

TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST APPENDIKTOMI

Neila Sulung, Sarah Dian Rani*

Keperawatan Stikes Fort De Kock Bukittinggi

*sarahdianrani10@gmail.com

Submitted :27-08-2017, Reviewed:07-09-2017, Accepted:08-09-2017

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v2i3.2404>

ABSTRAK

Pain is a condition more than a single sensation caused by a certain stimulus. One of the non-pharmacological techniques in handling pain is a hand-held relaxation technique. Finger hand-held real-time techniques can reduce physical and emotional strain that will relax the body. This study aims to examine the effect of finger hand relaxation technique on the intensity of pain in post appendectomy patients. This research uses Quasy Experiment design with One Group Pre-test Post-Test design. The total population of this study were all patients of post appendectomy in Achmad Mochtar Hospital. Sampling technique using purposive sampling technique. This study was conducted on February 17 until 1 May 2017 in the hospital surgery room Achmad Mochtar Bukittinggi. Data were analyzed by using Paired T-Test with significant value $\alpha = 0,005$. The results showed that the average before hand-held finger relaxation technique was 4.80 and the mean result after hand-held relaxation technique was 3.87. Bivariate results obtained p value 0,000. So it shows there are differences in pain intensity before and after hand-held relaxation techniques in patients post appendectomy. From the results of the above research can be concluded that the implementation of handheld relaxation techniques affect the reduction of post incision appendectomy incision.

Keywords : Appendectomy, Handheld Relaxation Techniques Finger, Pain Intensity

ABSTRAK

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. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post appendektomi. Penelitian ini menggunakan desain Quasy Experiment dengan rancangan One Group Pre-test Post-test. Jumlah populasi penelitian ini adalah seluruh pasien post appendektomi di RSUD Achmad Mochtar Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive sampling. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 februari sampai 1 Mei 2017 di ruangan bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. Data dianalisis dengan menggunakan Uji Paired T-Test dengan nilai signifikan $\alpha=0,005$. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 4,80 dan hasil rata-rata sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 3,87. Hasil bivariat didapat p value 0,000. Sehingga menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari pada pasien post appendektomi. Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan teknik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri insisi post appendektomi.

Kata Kunci : Appendektomi, Intensitas Nyeri, Teknik Relaksasi Genggam Jari

PENDAHULUAN

Appendicitis adalah peradangan dari appendix vermiformis dan merupakan penyebab abdomen akut yang paling sering (Mansjoer 2000, p. 307). Appendicitis ditemukan pada semua umur, hanya pada anak kurang dari satu tahun jarang dilaporkan. Insiden tertinggi pada kelompok umur 20-30 tahun, setelah itu menurun. Insiden laki-laki dan perempuan umumnya sebanding, kecuali pada umur 20-30 tahun, insiden lelaki lebih tinggi, namun pada tiga-empat dasawarsa ini menurun secara bermakna (Sjamsuhidayat 2005, p. 640)

Angka kejadian appendicitis cukup tinggi di dunia. Berdasarkan *World Health Organisation* (2010) yang dikutip oleh Naulibasa (2011), angka mortalitas akibat appendicitis adalah 21.000 jiwa, di mana populasi laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan. Angka mortalitas appendicitis sekitar 12.000 jiwa pada laki-laki dan sekitar 10.000 jiwa pada perempuan. di Amerika Serikat terdapat 70.000 kasus appendicitis setiap tahunnya.

Sementara untuk Indonesia sendiri appendicitis merupakan penyakit dengan urutan keempat terbanyak pada tahun 2006. Data yang diliris oleh Departemen Kesehatan RI pada tahun 2008 jumlah penderita appendicitis di Indonesia mencapai 591.819 orang dan meningkat pada tahun 2009 meningkat mencapai 596.132 orang (Eylin, 2009 : Andika, 2016).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sumatera Barat menyebutkan bahwa pada tahun 2014 jumlah kasus appendicitis sebanyak 5.980 penderita, dan 177 penderita diantaranya menyebabkan kematian. Dari data di RSUD Achmad Mochtar pada tahun 2014 angka kejadian appendicitis sebanyak 493 pasien dengan rincian 221 pria dan 272 wanita, dan pada tahun 2015 angka kejadian appendicitis sebanyak 521 pasien dengan perincian 204 pria dan 317 wanita dan 2 tahun berturut-turut ada 7 pasien yang meninggal dunia.

Appendektomi adalah pembedahan untuk mengangkat appendix pembedahan

diindikasikan bila diagnosa apendiksitis telah ditegakkan. Hal ini dilakukan sesegera mungkin untuk menurunkan resiko perforasi. Pilihan appendektomi dapat cito (segera) untuk apendiksitis akut, abses, dan perforasi. Pilihan appendektomi elektif untuk apendicitis kronik (Suratun dkk 2010, p.99).

Hampir semua pembedahan mengakibatkan rasa nyeri. Nyeri yang paling lazim adalah nyeri insisi. Nyeri terjadi akibat luka, penarikan, manipulasi jaringan serta organ. Nyeri pasca operasi hebat dirasakan pada pembedahan intratoraks, intra-abdomen, dan pembedahan ortopedik mayor. Nyeri juga dapat terjadi akibat stimulasi ujung serabut saraf oleh zat-zat kimia yang dikeluarkan saat pembedahan atau iskemia jaringan karena terganggunya suplai darah. Suplai darah terganggu karena ada penekanan, spasme otot, atau edema. Trauma pada serabut kulit mengakibatkan nyeri yang tajam dan terlokalisasi (Bradero dkk, 2008, P.103)

Pasca pembedahan (pasca operasi) pasien merasakan nyeri hebat dan 75% penderita mempunyai pengalaman yang kurang menyenangkan akibat nyeri yang tidak adekuat (Sutanto, 2004, Novarizki, 2009). Bila pasien mengeluh nyeri maka hanya satu yang mereka inginkan yaitu mengurangi rasa nyeri. Hal itu wajar, karena nyeri dapat menjadi pengalaman yang kurang menyenangkan akibat pengelolaan nyeri yang tidak adekuat (Zulaik, 2008). Teknik farmakologi adalah cara yang paling efektif untuk menghilangkan nyeri terutama untuk nyeri yang sangat hebat yang berlangsung selama berjam-jam atau bahkan sehari-hari (Smeltzer and Bare, 2002).

Pemberian analgesic biasanya dilakukan untuk mengurangi nyeri. Selain itu, untuk mengurangi nyeri umumnya dilakukan dengan memakai obat tidur. Namun pemakaian yang berlebihan membawa efek samping kecanduan, bila overdosis dapat membahayakan pemakainya (Coates, 2001 : Pinandita 2012).

Beberapa penelitian, telah menunjukkan bahwa relaksasi efektif dalam menurunkan nyeri pascaoperasi. Ini mungkin karena relatif kecilnya peran otot-otot skeletal dalam nyeri pasca-operatif atau kebutuhan pasien untuk melakukan teknik relaksasi tersebut agar efektif. Periode relaksasi yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan dan ketegangan otot yang terjadi dengan nyeri kronis dan yang meningkatkan nyeri (Smeltzer and Bare 2001, p. 233).

Relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, karena dapat mengubah persepsi kognitif dan motivasi afektif pasien. Teknik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri (Potter & Perry 2005, p.1528).

Menurut Chanif, Petpichetchian & Chongchaeron, (2013) 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 (Liana 2008 ; Andika 2006)

Menggenggam jari sambil mengatur napas (relaksasi) dilakukan selama kurang lebih 3-5 menit dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi meridian (*energy channel*) yang terletak pada jari tangan kita. Titik-titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari. Rangsangan tersebut akan mengalirkan gelombang listrik menuju otak yang akan diterima dan diproses dengan cepat, lalu diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar (Puwahang, 2011 ; Andika 2006).

Hal ini pernah dibuktikan oleh In Pinandita dkk (2012) yang menyatakan terdapat perbedaan penurunan skala nyeri rata-rata sebesar 4,88 % pada pasien

kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan relaksasi genggam jari selama 3-5 menit berturut-turut sebanyak 3 kali. Berdasarkan penelitian lin Pinandita dkk (2012) dalam penelitiannya tentang “Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparotomi” bahwa teknik relaksasi genggam jari dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi.

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan di ruang rawat inap RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi terhadap 2 pasien dengan post appendektomi, pasien tersebut mengeluh nyeri dengan skala nyeri berat terkontrol (skala nyeri 7), dan perawat yang bertugas juga mengatakan bahwa ada pasien yang menangis dengan nyeri tersebut. Menurut perawat yang bertugas di rawat inap tersebut, umumnya pasien yang mengalami keluhan nyeri post op tersebut mendapat obat penghilang nyeri seperti obat analgetik dan dari perawat yang diwawancarai tidak pernah melakukan teknik genggam jari untuk menurunkan intensitas nyeri. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post appendektomi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *Quasy Eksperimental* bertujuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu atau eksperimen tersebut (Notoatmodjo 2010, p.50). Rancangan penelitian eksperimen ini adalah *Desaigns* dengan metode rancangan *One Group Pre-test Post-test*. Rancangan ini tidak menggunakan kelompok pembandingan (kontrol), tetapi dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (Notoatmodjo 2010, p.57).

Penelitian dilakukan di ruang rawat inap bedah RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi tahun 2017 pada 17 Februari sampai 1 Mei 2017. Populasi dari penelitian

adalah seluruh pasien post appendiktomi di RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi 2017. Populasi sebanyak 15 orang dengan jumlah sampel diambil 10 orang yang diambil secara purposive sampling dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi sampel. Kriteria inklusi sampel pada penelitian ini adalah : Pasien berusia antara 15 tahun sampai 50 tahun, Bersedia menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*. Pasien post appendiktomi hari ke-1, Pasien mendapatkan analgetik yang sama. Pasien dengan skala nyeri ringan, sedang dan berat, dapat diajak berkomunikasi

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independent (bebas)/ Intervensi yaitu relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang digunakan untuk meredakan atau mengurangi intensitas nyeri pasca pembedahan yang dilakukan pada pasien postoperasi apendiktomy di Ruang Bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. Variabel Dependen pada penelitian ini adalah Intensitas nyeri pasien postoperasi apendiktomy yang di ukur dengan cara mengobservasi intensitas nyeri pasien menggunakan lembar pengukuran nyeri yang alatnya menggunakan numeric skala rasa nyeri yaitu skala 1- 3 : nyeri ringan, skala 4-6 : nyeri sedang, dan skala 7-10: nyeri berat (Potter & Perry 2005). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dalam 3 tahap yaitu :

Sebelum dilakukan relaksasi genggam jari (Pretest)

1. Peneliti sebelumnya menetapkan pasien post appendiktomi berdasarkan kriteria dengan diagnosa apendiksitis dan direncanakan untuk dilakukan tindakan appendiktomi
1. Sebelum peneliti mendapatkan siapa yang akan menjadi responden, peneliti meminta daftar nama pasien post appendiktomi di Ruangan

- bedah RSUD Dr. Achmad mochtar
2. Peneliti menemui langsung responden dengan post appendiktomi keruang rawat bedah.
3. Peneliti memperkenalkan diri dan menjalin hubungan saling percaya dengan responden yang menjadi responden yang telah ditentukan penelitian.
4. Peneliti menjelaskan secara singkat tentang penelitian.
5. Peneliti meminta persetujuan kepada pasien untuk kesediaannya menjadi responden untuk mendatangi lembar persetujuan menjadi responden yang telah peneliti siapkan.
6. Pasien yang telah ditetapkan dijadikan kelompok eksperimen setelah menyetujui lembar persetujuan (*informed concent*) yang telah diajukan peneliti.
7. Penelitian melakukan tes awal (pretest) dengan memberikan pertanyaan memilih skala nyeri yang dirasakan dan memilih skala nyeri menggunakan lembar checklist yang telah ditetapkan mewakili sensasi nyeri yang dirasakan serta hasil tersebut dicatat dalam lembar hasil pengukuran.

Saat dilakukan relaksasi genggam jari (Intervensi)

1. Posisikan pasien dengan berbaring lurus ditempat tidur, minta pasien untuk mengatur nafas dan merileksasikan otot.
2. Peneliti duduk berada disamping pasien, relaksasi dimulai dengan menggenggam ibu jari pasien dengan tekanan lembut, genggam hingga nadi pasien terasa berdenyut.
3. Pasien diminta unuk mengatur nafas dengan hitungan mundur
4. Genggam ibu jari selama kurang lebih 3-5 menit dengan napas secara teratur dan kemudian seterusnya satu persatu beralih ke jari selanjutnya dengan rentang waktu

yang sama.

Setelah dilakukan relaksasi genggam jari (Posttest)

1. Setelah kurang lebih 15-25 menit, alihkan tindakan untuk tangan yang lain.
2. Anjurkan pasien untuk melakukan teknik relaksasi genggam jari 3 kali dalam sehari.
3. Berikan reinforcement positif atas keberhasilan responden melakukan tehnik relaksasi genggam jari.
4. Tes akhir dilakukan sama dengan melakukan tes awal dengan memberikan pertanyaan tentang nyeri yang dirasakan dan memilih skala nyeri menggunakan lembaran checklist yang telah ditetapkan mewakili sensasi nyeri yang dirasakan serta hasil tersebut dicatat dalam lembaran hasil pengukuran.
5. Catat dan dokumentasikan hasil observasi yang telah dilakukan
6. Ucapkan terima kasih atas kesediaan responden untuk berpartisipasi
7. Lakukan pengolahan data pada data yang telah terkumpul untuk dijadikan laporan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini penulis melakukan intervensi pada 10 responden post appendiktomi dengan melakukan beberapa langkah intervensi sehingga dapat mengurangi rasa nyeri pada pasien. Dengan teknik genggam jari.

1. Intensitas nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari

Tabel 1. Rata - rata intensitas nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari pada pasien post appendiktomi di Ruang an bedah RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2017

Variabel	Mean	SD	Minimum	Maximum	N
Pre test	4,80	0,689	4	6	10

Berdasarkan tabel 5.1 diatas rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan

intervensi genggam jari terhadap pasien post appendiktomi adalah 4,80 dengan standar deviasi 0,689, intensitas nyeri minimal-maksimal adalah 4-6. Kebanyakan pasien dengan post appendiktomi masih merasakan nyeri. Nyeri merupakan suatu mekanisme proteksi bagi tubuh, timbul ketika jaringan sedang rusak, dan menyebabkan individu tersebut bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri (Andarmoyo 2013, p.16). Menurut potter & perry usia merupakan variabel penting yang mempengaruhi nyeri khususnya pada anak dan orang dewasa. Pada usia anak kesulitan untuk memahami nyeri dan beranggapan perawat dapat menyebabkan nyeri. Usia lebih muda yang belum mempunyai kosakata yang banyak, mempunyai kesulitan untuk mendiskripsikan secara verbal dan mengekspresikan nyeri kepada orang tua atau perawat. Sementara orang dewasa dapat mengekspresikan dan mengatakan secara langsung rasa nyeri yang dirasakannya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Karokaro M (2014) mengatakan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur dengan rata-rata 20-58 tahun. Reaksi fisik seseorang terhadap nyeri meliputi perubahan neurologis yang spesifik. Perbedaan perkembangan yang ditemukan antara kelompok usia ini dapat mempengaruhi bagaimana anak-anak dan orang dewasa bereaksi terhadap nyeri. Dalam penelitiannya terdapat 12 dengan kelompok eksperimen dan rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 6,25 dengan standar deviasi 1,357.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Andika & Mustafa (2016) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi ambang nyeri seseorang yaitu pengalaman masa lalu. Responden yang mengalami nyeri yang timbul berikutnya akan mengalami nyeri yang lebih ringan. Hal ini terjadi karena tingkat toleransi pada pasien terhadap nyeri lebih tinggi. Selain itu untuk mengurangi rasa nyeri juga bisa dilakukan

dengan Usaha untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri biasanya menggunakan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. (Asmita Dahlan, 2017)

Menurut asumsi peneliti bahwa nyeri yang dirasakan oleh pasien post operasi appendiktomi berbeda-beda, hal ini terbukti dari hasil penelitian terlihat bahwa nyeri paling berat ditemukan pada pasien laki-laki dimana dari penelitian yang peneliti dapat ada 2 orang pasien laki-laki yang mengalami nyeri berat yaitu dengan skala nyeri 7 pada hari I post appendiktomi sedangkan nyeri sedang ditemukan paling banyak pada pasien perempuan dimana dari penelitian yang peneliti dapat ada 4 orang pasien perempuan yang mengalami nyeri sedang yaitu dengan skala nyeri 5 dan 6. Sedangkan dari teori Andika (2016) faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri pada pasien post appendiktomi disebabkan karena banyak faktor seperti perhatian responden terhadap nyeri dengan cara responden tidur untuk mengurangi nyerinya dan dukungan dari keluarga seperti keluarga selalu menemani ketika pasien mengeluh nyeri dengan tidak meninggalkan pasien diruangan sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas nyeri pada setiap pasien berbeda-beda sesuai dengan jenis kelamin dan faktor-faktor yang mempengaruhi.

2. Rata-rata intensitas nyeri sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari

Tabel 5.2 Rata - rata intensitas nyeri sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari pada pasien post appendiktomi di Ruangan bedah RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2017

Variabel	Mean	SD	Minimum	Maximum	N
Post test	3,87	0,652	3	5	10

Berdasarkan tabel 5.2 diatas rata-rata intensitas nyeri sesudah dilakukan intervensi genggam jari terhadap pasien post appendiktomi adalah 3,87 dengan standar deviasi 0,652 ,intensitas nyeri

minimal- maksimal adalah 3-5.

Penelitian ini juga diperkuat oleh Yuliasuti C (2015) yang meneliti tentang Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Pada Penderita Post Appendiktomi di Ruangan Inap RSUD Sidoarjo didapatkan bahwa pasien post appendiktomi yang mengalami nyeri berat dan setelah menggenggam jari selama 30-50 menit, mayoritas pasien appendiktomi mengalami nyeri sedang, dimana didapatkan ($\rho= 0,001$).

Penelitian ini juga diperkuat oleh Andika & Mustafa (2016) yang meneliti tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Apendiktomy didapatkan hasil bahwa teknik relaksasi genggam jari membantu mengurangi nyeri dan menghasilkan relaksasi dan melancarkan sirkulasi.

Penelitian ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Karokaro M(2014) yang meneliti tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi di RSUD Deli Semarang Lubuk Pakam, didapatkan bahwa adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi di RSUD Deli Semarang Lubuk Pakam. Didapatkan rata-rata intensitas nyeri 6,25 sebelum perlakuan, kemudian menurun menjadi 3,33 sesudah perlakuan.

Menurut asumsi peneliti, teknik relaksasi genggam jari merupakan salah satu pengobatan nonfarmakologi yang dilakukan dengan message pada tangan, yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan. Teknik relaksasi genggam jari dapat dilakukan sendiri dan sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari untuk merilekskan ketegangan fisik. Namun pada penelitian ini masih ditemukan bahwa intensitas nyeri tidak berubah atau tetap sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari, hal ini disebabkan karena pasien saat dilakukan intervensi tidak

merasa senang dengan kehadiran peneliti sehingga mempengaruhi pasien saat itu.

3. Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri di Ruang bedah RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2017

Tabel 5.3 Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri di Ruang bedah RSUD Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2017

Variabel	Rata-rata	SD	Min-Maks	Pvalue	N
Intensitas Nyeri Pre test	4,80	0,689	4-6	0,000	10
Intensitas Nyeri	3,87	0,652	3-5		10

Berdasarkan tabel 5.3 di atas terlihat statistik deskriptif berupa rata-rata dan standar deviasi intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan. Rata-rata intensitas nyeri sebelum perlakuan adalah 4,80 dengan standar deviasi 0,689. Pada pengukuran intensitas nyeri sesudah perlakuan didapatkan rata-rata intensitas nyeri sesudah adalah 3,87 dengan standar deviasi 0,652.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andika & Mustafa (2016) yang meneliti tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Penurunan Intensitas Nyeri

Pasien Post Operasi Apendiktomy didapatkan hasil bahwa dilihat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah teknik genggam jari adalah sebesar 1,400, dengan nilai standar deviasi sebesar 0,699. Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro wilk* didapatkan nilai $p > 0,05$ maka data berdistribusi normal dan uji hipotesis yang digunakan adalah uji parametric yaitu uji *paired t-test*. Hasil uji statistik (*paired t-test*) didapatkan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) berarti terdapat pengaruh teknik genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi apendiktomy di RS Dr. Reksodiwiryo Padang Tahun 2016.

Menurut potter & perry (2005), terapi genggam jari dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri. Relaksasi juga dapat menurunkan kadar hormone stress *cortisol*, menurunkan sumber-sumber depresi sehingga nyeri dapat terkontrol dan fungsi tubuh semakin membaik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karokaro M (2014) berjudul pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi di RSUD Deli Semarang Lubuk Pakam dengan hasil menggunakan uji T atau *paired sample t-test* menunjukkan bahwa p Value adalah $0,000 < a 0,05$ berarti ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari pada pasien post operasi laparatomi. Berdasarkan uji statistic dengan menggunakan uji T atau *paired sample t test* menunjukkan bahwa rerata ntensitas nyeri sebelum dan sesudah teknik relaksasi genggam jari yaitu 2,917 dengan standar deviasi 0,669. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara sebelum dan sesudah teknik relaksasi genggam jari.

Menurut asumsi peneliti, semua responden mengalami penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah teknik relaksasi genggam jari. Hal ini terjadi karena teknik relaksasi genggam jari memberikan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Menggenggam jari sambil menarik nafas dalam dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energy pada meridian yang terletak pada meridian yang terletak pada jari tangan kita. Sehingga intensitas nyeri akan berubah atau mengalami modulasi akibat stimulasi relaksasi genggam jari yang lebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak. Genggam jari dapat

dilakukan sendiri dan sangat membantu dapat dilakukan sendiri dan sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari untuk merilekskan ketegangan fisik. Jadi, ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri terhadap pada pasien post appendektomi di ruangan bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi tahun 2017.

SIMPULAN

Rata – Rata intensitas nyeri pada pasien post appendektomi di ruangan bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi tahun 2017 sebelum diberikan Intervensi Teknik Relaksasi Genggam Jari adalah 4,80 dengan standar deviasi 0,689. Nilai minimal 4 dan nilai maksimal 6. Rata – Rata intensitas nyeri pada pasien post appendektomi di ruangan bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi tahun 2017 sesudah diberikan Intervensi Teknik Relaksasi Genggam Jari adalah 3,87 dengan standar deviasi 0,652. Nilai minimal 3 dan nilai maksimal 5. Ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien - pasien post appendektomi di ruangan bedah RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi tahun 2017 dengan nilai $p=0,000$. Agar rumah sakit dapat menerapkan pelaksanaan terapi non farmakologis pada pasien post operasi appendektomi berupa teknik relaksasi genggam jari. Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri pada pasien post appendektomi dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda dan menggunakan teknik non farmakologis lainnya seperti faktor usia, jenis kelamin dan pengalaman masa lalu.

DAFTAR PUSTAKA

Asmita Dahlan, T. V. S. (2017). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi SMK Perbankan Simpang Haru Padang Asmita. *Endurance, Journal*, 2 (February), 37–44. <http://doi.org/10.22216/jen.v2i>

1.278

Yuliasuti, C. (2015). Effect Of Handheld Finger Relaxation On Reduction Of Pain Intensity In Patients With Post-Appendectomy At Inpatient Ward , RSUD Sidoarjo, 5(3), 53–58.

Andika M, Mustafa, R, (2016), *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Inte* (Yuliasuti, 2015) *Intensitas Nyeri Paise* *Post Operasi Apendektomy di RS DR. Reksodiwiryo,* STIKes Mercubaktijaya Padang.(Oral,

Andramoyo, S, 2013. *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*, penerbit Ar-Ruzz Media Jogjakarta., (Andarmoyo, 2013)

Almeta. 2015. *Bagaimana Obat Bekerja Dalam Tubuh*. Diakses dari [:\(file:///D:/obat/Bagaimana-Obat-Bekerja-Dalam-Tubuh-ALMETA.htm\)](file:///D:/obat/Bagaimana-Obat-Bekerja-Dalam-Tubuh-ALMETA.htm) 9 Januari 2017

Andika M, Mustafa, R, (2016), *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Paise* *Post Operasi Apendektomy di RS DR. Reksodiwiryo,* STIKes Mercubaktijaya Padang. (Oral, Poster, & Kesehatan, 2016)

Baradero, M, Dayrit, M, & Siswandi, Y, 2008. *Prinsip dan praktik Keperawatan perioperatif*, EGC. Jakarta (baradero, 2008)

Faridah, V 2015. *Penurunan Tingkat Nyeri Pasien Post Op Apendisitis Dengan Tehnik Distraksi Nafas Ritmik, Program Studi SI Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan.*(Tehnik & Nafas, 2015)

Kowalak, Welsh, & Mayer, 2011. *Buku Ajar Patofisiologi*, EGC. Jakarta.(kowalak, welsh, 2011)

- Krisanty, P, (2009), Asuhan Keperawatan Gawat Darurat, Penerbit buku Trans Info Media. Jakarta
- Karokaro, M, (2015).*Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam.*(Volume 3, No.4, Desember 2014- februari 2015)
- Liana, E. (2008).*Teknik Relaksasi : Genggam Jari untuk Keseimbangan Emosi.*Diakses dari [:http://www.pembelajar.com/teknikrelaksasi-genggam-jari-untuk-keseimbangan-emosi](http://www.pembelajar.com/teknikrelaksasi-genggam-jari-untuk-keseimbangan-emosi) [6 Desember 2012].
- Maliya A, dkk, (2016). *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea.*
- Mansjoer, A, Suprohaita, dkk, 2000.*Kapita Selekta Kedokteran*, Jilid 2, Edisi 3, Jakarta.
- Potter & Perry, 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik.* Volume 2, Edisi 4, EGC, Jakarta. (Andarmoyo, 2013)
- Notoatmodjo, S. 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.
- Pinandita, I, Purwanti, E, & Utoyo, B (2012).*Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi*, Jurusan Keperawatan STIKes Muhammadiyah Gombong. (“Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 8, No. 1, Februari 2012,” 2012)
- Potter & Perry, 2005.*Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik.* Volume 2, Edisi 4, EGC, Jakarta.(Andarmoyo, 2013)
- Ramadina, S, Utami, S, & Jumaini (2014), *Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Dismenore*, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Riau.(Ramadina, Utami, Studi, Keperawatan, & Riau, n.d.)
- Rekam Medik RSUD Dr. Achmad Mochtar (2016)
- Suratun & Lusianah, 2010.*Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Gastrointestinal*, Jakarta.
- Sjamsuhidajat, R, & Jong, W 2005.*Buku Ajar Ilmu Bedah.*Edisi 2. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Smeltzer, S & Bare, B 2001.*Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Vol 1, Edisi 8 p. 233, Penerbit Buku Kedokteran, EGC. Jakarta
- Widyawati, E, (2015), *Pemberian teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada asuhan keperawatan An, A dengan post operasi appendicitis laparatomi diruang kantil 2 RSUD karanganyar.*(Laparatomy & Ruang, 2015)