

CASE STUDY***The Result Implementation Of Finger Hold On Laparotomy Post-Operative Patients at The HCU Cempaka Room Of Dr. Moewardi Regional General Hospital (RSUD) in Surakarta*****Penerapan Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Laparotomi di Ruang HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta**Niken Palupy^{1*}, Eska Dwi Prajayanti¹, Isti Wulandari²¹ Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia² Perawat Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta, Indonesia

Article Info	Abstract
<p>Article History: Received: 4 Juni 2024 Revised: 12 Desember 2024 Accepted: 22 Desember 2024</p> <p>*Corresponding Author: Niken Palupy Email: nikenpalupy22@gmail.com</p>	<p>Background: Surgery induces changes in the body's tissue structure, triggering the body's recovery response to maintain balance (homeostasis). This process involves chemical reactions in the body that produce pain sensations in patients. Finger hold technique is a combination of deep breathing relaxation and grasping the fingers relatively quickly. The sensation experienced during the use of this technique provides a deeper sense of comfort and relaxation, as well as increasing tolerance to pain.</p> <p>Purpose: To determine the outcomes of applying finger hold technique on laparotomy post-operative patients at the HCU Cempaka of Dr. Moewardi Regional General Hospital (RSUD) in Surakarta.</p> <p>Methods: The type of research is descriptive research in the form of a case study involving 2 postoperative patients. The research instrument uses the Numeric Rating Scale (NRS) to measure the pain scale.</p> <p>Results: The results of the study showed that before the application of finger grip therapy, Mrs. S obtained an NRS score of 8 (severe pain), while Mrs. N obtained an NRS score of 9 (severe pain). After the application of finger grip therapy for 3 consecutive days, Mrs. S obtained an NRS score of 3, likewise for Mrs. N after the application, an NRS score of 3 was obtained.</p> <p>Conclusion: After applying finger grip for 3 consecutive days on Mrs. S and Mrs. N, it can be concluded that there was a decrease in the level of pain in both patients from severe pain to mild pain.</p> <p>Keywords: Finger Hold, Pain, Post-Operative</p>

Abstrak

Latar Belakang: Operasi menyebabkan perubahan pada struktur jaringan tubuh, yang memicu respons pemulihan tubuh untuk mempertahankan keseimbangan (homeostasis). Proses ini melibatkan reaksi kimia dalam tubuh yang menghasilkan sensasi nyeri pada pasien. Teknik genggam jari adalah kombinasi dari relaksasi pernapasan dalam dan merengkuh jari-jari tangan dalam waktu yang relatif singkat. Sensasi yang terjadi saat menggunakan teknik ini memberikan perasaan kenyamanan dan relaksasi yang lebih dalam, serta meningkatkan toleransi terhadap rasa nyeri.

Tujuan: Mengetahui hasil penerapan genggam jari pada pasien post operasi laparotomi di HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta

Metode: Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif dalam bentuk case study (studi kasus) yang melibatkan 2 pasien post operasi. Instrument penelitian menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) untuk mengukur skala nyeri.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan Sebelum dilakukan penerapan terapi genggam jari pada Ny.S didapatkan skor NRS sebesar 8 (nyeri berat) sedangkan pada Ny.N didapatkan skor NRS sebesar 9 (nyeri berat), Sesudah dilakukan penerapan terapi genggam jari selama 3 hari berturut turut pada Ny.S didapatkan skor NRS sebesar 3, demikian pula untuk Ny.N setelah dilakukan penerapan didapatkan skor NRS sebesar 3.

Kesimpulan: Setelah dilakukan penerapan genggam jari selama 3 hari berturut turut pada Ny.S dan Ny.N dapat disimpulkan terjadi penurunan tingkat nyeri pada kedua pasien dari nyeri berat ke nyeri ringan.

Kata kunci:

Genggam Jari, Nyeri, Post Operasi

How to cite: Palupy, N., Prajayanti, E.D. & Wulandari, I. (2024) "Penerapan Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Laparotomi di Ruang HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta", *Journal Keperawatan*, 3(2), pp. 194–204. doi: [10.58774/jourkep.v3i2.76](https://doi.org/10.58774/jourkep.v3i2.76).

Copyright ©2024 by the Authors, Published by Poltekkes Kemenkes Aceh. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Laparotomi adalah jenis tindakan bedah di mana dinding perut dibuka untuk mengakses rongga perut yang mungkin mengalami masalah seperti pendarahan, perforasi, kanker, atau obstruksi. Laparotomi dapat dilakukan untuk gangguan pada sistem pencernaan atau sistem kemih (Irgi Biantara dkk., 2023). Operasi menyebabkan perubahan pada struktur jaringan tubuh, yang memicu respons pemulihan tubuh untuk mempertahankan keseimbangan (*homeostasis*). Proses ini melibatkan reaksi kimia dalam tubuh yang menghasilkan sensasi nyeri pada pasien (Suparsih, 2021).

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang terjadi ketika seseorang merasakan perasaan tidak nyaman akibat kerusakan pada jaringan tubuh. Terdapat empat penyebab utama nyeri, yaitu kanker, *osteoarthritis/rematoid*, artritis, pembedahan, dan cedera, yang menyebabkan etiologi nyeri menjadi kompleks (Yussuf & Chalil, 2022). Saat menjalani proses pembedahan, tubuh mengalami respons stres. Seperti yang dijelaskan oleh (Duarsa, 2020) respons stres ini mengganggu proses metabolisme dan fisiologis, mempengaruhi respons inflamasi, fase akut, hormonal, dan genomik. Meskipun respons stres terhadap trauma akut berkembang untuk meningkatkan peluang bertahan hidup setelah cedera, dalam konteks bedah modern, *respons* stres tersebut dapat menyebabkan dampak negatif.

Nyeri pasca operasi adalah pengalaman subjektif yang hanya bisa dirasakan oleh individu yang mengalaminya dan tidak dapat dirasakan oleh orang lain. Respon fisik

terhadap nyeri mencakup perubahan dalam keadaan umum, suhu tubuh, denyut nadi, sikap tubuh, dan mungkin timbulnya syok (Angkotasan, 2022). Respon psikologis terhadap nyeri dapat memicu respons stres yang mengganggu sistem kekebalan tubuh dan proses penyembuhan. Penting untuk mengontrol nyeri akut pasca operasi untuk mencegah terjadinya nyeri kronis dan komplikasi yang mungkin timbul. Nyeri yang tidak terkontrol dapat menyebabkan gangguan pada berbagai organ tubuh. Misalnya, di paru-paru dapat terjadi hipoventilasi, penurunan kapasitas vital, dan risiko infeksi paru-paru; pada sistem kardiovaskular dapat terjadi iskemia koroner, infark miokard, dan peristiwa tromboembolik; pada sistem gastrointestinal dapat terjadi penurunan motilitas, ileus, mual, dan muntah; sedangkan pada sistem ginjal dapat terjadi peningkatan retensi urin, oliguria, dan gangguan sfingter (Eka, 2022). Wahyuningsih, 2019 menyoroti bahwa nyeri pasca operasi laparotomi dapat memiliki efek negatif yang meliputi penurunan sistem kekebalan tubuh, kelemahan otot, dan proses penyembuhan luka yang memanjang, yang dapat berdampak pada gangguan tidur dan efek psikologis. Upaya untuk mengatasi nyeri melibatkan manajemen nyeri yang mencakup tindakan farmakologi dan nonfarmakologi.

World Health Organization (WHO) menunjukkan pasien laparotomi di dunia meningkat setiap tahunnya sebesar 10%. Angka jumlah pasien laparotomi mencapai peningkatan yang sangat signifikan. Pada tahun 2017 terdapat 90 juta pasien operasi laparotomi di seluruh rumah sakit di dunia. Pada tahun 2018, diperkirakan meningkat menjadi 98 juta pasien post operasi laparotomi. Di Indonesia tahun 2018, laparotomi menempati peringkat ke 5, tercatat jumlah keseluruhan tindakan operasi terdapat 1,2 juta jiwa dan diperkirakan 42% diantaranya merupakan tindakan pembedahan laparotomi (Kemenkes RI, 2018).

Setiap tahun 20% populasi dunia mengalami nyeri dan setengahnya adalah nyeri kronis. Di Amerika, nyeri merupakan alasan utama yang membuat orang datang mencari pusat pelayanan kesehatan. Berdasarkan penelitian di Amerika tahun 2012, terdapat sebanyak 86,6 juta orang dewasa yang mengalami nyeri akut setiap hari dan 25,5 juta memiliki nyeri kronis. Di Indonesia belum ada penelitian skala besar yang membahas prevalensi dan kualitas semua jenis nyeri. Indonesia juga belum memiliki parameter praktis untuk menilai nyeri, tingkat kenyamanan pasien, dan efek nyeri terhadap kualitas hidup rakyat Indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Pemberian obat farmakologi pada pasien pasca operasi seringkali tidak dapat mengatasi nyeri sepenuhnya, hanya sekitar 50%, yang mengakibatkan pasien tetap merasakan ketidaknyamanan dan mungkin mengalami efek samping yang tidak diinginkan seperti mual, muntah, konstipasi, gelisah, rasa ngantuk, risiko kecanduan, dan bahkan overdosis (Pratiwi dkk., 2020). Untuk mengatasi masalah ini, tindakan nonfarmakologi juga menjadi pilihan di rumah sakit. Tindakan nonfarmakologi adalah teknik yang mendukung penggunaan obat-obatan dengan cara yang sederhana, murah, praktis, dan bebas dari efek samping yang merugikan. Tindakan ini dapat dilakukan oleh perawat secara mandiri. Beberapa contoh tindakan nonfarmakologi meliputi teknik distraksi, relaksasi, imagery, dan biofeedback. Salah satu teknik nonfarmakologi yang masih baru dan belum begitu dikenal adalah teknik relaksasi genggam jari atau finger hold (Liestarina dkk., 2023). Teknik ini memiliki potensi untuk memberikan bantuan tambahan dalam mengelola nyeri pasca operasi tanpa menimbulkan efek samping yang merugikan.

Teknik genggam jari adalah kombinasi dari relaksasi pernapasan dalam dan merengkuh jari-jari tangan dalam waktu yang relatif singkat. Sensasi yang terjadi saat menggunakan teknik ini memberikan perasaan kenyamanan dan relaksasi yang lebih dalam, memungkinkan pembebasan dari ketegangan mental dan fisik akibat stres, serta meningkatkan toleransi terhadap rasa nyeri (Heriyanda dkk., 2023). Beberapa penelitian juga telah menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari menghasilkan respons positif dengan meningkatkan relaksasi otot, meningkatkan sirkulasi darah dan getah bening, sehingga membantu menghilangkan asam laktat dalam serat otot, yang pada gilirannya mengurangi kelelahan dan stres (Wati & Ernawati, 2020). Terapi teknik relaksasi genggam jari biasanya dilakukan selama sekitar 30 menit dengan interval waktu sekitar 3 menit untuk setiap jari, dan dilakukan sebanyak 3 kali sehari atau saat pasien mengeluh nyeri, selama periode 3 hari berturut-turut.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari efektif dalam mengurangi intensitas nyeri pada pasien pasca operasi. Salah satu penelitian oleh Liestarina dkk., 2023 menemukan bahwa penerapan teknik ini menghasilkan penurunan signifikan dalam intensitas nyeri pada pasien pasca operasi. Penelitian lain oleh Zul'irfan dkk., 2022 juga menunjukkan bahwa relaksasi genggam jari berpengaruh pada penurunan skala nyeri pada pasien pasca bedah fraktur ekstremitas bawah di ruang bedah RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Temuan ini diperkuat oleh studi kasus yang dilakukan oleh Larasati & Hidayati (2022), yang menunjukkan bahwa setelah penerapan relaksasi genggam jari pada pasien yang mengalami nyeri pasca operasi laparotomi, terjadi perubahan dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemberian relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan skala nyeri pasca operasi laparotomi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada tanggal 10 Januari 2024, diperoleh data pasien pada HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta sejumlah 5 pasien post operasi, 2 diantaranya melakukan operasi fraktur, 2 lainnya melakukan operasi laparotomi dan 1 pasien melakukan operasi *Transurethral Resection Of The Prostate* (TUR-P). Pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dari hasil wawancara dan pengukuran nyeri yang peneliti lakukan pada pasien post operasi fraktur didapatkan hasil NRS pada interval 8-9 (nyeri berat), pada pasien post operasi laparotomi didapatkan hasil NRS pada interval 8-9 (nyeri berat) dan pada pasien post operasi TUR-P didapatkan NRS 8 yang termasuk kategori (nyeri berat). Dari latar belakang dan teori di atas yang telah dan hasil studi pendahuluan yang peneliti paparkan, peneliti tertarik melakukan penerapan genggam jari pada pasien post operasi di HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta.

METODE DAN BAHAN

Jenis penelitian yang dilakukan bersifat deskriptif dalam bentuk *case study* (studi kasus). Secara sistematis studi kasus ini melakukan proses asuhan keperawatan pada pasien post operasi laparotomi dengan penerapan teknik terapigenggam jari yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi melalui wawancara, observasi. Subyek penelitian yang digunakan 2 pasien post operasi di HCU Cempaka RSUD Dr. Moewardi Surakarta yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, Kriteria inklusi antara lain Pasien yang dirawat di HCU Cempaka RSUD Dr. Moewardi,

Pasien dalam kondisi sadar, Pasien dengan rawat inap 1-3 hari, Terbebas dari efek analgesik, Kriteria eksklusi: Pasien lansia yang mengalami demensia, Pasien dengan kondisi kelemahan umum. Tempat pelaksanaan penelitian dilakukan di HCU Cempaka Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta pada tanggal 1 Januari - 22 Januari 2024. Pengumpulan dan pengolahan data dilakukan dengan cara observasi, pengisian kuesioner *Numeratic Rating Scale (NRS)* dan pengumpulan *informed concent* kemudian dilakukan pelaksanaan terapi genggam jari dan dilakukan pengukuran skala nyeri kembali menggunakan *Numeratic Rating Scale (NRS)*.

HASIL

A. Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi Genggam Jari

Tabel 1.

Hasil pengukuran tingkat nyeri sebelum dilakukan terapi genggam jari pada responden (n=2)

Responden	Ny.S	Ny.N
Skala Nyeri	8	9
Hari ke-I		

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil bahwa Ny.S pada hari pertama menunjukkan skor NRS=8 (nyeri berat). Pada Ny.N pada hari pertama skor NRS=9 (nyeri berat). Bila skor 7-9 maka pasien berada pada tingkat nyeri berat.

B. Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Genggam Jari

Tabel 2.

Hasil pengukuran tingkat nyeri setelah dilakukan terapi genggam jari pada responden (n=2)

Responden	Ny.S	Ny.N
Skala Nyeri	3	3
Hari ke-3		

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil bahwa pada Ny.S hari ketiga skor NRS=3 (nyeri ringan). Pada Ny.N hari ketiga skor NRS=3 (nyeri ringan) dari kedua responden sesudah dilakukan terapi genggam jari menunjukkan bahwa kedua responden mengalami penurunan skor tingkat nyeri.

C. Perkembangan Hasil Pengukuran Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi genggam jari.

Tabel 3

Perkembangan sebelum dan sesudah dilakukan terapi genggam jari pada kedua responden (n=2)

Responden	Ny.S		Keterangan Penurunan Nyeri	Ny.N		Keterangan Penurunan Nyeri
	Pre	Post		Pre	Post	
Intervensi Hari ke- 1	8	6	Penurunan 3 skor	9	7	Penurunan 2 skor
2	7	4	Penurunan 3 skor	8	5	Penurunan 3 skor
3	3	6	Penurunan 3 skor	7	3	Penurunan 5 skor
Perkembangan			9			10

Berdasarkan tabel 3 terapi genggam jari dilakukan selama 3 hari berturut-turut yang dilaksanakan pada pasien post operasi HCU Cempaka RSUD Dr.Moewardi, hasil skala NRS pada kedua responden terjadi penurunan tingkat nyeri dari berat ke ringan.

PEMBAHASAN

A. Sebelum Dilakukan Penerapan Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Laparatomi di Ruang HCU Cempaka RSUD Dr.Moewardi Surakarta

Berdasarkan data hasil observasi sebelum dilakukan penerapan genggam jari pada Ny.S dan Ny.N di HCU Cempaka RSUD Dr.Moewardi Surakarta. Tingkat nyeri pasien sebelum dilakukan penerapan pada Ny.S dengan skor 8 yaitu berada pada kategori nyeri berat dan Ny.N dengan skor 9 yaitu berada pada kategori nyeri berat. Berdasarkan data yang ada kedua responden dikatakan memiliki tingkat nyeri dengan kategori berat.

Sebelum diberikan terapi genggam jari pasien sebagian besar berada dalam kategori nyeri berat, hal ini ditunjukkan dengan keluhan pasien akan rasa nyeri yang terus menerus sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman dan ditunjukkan dengan pasien menangis dan mencengkram bantal, dengan demikian menyebabkan pasien tidak dapat tidur dan istirahat dengan baik hal ini sesuai dengan teori Andoko et al., 2021 menyebutkan bahwa Nyeri dapat disebabkan oleh berbagai stimulus seperti mekanik, termal, kimia, atau elektrik pada ujung-ujung saraf. 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, tentunya hal ini dipengaruhi oleh berbagai hal yang berbeda pada setiap individu antara lain yaitu umur, ansietas serta dukungan dari keluarga pasien dapat mempengaruhi intensitas nyeri yang dirasakan pasien. Pada penelitian ini kedua pasien yaitu Ny. S dan

Ny. N telah melakukan tindakan operasi laparotomi Tindakan operasi menyebabkan terjadinya perubahan kontinuitas jaringan tubuh, untuk menjaga homeostasis tubuh melakukan mekanisme untuk segera melakukan pemulihan pada jaringan tubuh yang mengalami perlukaan. Pada proses pemulihan inilah terjadi reaksi kimia dalam tubuh sehingga nyeri dirasakan oleh pasien (Suparsih, 2021). Pada proses operasi, digunakan anestesi agar pasien tidak merasakan nyeri pada saat di operasi, setelah efek dari obat bius habis beberapa jam setelah operasi barulah pasien mulai mengeluhkan nyeri. sesuai dengan prosedur yang ada pasien Ny. S dan Ny. N diberikan Asam Mefenamat dengan dosis 500mg/8jam pemberian per oral, selain secara farmakologi terapi non farmakologi sangat penting dilakukan pada fase ini untuk mendukung pengobatan farmakologi, diharapkan dengan adanya intervensi teknik genggam jari yang akan dilakukan peneliti dapat mengurangi intensitas nyeri yang dikeluhkan pasien sesaat setelah operasi.

Hasil penelitian sebelum diberikan intervensi terapi genggam jari pasien dalam penelitian ini berada pada kategori nyeri berat hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Wati & Ernawati, 2020) dengan hasil menunjukkan pada kedua subjek studi kasus berjenis kelamin laki laki, dengan skala nyeri 5, nyeri hilang timbul. Subjek studi kasus kedua mengatakan nyeri saat bergerak, nyeri seperti tertusuk-tusuk, di luka operasi pada perut kanan bawah, dengan skala nyeri 6, nyeri hilang timbul. Nyeri yang dirasakan pada pasien pasca operasi merupakan pengalaman yang bersifat subjektif atau tidak dapat dirasakan oleh orang lain. Respon fisik terhadap nyeri ditandai dengan perubahan keadaan umum, suhu tubuh, denyut nadi, sikap tubuh, dan syok (Angkotasan, 2022). Respon psikis akibat nyeri akan merangsang respon stres yang mengganggu sistem imun dan penyembuhan. Pada pasien pasca operasi yang mengalami nyeri akut harus dikendalikan agar perawatan lebih optimal tidak menjadi nyeri kronis dan komplikasi.

B. Sesudah Dilakukan Penerapan Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Laparotomi di HCU Cempaka RSUD Dr.Moewardi Surakarta

Diketahui bahwa sesudah dilakukan terapi genggam jari pada kedua responden selama 3 hari berturut turut didapatkan bahwa skor NRS pada Ny.S adalah 3 kategori nyeri ringan sedangkan pada Ny.N didapatkan hasil yang serupa dengan skor NRS 3 yang berarti termasuk kategori nyeri ringan. Adanya perubahan penurunan skor tingkat nyeri sesudah diberikan terapi genggam jari pada Ny.S dan Ny.N. penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan terapi genggam jari bermanfaat dan berpengaruh terhadap mengurangi dan meringankan nyeri akibat post operasi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Safaruddin dan Kardi (2022) dengan hasil intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi genggam jari sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 21 responden (65,6%) dan sesudah dilakukan intervensi teknik

relaksasi genggam jari sebagian besar responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 19 responden (59,4%) dengan hasil uji paired t test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendiktomi di ruang Melati RSUD Kota Kendari.

Teknik relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh kita. Setiap jari tangan berhubungan dengan sikap sehari-hari. Ibu jari berhubungan dengan perasaan khawatir, jari telunjuk berhubungan dengan ketakutan, jari tengah berhubungan dengan kemarahan, jari manis berhubungan dengan kesedihan, dan jari kelingking berhubungan dengan rendah diri dan kecil hati (Selia dkk., 2023). Teknik relaksasi genggam jari (finger hold) merupakan teknik relaksasi dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (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 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 (Oktavianis & Sari, 2020).

Dalam keadaan relaksasi, secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin yang dimana hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga rasa nyeri akan berkurang (Evrianasari & Yosaria, 2019). Pada saat fase inflamasi akibat luka bekas operasi, manifestasi yang sering dirasakan adalah nyeri. Nyeri tersebut apabila dibiarkan akan membuat pasien pasca operasi menjadi tidak nyaman. Teknik relaksasi genggam terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri. Teknik tersebut merangsang meridian jari yang meneruskan gelombang tersebut ke dalam otak. Hasil dari Perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen nonnosiseptor. Serabut saraf onnosiseptor mengakibatkan "pintu gerbang" tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Apabila relaksasi tersebut dilaksanakan secara rutin maka hasil yang diharapkan akan lebih baik dengan turunnya nyeri yang terjadi.

C. Perkembangan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Laparatomi di HCU Cempaka RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Terapi genggam jari dilakukan selama 3 hari berturut turut. Sebelum dilakukan terapi genggam jari Ny.S sering mengeluh nyeri yang tak kunjung mereda pasien menahan nyeri hingga meringis dan menangis. Pada hari pertama skor numeric rating scale (NRS) didapatkan sebesar 8 yang artinya berada pada kategori nyeri berat setelah dilakukan penerapan terapi genggam jari pasien tampak sedikit lebih rileks dengan skor menurun menjadi 6 termasuk dalam kategori nyeri sedang. Pada hari kedua setelah dilakukan terapi genggam jari didapatkan skor 4 masih dalam kategori nyeri sedang. Pada hari ketiga Ny.S telah mengalami penurunan skor yang signifikan menjadi 3 yaitu masuk dalam kategori nyeri ringan.

Setelah dilakukan penerapan terapi genggam jari pada Ny.S peneliti menyatakan adanya penurunan nyeri post operasi yang signifikan. Teknik genggam jari merupakan suatu metode yang menggabungkan latihan relaksasi pernapasan dalam dengan tindakan merengkuh jari-jari tangan dalam waktu yang relatif singkat. Ketika seseorang melakukan teknik ini, mereka fokus pada pernapasan dalam yang lambat dan dalam, sambil secara lembut merengkuh dan merasakan setiap jari-jari tangan dengan telapak tangan yang lain. Sensasi yang timbul dari sentuhan ini membawa perasaan nyaman dan kedamaian yang mendalam, membantu mengurangi ketegangan mental dan fisik yang terkait dengan stres. Dalam prosesnya, teknik ini memungkinkan seseorang untuk membebaskan diri dari kecemasan dan pikiran yang mengganggu, menciptakan ruang untuk relaksasi yang lebih dalam. Dengan demikian, meningkatkan kemampuan tubuh untuk mengatasi nyeri dengan lebih efektif melalui peningkatan toleransi terhadap sensasi yang tidak nyaman.

Memadukan latihan pernapasan dan sentuhan fisik, teknik genggam jari menyediakan pendekatan holistik dalam manajemen nyeri yang dapat membantu individu menghadapi pengalaman pasca operasi dengan lebih tenang dan terkontrol (Heriyanda dkk., 2023). Adapun perbedaan respon coping pada setiap individu dapat berbeda, pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa perbedaan terjadi dikarenakan pengalaman nyeri sebelumnya yang pernah dialami pasien, Apabila individu mengalami nyeri, dengan jenis yang berulang-ulang, tetapi kemudian nyeri tersebut berhasil dihilangkan maka akan lebih mudah individu tersebut menginterpretasikan sensasi nyeri.

Sebelum dilakukan terapi genggam jari Ny.N sering mengeluh nyeri yang tak kunjung mereda pasien menahan nyeri mencengkram bantal dann sangat gelisah dengan demikian meyebabkan pasien tetap terjaga sehingga kurang tidur dan istirahat dengan cukup. Pada hari pertama skor numeric rating scale (NRS) didapatkan sebesar 9 yang artinya berada pada kategori nyeri berat setelah dilakukan penerapan terapi genggam jari pasien tampak sedikit lebih rileks dan gelisah pada pasien sedikit berkurang dengan skor menurun menjadi 7 termasuk masih dalam kategori nyeri berat. Pada hari kedua setelah dilakukan terapi genggam jari didapatkan skor 5 yaitu dalam kategori nyeri sedang. Pada hari ketiga Ny.N telah mengalami penurunan skor yang signifikan menjadi 3 yaitu masuk dalam kategori nyeri ringan.

Setelah dilakukan penerapan terapi genggam jari pada Ny.N peneliti menyatakan adanya penurunan nyeri post operasi yang signifikan yang ditandai dengan tingkat nyeri berat menjadi nyeri ringan dan dapat dilihat gejala nyeri dan gelisah pada pasien sangat berkurang sehingga pasien dapat tidur dan istirahat dengan baik. Sebagaimana pendapat oleh Larasati & Hidayati (2022) bahwa Terapi relaksasi genggam jari telah terbukti memberikan respons positif terhadap tubuh. Saat teknik ini dilakukan, jaringan otot merespons dengan rileksasi yang lebih dalam, membantu mengurangi tegangan yang mungkin terjadi. Selain itu, terapi ini juga meningkatkan sirkulasi darah dan peredaran getah bening, yang berkontribusi pada kesehatan secara keseluruhan. Jika sirkulasi yang lebih lancar, tubuh dapat lebih efisien menghilangkan zat-zat limbah, termasuk asam laktat yang menumpuk dalam serat otot selama periode stres atau kelelahan. Pengurangan asam laktat ini membantu mengurangi kelelahan otot dan stres, menghasilkan perasaan kesegaran dan kesejahteraan yang lebih baik secara keseluruhan.

Terapi relaksasi genggam jari tidak hanya memberikan manfaat fisik, tetapi juga memberikan efek positif pada kesejahteraan mental dan emosional. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Indrawati & Arham (2020) Hasil analisis statistik dengan Wilcoxon p-value nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi ($p=0,000$); nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol ($p=0,030$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari terhadap persepsi nyeri pada pasien post operasi fraktur.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesudah dilakukan penerapan terapi genggam jari selama 3 hari berturut turut pada Ny.S dan Ny.N terjadi penurunan nyeri pada kedua pasien yaitu dari nyeri berat ke ringan.

B. Saran

1. Bagi pasien hendaknya dapat menerapkan terapi genggam jari dengan waktu dan prosedur yang dianjurkan sehingga dapat mengurangi tingkat nyeri post operasi laparatomi.
2. Bagi rumah sakit atau perawat dapat memberikan pengetahuan dan mengajarkan ke pasien penerapan penatalaksanaan nyeri non farmakologi khususnya terapi genggam jari yang dapat mengurangi nyeri pada pasien post operasi laparatomi

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapkan terima kasih diberikan kepada Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Moewardi Surakarta yang telah memberikan tempat dan mendukung dalam proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Safaruddin, A. & Kardi, S. (2022) "Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Melati RSUD Kota Kendari Tahun 2020", *Jurnal Penelitian Sains dan Kesehatan Aviccena*, 1(2), pp. 27–32.
- Andoko, A., Yulendasari, R. & Rachmawati, Y. (2021) "Asuhan keperawatan komprehensif pada klien cedera kepala sedang dengan terapi komplementer murottal", *Journal Of Public Health Concerns*, 1(3), pp. 130–139. Available at: <https://doi.org/10.56922/phc.v1i3.88>.
- Angkotasan, R.D. (2022) "Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Operasi Post Eksisi Supra Labia Oris Dextra Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Dan Nyaman". Doctoral Dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Duarsa, G. (2020) "LUTS, Prostatitis, BPH dan Kanker Prostat". *Malang: Airlangga University Press*.
- Eka, E.R. (2022) "Asuhan Keperawatan Pada Tn. A Dengan Diagnosa Medis Decompensasi Cordis Di Ruang Hcu Rumah Sakit Premier Surabaya", Doctoral Dissertation, Stikes Hang Tuah Surabaya.

- Evrianasari, N. & Yosaria, N. (2019) "Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Postsectio Caesarea", *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(1), pp. 86–91. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i1.802>.
- Heriyanda, H., Mardhatillah, M. & Saputra, M. (2023) "Perbandingan Teknik Relaksasi Genggam Jari Dengan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi", *Getsempena Health Science Journal*, 2(2), pp. 83–92. Available at: <https://doi.org/10.46244/ghsj.v2i2.2253>.
- Indrawati, U. & Arham, A.H. (2020) "Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam jari terhadap Persepsi Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur", *Jurnal Keperawatan*, 18(1), pp. 13–24. Available at: <https://talenta.usu.ac.id/politeia/article/view/3955>.
- Biantara, I. (2023) "Studi Kasus: Penerapan Perioperatif Care Pada Diagnosa Cholelithiasis Dengan Tindakan Operasi Kolesistektomi Laparatomi", *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 7(1), pp. 39–48. Available at: <https://doi.org/10.57214/jusika.v7i1.276>.
- Kemendes (2018) "RISKESDAS 2018". Development Kemendes.
- Kemendes RI (2023) "Manajemen Nyeri", Available at: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1052/manajemen-nyeri.
- Larasati, I. & Hidayati, E. (2022) "Relaksasi genggam jari pada pasien post operasi", *Ners Muda*, 3(1). Available at: <https://doi.org/10.26714/nm.v3i1.9394>.
- Liestarina, A.S. (2023) "Penerapan Relaksasi Genggam Jari Untuk Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo", *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 3(2), pp. 67–74. Available at: <https://doi.org/10.47701/dutamedika.v3i2.2917>.
- Oktavianis, O. & Sari, L.P. (2020) "Efektifitas Counterpressure Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Disminore Primer Pada Remaja Putri", *Maternal Child Health Care*, 2(2), p. 284. Available at: <https://doi.org/10.32883/mchc.v2i2.1042>.
- Selia, R.G., Anik, I. & Uswatun, H. (2023) "Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi Di Ruang Bedah Rsud Jenderal Ahmad Yani Metro", *Cendekia Muda*, 3(4), pp. 568–575. Available at: <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/506/339>.
- Suparsih, S. (2021) "Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Luka Operasi Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Melati Rsud Panembahan Senopati Bantul", *Doctoral dissertation STIKES WIRA HUSADA* [Preprint].
- Wahyuningsih. (2019) "Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum Dilengkapi Dengan Panduan Persiapan Praktikum Mahasiswa Keperawatan". *Deepublish: Yogyakarta*.
- Wati, F. & Ernawati, E. (2020) "Penurunan Skala Nyeri Pasien Post-Op Appendictomy Menggunakan Teknik Relaksasi Genggam Jari", *Ners Muda*, 1(3), p. 200. Available at: <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6232>.
- Yussuf, M. & Chalil, M.J.A. (2022) "Gambaran Intensitas Nyeri Pascaoperasi pada Pasien yang menjalankan tindakan operasi elektif di RSUD Haji Medan".
- Zul'irfan, M., Azhar, B. & Pandini, A.I. (2022) "Relaksasi Genggam Jari Berpengaruh Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Pasca Bedah Fraktur Ekstremitas Bawah", *Ilmiah Permas*, 12(4), pp. 887–892. Available at: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM%0ARELAKSASI>.