

## Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien *Pre Operasi* Apendisitis Di Rumah Sakit Woodward Palu

Ni Kadek Sari Savitri Anjani<sup>1\*</sup>, Arniawan<sup>2</sup>, Mikaela Delpin Fristalia<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara, Palu

E-mail: [dewianjani5286@gmail.com](mailto:dewianjani5286@gmail.com)

\* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5861>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 16 Maret 2026

Revised: 20 Maret 2026

Accepted: 2 April 2026

#### Kata Kunci

Pelukan kupu-kupu, kecemasan, radang usus buntu praoperasi

#### Keywords

*butterfly hug*, anxiety, preoperative appendicitis



### ABSTRACT

Latar Belakang: Kecemasan merupakan masalah umum pada pasien pre-operasi apendisitis yang dapat memengaruhi kondisi fisiologis dan psikologis sehingga mengganggu kesiapan operasi. Intervensi farmakologis berpotensi menimbulkan efek samping, sehingga diperlukan alternatif non-farmakologis yang efektif, salah satunya terapi *butterfly hug*. Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel terdiri dari 14 pasien pre-operasi apendisitis yang dipilih melalui *consecutive sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan dengan uji Shapiro–Wilk dan uji Wilcoxon. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan penurunan tingkat kecemasan yang signifikan setelah pemberian terapi *butterfly hug* ( $p = 0,001$ ). Sebelum intervensi, sebagian besar pasien berada pada kategori kecemasan berat hingga sangat berat, sedangkan setelah intervensi mayoritas pasien berada pada kategori kecemasan ringan dan sebagian tidak mengalami kecemasan. Kesimpulan: Terapi *butterfly hug* terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi apendisitis di Rumah Sakit Woodward Palu. Saran: Terapi *butterfly hug* direkomendasikan sebagai intervensi non-farmakologis dalam praktik keperawatan untuk membantu mengurangi kecemasan pasien pre-operasi.

Background: Anxiety is a common problem among preoperative appendicitis patients and can affect physiological and psychological conditions, thereby interfering with surgical readiness. Pharmacological interventions may cause side effects; therefore, effective non-pharmacological alternatives such as *butterfly hug* therapy are needed. Methods: This study employed a quantitative experimental design with a *one-group pretest-posttest* approach. The sample consisted of 14 preoperative appendicitis patients selected using consecutive sampling. Anxiety levels were measured using the *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) before and after the intervention. Data were analyzed using the Shapiro–Wilk normality test followed by the Wilcoxon test. Results: The findings demonstrated a significant reduction in anxiety levels after the administration of *butterfly hug* therapy ( $p = 0.001$ ). Prior to the intervention, most patients experienced severe to very severe anxiety, whereas after the intervention, the majority of patients were categorized as having mild anxiety, and some experienced no anxiety. Conclusion: *Butterfly hug* therapy is effective in reducing anxiety levels among preoperative appendicitis patients at Woodward Hospital, Palu. Recommendation: *Butterfly hug* therapy is recommended as a non-pharmacological intervention in nursing practice to help reduce preoperative anxiety.



This is an open access article under the CC–BY–SA license.

**How to Cite:** Ni Kadek Sari Savitri Anjani et al (2026). Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien *Pre Operasi* Apendisitis Di Rumah Sakit Woodward Palu <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5861>

## PENDAHULUAN

Menurut data dari World Health Organization (WHO) Menurut data WHO tahun 2022, terdapat 419 juta kasus penderita apendisitis di seluruh dunia. Angka kematian akibat dari penyakit apendisitis adalah 21.000 jiwa, (Organization, WHO 2021). Berdasarkan dari data WHO pada tahun 2023, jumlah kejadian apendisitis di negara maju yaitu seperti Amerika Serikat cukup sangat tinggi terjadi yaitu 250.000 kasus terjadi pada setiap tahunnya. (Wendari et al., 2025). Data laporan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2020, tercatat sebanyak 75.601 kasus penderita apendisitis yang terjadi di Indonesia. Angka pada data menunjukkan bahwa penyakit apendisitis merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang utama di tingkat nasional karena dampaknya sangat signifikan terhadap kesehatan masyarakat secara luas (Wendari et al., 2025).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal di Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah maka didapatkan jumlah penderita penyakit apendisitis di daerah Provinsi Sulawesi Tengah pada Tahun 2024 adalah tercatat sebanyak 1.059 kasus (Dinkes Prov. Sulawesi Tengah, 2024). Data kejadian penyakit apendisitis di kota Palu pada Tahun 2024. Tercatat jumlah penderita penyakit apendisitis di kota Palu sebanyak 622 kasus yang terjadi (Dinkes Prov. Sulawesi Tengah, 2024). Data rekam medis di Rumah Sakit Woodward Palu pada Tahun 2024 tercatat dari bulan Mei 2024 sampai dengan Mei 2025 penderita penyakit apendisitis yaitu sebanyak 165 kasus terdapat penderita penyakit apendisitis yang mendapatkan penanganan medis, dengan rata-rata penderita penyakit apendisitis perbulannya sebanyak 14 penderita dan data 1 bulan terakhir pada bulan Mei 2025 terdapat penderita penyakit apendisitis sebanyak 14 pasien (Rekam Medis RS Woodward Palu, 2024).

Kecemasan merupakan respon emosional muncul akibat terjadinya perasaan terancam terhadap sesuatu yang tidak memiliki objek jelas. Kondisi cemas yang dialami pasien sebelum operasi, seperti rasa gelisah, khawatir, atau tekanan mental yang berlebihan, dapat memicu respons stres fisiologis berupa peningkatan tekanan darah, denyut jantung, dan ketegangan otot. Respon cemas dapat mengganggu stabilitas hemodinamik selama tindakan pembedahan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko komplikasi *intraoperatif* maupun *pascaoperatif*. Masalah tersebut jika tidak ditangani dengan tepat, maka berpotensi memengaruhi kelangsungan hidup pasien serta memperlambat proses pemulihan *pasca operasi*, serta dapat menurunkan kualitas hidup pasien (Margaretha, 2024).

Intervensi keperawatan untuk mengurangi kecemasan pada pasien *pre- operasi* dapat dilakukan melalui intervensi *non-farmakologis*, yaitu *butterfly hug* atau pelukan kupu-kupu. Metode tersebut merupakan suatu teknik yang terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan. *Butterfly hug*, yaitu terapi dengan menepuk bahu secara bergantian dengan tangan yang disilangkan di dada, yang dapat membantu meredakan ketegangan emosional. Manfaat penggunaan *butterfly hug* terbukti membantu mengurangi tekanan psikologis, yang secara tidak langsung berdampak positif dalam menstabilkan respon fisiologis seperti denyut jantung dan tekanan darah. Teknik tersebut sangat berkontribusi dalam mengurangi risiko komplikasi dan meningkatkan kelangsungan hidup pasien (Astuti, 2024).

Berdasarkan hasil data wawancara yang dilakukan pada tanggal 9 Mei 2025, oleh peneliti di Rumah Sakit Woodward Palu. Terdapat pasien yang mengatakan baru pertama kali melakukan tindakan operasi apendisitis, pasien mengatakan merasa sangat takut, tegang, cemas akan tindakan operasi tersebut. Wawancara yang dilakukan tanggal 10 Mei 2025 oleh peneliti di Rumah Sakit Woodward Palu didapatkan hasil 2 pasien merasa gelisah, nafsu makan berkurang, terkadang susah saat memulai untuk tidur terbayang dan memikirkan tindakan operasi usus buntu. Pasien merasa belum siap secara mental melakukan operasi. Observasi yang dilakukan pada pasien *pre-operasi* apendisitis menunjukkan tanda-tanda kecemasan seperti tampak gelisah, sering melamun, serta kurang mampu berkonsentrasi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pasien sedang tidak tenang secara mental sebelum menjalani operasi.

Berdasarkan informasi penyakit apendisitis, data jumlah penderita, dampak kecemasan yang dialami oleh pasien sebelum menjalani operasi menjadi dasar penting bagi peneliti untuk mengangkat judul ini. Kecemasan pada pasien *pre-operasi* apendisitis adalah masalah serius dan perlu penanganan tepat agar dapat dikurangi secara efektif. Peneliti sangat tertarik untuk mengevaluasi efektivitas terapi *butterfly hug* dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan, sehingga peneliti mengangkat judul penelitian. Pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap penurunan kecemasan pada pasien *pre-operasi* apendisitis di Rumah Sakit Woodward Palu.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dimana penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang memiliki ciri khas berupa proses yang sistematis, terencana, dan tersusun secara terstruktur sejak tahap awal hingga perancangan desain penelitian, khususnya dalam pendekatan eksperimen. Jenis penelitian yang diterapkan adalah *one group pretest-posttest design* (Aulia et al., 2024). Populasi yang tercatat pada penelitian ini adalah pasien yang mengalami penyakit apendisitis di Rumah Sakit Woodward Palu, yaitu sebanyak 14 kasus yang tercatat pada 1 bulan terakhir yaitu pada bulan Mei 2025. Pengambilan Sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampel. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dan Standar Operasional Prosedur (SOP) teknik *Butterfly Hug*. HARS digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan responden dan terdiri atas 14 item gejala kecemasan dengan skor 0–4 pada setiap item, sehingga skor total mencerminkan tingkat kecemasan responden dengan kategori tidak ada, ringan, sedang, berat, dan sangat berat (Rachman, 2020). Skala ini menggunakan skala Likert dengan seluruh item bersifat negatif (Ummah, 2019). Sementara itu, SOP teknik *Butterfly Hug* digunakan sebagai panduan pelaksanaan intervensi secara sistematis dan diadopsi dari penelitian Puja (2024).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 Agustus sampai dengan 29 September 2025 yang bertempat di Rumah Sakit Woodward Palu. Total sampel pada penelitian tersebut adalah 14 responden. Pengolahan data yaitu menggunakan analisis data demografi, univariat, analisis bivariat, yang akan dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Data Demografi Responden

Karakteristik	Frequency(f)	Percent(%)
1. Usia	1	7.1
Usia 28	1	7.1
Usia 29	1	7.1
Usia 30	1	7.1
Usia 31	1	7.1
Usia 34	3	21.4
Usia 35	2	14.3
Usia 39	1	7.1
Usia 40	1	7.1
Usia 45	1	7.1
Usia 47	1	7.1
Usia 51		
Total	14	100
2. Jenis kelamin	9	64,3
Perempuan	5	35,7
Laki -laki		
Total	14	100
3. Pekerjaan	5	35.7
IRT	2	14.3
Petani PNS	1	7.1
Wirausaha Wirasuasta	5	35.7
	1	7.1
Total	14	100
4. Pendidikan	5	35.7
SMP	5	35.7
SMA	4	28.6
S1		
Total	14	100

5. Pengalaman operasi		2	85.7
Ada Tidak ada		12	14.3
Total		14	100

Berdasarkan data karakteristik responden, usia responden dalam penelitian ini bervariasi antara 28 hingga 51 tahun. Usia terbanyak yaitu pada kelompok umur 35 tahun sebanyak 3 orang (21,4%), kemudian disusul oleh usia 39 tahun yaitu sebanyak 2 orang (14,3%), sedangkan usia lainnya masing-masing hanya diwakili oleh 1 responden (7,1%). Variasi usia ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia dewasa produktif yang umumnya memiliki tingkat kematangan emosional dan pemahaman yang cukup dalam menghadapi situasi medis.

Seji jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 9 orang (64,3%), sedangkan laki-laki berjumlah 5 orang (35,7%). Komposisi ini mencerminkan bahwa perempuan lebih dominan dalam populasi yang diteliti, atau bisa jadi lebih banyak terlibat dalam urusan kesehatan keluarga. Perempuan umumnya lebih aktif dan peduli dalam mengelola, memantau, dan mengambil keputusan terkait kesehatan anggota keluarga. Kondisi tersebut membuat mereka lebih mudah dijangkau serta lebih bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang berkaitan dengan isu-isu kesehatan.

Melihat dari jenis pekerjaan, responden paling banyak berprofesi sebagai ibu rumah tangga (IRT) dan wirasaha, masing-masing sebanyak 5 orang (35,7%). Terdapat juga responden yang bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 2 orang (14,3%), kemudian yang bekerja sebagai PNS sebanyak 1 orang (7,1%), dan yang bekerja sebagai wirasusta yaitu sebanyak 1 orang (7,1%). Tingkat pendidikan responden didominasi oleh lulusan SMP dan lulusan SMA yang masing-masing berjumlah 5 orang (35,7%), serta 4 orang (28,6%) merupakan lulusan S1. Data ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan menengah, yang dapat memengaruhi cara mereka menerima, mengolah dan memahami informasi medis atau kesehatan.

Terkait pengalaman operasi, sebagian besar responden tidak memiliki pengalaman sebelumnya dalam menjalani tindakan operasi, yaitu sebanyak 12 orang (85,7%), sedangkan hanya 2 orang (14,3%) yang sudah memiliki pengalaman operasi. Minimnya pengalaman operasi pada sebagian besar responden dapat memengaruhi sikap, persepsi, dan tingkat kecemasan mereka terhadap prosedur medis invasif. Pemberian edukasi dan komunikasi yang efektif oleh tenaga kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pemahaman serta membangun kepercayaan pasien dalam pengambilan keputusan medis. Responden yang telah memiliki pengalaman menjalani operasi cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah karena mereka sudah familiar dengan prosedur tersebut. Pengalaman sebelumnya memberikan pemahaman yang lebih baik tentang proses operasi dan pemulihan, sehingga mengurangi ketidakpastian dan kekhawatiran yang biasanya dialami oleh pasien yang belum pernah menjalani operasi (Nurlina & Nursyamsi, 2020).

Tabel 2. Analisis Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi

Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi	Frequency(f)	Percent(%)
Tidak Cemas	0	0
Cemas Ringan	2	14,3
Cemas Berat	0	0
Cemas Sangat Berat	9	63,3
	3	21,4
Total	14	100

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan pada tingkat sedang hingga sangat berat sebelum dilakukan intervensi. Sebanyak 9 orang responden (63,3%) berada pada kategori cemas berat, dan ada 3 orang (21,4%) berada dalam kategori cemas sangat berat. Selain itu, hanya 2 responden (14,3%) yang mengalami cemas ringan, dan tidak terdapat responden yang termasuk dalam kategori tidak cemas maupun cemas sedang. Kemudian di lanjutkan pada hasil kecemasan setelah di lakukan intervensi pada tabel 4.3 di bawah ini.

Tabel 3. Analisis Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi

Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi	Frequency(f)	Percent(%)
Tidak Cemas	2	14.3
Cemas Ringan	5	35.7
Cemas Sedang	7	50.0
Cemas Berat	0	0
Cemas Sangat Berat	0	0
Total	14	100

Setelah dilakukan intervensi, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih mengalami kecemasan, namun berada pada tingkat yang tergolong ringan hingga sedang. Total 14 responden, didapatkan data sebanyak 7 orang (50%) masih berada pada kategori cemas sedang, 5 orang (35,7%) mengalami cemas ringan, dan 2 orang (14,3%) dinyatakan tidak cemas. Hasilnya tidak ada responden yang mengalami cemas berat maupun cemas sangat berat, yang menunjukkan bahwa tidak ada terjadi peningkatan kecemasan yang dirasakan oleh pasien saat setelah dilakukannya intervensi.

Tabel 4.4 Analisis Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Pre Operasi* Apendisitis

Tingkat Kecemasan	Pre test		Post test	
	F	%	F	%
Tidak Cemas	0	0	2	14.3
Cemas Ringan	2	14,3	5	35.7
Cemas Sedang	0	0	7	50.0
Cemas Berat	9	63,3	0	0
Cemas Sangat Berat	3	21,4	0	0
<i>Vilcoxon Signed Ranks Test</i>			<0,001	

Tabel 4. menunjukkan hasil analisis bivariat menggunakan uji *wilcoxon signed ranks test* terhadap tingkat kecemasan pasien *pre-operasi* apendisitis sebelum dan sesudah diberikan terapi *butterfly hug*. Data menunjukkan bahwa terjadi perubahan distribusi pada tingkat kecemasan yang cukup signifikan setelah intervensi *butterfly hug* dilakukan. Sebelum diberikan terapi *butterfly hug*, mayoritas pasien berada dalam kategori cemas berat sebanyak 9 orang (63,3%) dan cemas sangat berat sebanyak 3 orang (21,4%). Hanya sebagian kecil saja yang mengalami cemas ringan sebanyak 2 orang (14,3%), dan tidak ada pasien dalam kategori tidak cemas maupun cemas sedang.

Penerapan teknik *butterfly hug* sebagai intervensi menunjukkan dampak positif berupa penurunan yang signifikan pada tingkat kecemasan pasien. Pasien yang sebelumnya mengalami kecemasan berat dan sangat berat tidak lagi ditemukan. Sebaliknya, mayoritas pasien beralih ke kategori cemas sedang sebanyak 7 orang (50,0%), diikuti oleh cemas ringan sebanyak 5 orang (35,7%), dan tidak cemas sebanyak 2 orang (14,3%). Berdasarkan hasil uji *wilcoxon*, diperoleh nilai signifikansi (p) yaitu sebesar 0,001, dengan nilai p tersebut yang lebih kecil dari 0,05. Menurut (Budiono & Prasetya, 2022) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa jika nilai  $p < 0,05$ , maka ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, dan jika nilai  $p > 0,05$ , maka tidak ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikannya intervensi.

Penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *butterfly hug*. Nilai p yang sangat kecil ini menegaskan bahwa perubahan yang terjadi bukan disebabkan oleh faktor kebetulan, melainkan menunjukkan efektivitas terapi *butterfly hug* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *pre-operasi* apendisitis. Kesimpulannya adalah terapi *butterfly hug* memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap penurunan kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi apendisitis. Intervensi ini dapat dipertimbangkan sebagai salah satu metode *non-farmakologis* dalam manajemen kecemasan *pre-operasi* di lingkungan klinis.

**Mengidentifikasi Kecemasan Pada Pasien Sebelum Dilakukan Terapi *Butterfly Hug* Pada Pasien *Pre-Operasi* Apendisitis Di Rumah Sakit Woodward Palu.**

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa pasien *pre-operasi* apendisitis di Rumah Sakit Woodward

Palu mengalami kecemasan sedang hingga berat. Hasil wawancara awal menunjukkan pasien merasa takut menghadapi operasi, sulit tidur karena memikirkan prosedur pembedahan, nafsu makan berkurang, serta tampak gelisah dan sulit berkonsentrasi. Beberapa pasien juga mengaku belum siap secara mental karena baru pertama kali menjalani operasi. Observasi peneliti memperlihatkan tanda-tanda kecemasan seperti wajah tegang, tampak murung, sering melamun, dan kesulitan menenangkan diri. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti berasumsi bahwa pasien *pre-operasi* apendisitis memerlukan pendekatan *non-farmakologis* seperti terapi *butterfly hug* untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan sebelum tindakan pembedahan.

Secara teori, kecemasan adalah respon emosional yang timbul ketika individu menghadapi ancaman terhadap integritas diri, meskipun ancaman tersebut sering kali tidak jelas bentuknya. Menurut (Nopiyani, 2022) membagi kecemasan menjadi ringan, sedang, berat, dan panik, di mana kecemasan sedang hingga berat ditandai dengan gejala fisiologis berupa jantung berdebar, sesak napas, mulut kering, dan gangguan tidur. Margaretha (2024) menambahkan bahwa kecemasan *pre-operasi* dapat mengganggu stabilitas sistem hemodinamik pada pasien, sehingga dapat meningkatkan risiko komplikasi *intraoperatif*, dan memperlambat pemulihan saat *pasca operasi*.

Penelitian ini menemukan bahwa sebelum intervensi, skor *hamilton anxiety rating scale* (HARS) pasien menunjukkan data yang mendominasi adalah kecemasan sedang hingga berat. Pasien memperlihatkan tanda-tanda fisiologis seperti jantung berdebar cepat, takhikardia, sesak, hingga keluhan pencernaan seperti mual, serta gejala psikologis berupa rasa takut, khawatir, sulit berkonsentrasi, merasa lesu, merasa lemah, tidur tidak nyenyak, dan tidak bisa tidur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada pasien *pre-operasi* apendisitis merupakan permasalahan yang sangat signifikan dan memerlukan penanganan secara segera, guna untuk mencegah dampak negatif terhadap kesiapan mental pasien dan keberhasilan tindakan *operatif* pada pasien.

Penelitian terdahulu mendukung hasil ini. Menurut (Fajarini et al., 2023) menemukan bahwa pasien apendisitis di Rumah Sakit dr. Abdul Aziz sebagian besar mengalami kecemasan sedang hingga berat sebelum dilakukan edukasi *pre-operasi*. Salamung et al. (2022) juga mengemukakan bahwa pasien bedah mayor seringkali memperlihatkan respon emosional maladaptif seperti gangguan tidur, mudah tersinggung, dan nafsu makan menurun. Sementara itu, (Nadidah et al., 2024) meneliti pasien *pre-operasi* laparotomi dan menemukan skor kecemasan awal yang tinggi, yang dapat mengganggu persiapan operasi jika tidak ditangani dengan segera.

Perspektif pada patofisiologi kecemasan terjadi akibat aktivasi *aksis hipotalamus-pituitari-adrenal* (HPA) yang melepaskan hormon stres kortisol dan adrenalin. Aktivasi saraf simpatis menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut jantung, dan ketegangan otot. Penurunan fungsi neurotransmitter penghambat seperti GABA memperburuk hiperaktivitas amigdala, sehingga pasien semakin sulit menenangkan diri (Nopiyani, 2022). Faktor tersebut menjelaskan mengapa kecemasan yang dirasakan pasien tidak hanya berupa rasa takut, tetapi juga dapat menimbulkan keluhan fisik.

Penelitian Lusiana et al. (2020) menyatakan bahwa pasien apendisitis di rumah sakit rujukan kerap mengalami kecemasan tinggi sebelum operasi, terutama ditunjukkan dengan gangguan tidur, sering terbangun pada malam hari, tidur tidak nyenyak, jantung berdebar, sulit berkonsentrasi, lemas dan rasa takut berlebihan. Menurut (Aprilliani & Syolihan, 2022) juga menegaskan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosional yang sangat umum terjadi pada pasien yang akan menghadapi operasi pertama kali. Sehingga kerap membuat pasien yang akan mengalami operasi merasa sangat cemas dan takut dengan pikiran sendiri karena membayangkan hal-hal negatif tentang tindakan operasi. Mengidentifikasi tingkat kecemasan sebelum intervensi dilakukan memegang peranan yang penting dalam pemetaan kondisi psikologis pasien. Tanpa dilakukannya pemetaan awal, tenaga kesehatan justru berisiko mengabaikan masalah psikologis yang dapat berdampak buruk pada kondisi fisiologis dan juga berdampak pada hasil operasi. Peneliti berpendapat bahwa identifikasi awal ini menjadi dasar untuk menentukan efektivitas intervensi *non-farmakologis*, yaitu seperti tindakan *butterfly hug*.

#### **Mengidentifikasi Kecemasan Pada Pasien Setelah Dilakukan Terapi Butterfly Hug Pada Pasien Pre-Operasi Apendisitis Di Rumah Sakit Woodward Palu.**

Fakta menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi *butterfly hug*, kondisi emosional pasien mengalami perubahan yang positif. Pasien yang semula merasa gelisah, sulit tidur, dan tampak tegang mulai terlihat lebih rileks, dapat berkonsentrasi dengan lebih baik, dan melaporkan berkurangnya rasa takut. Beberapa pasien bahkan menyampaikan merasa lebih siap untuk menjalani operasi setelah mengikuti terapi. Data yang diperoleh dapat mencerminkan perbedaan signifikan antara kondisi pasien

sebelum dan setelah diberikan intervensi. Peneliti berasumsi bahwa terapi *butterfly hug* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien *pre-operasi* apendisitis karena mampu memberikan efek relaksasi dan menstabilkan kondisi emosional pasien sebelum tindakan pembedahan.

Secara teori, teknik *butterfly hug* adalah metode stimulasi bilateral (bilateral stimulation) yang dilakukan dengan menyilangkan tangan di dada lalu menepuk bahu bergantian menyerupai kepankan sayap pada kupu-kupu. Menurut (Annisaa Rahmi et al., 2024), teknik *butterfly hug* menimbulkan efek menenangkan dengan memberikan rasa aman dan meningkatkan sugesti positif pada diri sendiri. Penelitian dari (Ramdhiani, 2023) menjelaskan bahwa *butterfly hug* bekerja dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, sehingga respon stres dan cemas dapat berkurang. Yuliana et al. (2024) menambahkan bahwa teknik ini mampu meningkatkan kadar oksigen dalam darah, memperbaiki sirkulasi di dalam tubuh, membuat tubuh lebih tenang dan rileks.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi *butterfly hug* memberikan dampak yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien *pre-operasi* apendisitis. Sebelum intervensi dilakukan, mayoritas pasien berada pada kategori kecemasan sedang hingga berat. Setelah diberikan terapi *butterfly hug*, sebagian besar pasien menunjukkan penurunan tingkat kecemasan secara signifikan bahkan beberapa di antaranya mengalami perubahan yang baik hingga masuk ke dalam kategori ringan atau tidak mengalami kecemasan sama sekali. Perubahan ini tidak hanya terlihat dari skor *hamilton anxiety rating scale* (HARS) yang menurun secara signifikan, tetapi juga diperkuat dari data subjektif pada pasien yang mengaku merasa lebih tenang, rileks, dan siap menghadapi tindakan operasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa *butterfly hug* merupakan salah satu teknik relaksasi yang efektif dalam mengelola kecemasan pada situasi *pre-operatif*.

Hasil penelitian terdahulu mendukung temuan ini, yaitu pada penelitian (Nadidah et al., 2024) menemukan bahwa pasien *pre-operasi* laparotomi yang diberikan *butterfly hug* mengalami penurunan rata-rata skor kecemasan hampir setengah dari skor awal. Margaretha (2024) juga mengemukakan bahwa ibu primigravida dengan preeklamsia menunjukkan penurunan kecemasan signifikan setelah diberikan teknik *butterfly hug*. Menurut (Astuti, 2024) juga meneliti pasien *pre-operasi* bedah mayor dan melaporkan bahwa teknik *butterfly hug* tidak hanya menurunkan kecemasan secara emosional, tetapi juga membantu menstabilkan tekanan darah dan denyut jantung pada pasien.

Efektivitas terapi ini dapat dijelaskan dari sisi fisiologi. *Butterfly hug* memberikan stimulasi ritmis pada kedua sisi tubuh yang membantu menstabilkan aktivitas otak, khususnya amigdala yang berperan dalam respon takut. Teknik ini dapat meningkatkan aktivitas sistem parasimpatis yang berperan menciptakan kondisi relaksasi. Pasien dapat merasakan ketenangan emosional sekaligus stabilitas fisiologis saat setelah diberikan terapi *butterfly hug*. Studi internasional mengenai terapi *eye movement desensitization and reprocessing* (EMDR) juga melaporkan bahwa stimulasi bilateral dapat menurunkan gejala kecemasan dan trauma. Terapi *butterfly hug* sebagai bentuk *self-administered* EMDR terbukti efektif digunakan dalam berbagai konteks, termasuk pada pasien medis maupun psikologis.

Peneliti berpendapat bahwa terapi *butterfly hug* merupakan intervensi sederhana yang dapat diterapkan di ruang perawatan. Pasien tidak hanya merasa lebih tenang secara psikologis, tetapi juga lebih siap secara fisiologis menghadapi tindakan operasi. Teknik *butterfly hug* layak dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi *non-farmakologis* yang rutin diberikan pada pasien *pre-operasi*.

### **Menganalisis Pengaruh Pemberian Terapi *Butterfly Hug* Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Pre-Operasi* Apendisitis Di Rumah Sakit Woodward Palu.**

Fakta menunjukkan bahwa kecemasan yang tinggi pada pasien *pre-operasi* dapat meningkatkan risiko komplikasi *intraoperatif* dan dapat memperlambat pemulihan pada *pasca operasi*. Penanganan pada kecemasan menjadi salah satu aspek yang sangat penting dalam asuhan keperawatan. Intervensi *butterfly hug* muncul sebagai metode yang sederhana, murah, dan minim efek samping untuk dapat membantu menurunkan kecemasan pada pasien. Peneliti berasumsi bahwa penerapan terapi *butterfly hug* mampu memberikan efek menenangkan yang membantu mengatur respon emosional pasien, sehingga dapat menurunkan kecemasan dan mempersiapkan pasien secara mental sebelum menjalani tindakan pembedahan.

Teori menjelaskan bahwa teknik *butterfly hug* termasuk salah satu bentuk stimulasi bilateral (bilateral stimulation/BLS) yang bekerja dengan memberikan rangsangan sensorik ritmis pada kedua sisi tubuh. Menurut (Biahimo & Kau, 2025), menjelaskan bahwa metode ini serupa dengan teknik pada

terapi eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) yang dapat membantu pasien mencapai kestabilan emosional dan mengurangi tingkat stress yang dirasakan. Penelitian (Ramdhiani, 2023) menambahkan bahwa teknik *butterfly hug* dapat membantu menekan aktivitas saraf simpatis yang memicu kecemasan, dan secara bersamaan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis yang berperan dalam menciptakan ketenangan dan kestabilan emosi.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi *butterfly hug*. Sebagian besar pasien mengalami penurunan kecemasan dari kategori sedang atau berat menjadi kategori ringan, bahkan ada yang tidak mengalami kecemasan sama sekali. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi *butterfly hug* mampu memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis pasien. Efektivitas intervensi ini dalam menurunkan kecemasan pada pasien pre- operasi apendisitis di Rumah Sakit Woodward Palu memperlihatkan potensinya sebagai metode intervensi sederhana namun bermanfaat, yang dapat dipertimbangkan dalam praktik keperawatan.

Hasil penelitian terdahulu mendukung temuan ini, yaitu pada penelitian (Aulia et al., 2024) menegaskan bahwa *butterfly hug* efektif dalam menurunkan stres emosional pada pasien dengan gangguan kecemasan. Menurut (Yuliana et al., 2024) menyatakan bahwa *butterfly hug* dapat meningkatkan kadar oksigen dalam darah, membuat tubuh lebih rileks, dan membantu meredakan emosi negatif. Aktivasi pada teknik ini menurunkan tekanan darah, memperlambat denyut jantung, dan mengendurkan otot yang tegang. Stimulasi bilateral dapat membantu otak memproses ulang respon stres, sehingga pasien mampu menghadapi situasi menegangkan dengan lebih tenang. Margaretha (2024) mengatakan terapi ini tidak hanya menurunkan tingkat kecemasan, tetapi juga memberikan efek relaksasi yang mendukung kesiapan mental pasien menghadapi prosedur obstetri, dengan demikian *butterfly hug* berpotensi menjadi intervensi *non-farmakologis* yang efektif dalam penanganan kecemasan.

Metodologi penelitian dengan desain *one group pretest-posttest* diterapkan dalam studi oleh peneliti untuk mengamati perubahan pada kondisi pasien secara langsung sebelum dan setelah intervensi diberikan. Penelitian ini membandingkan hasil pengukuran pada tingkat kecemasan pasien dalam fase *pre-intervensi* dan *post-intervensi*, peneliti dapat menilai efektivitas terapi *butterfly hug* untuk menurunkan kecemasan pada pasien. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan yang signifikan setelah intervensi, yang mengindikasikan bahwa terapi *butterfly hug* memberikan kontribusi positif dalam mengelola kecemasan pada pasien *pre- operasi*. Desain ini tidak hanya mampu memperlihatkan perubahan nyata, tetapi juga memberikan dasar dan bukti yang kuat untuk merekomendasikan penerapan terapi ini dalam konteks klinis guna meningkatkan kesejahteraan psikologis pada pasien.

Peneliti berpendapat bahwa teknik *butterfly hug* sangat layak dijadikan sebagai intervensi standar di rumah sakit dalam upaya menurunkan kecemasan pada pasien *pre-operasi*. Teknik ini tidak hanya praktis, mudah diaplikasikan dan tidak memerlukan alat khusus, terapi ini juga memiliki tingkat risiko yang sangat rendah, sehingga aman untuk digunakan secara luas. Terapi *butterfly hug* mendukung pendekatan keperawatan yang memperhatikan kondisi fisik dan psikologis pasien secara menyeluruh. Metode ini terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas perawatan serta kesejahteraan pasien secara keseluruhan. Penerapan teknik ini sangat dianjurkan untuk menjadi bagian dari protokol keperawatan yang komprehensif.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi apendisitis di Rumah Sakit Woodward Palu, dapat disimpulkan bahwa sebelum pemberian terapi *butterfly hug* pasien menunjukkan tingkat kecemasan yang berada pada kategori berat hingga sangat berat. Setelah intervensi diberikan, terjadi penurunan tingkat kecemasan yang signifikan, di mana sebagian besar pasien berada pada kategori kecemasan ringan bahkan tidak mengalami kecemasan. Dengan demikian, terapi *butterfly hug* terbukti berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi apendisitis.

## REFERENSI

- Annisaa Rahmi, K., Fika, E. F., Safitri, I., Sari, T., Yaslina, & Yunere, F. (2024). Edukasi dan demonstrasi terapi *butterfly hug* untuk pencegahan depresi lansia di Posyandu Cempaka. *Science and Technology: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 149–155. <https://doi.org/10.69930/scitech.v1i2.44>
- Astuti, N. A. P. (2024). *Butterfly hug* sebagai teknik relaksasi: Metode efektif untuk mengurangi kecemasan remaja. *Konseling: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 5(4), 133–137. <https://doi.org/10.31960/konseling.v5i4.2530>
- Aulia, A. W. Z., Yuliasuti, E., & Suyatno. (2024). Pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap tingkat kecemasan pada remaja. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.30787/asjn.v5i1.1514>
- Biahimo, N. U. I., & Kau, M. (2025). Efektivitas pemberian terapi *butterfly hug* dan aromaterapi lavender pada pasien dengan ansietas di wilayah kerja Puskesmas Telaga. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(1), 16–25.
- Budiono, & Prasetia, A. (2022). Studi perbandingan hasil uji Wilcoxon pada data pengukuran dan data kategori penelitian kesehatan. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 4(2), 8–15. <https://doi.org/10.53599/jip.v4i2.94>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. (2024). *Data penyakit apendisitis Provinsi Sulawesi Tengah tahun 2024*.
- Fajarini, D., Agustina, M., & Akhmad, A. N. (2023). Pengaruh edukasi melalui booklet pre-operasi terhadap tingkat kecemasan pasien apendisitis. *Scientific Journal of Nursing Research*, 3(2), 41. <https://doi.org/10.30602/sjnr.v3i2.1293>
- Lusyana, V., Sarifah, S., & Wardani, I. K. (2020). Upaya menurunkan tingkat kecemasan melalui aromaterapi orange pada pasien pre-operasi apendektomi. *IJMS – Indonesian Journal on Medical Science*, 7(2), 162–168.
- Margaretha. (2024). Penatalaksanaan terapi *butterfly hug* pada ibu primigravida dengan preeklamsia yang mengalami kecemasan.
- Nadidah, N., Dita, F., & Chairani, R. (2024). Pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre-operasi laparotomi. *Journal of Holistic Care in Nursing*, 4(2), 113–122. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v4i2.1877>
- Nopiyani, D. (2022). Pengaruh media flipchart tentang anestesi spinal terhadap tingkat kecemasan pasien pre-operasi.
- Nurlina, & Nursyamsi. (2020). Pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien pre dan post operasi. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 4(1), 17–29. <https://doi.org/10.37362/jkph.v4i1.179>
- Puja, C. (2024). Penerapan terapi *butterfly hug* pada siswa yang mengalami kecemasan menghadapi seleksi perguruan tinggi.
- Ramdhiani, S. (2023). Pengaruh *butterfly hug* terhadap penurunan tingkat stres pada remaja.
- Rachman, T. (2020). Studi fenomenologi pengalaman pasien terhadap perawatan diri.
- Ummah, M. S. (2019). Kuesioner tingkat kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS).
- Wendari, A., Kusumajaya, H., & Faizal, K. M. (2025). Penyakit apendisitis di Rumah Sakit Bakti Timah Pangkalpinang tahun 2023. <https://doi.org/10.33096/umj.v8i2.241>
- Yuliana, A., Agustina, M., Tresya, E., & Penulis, K. (2024). Pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi. *Praba: Jurnal Keperawatan*, 2(1), 58–72. <https://doi.org/10.62027/praba.v2i1.69>