

PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI APENDIKTOMI DI RSI ASSYIFA KOTA SUKABUMI

Reni Anggraeni¹, Davi Sundari² dan Nurhayati³

Politeknik Kesehatan Yapkesbi Sukabumi

¹renieanggraeni@gmail.com, ²davisundari@gmail.com, ³nur.hayati@gmail.com

ABSTRAK

Kejadian *Apendicisitis* berdasarkan WHO (*Word Health Organization*) pada tahun 2018 mencapai 7 dari populasi penduduk dunia, kejadian meningkat 25 kasus per 10.000 anak per tahunnya. Di Indonesia prevalensi apendisitis adalah 65.755 kasus apendisitis pada tahun 2016, 75.601 pada tahun 2017 dan Indonesia menduduki peringkat ke 4 pada tahun 2018 dengan 28.040 pasien rawat inap. Dinas Kesehatan Jawa Barat menyebutkan pada tahun 2020, jumlah kasus apendisitis di Jawa Barat sebanyak 5.980 penderita dan menyebabkan kematian sebesar 177 jiwa. Rancangan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi Experimental* yaitu dengan melibatkan kelompok kontrol. Sampel yang digunakan berjumlah 20 sampel yang diambil dengan teknik *non probability sampling* yang digunakan yaitu *teknik total sampling*. Analisis *univariate* disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, sedangkan analisis *bivariate* menggunakan rumus *risk relative* (RR) atau rasio resiko/rasio relative. Hasil analisis RR diperoleh nilai $RR = 1,66$. Artinya $RR > 1$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi.
Kata Kunci : *Apendicitis*, Nyeri, Relaksasi genggam jari.

ABSTRACT

According to the World Health Organization (WHO), the incidence of appendicitis reached 7% of the world's population in 2018, with an annual increase of 25 cases per 10,000 children. In Indonesia, the prevalence of appendicitis was 65,755 cases in 2016 and 75,601 in 2017. Indonesia ranked fourth in 2018 with 28,040 hospitalizations. The West Java Health Office reported that in 2020, the number of appendicitis cases in West Java reached 5,980, resulting in 177 deaths. The quantitative research design used a quasi-experimental method, involving a control group. A sample of 20 individuals was drawn using a non-probability sampling technique, namely total sampling. Univariate analysis was presented in the form of a frequency distribution table, while bivariate analysis used the relative risk (RR) formula or risk/relative ratio. The RR analysis yielded a RR of 1.66, indicating a $RR > 1$. Therefore, it can be concluded that finger grip relaxation has an effect on reducing pain levels in post-appendectomy patients in the Arafah III Ward, Assyfa Islamic Hospital, Sukabumi City.

Keywords: *Appendicitis*, Pain, Finger grip relaxation

1. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa adalah keadaan yang bergantung pada fungsi mental, emosi, berpikir, kemauan, psikomotorik, dan perilaku verbal. Ini adalah serangkaian gejala klinis yang menyertai orang yang terkena dampak dan menyebabkan ketergantungan pada fungsi humanistik individu. Gangguan jiwa dicirikan sebagai respons maladaptif terhadap lingkungan dan bermanifestasi sebagai pikiran, perasaan, dan perilaku yang tidak sesuai dengan norma lokal dan budaya, sehingga mengganggu fungsi sosial, pekerjaan, dan fisik seseorang dan biasa disebut dengan skizofrenia (Sari.& Maryatun, 2020).

Skizofrenia adalah penyakit yang menyerang otak dan menimbulkan pikiran, persepsi, emosi, gerakan, dan perilaku yang aneh dimana dengan gejala seperti berbicara pada diri sendiri, melihat ke kiri dan ke kanan, berjalan mondar-mandir, sering berbicara pada diri sendiri, sering mendengar suara-suara, serta sering mengabaikan kebersihan dan kurang merawat diri (Pardede & Hasibuan, 2020). Menurut Sutejo (2018), Skizofrenia meliputi skizofrenia paranoid, hebefrenik, katatonik, tak terinci, pasiko-afektif, residual, dan simpleks.

Skizofrenia hebefrenik atau biasanya disebut skizofrenia disorganisasi merupakan gangguan mental yang ditandai dengan perilaku, pembicaraan serta pemikiran yang kacau. Skizofrenia hebefrenik juga ditandai dengan perilaku yang khas dan aneh seperti regresi, primitif, emosi yang tidak sesuai dengan karakteristik umunya, wajah konyol, tawa yang aneh, menangis tiba-tiba, kekanak-kanakan dan penarikan diri yang ekstrem, namun delusi dan halusinasi yang tidak menonjol. Beberapa hal gejala yang sering timbul yaitu tingkah laku yang tidak rasional dan tanpa tujuan, seperti berjalan tanpa arah. Sebagian juga menunjukkan gejala asosiasi longgar dan isi pembicaraan yang tidak nyambung (Eddy *et al.*, 2017). Dari seluruh gangguan jiwa 70% diantaranya mengalami defisit perawatan diri (Asisdiq *et. al*, 2017).

Defisit perawatan diri adalah kondisi seseorang yang mengalami kelemahan kemampuan dalam melakukan dan memenuhi aktivitas perawatan diri secara mandiri seperti mandi, berpakaian maupun berhias, makan, BAB dan BAK /*toileting*. (Anggraeni, dkk 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah penderita skizofrenia diseluruh dunia. Dimana sepertiganya berdomisili di Negara-negara berkembang. Hal ini diperkuat dengan data dan fakta bahwa hampir separuh populasi dunia tinggal dinegara dimana 1 orang psikiater melayani 200.000 orang (Yosep, A.,2022).

Berdasarkan data (Survei Kesehatan, SKI 2023). Skizofrenia di indonesia terdapat 315.621 orang, dengan prevalensi tertinggi di jawa timur dan di jawa barat. Berdasarkan data dari Provinsi Jawa Barat yang prevalensi 0,14% dikalikan dengan jumlah penduduk Jawa Barat 49 juta, sehingga total sekitar 69 ribu (Jabarprov.go.id 2019).

Data persentase orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) di kabupaten Sukabumi pada tahun 2023 sebanyak 3263 dan pada tahun 2024 bertambah sebanyak 1070 orang (Dinkes 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Sentra Phalamarta Sukabumi pada tanggal 8-9 Mei 2024 di dapatkan data skizofrenia yang dirawat sebanyak 149 orang, dengan skizofrenia hebefrenik 34 (22,8%) orang dan skizofrenia paranoid 115 (77,2%) orang. Dimana lebih banyak laki-laki 103 (69,8%) dari pada perempuan 45 (30,2%) orang, dengan diagnosis halusinasi pendengaran 39 (26,17%) orang, halusinasi penglihatan 36 orang (24,16%), resiko perilaku kekerasan 24 (16,11%) orang, harga diri rendah 11 (7,4%) orang, isolasi sosial 16 (10,7%) orang dan defisit perawatan diri 23 (15,44%) orang.

Berdasarkan hasil observasi langsung yang dilakukan di Sentra Phalamarta Sukabumi didapatkan bahwa klien dengan defisit perawatan diri masih banyak dan hampir terjadi pada setiap klien yaitu berjumlah 23 orang (15,44%).

Tanda dan Gejala yang ditemukan pada klien defisit perawatan diri meliputi malas mandi, tidak mau menyisir rambut, tidak mau menggosok gigi, tidak mau memotong kuku, tidak mau berhias/berdandan, badan bau, kotor, berdaki, rambut kotor, gigi kotor, dan tidak mengetahui cara perawatan diri yang benar (Nafiyati, 2018).

Menurut Elfariyani (2021), akibat dari masalah kebersihan diri seringkali bersifat fisik. Masalah kesehatan yang banyak dihadapi masyarakat adalah gangguan integritas kulit dan mukosa mulut, penyakit mata dan telinga, serta masalah psikologis yang berkaitan dengan kebersihan diri, kebutuhan akan rasa aman, keinginan untuk dicintai. penghalang keinginan untuk dicintai. Gangguan dalam realisasi harga diri dan interaksi sosial. Kurangnya perawatan diri merupakan salah satu gejala pasien skizofrenia dan dapat dikontrol melalui teknik komunikasi terapeutik.

Dalam proses keperawatan komunikasi terapeutik sangat penting karena komunikasi ini merupakan alat dalam melaksanakan proses keperawatan. Dalam asuhan keperawatan, komunikasi ditujukan untuk mengubah perilaku klien untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal (Stuart G.W., 1998).

Komunikasi dalam bentuk strategi pelaksanaan (SP) pada Defisit Perawatan Diri ini bertujuan agar klien mampu dan mau menjadi mau melaksanakan aktifitas perawatan mandiri atau personal hygiene secara mandiri seperti mandi/ membersihkan diri, berpakaian/berhias, mandi, buang air besar dan buang air kecil. Dalam asuhan keperawatan, komunikasi dilakukan untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal (Rochama Ubay Nina, dkk 2020).

Bila tidak dilakukan intervensi oleh perawat, maka kemungkinan klien bisa mengalami masalah risiko tinggi isolasi sosial. Defisit perawatan diri pada pasien ditandai dengan menolak melakukan perawatan diri, tidak mampu mandi atau berhias secara mandiri, serta minat melakukan perawatan diri kurang.

Tanda yang muncul yang pada pasien deficit perawatan diri sangat khas dengan menjauhkan diri dari prinsip bersih atau personal hygiene, dimana semua tanda tersebut cenderung berupa Tindakan dan rasa penolakan atau malas melakukan personal hygiene (Puspita Sari *et al.*, 2021).

Penelitian yang dilakukan (Eviana Dwi Astuti, Sri, dkk 2018), yang berjudul komunikasi terapeutik dalam memandirikan klien defisit perawatan diri. Hasil menunjukan setelah dilakukan penerapan komunikasi terapeutik baik secara verbal dan non verbal, klien mau dan mampu melakukan perawatan diri secara mandiri. Berdasarkan hasil studi ini yang dilakukan terhadap dua klien gangguan jiwa dengan defisit perawatan diri.

Berdasarkan data dan permasalahan diatas terlihat bahwa tulisan ini menekan kan pada pembahasan mengenai **“Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi”** sehingga peneliti tertarik untuk mengambil penelitian ini

2. METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi Experimental* yaitu dengan melibatkan kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi Tahun 2024, pada bulan Mei Juni 2024. Sampel yang digunakan berjumlah 20 sampel yang diambil dengan teknik *non probability sampling* yang digunakan yaitu *teknik total sampling*. Analisis *univariate* disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, sedangkan analisis *bivariate* menggunakan rumus *risk relative* (RR) atau rasio resiko/rasio relative.

3. HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan penelitian pada sampel dengan jumlah 20 orang responden pasien post operasi apendiktomi yang berada di RSI Assyfa Kota Sukabumi, selanjutnya peneliti melakukan proses pengolahan data dan menganalisa data. Hasil penelitian yang menjelaskan pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi di RSI Assyfa Kota Sukabumi adalah sebagai berikut :

Data yang didapat selama penelitian yang dilakukan pada tanggal 27 Januari-22 Februari 2025 dianalisa melalui dua tahap analisa, yaitu analisa univariat dan analisa bivariat. Berikut hasil analisa data univariat dan bivariate pada data hasil penelitian.

1. Karakteristik Responden

Tabel 1
Karakteristik Responden

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	8	40.00%
2	Perempuan	12	60.00%
Total		20	100.00%

(Sumber Observasi tanggal 27 Januari-22 Februari 2025)

Berdasarkan table 1 didapatkan jenis kelamin terbanyak pada pasien Post Operasi Apendiktomi di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi adalah perempuan sebanyak 12 responden (60.00%)

A. Analisa Univariat

1. Tingkat Nyeri Kelompok Intervensi Pasien Post Operasi Apendiktomi Sebelum Dilakukan Relaksasi Genggam Jari Pada Kelompok Intervensi di RSI Assyfa Kota Sukabumi

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Relaksasi Genggam Jari Pada Kelompok Intervensi

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1	Tidak Nyeri	0	0.00%
2	Nyeri Ringan	2	20.00%
3	Nyeri Sedang	8	80.00%
4	Nyeri Berat	0	0.00%
Jumlah		10	100.00%

Berdasarkan table 2 dari 10 responden tingkat nyeri post operasi apendiktomi sebelum dilakukan relaksasi genggam jari adalah Tidak Nyeri (0.00%), Nyeri Ringan (20,00%), Nyeri Sedang (80,00%), Nyeri Berat (0.00%), dan tidak ada pasien post operasi apendiktomi yang mengalami tidak nyeri dan tingkat nyeri berat di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi. Mayoritas tingkat nyeri yaitu tingkat nyeri sedang dengan 8 responden (80,00%).

2. Tingkat Nyeri Kelompok Intervensi Pasien Post Operasi Apendiktomi Setelah Dilakukan Relaksasi Genggam Jari

Tabel 3
Distribusi Frekuensi responden berdasarkan tingkat nyeri setelah dilakukan relaksasi genggam jari pada kelompok intervensi

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1	Tidak Nyeri	0	0.00%
2	Nyeri Ringan	7	70.00%
3	Nyeri Sedang	3	30.00%
4	Nyeri Berat	0	0.00%
Jumlah		10	100.00%

Berdasarkan Tabel 5.3 dari 10 responden tingkat nyeri post operasi apendiktomi sesudah dilakukan relaksasi genggam jari adalah tidak nyeri (0.00%), nyeri ringan 7 responden (70.00%), nyeri sedang 3 responden (30.00%) dan nyeri berat (0.00%). Mayoritas tingkat nyeri yaitu tingkat nyeri ringan 7 responden (70,00%)

3. Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Apendiktomi Pengukuran I Dilakukan pada Kelompok Kontrol

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Nyeri Pengukuran I (Kelompok Kontrol)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1	Tidak Nyeri	0	0.00%
2	Nyeri Ringan	3	30.00%
3	Nyeri Sedang	7	70.00%
4	Nyeri Berat	0	0.00%
Jumlah		10	100.00%

Berdasarkan tabel 4 dari 10 responden tingkat nyeri post operasi apendiktomi pengukuran I kelompok kontrol adalah Tidak Nyeri (0.00%), Nyeri Ringan (30,00%), Nyeri Sedang (70,00%), Nyeri Berat (0.00%), dan pada kelompok kontrol tidak ada pasien post operasi apendiktomi yang mengalami tidak nyeri dan tingkat nyeri berat di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi. Mayoritas tingkat nyeri yaitu tingkat nyeri sedang 7 responden (70,00%)..

4. Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Apendiktomi Pengukuran II Dilakukan pada Kelompok Kontrol

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Nyeri Pengukuran II (Kelompok Kontrol)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase %
1	Tidak Nyeri	0	0.00%
2	Nyeri Ringan	6	60.00%
3	Nyeri Sedang	4	40.00%
4	Nyeri Berat	0	0.00%
Jumlah		10	100.00%

Berdasarkan tabel 5 dari 10 responden tingkat nyeri post operasi apendiktomi pengukuran II kelompok kontrol adalah tidak Nyeri (0.00%), Nyeri Ringan (60,00%), Nyeri Sedang (40,00%), Nyeri Berat (0.00%), dan pada kelompok kontrol tidak ada pasien post operasi apendiktomi yang mengalami tidak nyeri dan tingkat nyeri berat di RSI Assyfa Kota Sukabumi. Mayoritas tingkat nyeri yaitu tingkat nyeri ringan 6 responden (60,00%).

B. Analisa Bivariat

1. Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi di Ruang Arafah III RSI Assyifa Kota Sukabumi Tahun 2025

Hasil analisa bivariate ini untuk melihat ada tidaknya pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 6
Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi

elaksasi genggam Jari	Tingkat Nyeri		Jumlah	Rasio
	Menurun	Tidak menurun		
Dilakukan	5	5	10	5/10=50
Tidak dilakukan	3	7	10	3/10=30
Jumlah	8	12	20	

$$\begin{aligned}
 RR &= \frac{\frac{5}{5+5}}{\frac{3}{3+7}} \\
 &= 1,66
 \end{aligned}$$

Kesimpulan yang didapat adalah hasilnya > 1 berarti ada hubungan atau pengaruh dari relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi yaitu 1,66 kali dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa nilai rata-rata penurunan tingkat nyeri pada 10 responden kelompok intervensi yang diukur setelah diberikan relaksasi genggam jari adalah 5 responden (50.00%) tingkat nyeri menurun dan 5 responden (50.00%) tingkat nyeri tidak menurun. Sedangkan pada 10 responden kelompok kontrol pada pengukuran II adalah 3 responden (30.00%) tingkat nyeri menurun dan 7 responden (70.00%) tingkat nyeri tidak menurun.

Setelah uji bivariate menggunakan Rumus RR didapatkan nilai 1,66 maka $RR > 1$ yang artinya ada pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Apendiktomi di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi.

4. PEMBAHASAN

Penelitian tentang “Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi di Ruang Arafah III RSI Assyfa Kota Sukabumi” ini dilaksanakan pada tanggal 27 Mei-22 Juni 2024. Penelitian ini menggunakan data primer berupa pengkajian tingkat nyeri dan intervensi penerapan teknik relaksasi genggam jari dengan menggunakan lembar observasi dan menggunakan data laporan bulanan RSI Assyfa Kota Sukabumi pada bulan Januari, Februari dan Maret tahun 2024. Dengan mengambil sampel sebanyak 20 sampel dengan melibatkan 10 sampel kelompok intervensi, 10 sampel kelompok kontrol dari 20 populasi dengan menggunakan teknik *Total sampling*

1. Pembahasan Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Berdasarkan tabel 5.1 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat nyeri berdasarkan karakteristik jenis kelamin perempuan pada pasien post operasi apendiktomi sebanyak 12 responden (60%).

Hal ini sejalan dengan penelitian Dinata, et al (2024). Jenis kelamin dapat menjadikan faktor yang signifikan dalam respons nyeri, laki-laki lebih jarang melaporkan nyeri dibandingkan perempuan. Dalam suatu studi dilaporkan, bahwa laki laki kurang merasakan nyeri dibandingkan dengan wanita berdasarkan etnis tertentu. Hal ini tidak berarti bahwa laki-laki jarang merasakan nyeri, hanya saja mereka jarang memperlihatkan. Jenis kelamin merupakan faktor yang berdiri sendiri dalam mengekspresikan nyeri dan menurut para ahli yang lain bahwa perempuan lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Karena perempuan menyukai makanan pedas dan asam yang berlebihan sehingga berakibat buruk pada sistem pencernaan.

2. Pembahasan Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas responden tingkat nyeri yaitu nyeri sedang, dengan tingkat nyeri sedang pada pasien post operasi apendiktomi sebelum dilakukan relaksasi genggam jari pada kelompok intervensi sebanyak 8 responden (80.00%). Sedangkan nyeri ringan sebanyak 2 responden (20.00%).

Tingkat nyeri sebelum diberikan relaksasi genggam jari berada dalam kategori sedang dan ringan, hal ini karena peneliti hanya mengambil tingkat nyeri dengan kategori sedang dan ringan sebagai bahan penelitiannya, peneliti tidak mengambil tingkat nyeri dengan kategori nyeri berat dan nyeri sangat berat, karena kategori tingkat nyeri berat dan sangat berat tidak dapat diatasi dengan pengalihan posisi dan relaksasi genggam jari, melainkan hanya dapat di atasi dengan tindakan farmakologi. Pada hasil penelitian yang dilakukan sebelum diberikan teknik relaksasi genggam jari bahwa sebagian besar skala nyeri responden mengalami nyeri sedang kemungkinan karena banyak faktor seperti perhatian responden terhadap nyeri, hal ini juga dikarenakan luka post operasi masih dalam fase inflamasi dimana fase inflamasi berlangsung sampai 5 hari pasca operasi dan pasien masih berada dalam kondisi merasakan nyeri. Makna nyeri bagi beberapa individu dipersepsikan berbeda-beda, jika individu memandang nyeri bukanlah suatu ancaman, maka individu tersebut akan dapat beradaptasi dengan baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hayat, A., & Ariyanti, M. (2020). dimana tingkat nyeri ringan secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik, nyeri sedang secara obyektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik, nyeri berat secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi, nafas panjang, dan distraksi, dan nyeri sangat berat dimana pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi. Sebelum pemberian relaksasi genggam jari terdapat beberapa responden yang terlihat mendesis maupun menyeringai, terlihat menunjukkan lokasi nyeri, dan mengatakan sulit tidur akibat nyeri yang dirasakan secara tiba-tiba. Hal ini karena secara alami nyeri bersifat subjektif dan sangat bersifat individual sehingga masing-masing individu akan mempersepsikan nyerinya dengan berbeda pula tergantung dari faktor-faktor lain yang mempengaruhi nyeri.

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas responden tingkat nyeri yaitu nyeri ringan, dengan tingkat nyeri ringan pasien post operasi apendiktomi setelah dilakukan relaksasi genggam jari pada kelompok intervensi sebanyak 7 responden (70.00%). Sedangkan nyeri sedang sebanyak 3 responden (30.00%)

Teknik relaksasi genggam jari merupakan tindakan sederhana untuk mengontrol dan mengembangkan tingkat emosional pada diri. Pada setiap jari-jari yang terhubung dengan berbagai organ terdapat saluran atau meridian energi.

Kondisi relaksasi alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin atau hormon analgesik alami yang berada di tubuh sehingga menjadikan nyeri berkurang (Wati & Ernawati, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian dari Hasaini (2019) mendefinisikan relaksasi genggam jari merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada pasien bagaimana cara melakukan relaksasi genggam jari, Pengurangan intensitas rasa sakit pada pasien dengan post operasi apendiktomi karena terapi relaksasi jari tangan membantu responden untuk rileks dengan memegang masing-masing dari lima jari satu per satu sekitar 3 hingga 5 menit, selain dapat menurunkan tingkat nyeri relaksasi genggam jari juga dapat mengurangi kecemasan dan emosi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ahmad, et al (2022) mendefinisikan tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi pada kelompok intervensi mengalami penurunan dikarenakan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat nyeri. Selain itu Hal ini disebabkan karena responden telah diberikan intervensi relaksasi genggam jari (finger hold). Relaksasi genggam jari bertujuan untuk meningkatkan toleransi terhadap nyeri, membuat nyaman dan rileks, mengurangi ketegangan tubuh sehingga nyeri berkurang. Respon relaksasi merupakan bagian dari penurunan umum kognitif, fisiologis dan stimulus perilaku. Proses relaksasi juga melibatkan penurunan stimulus nyeri.

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas responden tingkat nyeri yaitu nyeri sedang, dengan tingkat nyeri sedang pasien post operasi apendiktomi pada pengukuran I kelompok kontrol sebanyak 7 responden (70.0%). Sedangkan nyeri ringan 3 responden (30.00%).

Tingkat nyeri sedang dengan tingkat nyeri 4-5, pada kelompok intervensi sebelum dilakukan relaksasi genggam jari sebanyak 8 responden dengan tingkat nyeri 4 sebanyak 6 responden, tingkat nyeri 5 sebanyak 2 responden.

Sedangkan tingkat nyeri sedang setelah dilakukan relaksasi genggam jari sebanyak 2 responden dengan tingkat nyeri 4, dan tingkat nyeri 5 sebanyak 1 responden.

Hal ini disebabkan karena adanya persepsi individu tentang nyeri berbeda-beda. Perbedaan nyeri yang dirasakan responden juga didukung oleh teori yang dijelaskan oleh (Solehati Tetti & Eli Cecep, 2015) menyatakan bahwa nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan, sifatnya sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebut yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya. Hal ini juga dikarenakan luka post operasi masih dalam fase inflamasi dimana fase inflamasi berlangsung sampai 5 hari pasca operasi dan pasien masih berada dalam kondisi merasakan nyeri.

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa mayoritas responden tingkat nyeri yaitu nyeri ringan, dengan tingkat nyeri ringan pasien post operasi apendiktomi pada pengukuran II kelompok kontrol sebanyak 6 responden (60%). Sedangkan tingkat nyeri sedang sebanyak 4 responden (40.00%).

Akan tetapi pada kelompok intervensi didapat rata-rata responden yang mengalami penurunan tingkat nyeri sebanyak 50%, sedangkan pada kelompok kontrol didapat rata-rata sebanyak 30%.

Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terjadi penurunan nyeri. Hal ini disebabkan karena pada kelompok intervensi diberikan teknik relaksasi genggam jari, dengan menggenggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non nosiseptor, serabut saraf non nosiseptor akan mengakibatkan tertutupnya pintu gerbang di thalamus sehingga stimulus yang menuju korteks serebri terhambat sehingga intensitas nyeri dapat berkurang. Pada kelompok kontrol hanya mengalami penurunan sebesar 30% karena pada kelompok kontrol hanya dianjurkan untuk istirahat dan melakukan apa yang biasa mereka lakukan. Menurut Smeltzer dan Bare (2002) dalam buku (Wani et al., 2023) faktor-faktor yang dapat meredakan nyeri misalnya dengan gerakan, pengerahan tenaga, istirahat dan apa saja yang dipercaya seseorang yang dapat membantu mengatasi nyerinya. Terlihat skala nyeri yang didapatkan memiliki perbedaan dengan hasil sesudah pada kelompok intervensi. Hal ini didukung oleh teori Potter & Perry dalam buku (Solehati Tetti & Eli Cecep, 2015), kemampuan seseorang dalam mempersepsikan nyeri dipengaruhi oleh sejumlah faktor seperti usia, jenis kelamin, lingkungan, kecemasan dan lain-lain. Dimana faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan atau menurunkan persepsi, meningkatkan atau menurunkan toleransi terhadap nyeri, dan mempengaruhi sikap respons terhadap nyeri.

Berdasarkan tabel 5.6 dari hasil analisis dengan menggunakan penilaian RR diperoleh nilai 1,66 dimana hal ini berarti $RR > 1$. Sehingga ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri post operasi apendiktomi. Dan dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan teknik relaksasi genggam jari efektif digunakan untuk membantu mengurangi tingkat nyeri terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien Post Operasi Apendiktomi di Ruang Arafah III RSI Kota Sukabumi pada bulan Mei-Juni Tahun 2024.

Teknik relaksasi genggam jari merupakan upaya tindakan non farmakologi dalam manajemen nyeri teknik ini bisa dilakukan secara mandiri dan mudah dilakukan oleh siapapun. Teknik genggam jari merupakan kombinasi antara relaksasi nafas dalam dan genggam jari-jari tangan menggunakan waktu yang relative singkat. Sensasi yang dirasakan ketika melakukan teknik ini memberikan perasaan nyaman, lebih rileks sehingga mampu membebaskan mental dan fisik dari ketegangan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Hasaini, 2019).

Teknik relaksasi genggam jari merupakan tindakan sederhana untuk mengontrol dan mengembangkan tingkat emosional pada diri. Pada setiap jari-jari yang terhubung dengan berbagai organ terdapat saluran atau meridian energi. Kondisi relaksasi alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin atau hormon analgesik alami yang berada di tubuh sehingga menjadikan nyeri berkurang (Wati & Ernawati, 2020). Teknik relaksasi dan genggam jari merupakan suatu bentuk terapi relaksasi untuk menyeimbangkan energi tubuh yang dapat membantu pasien dalam mengontrol diri ketika timbulnya perasaan kurang menyenangkan yang dapat menimbulkan nyeri, stres fisik serta emosi (Misnawati, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian Ahmad, et al (2022) mendefinisikan tentang pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi didapat hasil analisis *Bivariate* dengan menggunakan uji *Paired T-Test* dengan program komputer. Berdasarkan hasil uji *Paired T-Test* diperoleh nilai p-value 0,00 untuk itu berarti nilai p kurang dari $<0,05$, maka H_a diterima yang berarti ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi di di ruang Melati RSUD Kota Kendari.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hayat, A., & Ariyanti, M. (2020). Terdapat pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pasien post operasi appendiktomy di Ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat dengan nilai p value = $0,000 < \alpha 0,05$ dengan perhitungan menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test

5. SIMPULAN

Dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi sebelum dilakukan relaksasi genggam jari, pada kelompok intervensi tingkat nyeri ringan 2 responden (20.00%) dan tingkat nyeri sedang 8 responden (80.00%).
- b. Tingkat nyeri pada pasien post operasi apendiktomi setelah dilakukan relaksasi genggam jari, pada kelompok intervensi tingkat nyeri ringan 7 responden (70.00%) dan tingkat nyeri sedang 3 responden (30.00%).
- c. Tingkat nyeri pengukuran I pada pasien post operasi apendiktomi, pada kelompok kontrol tingkat nyeri ringan 3 responden (30.00%) dan nyeri sedang 7 responden (70.00%).
- d. Tingkat nyeri pengukuran II pada pasien post operasi apendiktomi, pada kelompok kontrol nyeri ringan 6 responden (60.00%) dan tingkat nyeri sedang 4 responden (40.00%).
- e. Ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pada kelompok intervensi yaitu 1,66 kali dibandingkan kelompok kontrol, dengan hasil nilai $RR > 1$.

6. SARAN

a. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit disarankan dapat menambah SOP teknik relaksasi ini ke daftar SOP rumah sakit untuk nantinya digunakan sebagai panduan perawat dalam menangani nyeri pada pasien.

b. Bagi Perawat

Perawat disarankan dapat mengaplikasikan relaksasi genggam jari menjadi alternatif untuk membantu penanganan tingkat nyeri pada pasien. Disarankan juga untuk melakukan relaksasi genggam jari 3 kali sehari selama 5 menit.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan dari variasi teknik relaksasi genggam jari serta dapat memperbanyak lagi responden dalam penelitian.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan untuk menambah dan memperbanyak buku tentang teknik relaksasi serta penambahan waktu ketika melaksanakan penelitian. Selain itu juga disarankan untuk mempercepat dalam proses pembuatan surat perizinan penelitian karna pembuatan surat perizinan dengan waktu yang lama akan berdampak pada waktu penelitian.

e. Bagi Responden

Disarankan untuk menerapkan teknik relaksasi genggam jari yang sudah diajarkan secara mandiri untuk membantu mengurangi rasa nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S., Kardi Jurnal Penelitian Sains dan Kesehatan Avicenna, S., Penelitian Sains dan Kesehatan Avicenna, J., Kardi, S., & Teknologi dan Kesehatan Avicenna, I. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Melati RSUD Kota Kendari Tahun 2020. 1(2).
- Andiang, J., & Pasanea, K. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Sectio Caesarea Di Rsia Sentosa Makassar.
- Anesthesia & Analgesia. (2019). The Use of the Behavioral Pain Scale to Assess Pain in Conscious Sedated Patients.
- Anggit, Y., Putu, N., & Wiwin, M. (2023). Buku Ajar Metode Penelitian dan Statistik (T. Ismail, Ed.). CV. Trans Info Media.
- Astutik, P., & Kurlinawati, E. (n.d.). STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Delima RSUD Kertosono. <http://jurnal.strada.ac.id/sjik30>
- Depkes RI. (2018). Kasus Apendikitis di Indonesia Tahun 2018.
- Dinata, F. S., Inayati, A., Ayubana, S., Dharma, A. K., & Metro, W. (2024). Penerapan Mobilisasi Dini Terhadap Skala Nyeri Pasien Post Operasi Apendiktomi Di Ruang Bedah Umum Rsud Jend. Ahmad Yani Metro Application Of Early Mobilization To Patient Pain Scale Post Appendectomy Operating In The General Surgery Room General Hospital Ahmad Yani Metro. Jurnal Cendikia Muda, 4(1).
- Dinkes Jawa Barat. (2020). Profil Dinas Kesehatan Jawa Barat <https://diskes.jabarprov.go.id/assets/profilpimpinan/profildinkes.pdf>.
- Evrianasari, N., Yosaria, N., & Ermasari, A. (2019). Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Postsectio Caesarea (Vol. 5, Issue 1).
- Faizah, I., Dwilestari, R., & Utami, P. (2023). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pasca Bedah Pasien Appendectomy Di Rsud Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.
- Hasaini. (2019). Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019.
- Hayat, A., & Ariyanti, M. (2020). Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Appendectomydi Ruang Irna Iii Rsud P3 Gerung Lombok Barat Abstract : The Effect Of Finger Grip Relaxation Techniques Toward Decreasing Of Pain Scale On Post Appendectomy In Gerung General Hospital West Lombok (Vol. 2).

- Healthline. (2021). <https://www.healthline.com/health/pain-scale>.
- Hernawati, E. (2023). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Pasien Pasca Operasi Untuk Penurunan Nyeri Sectio Caesarea. Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali.
- Hidayat, A. A. A. (2017). Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan (T. Utami, Ed.). Salemba Medika.
- Izma, D., Tuasamu, S., Istri, C., Devi, A., & Angkejaya, O. W. (2019.). Hubungan Antara Lama Nyeri Pra Operasi Dengan Lama Perawatan Post Operasi Pada Pasien Apendisitis Perforasi Yang Dilakukan Laparotomi Apendektomi Di Rsud Dr M Haulussy Ambon Tahun 2018- 2019. 2019. <https://Ojs3.Unpatti.Ac.Id/Index.Php/Pameri/Index>
- Lairin Djala, F., Yut Tahulending, D., Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Mandiri Poso, S., & Studi Sarjana Keperawatan Stikes Husada Mandiri Poso, P. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Poso. In Journal of Islamic Medicine (Vol. 2, Issue 4).
- MedicineNet. (2018). https://www.medicinenet.com/image-collection/appendicitis_picture/picture.htm.
- Misnawati, M. (2019). Perbandingan Efektifitas Teknik Relaksasi Dan Genggaman Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesare Di Rumah Sakit Undata Provinsi Sulawesi Tengah. Poltekita : . Jurnal Ilmu Kesehatan, 13(1), 30–35. <https://doi.org/10.33860/Jik.V13i1.173>.
- Notoatmodjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Rineka Cipta.
- Pain and Disability. (2017). Clinical, Behavioral, and Public Policy Perspectives. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK219252/#ddd00104> .
- Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. (2021). Konsep Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri dan Penerapan Terapi Finger Hold.
- Rosiska, M., Keperawatan, A., Insani, B., & Penuh, S. (n.d.). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Op. <http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/jikdi>
- RSPAD Gatot Soebroto. (2017). Draf spo teknik genggam jari spo pemberian terapi teknik genggam jari. <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEUUndergraduate-5803-SPOVIKS.pdf>.
- Safrin Abdul. (2022). Metodologi Penelitian. Cv Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Sejawat For Her. (2020). <https://sejawatforher.com/article/mengulik-pengkajian-nyeri-dengan-metode-pqrst>.
- Sholikhah, U. (2019). Asuhan Keperawatan Gangguan Kehamilan, Persalinan dan Nifas.pdf. Nuha Medika.

- SOLEHATI TETTI, & ELI CECEP. (2015). Konsep & Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Otomatis (Anna, Ed.). PT Refika Aditama.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (Edisi 1). DPP PPNI.
- Wani, R., Mangar, A., Perangin, N., Maria, S., & Noradina. (2023). Keperawatan Medikal Bedah. CV. Adanu Abimata.
- Wati, F., & Ernawati, E. (2020). Penurunan Skala Nyeri Pasien Post-Op Appendectomy Menggunakan Teknik Relaksasi Genggam Jari. Ners Muda, 1(3), 200. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6232>
- Widya, I. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Yang Mengalami Nyeri Akut Melalui Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Abses Selulitis Dextra Pedis: Studi Kasus. Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran.
- wongbakerfaces. (2019). <https://wongbakerfaces.org/>.
- World Health Organization (WHO). (2022). WHO Mortality Database Interactive Platform Visualizing Mortality Data-Appendicitis. Di unduh pada tanggal 03 Februari 2025 pukul 17.00 WIB dalam website: <https://platform.who.int/mortality/themes/theme-details/topics/indicator-groups/indicator-group-details/MDB/appendicitis>.