

**NASKAH PUBLIKASI**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK  
MENGURANGI INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST  
OPERASI APENDIKTOMI DI RSUD BUNG KARNO**



**OLEH : IIK ANANDA**

**SN231084**

**PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA  
SURAKARTA**

**PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2024**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK MENGURANGI  
INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI APENDIKTOKMI  
DI RSUD BUNG KARNO**

**Iik Ananda<sup>1</sup>, Rufaida Nur Fitriana<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2</sup>Dosen Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada  
Surakarta

[Anandaiik401@gmail.com](mailto:Anandaiik401@gmail.com)

**ABSTRAK**

Apendisitis adalah peradangan yang disebabkan oleh infeksi usus buntu. Infeksi ini berpotensi menyebabkan peradangan akut sehingga perlu segera ditangani melalui pembedahan untuk menghindari konsekuensi yang berpotensi fatal. *World Health Of organization* (WHO) tahun 2018, Insiden appendicitis pada tahun 2018 mencapai 7% dari populasi penduduk dunia Di Amerika Serikat appendicitis merupakan kedaruratan bedah abdomen yang paling sering dilakukan dengan jumlah penderita pada tahun 2017 sebanyak 734.138 orang dan meningkat pada tahun 2018 yaitu sebanyak 739.177 orang. Prevalensi apendisitis di Indonesia 75.601 pada tahun 2017 dan Indonesia menduduki peringkat ke 4 (KEMENKES, 2017). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Ruang Suhud RSUD Bung Karno Surakarta didapatkan data bahwa pasien dengan indikasi apendisitis pada bulan Mei 2024 terdapat 13 pasien. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui penerapan teknik relaksasi genggam jari untuk mengurangi intensitas nyeri pada pasien post operasi apendiktomi di RSUD Bung Karno. Metode yang digunakan dalam karya ilmiah akhir penulis menggunakan metode *case study design*. Sebelum implementasi dilakukan diberikan pre test dan post test pengukuran skala nyeri. Implementasi dilakukan selama 2 hari durasi 15 menit frekuensi 2x di Ruang Suhud. Hasil yang didapatkan pada hari pertama post operasi *appendectomy* sebelum dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri pasien 7 setelah dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri pasien menjadi 5. Pada hari kedua skala nyeri pasien 5 setelah dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri pasien menjadi 3. Kesimpulan bahwa terapi relaksasi genggam jari dapat berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendiktomi di Ruang Suhud RSUD Bung Karno.

**Kata Kunci :** Pasca Bedah Apendiktomi, Nyeri, Genggam Jari

**APPLICATION OF THE FINGER HAND RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE  
PAIN INTENSITY IN POST APPENDICTOMIC PATIENTS  
AT BUNG KARNO HOSPITAL**

**Iik Ananda<sup>1</sup>, Rufaida Nur Fitriana<sup>2</sup>**

*1 Student of the Nursing Professional Study Program, Faculty of Health Sciences, Kusuma Husada  
University, Surakarta*

*2 Lecturers at the Nursing Profession Study Program at Kusuma Husada University Professional  
Program Surakarta*

[Anandaiik401@gmail.com](mailto:Anandaiik401@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Appendicitis is inflammation caused by infection of the appendix. This infection has the potential to cause acute inflammation so it needs to be treated immediately surgically to avoid potentially fatal consequences. World Health Organization (WHO) in 2018, the incidence of appendicitis in 2018 reached 7% of the world's population. In the United States, appendicitis is the most frequently performed abdominal surgical emergency with the number of sufferers in 2017 amounting to 734,138 people and increasing in 2018, namely by 739,177 people. The prevalence of appendicitis in Indonesia was 75,601 in 2017 and Indonesia was ranked 4th (KEMENKES, 2017). Based on a preliminary study conducted by researchers in the Suhud Room at Bung Karno Hospital, Surakarta, data was obtained that there were 13 patients with indications of appendicitis in May 2024. The aim of this research is to determine the application of finger grip relaxation techniques to reduce pain intensity in post-appendectomy patients at Bung Karno Regional Hospital. The method used in the author's final scientific work uses the case study design method. Before implementation, a pre-test and post-test were given to measure the pain scale. Implementation was carried out for 2 days with a duration of 15 minutes, frequency 2x in the Suhud Room. The results obtained on the first day after the appendectomy operation before the finger-hold relaxation procedure were carried out, the patient's pain scale was 7. After the finger-hold relaxation action was carried out, the patient's pain scale became 5. On the second day, the patient's pain scale was 5. After the finger-hold relaxation action was carried out, the patient's pain scale became 3. The conclusion is that finger-held relaxation therapy can have an effect on reducing pain intensity in post-appendectomy patients in the Suhud Room at Bung Karno Hospital.*

*Keywords: Post appendectomy surgery, pain, finger grip*

## PENDAHULUAN

Appendisitis adalah peradangan yang disebabkan oleh infeksi usus buntu. Infeksi ini berpotensi menyebabkan peradangan akut sehingga perlu segera ditangani melalui pembedahan untuk menghindari konsekuensi yang berpotensi fatal. Pasien dengan radang usus buntu menjalani operasi usus buntu sebagai pengobatan. Ketidaknyamanan adalah efek samping dari masalah pasca operasi. Penanganan nyeri secara farmasi dan nonfarmakologis diperlukan untuk meringankan penderitaan (Georgakopoulou, dkk., 2022). Apendiks vermiformis atau umbai cacing yang lebih dikenal dengan nama usus buntu, merupakan kantung kecil yang buntu dan melekat pada sekum. Dalam kasus laparotomi diperlukan untuk mengangkat usus buntu yang terinfeksi. Masalah keperawatan yang mungkin muncul setelah adanya post apendiktomi ini adalah resiko infeksi. Kasus apendisitis lebih sering terjadi pada pria dibandingkan pada wanita dengan insidensi 1:4, dan menyerang pada usia rata-rata umur 10-30 tahun (Maharani et al., 2020).

*World Health Organization* (WHO) tahun 2018, Insiden appendicitis pada tahun 2018 mencapai 7% dari populasi penduduk dunia. Di Amerika Serikat appendicitis merupakan kedaruratan bedah abdomen yang paling sering dilakukan, dengan jumlah penderita pada tahun 2017 sebanyak 734.138 orang dan meningkat pada tahun 2018 yaitu sebanyak 739.177 orang. Prevalensi apendisitis di Indonesia 75.601 pada tahun 2017 dan Indonesia menduduki peringkat ke 4 (KEMENKES, 2017). Berdasarkan survey yang dilakukan pada RSUD DR. H. Abdul Moeloek, terdapat 116 kasus penderita apendisitis pada rentang tahun 2017-2019. Pada tahun 2017 terdapat 59 kasus, tahun 2018 terdapat 36 kasus, dan 2019 terdapat 21 kasus penderita apendisitis (Wijaya et al., 2020).

Salah satu penatalaksanaan medis pasien dengan apendisitis adalah pembedahan (Apendiktomi). Tindakan pembedahan dengan cara apendiktomi,

yaitu tindakan pembedahan yang membuang apendiks untuk mengurangi resiko perforasi (Salmiyah, 2021). Pada tindakan apendiktomi menimbulkan luka pasca operasi yang memerlukan waktu untuk proses penyembuhannya serta memerlukan perawatan berkelanjutan (Kurniari et al., 2021).

Apendiktomi adalah suatu prosedur medis berupa tindakan operasi yang dilakukan untuk menyingkirkan atau melakukan pengangkatan pada bagian usus buntu atau apendiks yang terinfeksi. Apendiktomi harus dilakukan segera agar menurunkan resiko dan komplikasi seperti terjadinya perforasi atau abses (Waisani & Khoiriyah, 2020).

Pasien yang menjalani operasi usus buntu mengalami rasa sakit karena tekanan pada jaringan sayatan bedah. Sebuah teknik yang disebut relaksasi jari portabel dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit pasien. Penanganan nyeri yang tidak adekuat menyebabkan pasien pasca operasi usus buntu merasa kurang nyaman pengalaman, yang merupakan masalah keperawatan (Hasaini, 2019).

Dampak yang timbul setelah operasi apendiktomi adalah nyeri. Nyeri post op kemungkinan disebabkan oleh luka bekas operasi tetapi kemungkinan sebab lain harus dipertimbangkan. Penyembuhan luka pasca operasi akan berjalan dengan normal tanpa meninggalkan parutan ataupun bekas jaringan operasi apabila disertai dengan penyembuhan yang normal (Daulay & Simamora, 2019). Karakteristik nyeri yang dirasakan oleh pasien pasca operasi sangat bervariasi. Pengkajian nyeri dilakukan dengan menggunakan metode PQRST kepada setiap pasien, dan didapatkan rata-rata pasien post operasi merasakan nyeri seperti ditusuk, diiris-iris, dan diremas. Penyebaran nyeri yang dirasakan terdapat pada satu lokasi yaitu lokasi pembedahan dan ada juga rangsangan nyeri yang menyebar ke bagian tubuh lainnya. Pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan didapatkan hasil skala nyeri yang dirasakan

pasien pasca operasi dalam rentang skala 3-5 (Rasyid, Norma, & Samaran, 2019).

Nyeri merupakan pengalaman emosional ataupun sensorik yang disebabkan karena adanya kerusakan pada jaringan secara actual ataupun potensial. Pada pasien dengan post operasi, nyeri adalah suatu respon yang muncul dan dapat menimbulkan adanya stres, maka dari itu sistem tubuh merespon dengan cara terjadinya peningkatan tekanan darah, detak jantung atau nadi dan kebutuhan oksigen meningkat yang disebabkan karena sistem kardiovaskular yang mengaktifkan sistem saraf. (Haq et al., 2020).

Tindakan perlu dilakukan untuk mengatasi atau menurunkan perasaan nyeri, baik dengan terapi secara farmakologi maupun non farmakologi. Hal tersebut bertujuan untuk membuat berkurangnya rasa nyeri, mengubah respon fisiologis, memperbaiki disfungsi fisik dan mengurangi kecemasan yang berkaitan dengan imobilitas (Dikson et al., 2019). Berbagai macam terapi nonfarmakologis dapat dilakukan untuk mempersingkat intensitas nyeri, contoh dari terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan yaitu teknik relaksasi napas dalam, distraksi, hipnoterapi, kompres panas dingin, Teknik relaksasi genggam jari (Wati & Ernawati, 2020).

Teknik relaksasi jari tangan merupakan metode mudah untuk mengendalikan emosi dan meningkatkan kecerdasan emosional. Panjang jari kita terdiri dari meridian atau saluran energi, yang terhubung ke beberapa organ dan emosi. Lokasi refleksi di tangan menghasilkan respons otomatis saat menggenggam. Stimulus tersebut akan mengakibatkan gelombang kejutan atau penurunan aktivitas otak. Gelombang tersebut memasuki otak dan menghilangkan hambatan aliran energi sebelum segera memprosesnya dan mengirimkannya ke saraf organ tubuh yang terluka. Tubuh manusia dapat mengontrol suhu tubuh, detak jantung, tekanan darah, ketegangan otot, dan penyerapan energi. Karena itu dapat membantu kita menjadi lebih tenang

dan fokus cara genggam jari ini cukup berguna dalam kehidupan sehari-hari (Ahmed, dkk., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Shaimaa (2023) di departemen bedah rawat inap di Rumah Sakit Universitas Mansoura melakukan penelitian tentang ampak Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri dan Stres pada Pasien Pasca Operasi Apendektomi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi antara teknik genggam jari dengan intensitas nyeri dengan p-value 0,000 yang artinya terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Ruang Suhud RSUD Bung Karno Surakarta didapatkan data bahwa pasien dengan indikasi apendisitis pada bulan Mei 2024 terdapat 13 pasien. Intervensi yang biasa digunakan di Ruang Suhud untuk pasien post operasi apendektomi biasanya menggunakan jenis intervensi farmakologi yaitu memberikan obat anti nyeri.

Alasan dari penelitian ini penulis ingin menunjukkan bagaimana “ Penerapan Tindakan Relaksasi Genggam Jari Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendektomi Di RSUD Bung Karno “ .

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan menggunakan teknik observasi yang bersifat ilmiah. Populasi dalam penelitian ini merupakan pasien post operasi apendektomi di RSUD Bung Karno dengan sampel sebanyak 1 responden.

Kriteria inklusi pasien dengan post apendektomi hari ke 1, pasien yang bersedia dilakukan tindakan intervensi relaksasi genggam jari dengan skala nyeri sedang, pasien yang belum diberi obat analgetik, batas usia > 20 tahun. Kriteria eksklusi pasien post apendektomi yang nyeri ringan, pasien yang tidak bersedia dilakukan intervensi relaksasi genggam jari, batas usia < 20 tahun.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa

**Tabel 1. Penerapan Relaksasi Genggam Jari Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Pasien Apendektomi Di RSUD Bung Karno**

Hari tanggal	Waktu	Skala Nyeri	
		Sebelum	Sesudah
Selasa, 11 juni 2024	14.00	7	6
	15.00	6	5
Rabu, 12 juni 2024	14.00	5	4
	15.00	4	3

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa skala nyeri sebelum dan setelah mendapatkan terapi relaksasi genggam jari sebanyak 4 kali didapatkan hasil pasien dapat menerapkan relaksasi genggam jari, nyeri berkurang, dan pasien menjadi lebih rileks. Hal ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari dapat berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi appendectomy di ruang Suhud RSUD Bung Karno.

### KESIMPULAN

Hasil yang didapatkan pada hari pertama post operasi *appendectomy* sebelum dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri pasien 7 setelah dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri pasien menjadi 5. Pada hari kedua skala nyeri pasien 5 setelah dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri pasien menjadi 3. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tindakan Teknik relaksasi genggam jari dapat menurunkan nyeri. Keunggulan terapi ini yaitu dapat dilakukan dimana pun dan kapan saja tanpa ada efek samping dan meminimalkan biaya perawatan. Pasien dapat melakukan terapi genggam jari secara mandiri untuk mengatasi masalah nyeri pasca operasi. Terapi ini pun dapat dilakukan selama pasien menjalani perawatan dirumah, karena langkahlangkah dalam melakukan terapi ini sangat mudah (Muliando, et al., 2022).

### SARAN

Dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti berkaitan dengan teknik relaksasi genggam jari dalam mengatasi nyeri pada pasien.

### DAFTAR PUSTAKA

Calisanie, NNP, & Ratnasari, AN (2021).Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari dalam Mengurangi Intensitas Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Apendektomi: Tinjauan Pustaka.Illmu Kehidupan Lutut, 753-757.

Georgakopoulou, VE, Gkoufa, A., Damaskos, C., Papalexis, P., Pierrakou, A., Makrodimitri, S. & Spandidos, DA (2022). terkait dengan COVID-19akut radang usus buntu pada orang dewasa.Laporan lima kasus dan tinjauan literatur.Eksperimental Dan Pengobatan Terapi,24(1), 1-9.

Hasaini, A. (2019).Relaksasi Efektifitas Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Apendektomi di Ruang Bedah (Al- Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019.DINAMIKA KESEHATAN: JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN,10(1), 76-90.

Hidayat,A.A. (2021). Proses Keperawatan : Pendekatan NANDA, NIC, NOC danSDKI. I. Edited by N. A. Aziz. Surabaya: Health Book Publishing

Kurniari, N. K. R., Sukmandari, N. M. A., & Dewi, S. P. A. A. P. (2021). Pengaruh Latihan Mobilisasi Miring Kanan Miring Kiri Terhadap Lama Hari Rawat Pada Pasien Pasca Apendektomi Di RSD Mangusada. Jurnal Online Keperawatan Indonesia, 4(1), 73– 80.

Mahendra, David Mirza. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operatif Appendisit Di RSUD DR. Kanujoso Djiwibowo Balikpapan.

Nyayu, N., & Anisa, R. (2021): Itu Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari untuk

- Mengurangi Intensitas Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Apendektomi. Persatuan Perawat Nasional (PPNI) Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan, Bandung, Jawa Barat, Indonesia, tanggal 4 Konferensi Virtual Internasional.
- Prayogi, AS, Andriyani, N., Olfah, Y., & Harmilah, H. (2021). Relaksasi Napas Dalam dan Sidik Jari Terhadap Pengurangan Nyeri Pasca Operasi Laparatomik. *Akses Terbuka Jurnal Ilmu Kedokteran Makedonia*, 9 (T5), 132- 136.
- Saputro, N. E. (2018). Asuhan Keperawatan Pada Klien Post Operasi Apendisitis Dengan Masalah Keperawatan Kerusakan Integritas Jaringan Di Ruang Rawat Rumah Sakit Umum Daerah Jombang.
- Setiawan, Wahyu. (2020). Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Ny. N Dengan Post Apendektomi Di Wilayah Kerja Dipuskesmas Muaro Bungo 1 Tahu N 2020. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 21(1), 1–9.
- Siregar, D. dkk. (2021). Pengantar Proses Keperawatan : Konsep, Teori dan Aplikasi. I. Edited by A. Karim. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Sulung, N., & Rani, SD (2017). Teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi usus buntu. *Jurnal Kesehatan kajian Ilmiah Masalah Kesehatan*, 2(3), 397-405.
- Yuliasuti, C. (2015). Efek genggam relaksasi jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi usus buntu di ruang rawat inap RSUD Sidoarjo. *Jurnal Internasional Kedokteran dan Ilmu Farmasi (IJMPS)*, 5(3), 53-58.