

## ***Literature Review : Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi***

**Agnes Setia Utami<sup>1\*</sup>, Nuniek Nizmah Fajriah<sup>2</sup>, Firman Faradisi<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

\*email: [agnessetiautami2@gmail.com](mailto:agnessetiautami2@gmail.com)

---

### **Abstract**

Appendicitis is inflammation due to infection of the appendix or appendix. One of the actions of acute appendix patients is by means of surgery or what is called an appendectomy which is an invasive action by opening the part of the body to be treated, as well as complaints that are often felt after surgery (post surgery), the patient feels very intense pain. Pain is a form of discomfort defined in various perspectives. Finger hold relaxation is a non-pharmacological treatment that can be used to treat pain. The purpose of scientific papers is to describe the effect of finger grip relaxation techniques to reduce pain in post appendectomy surgery patients. The method was carried out by searching several research journals entitled the effect of finger grip relaxation techniques on reducing pain in post appendectomy patients. The results obtained after the finger grip relaxation action were reduced pain intensity. The conclusion of this scientific paper is that finger grip relaxation can reduce pain intensity in post appendectomy surgery patients. Suggestions for nurses are expected to be able to apply finger grasping techniques to reduce pain intensity in post appendectomy surgery patients.

Keyword: Appendicitis, Post Appendectomy Surgery, Pain, Finger Grip Relaxation.

---

### **Abstrak**

Appendicitis adalah peradangan akibat infeksi pada usus buntu atau umbai cacing. Salah satu tindakan pasien appendiks akut adalah dengan cara pembedahan atau yang disebut appendiktomi yang merupakan tindakan invasive dengan membuka bagian tubuh yang akan ditangani, serta keluhan yang sering dirasakan setelah pembedahan (pasca operasi) pasien merasakan nyeri yang sangat hebat. Nyeri merupakan bentuk ketidaknyamanan yang didefinisikan dalam berbagai perspektif. Relaksasi genggam jari atau finger hold adalah tindakan pengobatan non farmakologi yang dapat digunakan untuk pengobatan dalam mengatasi nyeri. Tujuan dari karya tulis ilmiah adalah untuk mengetahui gambaran tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi appendiktomi. Metode yang dilakukan dengan mencari beberapa jurnal penelitian yang berjudul tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post appendiktomi. Hasil yang didapatkan setelah dilakukan tindakan relaksasi genggam jari intensitas nyeri berkurang. Kesimpulan karya tulis ilmiah ini bahwa tindakan relaksasi genggam jari dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien post operasi appendiktomi. Saran bagi perawat diharapkan dapat menerapkan teknik genggam jari untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi appendiktomi.

Kata kunci: Appendicitis, Post Operasi Appendiktomi, Nyeri, Relaksasi Genggam Jari.

---

## 1. Pendahuluan

Penyakit usus buntu adalah peradangan yang terjadi pada usus buntu atau appendicitis (Anggarani, et al, 2012). Usus buntu merupakan organ berbentuk kantong kecil atau tipis, berukuran 5 hingga 10 cm yang terhubung dengan usus besar. Saat menderita radang usus buntu, penderita dapat merasa nyeri diperut kanan bawah. Jika dibiarkan infeksi menjadi serius dan menyebabkan usus buntu pecah, sehingga menimbulkan keluhan nyeri yang hebat hingga membahayakan nyawa penderitanya. Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial atau yang digambarkan dalam bentuk kerusakan tersebut (Bahrudin, 2017).

Appendicitis adalah salah satu kasus bedah abdomen yang paling sering terjadi. Usus buntu sebenarnya adalah sekum (cecum) infeksi ini bisa mengakibatkan peradangan akut sehingga memerlukan tindakan bedah segera untuk mencegah komplikasi yang umumnya berbahaya (Hardhi K, Amin H,N. 2015). Menurut Potter & Perry (2014) salah satu tindakan pasien appendiks akut adalah dengan cara pembedahan atau yang disebut appendiktomi yang merupakan tindakan invasive dengan membuka bagian tubuh yang akan ditangani, pembukaan ini umumnya dilakukan dengan sayatan pada pembedahan appendiktomi, insisi McBurney paling banyak dipilih oleh ahli bedah. Serta keluhan yang sering dirasakan setelah pembedahan (pasca operasi) pasien merasakan nyeri yang sangat hebat, sedang sampai ringan dan mempunyai pengalaman yang kurang menyenangkan akibat nyeri yang tidak adekuat (Sulung N, Dian Rani S, 2017).

Menurut WHO (2010) angka mortalitas akibat appendiks cukup tinggi di dunia pada laki-laki 21.000 jiwa dibandingkan pada perempuan 10.000 jiwa. Pada tahun 2013 (WHO) menganalisa data Nasional antara tahun 2011 sampai 2012 terdapat 32.782 pasien menderita appendicitis akut yang menjalani appendiktomi sebanyak 75,2%. Di Indonesia pada tahun 2013 jumlah penderita appendicitis mencapai 591.819 orang dan meningkat pada tahun 2014 sebesar 596.132 orang. Sementara untuk Dinas Kesehatan Sumatera Barat pada tahun 2014 jumlah kasus appendicitis sebanyak 5.980 penderita (Sulung N, Dian Rani S, 2017).

Nyeri adalah suatu kondisi yang lebih dari sekedar sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus tertentu. Salah satu terapi non farmakologi dalam penanganan nyeri adalah teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi yang akan membuat tubuh rileks. Teknik tersebut nantinya dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada median (energy channel) yang terletak pada jari tangan kita, sehingga mampu memberikan rangsangan secara reflex/spotan pada saat genggam. Rangsangan yang didapat nantinya akan mengalir gelombang menuju ke otak, kemudian dilanjutkan ke saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sumbatan di jalur energi menjadi lancar. (Damayati & Wiyono, 2019). Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah pasien Appendiktomi yang dilakukan pembedahan dan mengalami nyeri sedangkan pasien appendiktomi yang tidak dilakukan pembedahan tidak termasuk kriteria pada penelitian ini.

Standar operasional prosedur (SOP) teknik relaksasi genggam jari menurut Sulung, N. & Rani, S.D. (2017) sebagai berikut:

FASE ORIENTASI: Memberikan salam, memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dan dilakukan tindakan relaksasi genggam jari, menjelaskan prosedur tindakan relaksasi genggam jari, menanyakan persetujuan klien.

FASE KERJA: Menutup tirai untuk menjaga privasi, mencuci tangan 6 langkah, posisikan pasien dengan berbaring lurus ditempat tidur, minta pasien untuk mengatur nafas dan merileksasikan otot, peneliti duduk berada disamping pasien, relaksasi dimulai dengan menggenggam ibu jari pasien dengan tekanan lembut, genggam hingga nadi pasien terasa berdenyut, Pasien diminta untuk mengatur nafas dengan hitungan mundur, genggam ibu jari selama kurang lebih 3-5 menit dengan tarik nafas secara teratur, kemudian seterusnya satu persatu beralih ke jari selanjutnya dengan rentang waktu yang sama.

FASE TERMINASI: Merapikan klien, melakukan evaluasi dan rencana tindak lanjut, berpamitan

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis tertarik untuk mengambil judul KTI dalam bentuk literature review dengan judul: "Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi".

## 2. Metode

Karya tulis ilmiah ini menggunakan rancangan literature review. Literature review adalah metode penulisan ilmiah dengan menggunakan cara mengkompilasi, mengklarifikasi, dan mengevaluasi apa yang telah ditulis oleh peneliti lain pada topik tertentu. Dengan kriteria inklusi dan eksklusi artikel sebagai berikut.

KRITERIA INKLUSI: pasien appendiktomi pada kasus appendiktomi yang mengalami nyeri, terbit dilaman jurnal resmi, dibuktikan dengan ISSN, desain penelitian quasi eksperimen dan eksperimental dengan pendekatan observasional, terbit 10 tahun terakhir, artikel full teks minimal terdiri dari abstrak, pendahuluan, metode, hasil, pembahasan, simpulan dan saran

Kriteria EKSKLUSI: sampel penelitiannya berbeda karakteristiknya sehingga tidak bisa dilakukan analisa keseluruhan, pengkatagorian hasil uji tidak sama untuk ketiga artikel. Contoh pengetahuan pada salah satu artikel dikategorikan tinggi, sedang, rendah, sedangkan artikel yang lainnya dikategorikan tinggi dan rendah.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan mencari 3 (tiga) jurnal penelitian melalui website google scholar dengan topik yang sama dengan kata kunci batuk efektif, pengeluaran sputum. Lalu menyeleksi dan dipaparkan struktur penulisan publikasi penelitian tersebut dan dilakukan analisis.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Data demografi dari ketiga artikel menjabarkan respondennya berdasarkan jenis kelamin. Hasil dari Analisa distribusi frekuensi data demografi ketiga artikel adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan jenis kelamin.

Jenis Kelamin	Artikel 1(n=15)		Artikel 2(n=32)		Artikel 3(n=10)		Total	
	n	%	N	%	N	%	n	%
Laki-laki	9	60%	19	59,37%	-	-	28	49,2%
Perempuan	6	40%	14	41,63	-	-	20	35,8%

Hasil analisa dari tabel 3.1 Menyebutkan bahwa pada artikel 1 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terdapat jenis kelamin laki-laki sebanyak 9 orang dengan presentase 60%, perempuan sebanyak 6 orang dengan presentase 40%. Pada artikel 2 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 19 orang dengan presentase 59,37, perempuan sebanyak 14 orang dengan presentase 41,63. Sedangkan artikel 3 penulis tidak menjelaskan secara detail karakteristik respondennya. Ketiga artikel yang telah direview menunjukkan hasil nilai rata-rata (mean) sebelum dan sesudah teknik relaksasi genggam jari sebagai berikut:

Tabel 3.2 Nilai rata-rata sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari:

Artikel	Nilai rata-rata nyeri				P. value
	Sebelum teknik genggam jari	diberikan relaksasi	Sesudah teknik genggam jari	diberikan relaksasi	
Artikel 1 n=15	4		1,73		0,000
Artikel 2 n=32	6,6		2,1		0,000
Artikel 3 n=10	4,80		3,87		0,001
Total n=57	5,6		2,3		< 0,05

Hasil dari tabel 3.2 menyebutkan bahwa artikel 1 sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari rata-rata nyeri adalah 4 dan setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari menjadi 1,73 dengan P value 0,000. Pada artikel 2 sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari rata-rata nyeri adalah 6,6 dan setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari menjadi 2,1. Sedangkan pada artikel 3 sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari rata-rata nyeri adalah 4,80 dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari menjadi 3,87. Hasil rata-rata nyeri dari ketiga artikel sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari 5,6 dan setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari menjadi 2,3 dengan P value < 0,05. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik genggam jari pada pasien post operasi appendiktomi.

## Pembahasan

Penelitian tentang teknik relaksasi genggam jari dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri setelah operasi. Tindakan relaksasi genggam jari ini akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energy yang terletak pada tangan kita

dengan cara menggenggam jari sambil mengatur nafas dilakukan selama kurang lebih 3-5 menit (Puhawang, 2011).

Menurut chanif, Petpichetchin & Chongchaeron (2013) salah satu dari tindakan pengobatan non farmalogis yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari, yang dimana teknik ini mudah digunakan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan dan aliran energy didalam tubuh, dan terdapat kombinasi yaitu relaksasi nafas dalam menggunakan waktu yang relatif singkat. Teknik relaksasi genggam jari dengan tindakan asuhan keperawatan penanganan nyeri yang menggunakan manajemen nyeri yang mempunyai beberapa tindakan dalam keadaan relaksasi alamiah akan memicu pengeluaran hormone, hormone ini ialah analgesic alami tubuh sehingga nyeri akan berkurang (Sulung N, Dian Rani S, 2017).

Hal ini pernah dibuktikan oleh Iin Pinandita dkk (2012) yang menyatakan terdapat perbedaan penurunan skala nyeri rata-rata sebesar 4,88% pada pasien pada kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan relaksasi genggam jari selama 3-5 menit berturut-turut sebanyak 3 kali. Berdasarkan penelitian Iin Pinandita dkk (2012) bahwa teknik relaksasi genggam jari dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi.

Kelebihan dari ketiga jurnal yang sudah saya paparkan diatas yaitu sama-sama efektif bisa menurunkan nyeri pada pasien post operasi appendiktomi, di dalam jurnal sudah terdapat abstrak, definisi, tujuan penelitian, metode penelitian, hasil dan pembahasan, simpulan dan saran, bahasa yang digunakan dari ketiga jurnal tersebut mudah dipahami. Perbedaan dari ketiga jurnal tersebut terdapat pada skala nyeri, jumlah responden dalam jurnal, dari keteiga jurnal tersebut hanya ada 1 (satu) yang menyantumkan umur responden.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian tersebut memiliki hasil yaitu teknik relaksasi genggam jari yang dapat menurunkan nyeri pada pasien post operasi appendiktomi. Perbedaannya yaitu pada skala nyeri dengan masing-masing pasien pada penelitian tersebut. Penelitian pertama sebelum dilakukan terapi relaksasi genggam jari yaitu rata-rata skala nyeri 4 (empat) dan sesudah dilakukan terapi relaksasi genggam jari yaitu menjadi 1,73. Penelitian kedua yaitu sebelum dilakukan tindakan relaksasi genggam jari yaitu rata-rata skala nyeri 6 (enam) dan setelah dilakukan tindakan relaksasi genggam jari skala nyeri menurun menjadi 2,16. Penelitian ketiga yaitu menunjukkan rata-rata sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari yaitu berskala nyeri 4 (empat) dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari yaitu berskala nyeri 3,87.

#### Referensi

- [1] Andarmoyo, S. (2013). Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri. Jogjakarta: AR-Ruzz Media.
- [2] Hayat, A, et al. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Appendectomy Di Ruang IRNA III RSUD P3 Gerung Lombok Barat. Manuju: Malahayati Nursing Journal, 2(1). Diambil dari

[https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=jurnal+relaksasi+genggam+jari+pada+post+op+appendiktomi&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23%3DAkTFBBptLIQJ](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=jurnal+relaksasi+genggam+jari+pada+post+op+appendiktomi&btnG=#d=gs_qabs&u=%23%3DAkTFBBptLIQJ)

- [3] Hasaini, A. (2019). Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 10(1). Doi: <https://doi.org/10.33859/dksm.vl0il>.
- [4] Judha, M, et al. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- [5] Nurarif, A.H. & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc Edisi Revisi Jilid 2*. Jogjakarta: Medictoin.
- [6] Sulung, N. & Rani, S.D. (2017). Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Appendiktomi. *Jurnal Endurance*, 2(3). Doi: <http://doi.org/10.22216/jen.v2i3.2404>.
- [7] Solehati, T. & Kosasih, C.E. (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: PT Reflika Aditama.