

**PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN PASCA OPERASI
MELALUI TEKHNIK RELAKSASI GENGGAM JARI
DI RSUD SAWERIGADING PALOPO**

*The Influence of Finger Handheld Relaxation Techniques on Decreasing Pain
Intensity in Post Patients At Sawerigading Hospital*

Sugiyanto

Prodi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo*

*E-mail: sugiyantodarman@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri setelah operasi disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator kimia nyeri. Dalam penanganan nyeri belum dilakukannya teknik relaksasi lain. Menggenggam jari sambil mengatur nafas pelan-pelan (relaksasi) dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, teknik ini disebut Teknik genggam jari atau *finger hold*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pasca operasi. Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Perawatan Bedah RSUD Sawerigading Palopo Tahun 2019. Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment* dengan bentuk *pre-post test with control grup*. Sampel yang digunakan sebanyak 50 responden yang merupakan pasien pasca operasi dengan metode penarikan sample *consecutive sampling*. Hasil: penelitian diperoleh nilai *Asymp.sig.* $(0,000) < 0,05$. Kesimpulan: adanya pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi Saran: dapat dijadikan alternatif untuk penurunan intensitas nyeri khususnya pada pasien pasca operasi.

Kata kunci: Relaksasi Genggam Jari, Nyeri pasca operasi

ABSTRACT

Pain after surgery is caused by mechanical stimulation of wounds that cause the body to produce pain chemical mediators. Grasping a finger while breathing slowly (relaxation) can reduce physical and emotional tension, this technique is called finger holding technique. This research was conducted in the Care of a Surgery at Sawerigading Palopo Regional Hospital in 2019. The type of research used was Quasi Experiment with the form of pre-post test with control grup, with the aim of knowing the effect of Finger Grip Relaxation on Decreasing Pain Intensity. The sample used was 50 respondents who were postoperative patients with the sampling consecutive sampling method. Results: the study obtained Asymp.sig values. $(0,000) < 0,05$. Conclusion: the influence of hand-held relaxation on the decrease in pain intensity in post-operative patients Suggestion: can be an alternative to decrease pain intensity especially in post-operative patients

Keywords : Handheld Finger Relaxation, Postoperative Pain

© 2019 Jurnal Kesehatan Luwu Raya

✉ **Correspondence Address:**

LP2M STIKes Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Kota Palopo Indonesia
Email: lp2mstikesluwuraya@gmail.com
DOI: -

p-ISSN : 2356-198X
e-ISSN : -

PENDAHULUAN

Operasi atau pembedahan adalah suatu penanganan medis secara invasif yang dilakukan untuk mendiagnosa atau mengobati penyakit, injuri, atau deformitas tubuh yang akan mencederai jaringan yang dapat menimbulkan perubahan fisiologis tubuh dan mempengaruhi organ tubuh lainnya. Pembukaan bagian tubuh ini umumnya dilakukan dengan membuka sayatan. Operasi atau pembedahan merupakan salah satu bentuk terapi pengobatan dan merupakan upaya yang dapat mendatangkan ancaman terhadap integritas tubuh dan jiwa seseorang. (Potter, P.A, Perry, A.G., 2010).

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 juta jiwa (Kemenkes RI, 2013) dalam Tita pusrita 2016. Sementara data dari Rumah Sakit Umum Daerah Kota Palopo tercatat sekitar 3.472 jiwa per tahun 2018

Nyeri sebagai situasi tidak menyenangkan yang bersumber dari area tertentu, yang disebabkan oleh kerusakan jaringan dan yang berkaitan dengan pengalaman masa lalu dari orang yang bersangkutan. Nyeri bersifat subjektif dan tidak ada individu yang mengalami nyeri yang sama. *International for Study of Pain* (IASP) 2012, Nyeri setelah operasi disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator-mediator kimia nyeri. Mediator kimia dapat mengaktifasi nociceptor lebih sensitif secara langsung maupun tidak langsung sehingga menyebabkan hiperalgesia. Perawat dapat mengetahui adanya nyeri dari keluhan pasien dan tanda umum atau respon fisiologis tubuh pasien terhadap nyeri. Sewaktu nyeri biasanya pasien akan tampak meringis, kesakitan, nadi meningkat, berkeringat, napas lebih cepat, pucat, berteriak,

menangis, dan tekanan darah meningkat (Wahyuningsih, 2014 dalam Anggraini 2016).

Untuk mengatasi atau mengurangi rasa nyeri dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologi dengan obat-obatan seperti : Obat-obat golongan opiate (misalnya morfin, pethidin, fentanyl). Obat-obat golongan non opiate (misalnya paracetamol, golongan NSAID). (dr. Dewi Kusumawati, Sp.An., KIC 2018). Penelitian yang dilakukan Woldrhaimanot, Esheti & Kerie 2014, tentang manajemen nyeri di Bangsal Bedah Jimma Ethiopia, dari 252 pasien yang mengalami nyeri hanya 50% dari pasien yang cukup puas dengan menejemen nyeri mereka. Perawat dengan menggunakan pengetahuannya dapat mengatasi masalah nyeri baik secara mandiri maupun kolaboratif dengan menggunakan dua pendekatan yaitu pendekatan farmakologi dan pendekatan non farmakologi (Saifullah, 2015). Pendekatan farmakologi adalah cara yang paling efektif untuk menghilangkan nyeri terutama untuk nyeri yang sangat hebat yang berlangsung berjam-jam atau bahkan berhari-hari. Terapi farmakologis seperti obat-obatan analgetik atau pereda nyeri memiliki efek samping seperti depresi, sedasi, mual muntah dan konstipasi. (Tanjung 2016)

Sementara itu Terapi Non farmakologi seperti distraksi, stimulus kulit, teknik relaksasi, teknik pernapasan, pergerakan atau perubahan posisi, *massage*, akupressur, terapi panas atau dingin, *hypnobirthing*, musik, dan *TENS* (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*) (Diana, R.K.S, 2016). Salah satu teknik relaksasi untuk mengurangi nyeri yaitu teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam 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 genggaman 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 genggaman. 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 genggaman. 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 dijalur energi menjadi lancar (Puawahang, 2011).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *quasi eksperiment* dengan bentuk *pre test-post test with control group*, dimana peneliti akan mengungkapkan pengaruh antara variabel dengan cara melibatkan dua kelompok subjek. Kelompok subjek akan di observasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian di observasi kembali setelah dilakukan intervensi dan terhadap kelompok kontrol yang tidak diberi intervensi (Nursalam, 2016). Sampel yang digunakan dalam penelitian harus memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan sampel menggunakan pendekatan *consecutive sampling*. Sampel yang digunakan selama penelitian sebanyak 50 Responden. Instrumen penelitian pada penelitian ini berupa Standar Operasional Prosedur (SOP) teknik relaksasi genggam jari, lembar observasi yang meliputi karakteristik responden dan untuk mengukur perubahan persepsi nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. prosedur pengolahan data yang dilakukan adalah : *Editing, Coding, Entry data, Cleaning data*. Untuk analisa data dilakukan : Analisa Univariat dan Analisa Bivariat. Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan prinsip – prinsip etik meliputi : Izin Penelitian , *Informed Consent, Anonymity, dan Confidentiality*.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil pengolahan data yang dilakukan, maka hasil penelitian dapat disajikan sebagai berikut :

1. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan umur responden

Umur	n	%
17-22 Tahun	12	24,0
23-31 Tahun	16	32,0
32-37 Tahun	16	32,0
38-43 Tahun	4	8,0
44-55 Tahun	2	4,0
Jumlah	50	100

Sumber: Data Primer 2019

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

JK	n	%
Perempuan	39	78,0
Laki-Laki	11	22,0
Jumlah	50	100

Sumber: Data Primer 2019

2. Analisa Univariat

a. Kelompok Intervensi

Tabel 3. Perbedaan Nilai Skala Nyeri Sebelum Dan Setelah Intervensi

	n	Mean Rank	Max	Min	ASymp. Sig
Pre-	17	9.00	1	2	
Post	0	0.00	1	2	0.000
test					
Ties	8				
Total	25				

Sumber: Data Primer 2019

Tabel 4. Frekuensi Pre Tes Kelompok Intervensi

Skala	n	%
Ringan	1	4,0
Sedang	24	96,0
Total	25	100

Sumber: Data Primer 2019

Tabel 5. Frekuensi Post Test Kelompok Intervensi

Skala	n	%
Ringan	16	64,0
Sedang	9	36,0
Total	25	100

Sumber: Data Primer 2019

a. Kelompok Kontrol

Tabel 6. Perbedaan Nilai Skala Nyeri Pada Kelompok Kontrol

	n	Mean Rank	Max	Min	Asymp .Sig
Pre-	9	5.00	1	2	
Post	0	0.00	1	2	0.003
test					
Ties	16				
Total	25				

Sumber: Data Primer 2019

Tabel 7. Frekuensi Pre Test Kelompok Kontrol

Skala	n	%
Ringan	10	40,0
Sedang	15	60,0
Total	25	100

Sumber: Data Primer 2019

Tabel 8. Frekuensi Post Test Kelompok Kontrol

Skala	n	%
Ringan	18	72,0
Sedang	7	28,0
Total	25	100

Sumber: Data Primer 2019

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi. Ada responden yang tidak merasakan penurunan skala nyeri. Hal ini dipengaruhi oleh waktu dan kondisi lingkungan dimana pada beberapa kasus lingkungan pasien terlalu bising sehingga membuat pasien tidak bisa berfokus selama dilakukan intervensi. Semntara untuk kelompok control sebagian besar responden tidak mengalami penurunan skala nyeri hal ini

disebabkan oleh pemberian analgetik yang tidak maksimal dan terkadang terjadi keterlambatan pemberian analgetik.

Data diatas menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara nyeri sebelum intervensi dan nyeri setelah intervensi dilakukan dimana nilai *Asymp.Sig* = 0,000 yang berarti nilai *Asymp.Sig* lebih kecil dari 0,05. Dari hasil penelitian juga didapatkan pada kelompok control didapat nilai penurunan intensitas nyeri sebesar *Asymp.Sig* sebesar 0,003 menunjukkan penurunan intensitas nyeri pada kelompok ini tidak lebih signifikan dari kelompok intervensi. Hal ini disebabkan oleh pemberian analgetik yang terkadang dalam dosis yang sangat sedikit contohnya untuk obat seperti Paracetamol drips yang diberikan per delapan jam tanpa tambahan analgetik tablet maupun analgetik dalam bentuk ampul.

Hasil penelitian ini sejalan penelitian yang dilakukan oleh Pinandita, purwanti dan Utomo di Rumah sakit PKU Muhammadiyah Gombong pada Tahun 2017 menyimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparotomi. Sejalan juga dengan penelitian Sofiyah, Ma'rifah, dan Susanti (2014), menyimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto dengan nilai *p* value sebesar 0,000 (*p* < α).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan yaitu dan H_a diterima sehingga ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di wilayah kerja RSUD Sawerigading Kota Palopo tahun 2019.

Saran

Rekomendasi kepada petugas kesehatan agar kiranya dapat mengaplikasikan metode ini

sebagai salah satu alternatif untuk menurunkan intensitas nyeri pasca operasi.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, (2016), *Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Kecemasan Menghadapi Persalinan*. Motivasi, 3(3), hal. 80-88
- Diana, R.K.S, (2016) *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea*, Surakarta
- Nursalam, (2016) *Metodologi Penelitian ilmu Keperawatan pendekatan Praktis Edisi 4*, Salemba Medika, Jakarta.
- Pawuhang, (2011). *Jari-jari Tangan* <http://titik-refleksi-pada-tangan>. Diakses tanggal 29 Maret 2019
- Potter, P.A, Perry, A.G, (2010). *Fundamentals of Nursing Fundamental Keperawatan*, Buku 2 Edisi 7. Salemba Medika, Jakarta
- Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, (2013). *Laporan Tahunan Kesehatan di Indonesia*. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan. Hal.1
- Sofiyah, L, Ma'rifah, A.R, Susanti, I.H, (2014) *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea DI RSUD Prof. DR. Margono Soekardjo Puerwokerto*. Purwokerto
- Saifullah, (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Perawat Dengan Tindakan Perawat Dalam Manajemen Nyeri Pasien Post Operasi Di Bangsal Bedah RSUD. R. Soehadi Prijonegoro Sragen*. Sragen
- Tanjung, (2016), *Intervensi Keperawatan Mandiri Pada Pasien yang Mengalami Nyeri Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta Unit II*, Yogyakarta