



Studi Kasus

Relaksasi genggam jari pada pasien post operasi

Indah Larasati¹, Eni Hidayati¹

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 2 April 2022
- Diterima 9 April 2022
- Diterbitkan 29 April 2022

Kata kunci:

Relaksasi genggam jari; post operasi

Abstrak

Teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) merupakan teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun. Tindakan yang bisa dilakukan untuk mengurangi nyeri dapat diatasi dengan terapi non farmakologi salah satunya dengan Relaksasi genggam jari. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post operasi laparotomy. Desain studi kasus ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan responden berjumlah dua orang. Relaksasi genggam jari dilakukan selama 3 hari dengan waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari. Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah melakukan Relaksasi genggam jari. Alat ukur skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. studi kasus ini menunjukkan setelah dilakukan Relaksasi genggam jari pada pasien I dan II yang mengalami nyeri post operasi laparotomy didapatkan hasil adanya perubahan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. Pemberian Relaksasi genggam jari efektif untuk menurunkan skala nyeri post operasi laparotomy.

PENDAHULUAN

Teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) merupakan teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun. Teknik ini berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh. Menggenggam jari sambil menarik nafas dalam-dalam (relaksasi) dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi. Teknik tersebut nantinya dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada meridian (jalur atau jalur energi dalam tubuh) yang terletak pada jari tangan kita, sehingga mampu memberikan rangsangan secara reflek (spontan) pada saat genggam. Rangsangan yang didapat nantinya akan mengalirkan gelombang menuju ke otak,

kemudian dilanjutkan ke saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sumbatan di jalur energi menjadi lancar. Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri akan berkurang (Indrawati & Arham, 2020).

Data *World Health Organization (WHO)* menunjukkan bahwa jumlah pasien dengan tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan. Pada tahun 2012 terdapat 148 juta pasien di seluruh rumah sakit di dunia yang meingkat 8 juta jiwa pertahun. Pada tahun 2012 di Indonesia, tindakan operasi mencapai 1,2

Corresponding author:

Indah Larasati

indahlarasati657@gmail.com

Ners Muda, Vol 3 No 1, April 2022

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v3i1.9394>

juta jiwa. (Kemenkes RI, 2013 dalam jurnal Sugiyanto, 2020)

Penelitian yang dilakukan (Indrawati & Arham, 2020) mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari pada pasien post operasi fraktur dibuktikan dengan intensitas nyeri yang berkurang. Menurut hasil penelitian (Astutik & Kurlinawati, 2017) pada penerapan teknik genggam jari post Sectio Caesarea menunjukkan ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi yang terjadi akibat genggaman jari yang meneruskan gelombang ke dalam otak dan dikirim melalui serabut saraf sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Menurut hasil penelitian (Wati et al., 2020), pemberian terapi relaksasi genggam jari memiliki keefektifan dalam mengurangi nyeri post operasi Appendiktomy. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Sugiyanto, 2020) yaitu adanya pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi

Dari beberapa penelitian diatas yang menunjukkan adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri post operasi, maka penulis tertarik melakukan penerapan “teknik relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi Laparatomy di Ruang Catleya RSUD Dr. Gondo Suwarno Kota Semarang Jawa Tengah”.

METODE

Desain yang digunakan adalah studi kasus dengan menggunakan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan sasaran individu dengan penerapan Relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri post operasi laparatomy selama 3 hari dalam waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari yang sebelumnya sudah dilakukan oleh (Sugiyanto, 2020) Metode pengumpulan data pada asuhan keperawatan diperoleh

melalui wawancara, dan observasi. Data yang dikumpulkan terkait dengan data pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Metode analisa yang digunakan adalah metode analisa data deskriptif yaitu dengan menggambarkan hasil asuhan keperawatan dengan sasaran individu dengan penerapan relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri post operasi laparatomy.

Pasien dalam studi kasus ini adalah penderita nyeri post operasi laparatomy yang berada di RSUD Dr. Gondo Suwarno Semarang dan berjumlah dua orang yaitu pasien 1 Ny. E dengan usia 34 tahun dan pasien II Tn.I dengan usia 26 tahun. Sebelum dilakukan terapi relaksasi genggam jari terlebih dahulu dilakukan wawancara setelah itu peneliti melakukan penerapan relaksasi genggam jari selama 3 hari dalam waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari. Melakukan pendataan hasil dari implementasi menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS). Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 24 sampai dengan 26 November 2021 di RSUD Dr. Gondo Suwarno Kota Semarang. Kriteria pemilihan sampel terdiri dari kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi: pasien post operasi yang memiliki keluhan nyeri Ringan dan nyeri sedang pada post operasi, pasien yang tidak mempunyai gangguan pendengaran dapat

berkomunikasi secara verbal dan kooperatif, kriteria eksklusi : pasien yang mengalami gangguan jiwa dan pendengaran.

HASIL

Pengkajian pada pasien 1 dilakukan pada tanggal 24 November 2021 pukul 18.00 WIB di ruang catleya RSUD dr. Gondo Suwarno. Hasil dari pengkajian didapatkan data Ny. E berusia 34 tahun dengan diagnosa medis Apendisitis Infiltrat post op laparatomy keluhan utama Ny. E mengatakan nyeri pada bagian perut



dibekas operasi. pengkajian pada pasien 2 dilakukan pada tanggal 24 November tahun 2021 pukul 18.30 WIB diruang catleya RSUD dr. Gondo Suwarno. Hasil dari pengkajian didapatkan data Tn I berusia 26 tahun dengan diagnosa medis Apendisitis Infiltrat post op laparatomy keluhan utama Tn. I mengatakan nyeri pada bagian perut dibekas operasi. Pengkajian yang dilakukan pada pasien Ny E dan Tn I menggunakan metode wawancara, observasi dan rekam medik Berikut adalah data subjektif dan objektif yang didapatkan dari masing-masing pasien dapat dilihat tabel 1.

Berdasarkan data subjektif dan objektif di atas, maka muncul masalah keperawatan Nyeri Akut b.d Agen Pencedera Fisik (Prosedur Operasi). Intervensi keperawatan yang dilakukan adalah dengan melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif (PQRST), monitor tanda-tanda vital, observasi reaksi nonverbal nyeri, mengajarkan teknik nonfarmakologi (Relaksasi genggam jari).

Dari masalah keperawatan tersebut penulis melakukan implementasi pemberian teknik relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan hasil dari implementasi dapat dilihat pada tabel 2.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan skala nyeri Ny.E dan Tn.I rata-rata menurun setelah diberikan teknik relaksasi Genggam jari pada hari pertama hingga hari ketiga. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi Genggajm jari dapat menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi Laparatomy.

Berdasarkan hasil tabel 3 diatas didapatkan hasil jenis kelamin perempuan 1 dan laki-laki 1, Intensitas nyeri pada responden dipengaruhi faktor psikologis dimana efek dari nyeri akut, pasien menjadi cemas dan tidak mampu mengendalikan rasa sakit. wanita lebih cenderung mengalami kecemasan dapat meningkatkan rasa sakit dibandingkan pria.

Tabel 1
 Data Subjektif dan Objektif Nyeri Pasca Operasi Laparatomy

Pasien	Hari/ Tanggal	Data Subjektif	Data Objektif
Ny.E	Rabu, 24 November 2021	P: pasien mengatakan nyeri di luka operasi kalau bergerak, dan kalau dipegang, berkurang kalau tidak diapa-apain Q: pasien mengatakan nyeri seperti tertusuk-tusuk R: pasien mengatakan nyeri pada bagian perut tepatnya di luka bekas operasi S: pasien mengatakan nyeri skala 6 T: Pasien mengatakan nyerinya hilang timbul, jika timbul sekitar 5- 10 menit Pasien mengatakan susah tidur karena nyeri	Ekspresi wajah pasien terlihat meringis jika nyeri Pasien menunjuk angka 6 di NRS Pasien bersikap hati-hati terhadap lukanya jika ingin digerakkan atau disentuh - TD 93/69 - N 76 - RR 20 - S 36,5°C
Tn.I	Rabu, 24 November 2021	P: pasien mengatakan nyeri pada luka operasi jika bergerak, dan jika disentuh, berkurang jika didiamkan Q: pasien mengatakan nyeri seperti tertusuk-tusuk R: pasien mengatakan nyeri pada bagian perut tepatnya di daerah luka bekas operasi S: pasien mengatakan nyeri skala 5 T: Pasien mengatakan nyerinya hilang timbul, jika timbul sekitar 5 menit	Ekspresi wajah pasien terlihat meringis jika nyeri Pasien menunjuk angka 5 diNRS Pasien terlihat berhati-hati terhadap lukanya - TD 101/72 - N 81 - RR 20 - S 36,8°C



Tabel 2
Perbandingan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien

Pasien	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
	Skala	Skala	Skala	Skala	Skala	Skala
Ny.E	6	5	5	4	4	2
Tn.I	5	4	4	2	3	2

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Pasien Post Operasi Laparatomy

Jenis kelamin	f	%
Perempuan	1	50
Laki-laki	1	50
Total	2	100

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa Relaksasi genggam jari kepada Ny. E dan Tn. I yang dilakukan selama tiga hari mampu menurunkan nyeri post operasi Laparatomy, sesuai hasil implementasi yang sudah dilakukan dari dua pasien mengalami penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan.

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh (Muzaki, 2021) menunjukan Tehnik relaksasi genggam jari yang dilakukan dengan cara genggam jari selama kurang lebih 3-5 menit dengan bernafas secara teratur dan kemudian satu persatu beralih ke jari selanjutnya dengan rentan waktu yang sama dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien *post appendiktomy*. Hal ini didukung oleh hasil Penelitian yang dilakukan oleh (Norma et al., 2020) bahwa tehnik relaksasi genggam jari juga mampu menurunkan nyeri pada pasien post operasi appendicitis yang dilakukan di Rumah Sakit Sele Be Solu Kota Sorong. Menurut (Chanif, dkk 2013 dalam jurnal Sulung and Rani, 2017) salah satu jenis relaksasi yang digunakan dalam menurunkan intensitas nyeri setelah operasi adalah dengan relaksasi genggam jari yang mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan dan aliran energi di

dalam tubuh kita. Teknik genggam jari disebut juga finger hold

Menggenggam jari sambil mengatur nafas pelan-pelan (relaksasi) dapat menurunkan atau mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada meridian (energi channel) yang terletak pada jari tangan kita. Titik-titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari. Di sepanjang jari-jari tangan kita terdapat saluran atau meridian energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju otak. Gelombang tersebut diterima otak dan diproses dengan cepat diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan dijalar energi menjadi lancar (Puwahang, 2011 dalam jurnal Sugiyanto, 2020)

Penelitian yang juga dilakukan oleh (Utami, 2018) menunjukkan adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan nyeri ibu post op sectio caesarear. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Sugiyanto, 2020)



menunjukkan adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi.

Hasil Penelitian lain yang mendukung dilakukan oleh (Evrianasari & Yosaria, 2019) menunjukkan rata-rata nyeri sebelum intervensi sebesar 6.30, rata-rata nyeri setelah intervensi sebesar 4.25. Ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri Post Sectio Caesarea di RSUD A. Yani Kota Metro. Hasil Penelitian lain yang juga dilakukan oleh (Indrawati & Arham, 2020) terdapat pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap persepsi nyeri pada pasien post operasi fraktur di RSUD. Jombang.

Penelitian yang juga dilakukan oleh (Wati et al., 2020) Terdapat Pengaruh pemberian terapi genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien *post* operasi Appendiktomy. Hasil Penelitian lain yang juga dilakukan oleh (Astutik & Kurlinawati, 2017) dapat disimpulkan ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di ruang Delima RSUD Kertosono. Sejalan dengan Penelitian lain yang juga dilakukan oleh (Aswad, 2020) Dari penelitian ini dapat diungkapkan bahwa terdapat penurunan skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi, dengan menggunakan teknik relaksasi *Finger Hold*.

Hasil Penelitian lain yang juga dilakukan oleh (Hasaini, 2020) Hasil analisis sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari didapatkan ada pengaruh (*signifikan*) dari efek relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post op *appendiktomy* di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura. Penelitian yang juga dilakukan oleh (Hayat Abdul, Ernawati, 2019) Terdapat pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pasien post operasi *appendiktomy* di Ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat. Hasil Penelitian lain yang juga dilakukan oleh (Sulung & Rani,

2017) dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan teknik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri insisi post *appendiktomy*. Hasil Penelitian yang juga dilakukan oleh (Taufiq, 2021) Teknik genggam jari efektif dalam penurunan nyeri klien post operasi *appendiktomy*.

Berdasarkan analisis tindakan keperawatan kepada klien dengan fokus diagnosa keperawatan yang muncul yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencendera fisik (prosedur operasi), setelah dilakukan relaksasi genggam jari selama 15 menit yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari menunjukkan nyeri post operasi berkurang dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan yang ditunjukkan melalui hasil dari pre dan post test.

SIMPULAN

Pemberian relaksasi genggam jari selama 3 hari dalam waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari pada pasien post operasi laparatomy dapat mengurangi nyeri. Skala nyeri post operasi sebelum diberikan terapi relaksasi genggam jari sebagian besar kategori sedang, setelah diberikan menjadi kategori ringan. Sehingga intervensi ini terbukti memiliki pengaruh dalam menurunkan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien post operasi

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pembimbing yang sudah membimbing dan memberikan arahan, serta kepada kedua responden yang telah bersedia menjadi responden sehingga penulis dapat menyelesaikan studi kasus tersebut.

REFERENSI

Astutik, P., & Kurlinawati, E. (2017). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan



Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Delima RSUD Kertosono. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 30-37.

- Aswad, A. (2020). Relaxation Finger Hold For Reduction Of Post-Operative Patient. *Jambura Health and Sport Journal P-ISSN: 2654-718X e-ISSN: 2656-2863*, 2(1), 1-6.
- Evrianasari, N., & Yosaria, N. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Postsectio Caesarea. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(1), 86-91. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i1.802>
- Hasaini, A. (2020). Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 76-90. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.394>
- Hayat Abdul, Ernawati, A. M. (2019). Pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post Apendictomy DI Ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok barat. *Malahayati Nursing Journal*, 2(23), 301-316. <https://doi.org/10.15797/concom.2019..23.09>
- Indrawati & Arham. (2020). *Pengaruh pemberian tehnik relaksasi genggam jari terhadap persepsi nyeri pada pasien post operasi fraktur*. 2507(February), 1-9.
- Muzaki, dkk. (2021). *Penerapan tehnik relaksasi genggam jari dalam mengurangi intensitas nyeri pada klien post appendiktomy*. 4(1), 6.
- Norma, N., Rasyid, R. A., & Samaran, E. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendisitis Di Rsud Kabupaten Sorong Dan Rsud Sele Be Solu Kota Sorong. *Nursing Arts*, 13(2), 76-86. <https://doi.org/10.36741/jna.v13i2.100>
- Sugiyanto. (2020). *Penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi melalui tehnik relaksasi genggam jari di rsud sawerigading palopo*. 6(2), 2-6.
- Sulung, N., & Rani, S. D. (2017). Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Appendiktomi. *Jurnal Endurance*, 2(3), 397. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i3.2404>
- Taufiq, R. nur. (2021). Pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada klien post operasi apendiktomi. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 4(1), 1-2.
- Utami, I. L. (2018). Teknik Relaksasi Genggam Jari Untuk Menurunkan Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea Hari 1-7. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 09(November), 6.
- Wati, R. A., Widyastuti, Y., & Istiqomah, N. (2020). Perbandingan Terapi Musik Klasik Dan Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Post Operasi Appendiktomy. *Jurnal Surya Muda*, 2(2), 97-109. <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i2.71>

