubuh dan membuat otot tubuh menjadi lebih rileks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Kondisi seimbang akan menimbulkan keadaan rileks bagi pasien yang ditandai dengan oksigen dalam otak tercukupi.

BAB IV

PERMASALAHAN DAN SOLUSI

A. Permasalahan Prioritas

Meningkatnya kunjungan pasien yang akan dilakukan operasi tindakan operasi di Rumah Sakit seperti operasi *section secaria* dan appendiksitis dan lainnya yang berdampak terhadap kendala yang dihadapi saat persiapan operasi yaitu berupa kecemasan. Hal ini akan menyebabkan seseorang mengalami gangguan psikologis dan fisiologis jika masalah kecemasan tidak ditangani dengan baik. Olehkarena itu pentingnya tindakan untuk mengatasi kecemasan berupa tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson. Jika pengetahuan pasien pre operasi meningkat terkait pencegahan kecemasan dengan tehnik relaksasi genggam jari dan benson, jika hal ini tidak dilakukan penanganan maka dapat menurunkan angka kegagalan untuk tindakan dilakukan operasi karena kecemasan. Manfaat bagi pihak Rumah Sakit akan mempercepat hari rawat dan meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

B. Solusi

Deskripsi secara lengkap terkait solusi permasalahan memuat hal-hal berikut:

a. Solusi yang Ditawarkan

Diperlukan edukasi dan demonstrasi untuk menambah pemahaman sehingga mengurangi kecemasan dan nyeri salahsatunya dengan tehnik relaksasi genggam jari dan benson.

b. Target Luaran

Pasien pre operasi di Kamar Operasi RSUD Kabupaten Bekasi memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam menangani kecemasan saat akan dilakukan tindakan operasi, untuk mencegah terjadinya penundaan tindakan operasi.

c. Target Penyelesaian

Berikut ini target dalam menyelesaikan pengabdian kepada masyarakat:

Tabel 1. Target Penyelesaian PKM

No	Permasalahan	Solusi yang ditawarkan	Target Kegiatan	Rencana dan Indikator Capaian
1	Tingginya rata-rata kunjungan perbulan pasien yang menjalani operasi yang mengalami kecemasan baik ringan dan sedang	Edukasi terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson	Pasien yang akan melakukan operasi seperti ibu hamil dengan indikasi SC, appendiksi, dan lainnya	Rencana: edukasi terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson Indikator capaian 95% pengetahuan pasien pre operasi yang hadir dan pengetahuannya bertambah terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson
2	Penanganan kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Kabupaten masih banyak menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam	Demonstrasi terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson	Pasien yang akan melakukan operasi seperti ibu hamil dengan indikasi SC, appendiksi, dan lainnya	Rencana: demonstrasi terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson Indikator capaian 95% pasien pre operasi yang hadir dapat melakukan kembali tindakan terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson

BAB V

METODE DAN LIMA TAHAPAN PELAKSANAAN PENGABDIAN

A. Metode dan Tahap Pelaksanaan PKM

Kegiatan yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang tercantum diatas, maka ditempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Persiapan

- Mengurus perizinan ke tempat PKM di RSUD Kabupaten Bekasi
- Mencari sumber informasi mengenai tehnik relaksasi genggam jari dan benson
- Membuat materi tentang tehnik relaksasi genggam jari dan benson dapat menurunkan tingkat kecemasan
- Menyiapkan peralatan demostrasi, pretest, posttest, pembagian leaflet, hadiah, dan souvenir

2. Sosialisasi

Target kegiatan sebanyak 30 pasien pre operasi. Kegiatan PKM terdiri dari pres test dan posttest Tingkat kecemasan, serta penyampaian materi terkait terkait tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson, diskusi dan tanya jawab, posttest pengetahuan terkait tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson, serta demonstrasi tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson, dan evaluasi kegiatan. Adapun uraian tugas dari personil PKM sebagai berikut:

Tabel 2. Uraian Tugas PKM ke-1 (Minggu 1)

No.	Uraian	Kegiatan	Waktu	PIC
1.	Pembukaan	• Salam • Kontrak program	5 menit	Mahasiswa
2.	Pre test	• Membagikan kuesioner tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Mendampingi pasien dalam mengisi lembar kuesioner test tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Menilai tingkat kecemasan pasien	10 menit	Mahasiswa
3.	Edukasi	• Menyampaikan materi tehnik relaksasi Benson • Menyampaikan materi tehnik relaksasi Genggam Jari	20 menit	Armi dan Nancy Susanita

6.	Demostrasi	• Mengajarkan tehnik relaksasi Benson • Mengajarkan tehnik relaksasi Genggam Jari	40 menit	Armi dan Nancy Susanita
7.	Diskusi dan tanya jawab,	• Menjawab pertanyaan • Redemonstrasi untuk tindakan	15 menit	Armi dan Nancy Susanita
8.	Post test	• Membagikan kuesioner tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Mendampingi pasien dalam mengisi lembar kuesioner test tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Menilai tingkat kecemasan pasien	10 menit	Armi dan Nancy Susanita
9.	Pembagian leaflet dan souvenir	• Membagikan leaflet tehnik genggam jari dan benson • Membagikan souvenir berupa mug kepada pasien pre operasi	15 menit	Armi dan Nancy Susanita
10.	Penutup dan sesi foto	• Salam • Foto Bersama pasien, mahasiswa dan dosen	5 menit	Mahasiswa

Tabel 3. Uraian Tugas PKM ke-2 (Minggu 2)

No.	Uraian	Kegiatan	Waktu	PIC
1.	Pembukaan	• Salam • Kontrak program	5 menit	Mahasiswa
2.	Pre test	• Membagikan kuesioner tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Mendampingi pasien dalam mengisi lembar kuesioner test tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Menilai tingkat kecemasan pasien	10 menit	Mahasiswa

3.	Edukasi	- Menyampaikan materi tehnik relaksasi Benson - Menyampaikan materi tehnik relaksasi Genggam Jari	20 menit	Yana Setiawan dan Armi
6.	Demostrasi	- Mengajarkan tehnik relaksasi Benson - Mengajarkan tehnik relaksasi Genggam Jari	40 menit	Yana Setiawan dan Armi
7.	Diskusi dan tanya jawab,	- Menjawab pertanyaan - Redemonstrasi untuk tindakan	15 menit	Yana Setiawan dan Armi
8.	Post test	- Membagikan kuesioner tingkat kecemasan pada pasien pre operasi - Mendampingi pasien dalam mengisi lembar kuesioner test tingkat kecemasan pada pasien pre operasi - Menilai tingkat kecemasan pasien	10 menit	Yana Setiawan dan Armi
9.	Pembagian leaflet dan souvenir	- Membagikan leaflet tehnik genggam jari dan benson - Membagikan souvenir berupa mug kepada pasien pre operasi	15 menit	Yana Setiawan dan Armi
10.	Penutup dan sesi foto	- Salam - Foto Bersama pasien, mahasiswa dan dosen	5 menit	Mahasiswa

Tabel 4. Uraian Tugas PKM ke-3 (Minggu 3)

No.	Uraian	Kegiatan	Waktu	PIC
1.	Pembukaan	- Salam - Kontrak program	5 menit	Mahasiswa
2.	Pre test	- Membagikan kuesioner tingkat kecemasan pada pasien pre operasi - Mendampingi pasien dalam mengisi lembar kuesioner test tingkat	10 menit	Mahasiswa

		kecemasan pada pasien pre operasi • Menilai tingkat kecemasan pasien		
3.	Edukasi	• Menyampaikan materi teknik relaksasi Benson • Menyampaikan materi teknik relaksasi Genggam Jari	20 menit	Nancy Susanita dan Yana Setiawan
6.	Demotrasi	• Mengajarkan teknik relaksasi Benson • Mengajarkan teknik relaksasi Genggam Jari	40 menit	Nancy Susanita dan Yana Setiawan
7.	Diskusi dan tanya jawab,	• Menjawab pertanyaan • Redemonstrasi untuk tindakan	15 menit	Nancy Susanita dan Yana Setiawan
8.	Post test	• Membagikan kuesioner tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Mendampingi pasien dalam mengisi lembar kuesioner test tingkat kecemasan pada pasien pre operasi • Menilai tingkat kecemasan pasien	10 menit	Nancy Susanita dan Yana Setiawan
9.	Pembagian leaflet dan souvenir	• Membagikan leaflet teknik genggam jari dan benson • Membsgiksn souvenir berupa mug kepada pasien pre operasi	15 menit	Nancy Susanita dan Yana Setiawan
10.	Penutup dan sesi foto	• Salam • Foto Bersama pasien, mahasiswa dan dosen	5 menit	Mahasiswa

3. Pendampingan

Edukasi dan demonstrasi dilakukan pada bulan November sampai Desember 2024, dimana masyarakat mendapatkan pendampingan saat melakukan simulasi tehnik relaksasi genggam jari dan benson.

4. Evaluasi

Evaluasi terhadap tingkat pengetahuan masyarakat mengenai tehnik reaksi dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan.

5. Keberlanjutan program

Tehnik relaksasi genggam jari dan benson dapat diterapkan pada pasien pre operasi yang akan dilakukan tindakan operasi agar menurunkan tingkat kecemasan pasien di kamar operasi. Perawat kamar operasi dan pasien yang akan tindakan operasi dapat menerapkan tehnik relaksasi genggam jari dan beson untuk mengurangi kecemasan pada saat akan dilakukan operasi, sehingga tidak ada lagi pasien yang ditunda tindakan operasinya karena kecemasan.

B. Jadwal Pelaksanaan

Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 5. Uraian Jadwal Kegiatan PKM

No	Nama Kegiatan	Bulan			
		11	12	1	2
1	Koordinasi administrasi perijinan kegiatan pengabdian kepada masyarakat				
2	Rapat koordinasi bersama dengan perawat di ruang OK RSUD Kabupaten Bekasi				
3	Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat				
4	Penyusunan laporan akhir				
5	Publikasi hasil pengabdian kepada masyarakat				
6	Seminar				

BAB VI

HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pada pasien pre operasi, dilaksanakan pada bulan Desember 2024 sampai Januari 2025 bertempat di di RSUD Kabupaten Bekasi. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi edukasi kesehatan dan demonstrasi tentang tehnik relaksasi genggam jari dan benson.

Kegiatan edukasi mengenai tindakan untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan menggunakan tehnik relaksasi genggam jari dan benson yang dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan kegiatan
 - a. Kegiatan survey tempat pengabdian masyarakat yaitu di RSUD Kabupaten Bekasi.
 - b. Permohonan izin kegiatan pengabdian masyarakat kepada Kesbangpol dan Dinas Kesehatan kabupaten Bekasi, dan RSUD Kabupaten Bekasi.
 - c. Pengurusan administrasi (surat menyurat)
 - d. Persiapan alat dan bahan serta akomodasi
 - e. Persiapan tempat untuk pendidikan kesehatan (penyuluhan) terkait edukasi dan demonstrasi tehnik relaksasi genggam jari dan benson untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Kabupaten Bekasi.
2. Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan)
 - a. Pembukaan dan pengenalan dengan pasien yang akan dilakukan operasi yang menjadi sasaran kegiatan.
 - b. Penyuluhan mengenai definisi, manfaat, dan cara melakukan tehnik relaksasi genggam jari dan benson.
 - c. Sesi diskusi/tanya jawab dengan peserta penyuluhan kesehatan mengenai cara melakukan tehnik relaksasi genggam jari dan benson.
 - d. Melakukan demonstrasi tehnik relaksasi genggam jari dan benson pada pasien pre operasi di ruang perawatan RSUD Kabupaten Bekasi. Kegiatan PKM dilakukan selama 3 hari dengan tim PKM dari STIKes Mitra Keluarga Bersama mahasiswa dan dibantu perawat ruang Chasta 1 dan 2.



Gambar 1. Kegiatan PKM Hari Pertama



Gambar 2. Kegiatan PKM Hari Kedua



Gambar 3. Kegiatan PKM Hari Ketiga

3. Penutupan

- a. Pemberian souvenir mug bergambar STIKes Mitra Keluarga dan leaflet teknik relaksasi genggam jari dan benson kepada pasien pre operasi di ruang perawatan Chasta 1 dan 2 setelah dilakukan edukasi dan demonstrasi.
- b. Foto bersama dengan peserta penyuluhan
- c. Berpamitan dengan pasien pre operasi di ruang Chasta 1 dan 2 RSUD Kabupaten Bekasi.
- d. Pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat

Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) kesehatan mengenai teknik relaksasi genggam jari dan benson bermanfaat untuk menurunkan Tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Diharapkan pasien yang akan dilakukan tindakan teknik relaksasi genggam jari dan benson berkurang cemasnya dan operasi dapat dilakukan dengan lancar. Hal ini berdampak kepada hari perawatan dan Tingkat penyembuhan pasien agar optimal.

Output yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya adalah:

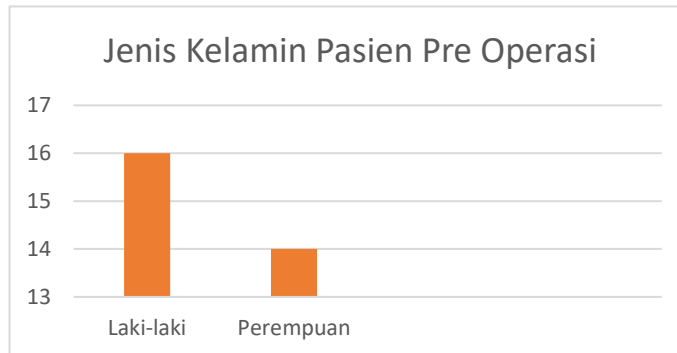
1. Pasien pre operasi diberikan pendidikan kesehatan/penyuluhan mengenai teknik relaksasi genggam jari dan benson.
2. Pasien pre operasi yang diberikan edukasi dapat memahami mengenai isi materi dan diakhiri dengan sesi tanya jawab.
3. Pasien pre operasi dapat melakukan sendiri untuk teknik relaksasi genggam jari dan benson untuk menurunkan kecemasan sebelum dilakukan operasi.
4. Mengevaluasi tingkat pemahaman pasien pre operasi terhadap isi penyuluhan teknik relaksasi genggam jari dan benson.

Sedangkan *outcome* yang didapatkan diantaranya adalah:

1. Adanya pengabdian kepada masyarakat diharapkan masyarakat khususnya pasien pre operasi dapat memahami, serta menerapkan teknik relaksasi genggam jari dan benson untuk menurunkan kecemasan agar operasi dapat dilaksanakan tanpa kendala.
2. Diharapkan perawat ruangan bedah RSUD Kabupaten Bekasi dapat melakukan teknik relaksasi genggam jari dan benson pada pasien pre operasi.
3. STIKes Mitra Keluarga, khususnya prodi Sarjana Keperawatan dan profesi Ners semakin dikenal sebagai institusi yang mempunyai kepedulian terhadap permasalahan masyarakat khususnya pada pasien pre operasi, serta dapat melakukan teknik relaksasi genggam jari dan benson sebelum dilaksanakan operasi agar operasi dapat dilaksanakan tanpa kendala, sehingga hari perawatan pasien tidak lama. Hal ini merupakan suatu langkah untuk mencegah terjadinya penundaan dilakukan operasi yang akan berdampak kepada beban biaya perawatan.

Kegiatan edukasi atau penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2024 sampai dengan 31 Januari 2025 di ruang Chasta 1 dan 2 RSUD Kabupaten Bekasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada 30 peserta yang didominasi oleh laki-laki sebanyak 16 orang (53,3%) dan perempuan sebanyak 14 orang (46,7%) pada edukasi kesehatan terkait teknik relaksasi genggam jari dan benson. Pada kegiatan ini yang menjadi mitra

yaitu RSUD Kabupaten Bekasi, masyarakat khususnya pasien pre operasi, tim dosen dan 2 orang mahasiswa STIKes Mitra Keluarga. Berikut hasil kegiatan pengabdian pada gambar:



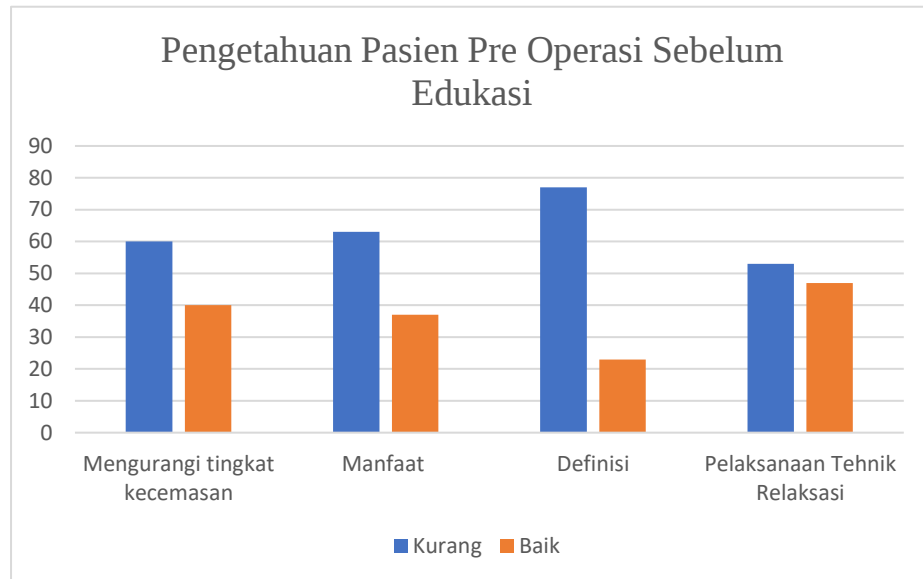
Gambar 4. Jenis Kelamin Pasien Pre Operasi

Kegiatan PKM terdiri dari: pretest dan posttest tingkat kecemasan, penyampaian materi terkait terkait tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson, diskusi dan tanya jawab, pretes dan posttest pengetahuan terkait tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson, serta demonstrasi tehnik relaksasi genggam jari dan terapi benson, dan evaluasi.

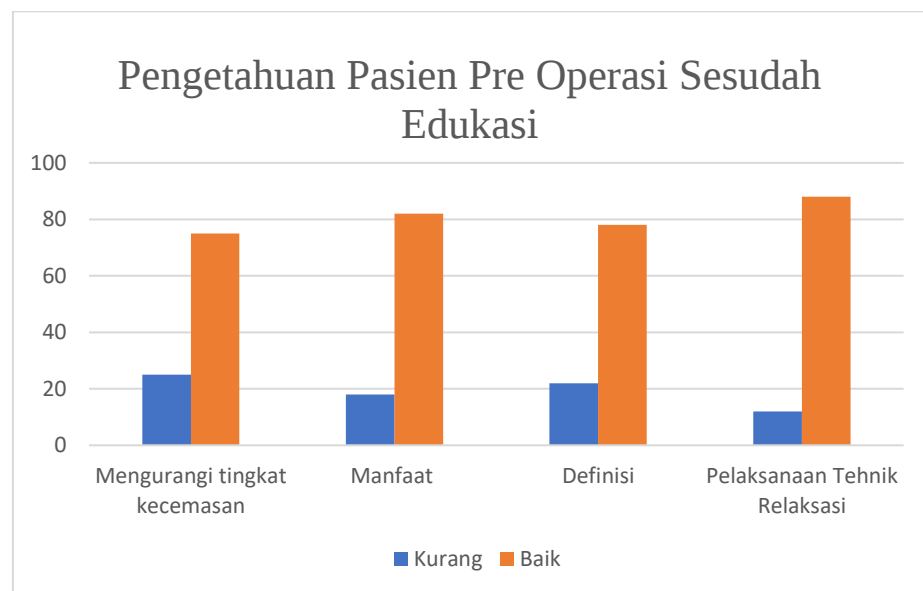
1. Tingkat Pengetahuan sebelum dan Sesudah dilakukan Edukasi Relaksasi Genggam Jari dan Benson

Para peserta merasa sangat senang dan antusias mendengarkan edukasi kesehatan dalam acara kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil pengabdian didapatkan dari kuesioner pengetahuan sebelum dilakukan edukasi terkait fungsi tehnik relaksasi mayoritas dengan pengetahuan kurang sekitar 60%, sekitar 63% pasien memiliki pengetahuan kurang terkait manfaat tehnik relaksasi genggam jari dan benson, sekitar 77% pasien pre operasi memiliki pengetahuan kurang terkait definisi dari tehnik relaksasi benson dan genggam jari, dan sekitar 53% pasien pre operasi memiliki pengetahuan kurang terkait pelaksanaan tehnik relaksasi. Hal ini terlihat dari peserta yang mengajukan berbagai pertanyaan. Seperti yang dipaparkan oleh salah satu peserta bahwa saat diruang operasi tindakan ini akan dilakukan untuk mengurangi cemas saat akan dilakukan operasi. Sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan tim pengabdian melakukan wawancara ke pasien pre operasi sebelum dan setelah kegiatan berlangsung terkait tehnik relaksasi genggam jari dan benson.

Hasil kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 5. Hasil Kuisisioner Sebelum Kegiatan Edukasi atau Penyuluhan

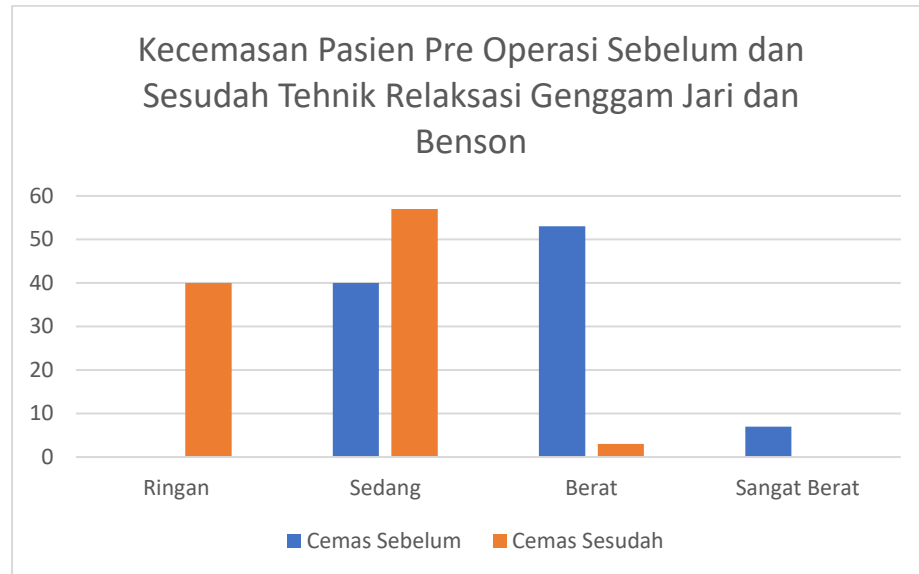


Gambar 6. Hasil Kuisisioner Sesudah Kegiatan Edukasi atau Penyuluhan

Hasil pengabdian didapatkan dari kuesioner pengetahuan sesudah dilakukan edukasi teknik relaksasi genggam jari dan benson terkait fungsi teknik relaksasi baik sekitar 75%, sekitar 82% pasien memiliki pengetahuan baik terkait manfaat teknik relaksasi genggam jari dan benson, sekitar 78% pasien pre operasi memiliki pengetahuan baik terkait definisi dari teknik relaksasi benson dan genggam jari, dan sekitar 88% pasien pre operasi memiliki pengetahuan baik terkait pelaksanaan teknik relaksasi.

2. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Tindakan Relaksasi Genggam Jari dan Benson

Selain itu juga kegiatan pengabdian yang dilaksanakan tim pengabdian dengan mengukur kecemasan sebelum dan sesudah dilaksanakan tehnik relaksasi genggam jari dan benson. Hasil kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 7. Hasil Kecemasan Pasien Pre Operasi Sebelum dan Sesudah Tehnik Genggam Jari dan Benson

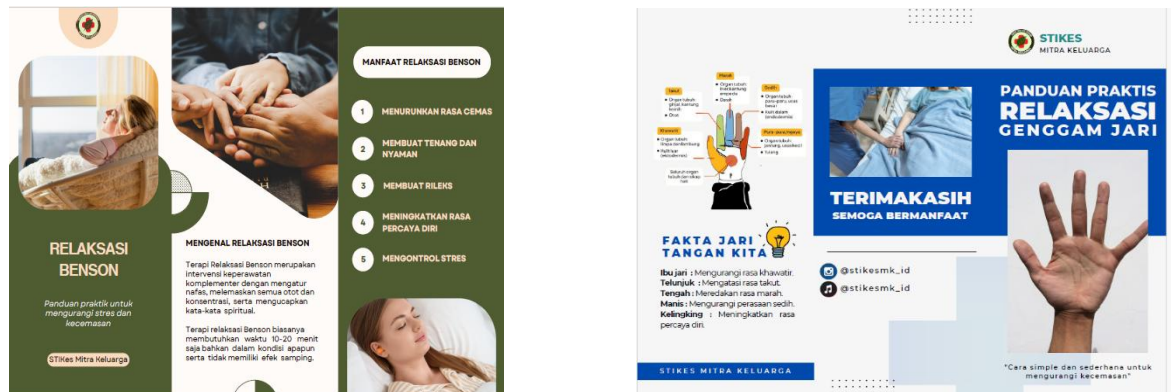
Hasil pengabdian dari 30 pasien pre operasi didapatkan tingkat kecemasan sebelum melakukan tehnik relaksasi genggam jari dan benson pasien pre operasi yang mengalami kecemasan ringan tidak ada, sekitar 40% pasien pre operasi mengalami cemas sedang, sekitar 53% pasien mengalami cemas berat, dan sekitar 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.

BAB VII

DELIVERY PENERAPAN PRODUK TEKNOLOGI DAN INOVASI KE MASYARAKAT

Hasil pengabdian yang dapat diterapkan ke masyarakat berupa tindakan atau intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada saat akan menjalani operasi. Tindakan yang dilakukan berupa tehnik relaksasi benson dimana tehnik ini merupakan suatu intervensi keperawatan komplementer dengan mengatur nafas, melemaskan semua otot dan konsentrasi, serta mengucapkan kata-kata spiritual. Sedangkan untuk tehnik relaksasi genggam jari merupakan tehnik relaksasi yang menggunakan jari tangan yang merupakan metode sederhana namun efektif dalam pengendalian emosi.

Penyebaran informasi dan edukasi dilakukan dengan menggunakan leaflet tehnik relaksasi genggam jari dan benson, berikut leaflet yang digunakan untuk edukasi:



Gambar 8. Leaflet Tehnik Relaksasi Benson dan Genggam Jari

BAB VIII

LUARAN YANG DICAPAI

Luaran pengabdian yang akan dicapai berupa:

1. Membuat poster untuk tehnik relaksasi genggam jari dan benson yang akan di HAKI kan.
2. Publikasi, untuk artikel pengabdian akan dipublikasi di jurnal pengabdian kepada masyarakat di Jurnal Bernas. Artikel masih dalam tahap memasukkan tamplate untuk di submit.

BAB IX

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi dan demonstrasi atau pelatihan tentang tehnik relaksasi benson dan genggam jari di RSUD Kabupaten Bekasi telah terlaksana dengan baik dengan adanya peningkatan pengetahuan pada pasien pre operasi
2. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi dan demonstrasi atau pelatihan tentang tehnik relaksasi benson dan genggam jari di RSUD Kabupaten Bekasi mendapatkan respon yang baik dari pasien yang akan menjalani operasi karena tindakan tidak memerlukan alat dan mudah untuk dilakukan.

B. Saran

Kegiatan ini dapat dilakukan secara rutin oleh para perawat di ruang perawatan bedah untuk mengurangi kecemasan pasien agar kendala tertundanya operasi karena kecemasan dapat di hindari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari IYK, Sriningsih N, Pratiwi A. Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Di RSUD Kabupaten Tangerang. *J Ilmu Kedokt dan Kesehat Indones* [Internet]. 2022;2(3):50–61. Available from: <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/jikki>
2. Satriana, Feriani P. Efektivitas Teknik Relaksasi Benson dan Terapi Genggam Jari terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Laparatomi di Ruang Mawar RSUD A. Wahab Sjahanie Samarinda. *Borneo Student Res.* 2020;1(3):1731–7.
3. Sari IYK, Sriningsih N, Pratiwi A. Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi di RSUD Kab Tangerang. *J Ilmu Kedokt dan Kesehat Indones* [Internet]. 2022;2(3):50–61. Available from: <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/jikki>
4. Suhadi, Pratiwi A. Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pakuhaji. *J Heal Sains.* 2020;1(5).
5. Dinaryanti RS, Astuti N. Efektivitas Terapi Murotal Dan Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Katarak Di Poliklinik Mata Rumah Sakit Pertamina Prabumulih. *J Sehat Mandiri.* 2023;8(1):123–35.
6. Elsayed, E. B. M., Radwan, E. H. M., Elashri, N. I. E. A., & El-Gilany AH. The effect of Benson's relaxation technique on anxiety, depression and sleep quality of elderly patients undergoing hemodialysis. *Int J Nurs Didact.* 2019;9(2):23–31.
7. Roxiana R, Fauziah H, Prima A. Penerapan Terapi Relaksasi Benson pada Pasien Pre Operasi yang Mengalami Kecemasan di Ruang Teratai RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi. *Ina Pap.* 2020;

LAMPIRAN

1. Surat Permohonan PKM ke Kesbangpol



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
MITRA KELUARGA

No : 117/STIKes.MK/HRD/EXT/XI/2024
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin

Bekasi, 25 November 2024

Kepada Yth:
Bapak/Ibu Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Bekasi
Di tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka mewujudkan Tri Dharma Perguruan tinggi di bidang Pengabdian Kepada Masyarakat, bersama ini kami mengajukan izin Pengabdian Kepada Masyarakat di RSUD Kabupaten Bekasi, atas nama Dosen sebagai berikut:

Nama Dosen	: 1. Ns. Armi, S.Kep.M.Kep 2. Ns. Yana Setiawan, S.Kep.M.Kep 3. Ns. Nancy Susanita, S.Kep, M.Kep
Judul Pkm	: Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi
Kegiatan pengambilan data	: Edukasi terhadap pasien RSUD Kabupaten Bekasi
Tempat Penelitian	: RSUD Kabupaten Bekasi
Waktu Pelaksanaan	: 1 – 31 Desember 2024

Demikian surat permohonan ini Kami ajukan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

 Ketua STIKes Mitra Keluarga


Dr. Susi Hartati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.An

Tembusan :

1. Dinas Kesehatan Kab. Bekasi
2. Direktur RSUD Kab. Bekasi

Cc : Arsip
SH/wa

2. Surat PKM dari Kesbangpol



PEMERINTAH KABUPATEN BEKASI BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Komplek Perkantoran Pemda Kabupaten Bekasi
Desa Sukamahi Kecamatan Cikarang Pusat
Instagram: kesbangpolkabbekasi
Email: badankesbangpol.kab.bekasi@gmail.com
BEKASI

Bekasi, 24 Desember 2024

Kepada

Yth Kepala Direktur RSUD Kab.Bekasi

Nomor : HM.04.04/980/Bakesbangpol/2024

Sifat : Biasa

Lampiran : -

Perihal : Surat Keterangan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)

di-

BEKASI

Menindaklanjuti surat dari Ketua STIKes Mitra Keluarga, No Surat: 117/STIKes.MK/HRD/EXT/XI/2024, tanggal 25 November 2024, Perihal: Permohonan Izin, berkenaan hal tersebut di atas dengan ini menerangkan bahwa :

No	NAMA	NIM	PROGRAM STUDI	NO. HP/ E-MAIL
1.	Ns. Armi, Kep.,M.Kep	0420098002	S.1/ Keperawatan	0896-7312-8203/ ners.armi@gmail.com
2.	Ns.Yana Setiawan,S.Kep.,M.Kep	0311057601	S.1/ Keperawatan	0812-9675-7496/-
3.	Ns.Nancy Susanita, S.Kep.,M.Kep	0330048403	S.1/ Keperawatan	0812-2950-3082/ Nancysusanita2@gmail.com

Bermaksud akan mengadakan Penelitian, Pengumpulan Data dan Wawancara dalam rangka Mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi di bidang Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul: "EDUKASI DAN PELATIHAN METODE MENURUKAN KECEMASAN PRE OPERASI DENGAN TEKNIK GENGAM JARI DAN BENSON DI RSUD KABUPATEN BEKASI" yang akan dilaksanakan di lingkungan dan wilayah kerja Bapak/Ibu pimpin, adapun waktu pelaksanaan mulai 23 Desember s/d 24 Januari 2025, apabila berkenan mohon kiranya kepada yang bersangkutan diberikan kemudahan, dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Pada prinsipnya kami tidak keberatan sepanjang tempat penelitian memberikan izin;
2. Melaporkan kedatangan kepada Instansi dimaksud dengan menunjukan surat ini;
3. Tidak diperkenankan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan tujuan akademik;
4. Apabila diatas tanggal 24 Januari 2025 kegiatan penelitian belum selesai, agar menyampaikan permohonan perpanjangan oleh instansi pemohon ditunjukan kepada Pj. Bupati Bekasi cq. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Bekasi;
5. Setelah selesai melaksanakan kegiatan penelitian wajib melaporkan hasilnya kepada Pj. Bupati Bekasi Up. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Bekasi;
6. Surat ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata yang bersangkutan tidak memenuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Demikian agar maklum terima kasih.



Tembusan :
disampaikan kepada :

1. Yth.Pj. Bupati Bekasi (sebagai laporan);
2. Yth.Kepala Dinas Kesehatan Kab.Bekasi;
3. Yth.Ketua STIKes Mitra Keluarga.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikat Elektronik (BsE) Badan Siber dan Sandi Negara



3. Surat Izin Penelitian dari RSUD Kabupaten Bekasi



PEMERINTAH KABUPATEN BEKASI
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
Jl. Teuku Umar Cibitung – Bekasi Telp. (021) 88374444, 89535400
e-mail : rsud.humas@bekasikab.go.id



Bekasi, 23 Desember 2024

Nomor : KP.04.01/4744 /RSUD/2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Izin Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)

Kepada
Yth. Ketua STIKes Mitra Keluarga
di –

BEKASI

Menindaklanjuti Surat dari Ketua STIKes Mitra Keluarga Nomor : 117/STIKes.MK/HRD/EXT/XI/2024 Tanggal 25 November 2024 Perihal Permohonan Izin Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dan Surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Bekasi Nomor : HM.04.04/980/Bakesbangpol/2024 Tanggal 24 Desember 2024 Perihal Surat Keterangan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), berkenaan hal tersebut diatas dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Ns. Armi, S.Kep, M.Kep
NIM : 0420098002
Program Studi : S.2 Keperawatan
Jabatan : Dosen

Pada prinsipnya kami menerima dan memberikan izin kepada mahasiswa atas nama tersebut di atas untuk melakukan Kegiatan Penelitian, Pengambilan Data dan Wawancara dalam rangka Mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi di bidang Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul ***"Edukasi dan Pelatihan Metode Penurunan Kecemasan Pre Operasi Dengan Teknik Gengam Jari Dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi"*** yang akan dilaksanakan Tanggal 23 Desember 2024 – 31 Januari 2025 di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Bekasi dengan mengikuti peraturan yang berlaku di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Bekasi.

Demikian surat ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



DIREKTUR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
KABUPATEN BEKASI

dr. Arief Kurnia, MARS
Pembina Tk.I, IV/b
NIP. 19720523 200212 1 003

4. Surat Tugas PKM



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
MITRA KELUARGA

SURAT PENUGASAN

No. 007/STIKes.MK/PKM/HRD/XII/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. Susi Hartati, S.Kp,M.Kep,Sp.Kep.An
NIK/NIDN : 95080501/ 0301036703
Jabatan : Ketua STIKes Mitra Keluarga

Dengan ini menugaskan kepada :

No	Nama	Bagian
1	Ns. Armi, S.Kep., M.Kep	Dosen S1 Keperawatan
2	Ns. Yana Setiawan, S.Kep., M.Kep	Dosen S1 Keperawatan
3	Ns. Nancy Susanita, S.Kep., M.Kep	Sekprodi S1 Keperawatan

Untuk melaksanakan kegiatan Pengaduan Kepada Masyarakat dengan tema “Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi” yang akan dilaksanakan :

Bulan, Tahun : 1 – 31 Desember 2024
Tempat : RSUD Kabupaten Bekasi

Demikian surat penugasan ini dibuat, untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Bekasi, 19 Desember 2024

Mengetahui,

[Signature]
Ketua STIKes Mitra Keluarga

[Signature]
Dr. Susi Hartati, S.Kp,M.Kep,Sp.Kep.An

Cc : Arsip
SH/wa

5. Dokumentasi

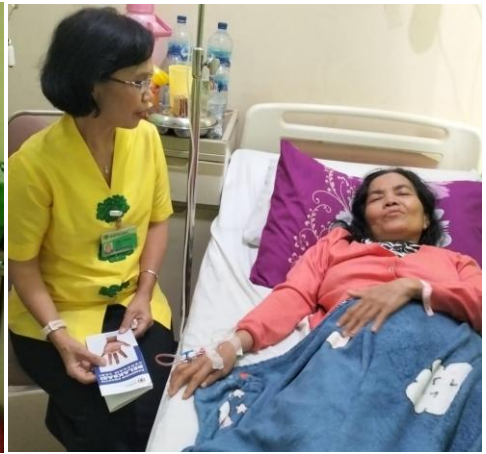












6. Realisasi Anggaran

REALISASI ANGGARAN
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT TA 2024/2025
PRODI SI KEPERAWATAN
STIKes MITRA KELUARGA

Judul PKM : Edukasi Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson
Khalayak sasaran : Pasien Pre Operasi
Tempat Kegiatan : RSUD Kabupaten Bekasi
Waktu : 1 bulan
Tim Pelaksana (Dosen) : 1. Armi, 2. Yana Setiawan, 3. Nancy Susanita
Tim Pelaksana (Mahasiswa) : 1. Pevi Setiawati, 2. Isnaeni Icha Novitiani
RKAT : LPPM Pendanaan dan Pembiayaan PKM (Prodi SI Keperawatan)
Jenis PKM : PKM Prodi

No	Kegiatan	RENCANA			Sub Total (Rp)	REALISASI			Sub Total (Rp)
		Satuan	Frekuensi	Harga Satuan (Rp)		Satuan	Frekuensi	Harga Satuan (Rp)	
1	Persiapan								
a	Perizinan PKM dan Administrasi Bank	1	1	850,000	850,000	1	1	852,500	852,500
b	Spanduk pelatihan	1	1	200,000	200,000	1	1	200,000	200,000
c	Media leaflet	1	30	2,500	75,000	1	30	77,500	77,500
d	ATK (pulpen)	1	20	5,000	100,000	1	20	5,000	100,000
e	Sovenir mug logo STIKes untuk PKM	1	30	20,000	600,000	1	30	20,000	600,000
f	Transportasi pengurusan izin	1	2	50,000	100,000	1	2	50,000	100,000
g	Konsumsi panitia pusat pra pelatihan (saat pengurusan izin) dengan rincian: 3 orang peneliti, 1 orang diklat, 1 orang Kabid Keperawatan, 1 orang Kepala ruangan OK, dan 4 orang perawat ruang OK	1	10	35,000	350,000	1	10	35,000	350,000
h	Konsumsi pelatihan	1	40	35,000	1,400,000	1	40	35,000	1,400,000
	Subtotal				3,675,000				3,680,000
2	Pelaksanaan Penyuluhan dan Pelatihan								
a	Transportasi Pelaksana Dosen dan mahasiswa	1	6	50,000	300,000	1	7	50,000	350,000
		1	6	50,000	300,000	1	1	50,000	50,000
b	Konsumsi Pelaksana dosen dan mahasiswa	1	6	15,000	90,000	1	6	91,000	91,000
		1	6	15,000	90,000	1	6	89,000	89,000
	Subtotal				780,000				580,000
3	Pelaporan								
	Cetak laporan	1	3	20,000	60,000				-
	Subtotal				60,000				-
	Total				4,515,000				4,260,000
	Retur								255,000

Mengetahui,

Wakil Ketua I

Rozey

Ns. Rohayati, S.Kep., M.Kep., Sp. Kep. Kom

Menyetujui,

Ketua STIKes

Shawati

Dr. Susi Hartati, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep. An



Wakil Ketua II

Elisabeth

drg. Elisabeth Setyodewi, M.M

Bekasi, 24 Februari 2025

Ketua PKM

Armi

Ns. Armi, S.Kep., M.Kep

7. Dokumen Realisasi Anggaran Belanja
a. Perizinan PKM dan Administrasi Bank



PEMERINTAH KABUPATEN BEKASI
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
Jl. Teuku Umar Cibitung – Bekasi Telp. (021) 88374444, 89535400
e-mail : rsud.humas@bekasikab.go.id



Bekasi, 23 Desember 2024

Nomor : KP.04.01/4143 /RSUD/2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : **Rincian Biaya Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)**

Kepada
Yth. Ns. Armi, S.Kep, M.Kep
di –

BEKASI

Berdasarkan Keputusan Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Bekasi Tahun 2024 Nomor : HK.02.02/7994/RSUD/2024 Tentang Tarif Pendidikan, Pelatihan, Praktik Klinik, Magang dan Studi Banding pada Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Bekasi. Bersama ini kami sampaikan Rincian Biaya Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Bekasi sebagai berikut :

PERIODE	RINCIAN	TOTAL
23 Desember 2024 – 31 Januari 2025	Rp.850.000 /Orang/ Kegiatan	Rp.850.000,-
Pembayaran melalui Transfer ke Bank BJB dengan Nomor Rekening 0003252566002 atas nama RSUD Kabupaten Bekasi.		

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya di ucapkan terimakasih.



**DIREKTUR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
KABUPATEN BEKASI**

dr. Arief Kurnia, MARS
Pembina Tk.I, IV/b
NIP. 19720523 200212 1 003



Transfer Rupiah

Transfer Berhasil!

16 Jan 2025 - 10:42:13 WIB

Penerima

RSUD KAB BEKASI

Bank BJB - 0003252566002

Detail Transaksi

Nominal Transfer	Rp 850.000
-------------------------	-------------------

Metode Transfer	BI Fast
-----------------	---------

No. Referensi	20250116BMRIIDJAO1
BI Fast	000223427898

Tujuan Transaksi	Lainnya
------------------	---------

Biaya Transaksi	Rp 2.500
-----------------	-----------------

Total Transaksi	Rp 852.500
------------------------	-------------------

Rekening Sumber

SLAMET SUGIARTO

Bank Mandiri -0869

Keterangan Transaksi

Bayar PKM ibu Armi

TAMBUN PRINTING

- OUTDOOR
- INDOOR
- LASER A3+
- SABLON DTF
- PRINT UV
- OFFSET

No. 16
 Tanggal 16
 Nama P. Slavet
 No. Telp 16

Desainer : 16 Selesai : 16

Nama Produk	Ukuran	Qty/Pcs	Harga Satuan	Jumlah
sp. stiker Desain	200 x 100	1	26/m	102.000 98.000
Total Harga				200.000
Uang Muka				
Sisa Bayar				

- 1. RIM FILE
- 2. KONFIRMASI
- 3. PEMBAYARAN
- 4. PENGIRIMAN

gambilan barang harus membawa nota
 alahan desain setelah acc bukan tanggung jawab kami
 ksa barang anda, komplain setelah keluar dari Tambun Printing tidak dilayani
 ang tidak diambil lebih dari 1 bulan, bukan tanggung jawab kami
 bila terjadi pembatalan, maka uang muka / DP tidak dapat dikembalikan

Penerima 16
 (16)
 Horner Kami

b. Spanduk pelatihan

c. Media leaflet

12.

tgmp rint

OFFICIAL

Jl. Leman Marsaid No.40, Marga Jaya, Kel. Bekasi Sel. Kota
Bekasi, Jawa Barat 17141

Email : tgmp rint.bekasi@gmail.com

JOB : A3+ | NO.SPK : 5-1015565

Konsumen : SLAMET SUGIARTO
HP : +6281283033770
Tanggal/Jam : 06 Januari 2025 / 15:28:01
Kasir : kasirpusat1
Deskprint : S|GIT

Product	Qty	Uk	Harga	Jumlah
ONGKOS	2		5.000	10.000
POTONG A3	15		4.500	67.500
AP 120 gsm 2 sisi				
Total				77.500 ✓
Diskon				0
Grand Total				77.500
Bayar				100.000
Kembali				22.500

Lunas
Tunai

Armi
Armi

Tidak Menerima KOMPLAIN atas Kerusakan/Kesalahan PRINT
DILUAR ACC atau APPROVAL

d. ATK (pulpen)

(4.)

STUDIO PHOTO SUKANYATA

Jl. Raya Mekarsari No.05 Rt.03/13 Ujung underpas , Mekarsari Tengah , Bekasi
Phone / Wa : 081388722579

Photo Studio, Photo Panggilan, Video shooting,
Cetak Semua Ukuran, Print Data, Scan data, Edit
Video, Edit Photo, Photo Prawedding, Photo Sekolah

Tanggal : 6/1/25
Kepada Yth :
Tuan/Toko :

BANYAK	NAMA JASA	HARGA	JUMLAH
20 ps	pulpen K-1	Rp. 5000	}
TOTAL			Rp 100.000,-

Tanda Terima 

PERHATIAN!!!
Barang Yang sudah dibeli
Tidak dapat dikembalikan
(Dituker)

Hormat Kami 

39

- e. Sovenir mug logo STIKes untuk PKM

ALFRIANDRA SOUVENIR
MENJUAL MACAM-MACAM SOUVENIR, HANTARAN, PARCEL
SEMUA PERLENGKAPAN PERNIKAHAN DAN ULANG TAHUN
PARTAI BESAR & KECIL

Gudang : Jl. Cipinang Pulo Rt 15/11 No. 11 Cipinang Besar Utara-Jaktim 13140
Telp. (021) 8561305, 85912177, (021) 2126 1575, (021) 2286 4881, Hp. 0815 8423 4647, 0812 1888 8651
Toko : Psr. Pagi Asenika Lt. Dasar No.86 Jakarta HP. 0851 0023 4877
Toko : Jl. Cibadak no 20-22 Bandung
Toko : Psr. Jatinegara Blok A LB I BKS No. 154-156 Hp. 0812 90 9000 79, 0812 18888 652 Jaktim
Toko : Psr. Tanah Abang Blok B Lt.3A Los C No. 135 & 146 Telp. (021) 2357 3823
Toko : Pasar Beringharjo Center Lt. 2 Blok B2 Hp. 0812 2690 8108

22-12-2024
Tuan Slamet.
Toko 0852 1037 8713

Rek BCA 2726222000, Rek Bank Mandiri 006 000 4436 378
NOTA NO. 07856

No.	Banyaknya	NAMA BARANG	HARGA	
			SATUAN	JUMLAH
1.	50	Mug Colour		Rp. 1.000.000
2.				
3.		+ Box Ranting Golo		
4.				
5.				
6.		Gb → kirim lwat PDF / W.A		TR
7.				
8.				
9.				
10.				
11.		NB → Settingan 7 kirim Sb 1m & Sablon &		
12.		Hasil Cetak kasih lwat 1 ke Orang 7		
13.				
14.				
15.				

Tanda Terima,
DORON
Tgl. Ambil
30/12/24

PERHATIAN :
Barang-barang yang sudah dibeli
tidak dapat ditukar atau dikembalikan

Untuk Cek Nota
(021) 2286 4881
WA : 081517128075
0812 90 9000 79 } gudang

TOTAL Rp. 1.000.000
UANG MUKA Rp.
SISA Rp. lunas

Hormat Kami,
Yanti.

Catatan:

Sovenir mug logo STIKes sebanyak 30 untuk PKM dan 20 untuk Penelitian

- f. Transportasi pengurusan izin

**TANDA TERIMA UANG TRANSPORT
KEGIATAN PKM GANJIL 2024-2025
PRODI S1 KEPERAWATAN
STIKes MITRA KELUARGA**

Judul Pengabdian: Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi

No	Nama	Tanggal	Lokasi	Nominal	Tanda Tangan
1.	Nancy. S	27/2/2024	Kesbangpol Cikarang	Rp. 50.000,-	
2.	Yana. S	27/2/2024	Kesbangpol Cikarang	Rp. 50.000,-	
				100.000 ✓	

Penanggung Jawab Pengabdian



Ns. Armi, S.Kep., M.Kep

- 15.

30/12/20

.....

Delivery : 0858 8579 2091

350.000

Tanda Terima

Aug.
Armi.

14.

16 / 1 / 25

.....

Delivery : 0858 8579 2051 Jumlah Rp.

Armi

Hormat kami,

i. Transportasi Pelaksana Dosen dan mahasiswa

2a

**TANDA TERIMA UANG TRANSPORT
KEGIATAN PKM GANJIL 2024-2025
PRODI S1 KEPERAWATAN
STIKes MITRA KELUARGA**

Judul Pengabdian: Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi

No	Nama	Tanggal	Lokasi	Nominal	Tanda Tangan
1.	Armi	17/1/25	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	
2.	Yana. S	17/1/25	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	
3.	Pevi Setiawati	17/1/25	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	
4.	Nancy. S	24/1/25	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	
5.	Armi	24/1/25	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	
6.	Ignatia Maria Shanti	21/2/2025	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	

Penanggung Jawab Pengabdian

300.000 ✓



Ns. Armi, S.Kep., M.Kep

**TANDA TERIMA UANG TRANSPORT
KEGIATAN PKM GANJIL 2024-2025
PRODI SI KEPERAWATAN
STIKes MITRA KELUARGA**

Judul Pengabdian: Edukasi dan Pelatihan Metode Menurunkan Kecemasan Pre Operasi dengan Teknik Genggam Jari dan Benson di RSUD Kabupaten Bekasi

No	Nama	Tanggal	Lokasi	Nominal	Tanda Tangan
7.	Lisbeth. P	21/2/2025	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	
8.	Armi	21/2/2025	RSUD Kab. Bekasi	Rp. 50.000	

100.000 ✓

Penanggung Jawab Pengabdian

Ns. Armi, S.Kep., M.Kep

- j. Konsumsi Pelaksana dosen dan mahasiswa

26.

24/25
01

Tuan
Toko

NOTA NO.

BANYAKNYA	NAMA BARANG	HARGA	JUMLAH
3	Nasi Beket	23.000	
1	Nasi Ayam	22.000	
Jumlah Rp.		69.000	
		22.000	
Hormat kami,		91.000	

Tanda Terima

Ar mi

Tuan
Toko

NOTA NO.

[illegible]

Tanda Terima

Armi

Hormat kami,



k. Retur



Transfer Rupiah

Transfer Berhasil!

25 Mar 2025 - 19:15:06 WIB - No. Ref.
2503251122055350050

Penerima

PENDIDIKAN MITRA KEL

Bank Mandiri - 1670001621662

Detail Transaksi

Metode Transfer

Sesama Bank Mandiri

Total Transaksi

Rp 255.000

Rekening Sumber

SLAMET SUGIARTO / *Slamet Sugianto*

Bank Mandiri -0869

Keterangan Transaksi

Retur PKM Keperawatan 2024! *Guguran gaji*