

# **PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PASIEN POST OPERASI APENDIK DI RUMAH SAKIT WAVA HUSADA KEPANJEN MALANG**

YanuarHanani\*, EnyRahmawati\*  
Praktisi RS WavaHusada\*Dosen STIKes Kendedes Malang  
Email: kendedes.eny@gmail.com

**Abstract:** Appendicitis is inflammation of the appendix and is a common cause of emergency abdominal surgery. The purpose of this study was to determine the effectiveness of finger grip relaxation on the intensity of the pain scale in appendic postoperative patients undergoing hospitalization at Wava Husada Hospital. This research design uses pre-experimental designs with One Group Pre Test - Post Test. The study was conducted for one month using the independent sample t-test analysis. The number of respondents in this study were 32 people with 17 male sexes and 15 female people. From the Wilcoxon test results obtained Z count from Z Table (-3,978 <175) so we concluded that there is an influence of hand-held relaxation on pain intensity in appendicitis patients. Hand-held finger therapy can be used as an alternative to non-pharmacological pain management in patients with pain complaints, which work to inhibit pain neurotransmitters to transmit pain impulses caused by invasive procedures. Holding a finger while breathing deeply (relaxation) can reduce and heal physical and emotional tension, because it will warm the finger point at the entry of meridian energy (energy channels) located in the fingers so that this biochemical process will reduce the intensity of pain.

**Key word :**Hand-held finger therapy, Pain Intensity

**Abstrak:** *Appendicitis* merupakan peradangan pada appendix dan menjadi penyebab umum terjadinya tindakan emergency bedah abdomen. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas relaksasi genggam jari terhadap intensitas skala nyeri pada pasien post operasi apendik yang menjalani rawat inap di rumahsakit Wava Husada. Desain penelitian ini menggunakan *Pre-experimental designs* dengan *OneGroup Pre Test - Post Test*. Penelitian dilakukan selama satu bulan dengan menggunakan analisis uji *independent sample t-test*. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 32 orang dengan jenis kelamin laki-laki 17 orang dan perempuan 15 orang. Dari hasil uji *wilcoxon test* didapatkan nilai Z Hitung < dari Z Tabel (-3,978 <175) sehingga didapatkan kesimpulan terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi apendik. Terapi genggam jari dapat dilakukan sebagai alternatif manajemen nyeri non farmakologis pada pasien dengan keluhan nyeri, yang bekerja menghambat neurotransmitter nyeri untuk mentransmisikan impuls nyeri yang disebabkan oleh prosedur invasif. Memegang jari sambil menarik napas dalam (relaksasi) dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosional, karena akan menghangatkan titik jari pada keluar masuknya energi meridian (saluran energi) yang terletak di jari-jari sehingga proses biokimiawi ini akan menurunkan intensitas nyeri.

**Kata Kunci:** Terapi Genggam Jari, Intensitas Nyeri

## **Pendahuluan**

Appendicitis merupakan peradangan akut pada appendix vermiformis. Appendix vermiformis memiliki panjang yang

bervariasi dari 7 sampai 15 cm. Appendicitis merupakan salah satu kasus tersering dalam bidang bedah abdomen yang menyebabkan

nyeri abdomen akut dan memerlukan tindakan bedah segera untuk mencegah komplikasi yang umumnya berbahaya (Omari 2014).

Apendiksitis di Indonesia menjadi penyakit terbanyak diderita dengan urutan keempat tahun 2014 setelah dispepsia, gastritis dan duodenitis (Sutarjo, 2014). Pasien yang menjalani Operasi di Rumah Sakit Wawa Husada dimulai sejak tahun 2017-2018 sebanyak 4.928 operasi. Angka kejadian pasien apendiksitis yang dirawat di dalam satuta hunteraakhir sebanyak 143 kasus. Setiap bulannya terdapat rata-rata 12 kasus dengan diagnosa apendiksitis di Rumah Sakit Wawa Husada.

Post Operatif Apendiksitis akan menimbulkan nyeri. Penanganan nyeri yang tidak adekuat mempunyai efek yang membahayakan, selain ketidaknyamanan yang mengganggu, nyeri yang tidak kunjung reda dapat mempengaruhi sistem pulmonary, kardiovaskuler, gastrointestinal, endokrin, dan imunologi. Pada kondisi seperti ini, terkadang respons stres pasien terhadap trauma bisa meningkat.

Managemen nyeri merupakan salah satu cara yang digunakan di bidang kesehatan untuk mengatasi nyeri, diantaranya adalah melalui relaksasi. Relaksasi merupakan tindakan manajemen nyeri non farmakologi yang mencakup latihan pernafasan diafragma, teknik relaksasi progresif, *guided imagery*, dan meditasi (Smeltzer, Brenda, & Bare, 2013). Bentuk relaksasi lain yang belum pernah dimunculkan yaitu relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh kita (Yuliastuti, 2015).

Intensitas nyeri merupakan gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu, pengukuran nyeri sangat subjektif dan individual serta kemungkinan nyeri

dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda. Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif yang paling mungkin adalah menggunakan respons fisiologis tubuh terhadap nyeri itu sendiri. Namun, pengukuran dengan teknik ini juga tidak dapat memberikan gambaran pasti tentang nyeri itu sendiri (Tamsuri, 2012).

Relaksasi genggam jari yang juga disebut sebagai *finger hold* adalah sebuah teknik relaksasi yang digunakan untuk meredakan atau mengurangi intensitas nyeri pasca pembedahan (Pinandita, Purwanti, & Utoyo, 2012). dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan disik dan emosi, karena gengggaman jari akan mengakibatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada *meridian (energi chanel)* yang terletak pada jari tangan kita (Liana, 2012).

Titik-titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkangelombang kejut atau listrik menuju otak. Gelombang tersebut diterima otak dan diproses dengan cepat, diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energimenjadi lancar (Haniyah, Setyawati, & Sholikhah, 2016).

Berdasarkan hasil survey terhadap tiga pasien post operasi apendik, rata-rata nyeri daerah insisi muncul setelah 133 menit atau setara dengan 2 jam 13 menit setelah operasi dilakukan. Pasien diberikan terapi analgetik (ketorolak atau torasik) untuk mengurangi rasa nyeri. Obat analgesik diberikan setelah 120 menit setelah pasien dipindahkan ke Rawat Inap dan obat bekerja efektif 150 menit kemudian, sehingga ada jeda yang cukup lama pasien merasakan nyeri.

Dari paparan diatas peneliti tertarik mengaplikasikan terapi relaksasi genggam jari dengan tujuan untuk memanaajemen intensitas nyeri pasien sehingga diharapkan

akan berkurang dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan *Pra-experimental designs* dengan *One Group Pre Test - Post Test*. Penelitian dilakukan selama satu bulan dengan menggunakan analisis uji *independent sample t-test*. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 32 orang terdiri dari jenis kelamin

laki-laki 17 orang dan perempuan 15 orang dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Kriteria inklusi responden adalah pasien post operasi apendik dengan riwayat pembiusan regional, mempunyai kemampuan komunikasi baik, belum memperoleh terapi farmakologi analgesic. Intensitas nyeri pre dan post terapi di gunakan skala nyeri numerik (NRS) 0-10

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Hasil-hasil penelitian akan disajikan berupa data umum dan data khusus dari responden.

**Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia**

No	Kategori		Frekuensi	Prosentase (%)	
1.	JenisKelamin	-	Laki-laki	15	47
		-	Perempuan	17	53
2.	Umur	-	15thn -25thn	7	22
		-	26thn-35thn	9	28
		-	36thn-45thn	11	34
		-	46thn-55thn	5	16
		-			

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwa responden berjenis kelamin perempuan yaitu 53%, berjenis kelamin laki-laki sebanyak 47%.Sedangkan distribusi responden menurut usia sebagian besar responden berusia36 – 45 tahun sebanyak 11 responden (34%).

**Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan**

No	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Karyawan	17	53
2	Wiraswasta	8	25
3	Pelajar	7	22

Distribusi responden berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden (53%) bekerja sebagai karyawan, di ikuti dengan wiraswasta sebanyak 8 responden (25%) dan sisanya (22%) responden adalah pelajar.

**Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengalaman Operasi Sebelumnya**

No	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Pengalaman Operasi Sebelumnya		
	- Ya	4	4
	- tidak	28	96

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui bahwa sebagian besar 28 responden (96%) belum pernah menjalani operasi sebelumnya, sedangkan sisanya sebanyak 4 responden sudah pernah menjalani operasi sebelumnya.

**Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan**

No	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Tingkat Kecemasan		
	- Ringan	10	31
	- Sedang	16	50
	- Tinggi	6	19

Berdasarkan tabel 5.4 diketahui bahwa sebagian besar responden 50% memiliki tingkat kecemasan sedang. Di ikuti dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 31% dan tingkat kecemasan tinggi sebanyak 19%.

**Tabel 5.6 Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Apendik**

Skor Intensitas Nyeri Setelah Relaksasi Genggam Jari – Skor Intensitas Nyeri Sebelum relaksasi genggam jari	Jumlah
Setelah < Sebelum	20
Setelah = Sebelum	11
Setelah > Sebelum	1
Total	32

Berdasarkan tabel 5.6 terdapat 20 responden dengan skor intensitas nyeri berkurang setelah pemberian terapi relaksasi genggam jari. Sebanyak 11 responden tidak ada perubahan skor sebelum dan setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari, dan sebanyak 1 responden mengalami peningkatan skor intensitas nyeri setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari dengan penilaian secara subjektif.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai Z Hitung < dari Z Tabel (-3,622 < 175) sehingga  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pemberian relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi apendik di Rumah Sakit Wawa Husada Kepanjen Kabupaten Malang.

Berdasarkan pada hasil analisa di atas, maka relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendik hal tersebut menegaskan teori-teori sebelumnya mengenai hubungan relaksasi genggam jari dan intensitas nyeri. Smeltzer, Brenda, & Bare (2013) menjelaskan bahwa terapi

relaksasi genggam jari dapat digunakan sebagai pendamping terapi farmakologi yang bertujuan untuk meningkatkan efek analgesik sebagai terapi pereda nyeri post operasi. Terapi relaksasi bukan sebagai pengganti obat-obatan tetapi diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung beberapa menit atau detik. Kombinasi teknik ini dengan obat-obatan yang dilakukan secara simultan merupakan cara yang efektif untuk menghilangkan nyeri.

Hal tersebut di dukung oleh pendapat Yuliasuti (2015) bahwa genggam jari dapat dilakukan sebagai alternatif untuk manajemen nyeri non farmakologis pada pasien dengan keluhan nyeri. Prinsip

relaksasi genggam jari adalah menghambat neuro transmitter nyeri dalam mentransmisikan impuls nyeri yang disebabkan oleh prosedur invasif. Teknik atau prosedurnya sangat sederhananya itu dengan memegang jari sambil menarik napas dalam (relaksasi). Hal tersebut mampu mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosional, karena akan menghangatkan titik jari pada keluar masuknya energi meridian (saluran energi) yang terletak di jari-jari .

### Kesimpulan

Intensitas nyeri setelah diberi relaksasi genggam jari mengalami perubahan intensitas menjadi lebih menurun skala nyerinya, hasil tersebut mendukung pernyataan bahwa relaksasi genggam jari dapat di jadikan alternative terapi supportif non farmakologis bagi pasien post operatif apendiksitis dalam upaya meningkatkan kenyamanan dengan penurunan intensitas nyeri.

### Daftar Pustaka

- Andarmoyo, s. (2013). *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bee, R. (2014, februari 25). *Perawat Asrob*. Dipetik january 14, 2017, dari keperawatan pre-operatif: <https://robbybee.wordpress.com/2009/02/25/keperawatan-pre-operatif/>
- Craig, S. (2015, desember 27). *Medscape*. Retrieved january 13, 2017, from Appendicitis: <http://emedicine.medscape.com/article/773895-overview>
- Haniyah, S., Setyawati, M. B., & Sholikhah, S. M. (2016). efektifitas teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri post sectio caesar di RSUD Ajibarang. *Jurnal Ilmiah*, 233-239.
- Hartono, L. (2012). *Stres dan stroke*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hidayat, A. A. (2013). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Judha, m., Afroh, F., & Sudarti. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri persalinan*. yogyakarta: Nuha Medika.
- Liana, E. (2012, maret 23). *Teknik Relaksasi*. Dipetik November 23, 2016, dari Genggam Jari Untuk Keseimbangan Emosi: <http://www.pembelajar.com/teknik-relaksasi-genggam-jari-untukkeseimbangan-emosi>
- Luxner, K. L. (2015). *Delmar's matenal-infant nursing care plans*. Austalia: Delmar Learning.
- Notoatmodjo, s. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Motodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (Edisi 3)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Omari, AH, Khammash MR, Qasaimeh GR, Shammari AK, Yaseen MKB, Hammori SK. Acute appendicitis in the elderly: risk factors for perforation. *World Journal of Emergency Surgery*. 2014;9:6 hlm.
- Pinandita, I., Purwanti, E., & Utoyo, B. (2012). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi. *jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 32-43.
- Potter, & Perry. (2014). *Fundamental of Nursing: Fundamental Keperawatan (Volume 1, 2, 3) (edisi 7)*. Jakarta: Elsevier.
- Sherwood, l. (2014). *Fisiologi Manusia: Dari Sel Ke Sistem (Edisi 8)*. jakarta: EGC.

3. Sitohang, G. E. (2015). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien PO APP. *Jurnal Ilmiah*, 70-81.
4. Sjamsuhidayat, j. W. (2015). *buku ajar ilmu bedah*. Jakarta: EGC.
5. Smeltzer , S. C., Brenda , G., & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Volume 2 (Edisi 8)*. Jakarta: EGC.
6. Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
7. Supomo, B., & Indriantoro, N. (2012). *Metodologi Penelitian Bisnis*. Yogyakarta: BPF E.
8. Sutarjo, U. S. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
9. Tamsuri, A. (2012). *Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
10. Wong, D. L., Hockenberty, M. J., & Wilson, D. (2011). *Wong's Nursing Care of infants and children*. St. Louis, Mo: Mosby0Elsevier.
11. Yuliasuti, C. (2015). EFFECT OF HANDHELD FINGER RELAXATION ON REDUCTION. *international journal of medicine and pharmaceutical sciences*, 53-58.
15. Yuliasuti, C. (2015). effect of handheld finger relaxation on reduction of pain intensity in patients with post-appendectomy at inpatient ward, rsud sidoarjo. *International Journal Of Medicine And Pharmaceutical Sciences (IJMPS)*, 53-58.