PENGARUH TEHNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PASIEN POST OPERASI BEDAH DIGESTIF DI RUMAH SAKIT MURNI TEGUH CILEDUG

Afita Sari¹, Harsudianto Silaen^{2,*}

¹Rumah Sakit Murni Teguh Ciledug

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

*Koresponding: antosilaen@gmail.com

Abstract

Pain is a protective mechanism for the body that arises when tissue is damaged and causes the individual to react to relieve pain. Surgery or surgery performed by a doctor using invasive methods of opening or exposing body parts for treatment. Laparotomy is one of the most important surgical procedures where an incision is made in the mucous membrane of the abdominal wall to protect the problematic part of the abdominal organs. Finger grip relaxation is a relaxation technique that is very simple and easy for anyone to do with the fingers and the flow of energy in our bodies. The purpose of this study was to determine the effect of finger grip relaxation on pain reduction in post-digestive surgery patients. This type of research is pre-experimental one group pre-posttest without control group research design. The population in this study were all post-operative digestive surgery patients at Murni Teguh Hospital in Ciledug. The samples in this study were 20 respondents. The results of the Wilcoxon Signed Rank Test have a significance value (p value = 0.000) where this means that p value <0.05. It is concluded that there is an effect of finger grip relaxation on changes in pain levels in post-digestive surgery patients and it is more effective in reducing pain in post-digestive surgery patients.

Keywords: finger grip relaxation technique, pain, post digestive surgery

Abstrak

Nyeri merupakan mekanisme protektif bagi tubuh yang muncul apabila jaringan rusak dan menyebabkan individu bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri. Pembedahan atau pembedahan yang dilakukan oleh dokter dengan menggunakan metode invasif membuka atau memperlihatkan bagian tubuh untuk pengobatan. Laparotomi merupakan salah satu prosedur pembedahan terpenting dimana dibuat insisi pada selaput lendir dinding perut untuk melindungi bagian organ perut yang bermasalah. Relaksasi genggam jari adalah tehnik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh kita. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi bedah *digestif*. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan desain penelitian one group *pre-posttest without control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien post operasi bedah *digestif* di Rumah Sakit Murni Teguh Ciledug. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 20 responden. Hasil *Uji Wilcoxon Signed Rank Test* nilai signifikansi (p value = 0,000) dimana hal ini berarti p value <0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap perubahan tingkat nyeri pada pasien post operasi *digestif* dan lebih efektif terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi bedah *digestif*.

Kata Kunci: Nyeri, Post operasi bedah *digestif*, Teknik relaksasi genggam jari

PENDAHULUAN

Pembedahan atau pembedahan yang dilakukan oleh dokter dengan menggunakan metode invasif membuka atau memperlihatkan bagian tubuh untuk pengobatan (Tambunan et al., 2023). Laparotomi merupakan salah satu prosedur pembedahan terpenting dimana dibuat insisi pada selaput lendir dinding perut untuk melindungi bagian organ perut yang bermasalah (Sjamsuhidayat & Jong, 2017). Jenis operasi laparotomi: sayatan garis tengah, sayatan paramedian, sayatan perut diagonal, dan sayatan perut diagonal, dengan indikasi: trauma perut (botak/tajam), ruptur hati, peritonitis, perdarahan gastrointestinal, obstruksi usus kecil dan besar, dan massa di perut (Jitowiyono, 2012).

Prosedur obstetrik umum yang dilakukan laparotomi meliputi berbagai jenis operasi pada rahim, tuba, dan ovarium, termasuk histerektomi atau histerektomi total, pengangkatan femoralis radikal, dan ooforektomi bilateral (Smeltzer, 2013). Proporsi pasien yang menjalani operasi epigastrium untuk nyeri hebat. 80% pasien mengalami nyeri pasca operasi dan 11-20% mengalami nyeri berat (Luo & Hsieh 2013). Nyeri 15,38% dan nyeri ringan mencapai 148 juta pada tahun 2012 d. Menurut data tabulasi nasional, menurut Kementerian Kesehatan RI (2013), jumlah operasi di Indonesia sekitar 1,2 juta pada tahun 2012, dimana 32% di antaranya adalah laparotomi.

Menurut Misnawati (2019) untuk membandingkan efek relaksasi dan terapi finger grip terhadap pengurangan nyeri pada pasien pasca operasi caesar, ditemukan enam (75,0%) pasien membawa beban untuk pengobatan (terapi relaksasi dan terapi finger grip). Kontrol. Pada skala nyeri 7-9, 6 (75,0%) merasakan nyeri ringan skala 1-3 setelah perawatan (teknik relaksasi dan genggam jari). Teknik relaksasi genggam jari merupakan cara yang mudah untuk mengelola emosi dan

mengembangkan kecerdasan emosional. Di sepanjang jari-jari tangan kita terdapat saluran atau meridian energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi (Puwahang, 2011).

Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggam. 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 di jalur energi menjadi lancar (Widyawati, 2015).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah Pre Eksperimental dengan menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest without control group* (Nursalam, 2017; Simanullang & Tambunan, 2023). Pada penelitian ini yang ingin diketahui oleh peneliti adalah pengaruh teknik relaksasi genggam jari yang dilakukan oleh perawat kurang lebih selama 15 menit dengan tambahan nafas dalam. Setelah kurang lebih 15 menit, lakukan rekaksasi genggam jari ke jari tangan yang lain. Dilakukan 1 hari sekali dan diobservasi selama 3 hari sampai nyeri berkurang atau hilang. Dengan 2 periode pada hari pertama (pretest) dan pada hari kedua (posttest), kemudian dilakukan penilaian tingkat nyeri. Analisa data menggunakan Wilcoxon test.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin:		
Laki-laki	10	50
Perempuan	10	50
Usia:		
20 – 40 Tahun	14	70
41 – 60 Tahun	6	30
> 61 Tahun	0	0
Pendidikan:		
SD	1	5

SMP	3	15
SMA	15	65
SARJANA	3	15
Total	20	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas umur responden adalah 20-40 tahun sebanyak 14 dengan presentase 70%. Jenis kelamin laki-laki dan Perempuan sama-sama besarnya, dan mayoritas Pendidikan SMA sebanyak 15 orang (65%).

Tabel 2 Skala nyeri pretest intervensi relaksasi genggam jari

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	0	0
Sedang	20	100
Total	20	100

Tabel 2 menunjukan bahwa distribusi responden berdasarkan skala nyeri sebelum diberikan intervensi relaksasi genggam jari pada pasien post operasi bedah digestif di ruang rawat inap, yaitu skala nyeri sedang sebanyak 20 orang (100%)

Tabel 3 Skala nyeri posttest dilakukan intervensi relaksasi genggam jari

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	16	80
Sedang	4	20
Jumlah	20	100

Tabel 3 menunjukan bahwa distribusi responden berdasarkan skala nyeri setelah diberikan intervensi relaksasi genggam jari pada pasien post operasi bedah digestif di ruang rawat inap, yaitu skala nyeri ringan sebanyak 16 orang (80%) dan skala nyeri sedang sebanyak 4 orang (20%).

Tabel 4. Pengaruh Relaksasi Genggam Jari terhadap Perubahan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Digestif

Terapi genggam jari	Skala nyeri		Nilai P
	Ringan	Sedang	
Pre test	0	20	0,000
Post test	16	4	

Tabel 4 diatas hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan nilai signifikansi (p value = 0,000) dimana hal ini berarti p value <0,05, maka terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap perubahan tingkat nyeri pada pasien post operasi digestif.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara Pengaruh Relaksasi Genggam Jari terhadap Perubahan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Digestif. Skala nyeri setelah di lakukan relaksasi genggam jari nyeri ringan sebanyak 16 responden (80%) dan nyeri sedang sebanyak 4 responden (20 %). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bagus (2018) pengaruh relaksasi genggam jari terhadap nyeri pasien preoperasi benigna prostat hyperplasia (BPH) di Rumah Sakit Daerah Umum Jombang di dapatkan bahwa nilai atau skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi genggam jari responden merasakan skala nyeri 5-6 dan setelah dilakukan relaksasi genggam jari pada responden skala nyeri berkurang menjadi 2-3. Hasil penelitian menunjukkan setelah diberikan relaksasi genggam jari intensitas nyeri turun menjadi nyeri ringan.

Relaksasi genggam jari adalah teknik sederhana yang mengabungkan bernafas dan memegang setiap jari (Curley, 2014). Tindakan ini dapat digunakan untuk mengelola nyeri, emosi, dan stress. Hasil penelitian Astutik (2017) menunjukan bahwa 60% responden mengalami nyeri ringan setelah

pemberian relaksasi genggam jari. Berdasarkan hasil penelitian Nita (2019), menyatakan bahwa rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi genggam jari pada pasien postpartum sectio caesarea sebesar 6,30, setelah dilakukan relaksasi genggam jari pada pasien postpartum sectio caesarea turun menjadi 4,25.

Studi ini sejalan dengan Silfia, Lisnawati & Arlina (2021) bahwa ada pengaruh relaksasi jenjang jari terhadap penurunan nyeri post Sectio Caesarea. Temuan lainnya menggunakan variabel tingkat kecemasan mengatakan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah tindakan relaksasi genggam jari di kelompok eksperimen (Sari & Maliya, 2016). Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu (Tambunan & Simatupang, 2024; Tambunan & Mediani, 2019).

Pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual (Tambunan & Simatupang, 2023). Nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda (Andarmoyo, 2013). Hasilnya setelah dilakukan pengkajian ulang terhadap intensitas nyeri setelah diberikan relaksasi genggam jari maka skala nyeri menjadi turun ke dalam kategori nyeri ringan. Toleransi terhadap nyeri dipengaruhi oleh faktor-faktor biokimia dan merupakan hal unik yang terjadi pada setiap individu, tanpa memperhatikan jenis kelamin.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapat dari penelitian tentang Pengaruh Relaksasi Genggam Jari terhadap Perubahan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Digestif diuraikan sebagai berikut

1. Skala Nyeri pada pasien post operasi bedah digestif sebelum dilakukan relaksasi genggam jari di ruang rawat inap Rumah Sakit Aminah Tangerang mayoritas skala nyeri sedang, sebanyak 20 orang (100%).

2. Skala Nyeri pada pasien post operasi bedah digestif setelah dilakukan relaksasi genggam jari di ruang rawat inap Rumah Sakit Aminah Tangerang skala nyeri ringan sebanyak 16 orang (80%) dan skala nyeri sedang sebanyak 4 orang (20%)
3. Hasil uji wilcoxon diperoleh p value $0,000 < 0,05$ yang berarti H_1 diterima, sehingga ada Pengaruh Relaksasi Genggam Jari terhadap Perubahan Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Digestif di Rumah Sakit Aminah.

SARAN

Direkomendasikan kepada peneliti selanjutnya untuk menambahkan variabel metode intervensi lainnya terhadap tingkat nyeri.

REFERENSI

- Andarmoyo, Sulistyono & Suharti, (2013). *Konsep & Aplikasi Manajemen Nyeri*, Ar-Ruzz Media, Yogyakarta.
- Jitowiyono, (2012). *Asuhan Keperawatan Post Operasi Dengan Pendekatan Nanda, NIC, NOC*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kemkes, RI (2013) *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta: Bakti Bang Kemenkes RI.
- Luo, S. J., & Hsieh, L. Y. (2013). Reconstructing revisit intention scale in tourism. *Journal of Applied Sciences*, 13(18), 3638-3648.
- Misnawati. (2019). Perbandingan Efektifitas Teknik Relaksasi dan Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Undata Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Keperawatan STIKes Widya Nusantara Palu*, 13(1).
- Puwahang. (2011). *Jari-jari tangan*. <http://titikrefleksi-pada-tangan>.

- Sari, R. D. K., & Maliya, A. (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Repository Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Sjamsuhidajat R, De Jong W, Editors. (2017) *Buku Ajar Ilmu Bedah Sjamsuhidajat-De Jong. Sistem Organ dan Tindak Bedahnya*. 4th ed. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC;
- Silfia, N. N., Lisnawati, L., & Arlina, N. M. (2021). Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Di Rsu Undata Palu Provinsi Sulawesi Tengah. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 5(1), 27-35.
- Smeltzer, S. C. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah Brunner and Suddarth*. Edisi 12. Jakarta: Kedokteran EGC.
- Simanullang, R. H., & Tambunan, D. M. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Deepublish.
- Tambunan, D. M., & Mediani, H. S. (2019). Bathing Method for Preterm Infants: A Systematic Review. *KnE Life Sciences*, 1-11.
- Tambunan, D. M., Nasus, E., Limbong, M., Indawati, E., Prabawati, D., Natashia, D., ... & Winarti, R. (2023). *Asuhan Keperawatan Pada Sistem Pencernaan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Tambunan, D. M., & Simatupang, L. L. (2024). Effectiveness of Atraumatic Care Approach: Swaddle and Sponge Bath on Vital Signs and Pain Scale in Neonates. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 437-446.
- Tambunan, D.M., & Simatupang, L.L. (2023). *Atraumatic Care Approach Pada Neonatus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Widyawati, E. (2015). Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Asuhan Keperawatan An. A Dengan Post Operasi Appendisitis Laparatomi Di Ruang Kantil 2 RSUD Karanganyar. *Repository Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada, Surakarta*.