



EFEKTIVITAS RELAKSASI TEKNIK GENGAM JARI UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN POST OPERASI APPENDIKTOMI: LITERATURE REVIEW

Febriana Isma Arofah*, Ahmad Syauqi Mubarak, Sri Sayekti Heni Sunaryanti

Program Studi D-3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul'Ulum Surakarta, Jl. Ring Road No.Km 03, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

*febriarf21@gmail.com

ABSTRAK

Appendisitis adalah penyebab utama dari inflamasi akut di kuadran kanan bawah abdomen, appendisitis juga merupakan salah satu penyebab dilakukannya pembedahan abdomen darurat. Pembedahan appendisitis dapat menyebabkan rasa nyeri pada area pembedahan. Dengan teknik realaksasi genggam jari dapat mengurangi rasa nyeri, ketegangan fisik dan emosi yang akan membuat tubuh rileks. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan keefektivan teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post appendiktomi. Metode: Penelitian ini menggunakan metode Literatur Review. Database yang digunakan adalah Google Scholar & pubmed dengan menggunakan kata kunci seperti "Efektifitas teknik relaksasi genggam jari dan skala nyeri dan pasien post appendiktomi". Pencarian artikel yaitu artikel dapat diakses full text yang dipublikasi dari tahun 2019 sampai dengan 2024. Hasil: Dari 169 artikel yang ditemukan selama pencarian, 7 artikel yang memenuhi kriteria diseleksi. Hasil dari tujuh jurnal yang telah direview menunjukkan bahwa rileksasi genggam jari dapat secara signifikan dan efektif mengurangi tingkat nyeri yang dialami pasien setelah operasi appendiktomi. Kesimpulan: Dari ke 7 jurnal tersebut memiliki hasil yang signifikan yaitu masing-masing jurnal memiliki hasil bahwa teknik rileksasi genggam jari efektif dalam membantu penurunan intensitas skala nyeri yang dialami oleh pasien setelah operasi appendiktomi.

Kata kunci: efektifitas teknik relaksasi genggam jari; pasien post operasi appendiktomi; skala nyeri

THE EFFECTIVENESS OF THE FINGER GRIP RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE PAIN IN POST OPERATIVE PATIENTS : LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Appendicitis is the main cause of acute inflammation in the lower right quadrant of the abdomen, appendicitis is also one of the causes of emergency abdominal surgery. Appendicitis surgery can cause pain in the surgical area. With the finger grip relaxation technique, pain, physical and emotional tension can be reduced which will make the body relax. Purpose: This study aims to determine the effect and effectiveness of the finger grip relaxation technique in reducing the pain scale in post-appendectomy patients. Method: This study uses the Literature Review method. The database used is Google Scholar & pubmed using keywords such as "Effectiveness of the finger grip relaxation technique and pain scale and post-appendectomy patients". Article search is an article that can be accessed in full text published from 2019 to 2024. Results: Of the 169 articles found during the search, 7 articles that met the criteria were selected. The results of the seven reviewed journals show that finger grip relaxation can significantly and effectively reduce the level of pain experienced by patients after appendectomy surgery. Conclusion: Of the 7 journals, there were significant results, namely that each journal had results that the finger grip relaxation technique was effective in helping to reduce the intensity of the pain scale experienced by patients after appendectomy surgery.

Keywords: effectiveness of finger grip relaxation technique; post appendectomy surgery patients; pain scale.

PENDAHULUAN

Appendisitis merupakan peradangan yang terjadi pada apendiks vermiformis, yang sering disebut dengan istilah usus buntu (Maharani et al., 2020). Apendiks merupakan organ kecil yang berbentuk kantung, yang berukuran sekitar 5 cm hingga 10 cm yang terhubung pada organ usus besar. Orang yang menderita *appendisitis* supaya segera ditangani secepat mungkin karena dapat menyebabkan meluasnya lubang atau dapat menyebabkan apendik mengalami perobekan. Sehingga apabila

appendiks terinfeksi maka akan menyebabkan peritonitis yaitu masuknya cairan kerongga perut atau bisa disebut juga dengan nanah. (Sulistiawan et al., 2022). Apendisitis adalah prosedur bedah yang paling banyak diterapkan karena kejadiannya terjadi pada wanita dengan 6,7% dan 8,6% pada laki-laki di seluruh dunia. Komplikasi yang terlihat setelah operasi usus buntu meliputi infeksi luka, hernia, abses intra-abdomen, obstruksi usus, hernia insisional, dan radang usus buntu tunggul (Catal et al., 2021). Apendisitis akut merupakan suatu penyebab yang paling umum terjadi nyeri pada perut bagian bawah yang mengakibatkan pasien harus datang ke unit gawat darurat dan diagnosis paling umum dibuat pada pasien muda yang dirawat di rumah sakit dengan penyakit perut akut (Saverio et al., 2020). Apendisitis dapat menyebabkan kegawatdaruratan abdomen di negara berkembang, kasus apendisitis terjadi lebih banyak pada laki-laki dibanding perempuan dengan perbandingan kejadian 1:4, dan menyerang pada rata-rata umur 10 hingga 30 tahun (Anonim, 2014 dalam (Erita et al., 2024).

Pada tahun 2018 kejadian kasus *appendisitis* mencapai 7 dari populasi penduduk dunia. Menurut data WHO 2018 *Appendisitis* menjadi salah satu kedaruratan bedah abdomen yang paling sering dilakukan di Amerika Serikat, pada tahun 2017 jumlah penderita *appendisitis* sebanyak 734.138 orang dan pada tahun 2018 jumlah penderita *appendisitis* meningkat dengan jumlah 739.177 orang (Wainsani & Khoiriyah, 2020). Angka kejadian *appendisitis* di sebagian besar wilayah Indonesia hingga saat ini masih tinggi. Hasil survey yang dilakukan pada tahun 2018, jumlah pasien apendektomi di Indonesia berjumlah sekitar 179.000 orang atau 7% dari jumlah penduduk di Indonesia. Kasus apendisitis di Indonesia berada di urutan tertinggi di antara kasus kegawatan abdomen lainnya (Depkes, 2018 dalam (Wainsani & Khoiriyah, 2020). Di wilayah Jawa Tengah pada tahun 2018, dilaporkan angka kasus *apendisitis* berjumlah 5.980 orang, yang diantaranya 177 menyebabkan kematian. Kota Semarang merupakan salah satu kota dengan angka kasus *apendisitis* tertinggi, yaitu dengan 970 orang. Hal ini mungkin disebabkan oleh populasi modern yang mengonsumsi jumlah serat yang rendah (Dinkes Jateng, 2018 dalam (Wainsani & Khoiriyah, 2020).

Penatalaksanaan untuk mengatasi kasus *apendisitis* adalah dengan dilakukan proses operasi yaitu *apendektomi*. Tindakan ini dilakukan dengan tujuan menurunkan perforasi lebih lanjut. Efek yang akan dialami pada pasien setelah pembedahan yaitu nyeri (Wafa et al., 2021). Seseorang yang merasakan nyeri akan berdampak dalam kegiatan aktivitas sehari-hari, dan jika nyeri tersebut tidak segera ditangani maka dapat menyebabkan syok neurogenik (Ristanti et al., 2023). Pasien setelah melakukan pembedahan akan memerlukan waktu kira-kira 72,45 menit untuk pemulihan, nyeri yang hebat akan dirasakan pada dua jam pertama setelah pembedahan karena sudah hilangnya pengaruh obat anastesi. Nyeri merupakan suatu mekanisme proteksi bagi tubuh, yang dapat menyebabkan nyeri ketika jaringan sedang rusak, dan menyebabkan individu tersebut bereaksi terhadap rasa nyeri (Aswad, 2020). Nyeri setelah operasi yang tidak ditangani selama proses perawatan maka akan mengakibatkan respon fisiologisnya terganggu terhadap kesejahteraan pasien. (Tarwiyah et al., 2022).

Tindakan untuk mengatasi nyeri diperlukan penatalaksanaan manajemen nyeri melalui cara farmakologi dan nonfarmakologi. Tindakan farmakologis dilakukan dengan memberikan analgetik yang bertujuan untuk meredakan / menghilangkan rasa nyeri yang sangat hebat yang berlangsung selama berjam-jam bahkan sampai berhari-hari (Smeltzer & Bare, 2001 dalam (Wati & Ernawati, 2020). Sedangkan untuk teknik non farmakologis yaitu suatu upaya untuk mengurangi nyeri tanpa menggunakan obat. Tindakan non farmakologis untuk mengurangi nyeri yaitu seperti relaksasi sensori persepsi, relaksasi meditatif, relaksasi yoga dan hipnotis, terapi genggam jari. Salah satu terapi non farmakologis adalah teknik relaksasi genggam jari adalah upaya tindakan selain obat dalam penanganan nyeri (Novita, 2019 dalam (Pratiwi & Silvitasari, 2023).

Teknik relaksasi genggam jari merupakan tindakan non farmakologi yang begitu sederhana dan mudah dilakukan oleh siapa saja dalam menurunkan tingkat nyeri (Indrawati & Arham, 2020). Teknik genggam jari dilakukan dengan cara nafas dalam disertai dengan mengenggam jari tangan yang hanya membutuhkan waktu yang relative singkat. Teknik ini dilakukan selama sekitar 3-5 menit yang dapat membantu mengurangi ketegangan fisik dan emosional, teknik relaksasi genggam jari ini akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi meridian (energy channel) yang terletak pada jari tangan kita. Sensasi yang didapatkan saat melakukan teknik ini yaitu memberikan rasa nyaman dan juga dapat membebaskan ketegangan fisik dan pikiran dari stres sehingga lebih rileks dan dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Hasaini, 2019). Rangsangan akan diberikan secara refleks (spontan) pada titik refleksi saat tangan mengenggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan gelombang listrik menuju otak, yang akan dengan cepat diterima dan diproses. Kemudian gelombang Listrik tersebut akan dilanjutkan kesaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, yang dapat menyebabkan penyumbatan di jalur energi menjadi lancar (Muzaki et al., 2021). Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh dan efektivitas teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post *appendiktomi*.

METODE

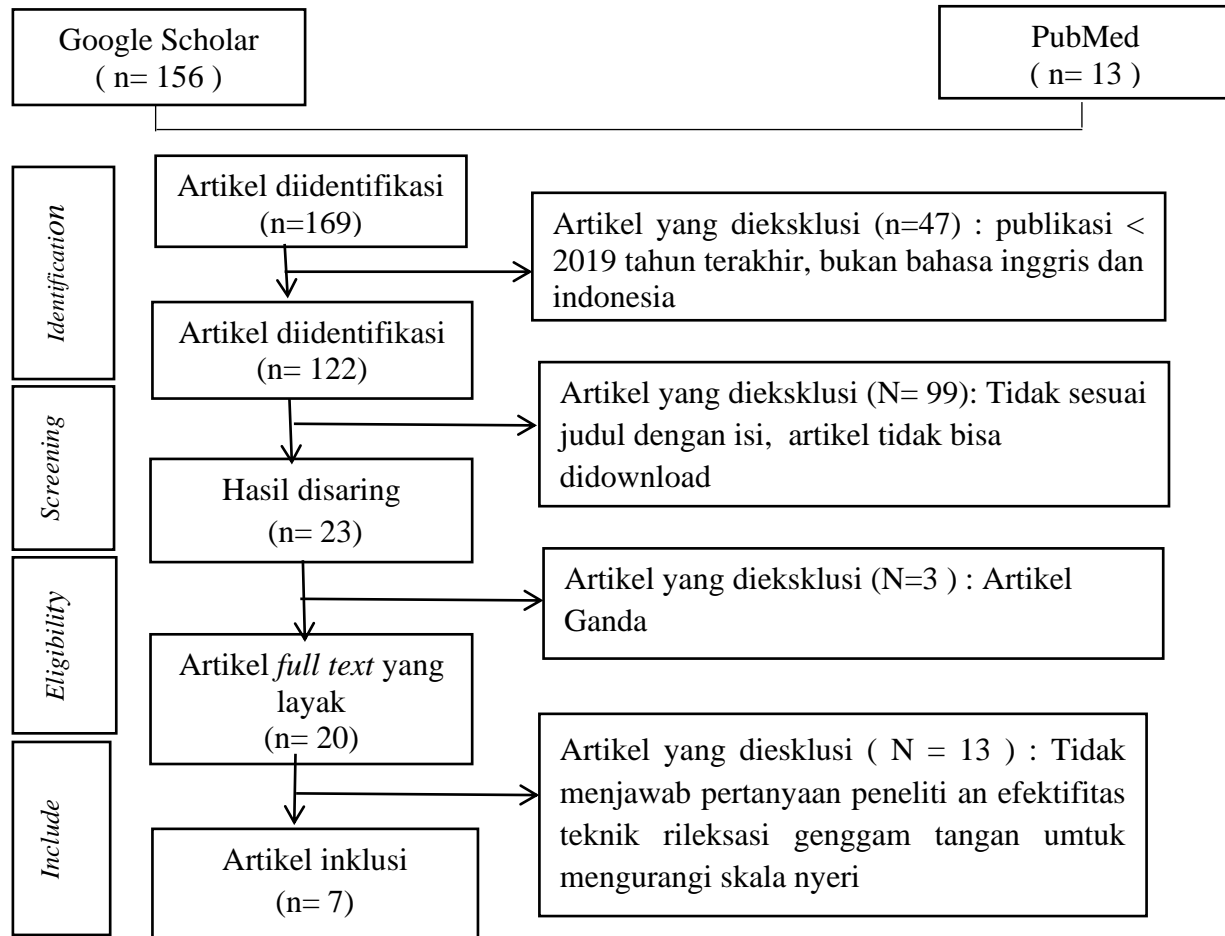
Penelitian ini menggunakan metode literature review, dengan cara mengumpulkan dan menganalisis artikel penelitian tentang efektivitas teknik relaksasi genggam jari. Pencarian artikel dengan menggunakan kata kunci seperti Efektifitas teknik relaksasi genggam jari dan skala nyeri dan pasien post *appendiktomi* di Google Scholar dan PubMed yang menjadi database penelitian. Pemilihan artikel yaitu artikel yang dipublikasikan dari tahun 2019 hingga 2024 yang bisa diakses secara keseluruhan dalam bentuk PDF yang menggunakan bahasa Indonesia atau Inggris. Untuk melakukan analisis data yaitu dengan membahas dan meringkas literatur kemudian dibandingkan dari beberapa literatur, lalu dituangkan dalam pembahasan.

Tabel 1.
Kriteria Inklusi dan Eksklusi Penelitian

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population</i> /Populasi	Pasien post operasi <i>appendisitis</i>	Bukan pasien post operasi <i>appendisitis</i>
<i>Intervention</i> /Intervensi	Relaksasi genggam jari	Terapi farmakologis pemberian analgesik
<i>Comparison</i> /Pembanding	Terapi non farmakologis selain relaksasi genggam jari	-
<i>Outcomes</i> /Hasil yang diharapkan	Berkurangnya / hilangnya rasa nyeri	-
<i>Publication Years</i> / Tahun Publikasi	Post -2019	Pre-2019
<i>Language</i> /Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain Bahasa Indonesia dan Inggris

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pencarian artikel dari google scholar dan PubMed mendapatkan dabase sebanyak 169 artikel. Kemudian 162 artikel tersebut diseleksi, hanya dibutuhkan artikel yang dipublikasikan tahun 2019-2024, sehingga diperoleh hasil 122 artikel. Selanjutnya artikel yang tidak sesuai judul dan tidak dapat diakses dikeluarkan, diperoleh hasil 23, kemudian diseleksi lagi artikel ganda dan artikel yang tidak menjawab penelitian, diperoleh hasil 7 artikel yang layak dan memenuhi semua kriteria inklusi.



Gambar 1. PRISMA Flow Chart

Table 2.
Ringkasan Pencarian Artikel

NO.	Author Journal	Title	Method (Design, Sample, variable, instrument, analysis)	Conclusion
1.	(Hasaini, 2019)	Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019.	Jurnal ini menggunakan metode penelitian eksperimental dengan <i>one-group pre-post test design</i> . Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 15 responden pasien Post operasi <i>appendectomy</i> yang diambil secara random sampling. Instrument yang digunakan pada penelitian ini yaitu lembar observasi dan uji <i>Wilcoxon</i> untuk menganalisis <i>bivariat</i> . Variable pada penelitian yaitu variable independen pada teknik raleksasi genggam jari yang dilakukan sekitar 30-40 menit.	Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi genggam jari yang dilakukan selama 30-40 menit efektif dalam menurunkan rasa nyeri yang sebelumnya tingkat nyeri sedang dengan rata-rata 4 turun menjadi nyeri ringan dengan rata-rata 2.
2.	(Ahmad & Kardi, 2022)	Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi di	Jurnal ini menggunakan metode pra-eksperimen dengan rancangan <i>One-group pra-post test design</i> , yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap	Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari berpengaruh dalam menurunkan

	RuangMelati RSUD Kota Kendari Tahun 2020.		tingkat nyeri pada pasien post operasi <i>appendiktomi</i> . Populasi pada penelitian ini yaitu pasien post operasi <i>appendiktomi</i> di Ruang Melati RSUD Kota Kendari dengan sampel sebanyak 31 orang. Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian adalah <i>purporsive sampling</i> . Uji yang digunakan adalah <i>pairest test</i> .	intensitas nyeri pada pasien post operasi <i>appendiktomi</i> , sebelum dilakukan teknik relaksai genggam jari 21 responden mengalami nyeri sedang dan setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari 19 responden mengalami perubahan menjadi nyeri ringan.
3.	(Hayat et al., 2020)	Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post <i>Appendictomy</i> Di Ruang Irna III Rsud P3 Gerung Lombok Barat	Metode dalam penelitian ini yaitu <i>Pre-experimental design one group pre-test post-test design</i> . Sampel yang digunakan sebanyak 19 responden dengan teknik <i>non probability sampling</i> pendekatan <i>consecutive sampling</i> dengan jumlah sample 19 responden. Penelitian dilakukan di ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi <i>appendiktomi</i> .	Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dengan memberikan teknik relaksasi genggam jari pada pasien post operasi <i>appendiktomi</i> berpengaruh dalam menurunkan nyeri dengan hasil 19 responden merasakan nyeri sedang setelah diberikan teknik relaksasi genggam jari 8 responden mengalami penurunan menjadi tidak nyeri.
4.	(Aswad, 2020)	Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi <i>Appendektomi</i> .	Metode dari penelitian ini adalah <i>quasy experiment</i> dengan menggunakan teknik <i>one group pretest dan posttest design</i> tanpa kelompok kontrol. Sebanyak 32 responden dijadikan sebagai sempel yang diambil melalui teknik <i>non probability sampling</i> dengan cara <i>accidental sampling</i> . Instrumen penelitian menggunakan pedoman lembar observasi sebelum dan sesudah perlakuan <i>Finger Hold</i> pada kelompok intervensi.	Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi <i>Finger Hold</i> terdapat perubahan yang signifikan dalam menurunkan skala nyeri post operasi <i>appendiktomi</i> .
5.	(Sulistiawan et al., 2022)	Efektifitas Terapi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi <i>Appendektomi</i> .	Metode yang digunakan pada penelitian ini ialah desain kuantitatif melalui pendekatan <i>quasi-eksperimental</i> dengan Teknik <i>pre test dan post test with control design</i> . Sebanyak 30 responden diambil melalui Teknik total sampling, yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden pada kelompok control. Pada penelitian menggunakan instrumen seperti <i>Numeric Rating Scale</i> yaitu untuk mengukur skala nyeri dan lembar observasi serta panduan genggam jari.	Kesimpulan dalam penelitian yaitu sebelum dilakukan pemberian teknik genggam jari yang diberikan kepada kelompok intervensi dan control, 10 responden mengalami nyeri sedang sebanyak 10 responden (67%) dan 11 responden (73%). Pemberian Teknik relaksasi genggam jari dapat menurunkan Tingkat nyeri yang terdapat perbedaan yang signifikan.
6.	(Hanani & Rahmawati, 2021)	Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi <i>Apendik</i> Di Rumah Sakit Wawa Husada Kepanjen	Jenis penelitian ini menggunakan metode <i>pra-experimental designs</i> dengan <i>one group pre test -post test</i> . Instrumen penelitian pemberian teknik relaksasi genggam jari menggunakan analisis uji independent sample test.	Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa relaksasi genggam jari dapat dijadikan alternatif terapi non farmakologis pada pasien post operasi <i>appendiksitis</i>

	Malang	Dengan menggunakan teknik <i>accidental sampling</i> terdapat 32 responden.	dalam menurunkan intensitas nyeri.
7.	(Mohamed et al., 2023) Impact of the Finger Handheld Relaxation Technique on Pain Intensity and Stress among Post Appendectomy Patients	Penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>quasi eksperimen</i> & kelompok kontrol. Subyek penelitian menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> dengan sampel 150 pasien pasca operasi <i>appendiktomi</i> . Penelitian ini bertujuan untuk menilai intensitas nyeri pada pasien pasca operasi <i>appendiktomi</i> sebelum dan sesudah diberikan	Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa relaksasi genggam jari menunjukkan perbedaan skor nyeri yang sangat signifikan secara statistik di antara kedua kelompok yang diteliti ($P = <0,001$).

Apendisitis adalah keadaan darurat bedah yang sering terjadi di seluruh dunia, merupakan penyakit yang sensitif terhadap waktu dan dapat menyebabkan tingginya angka morbiditas dan mortalitas jika tidak ditangani (Louw et al., 2023). *Appendiktomi* adalah suatu tindakan pembedahan yaitu memutuskan jaringan *apendiks* yang mengalami peradangan. *Appendiktomi* bisa menyebabkan terjadinya kontinuitas jaringan tubuh dan nyeri pada sistem saraf tepi (Wati et al., 2020). Gejala yang sering muncul pada *appendiktomi* yaitu nyeri visceral yang tumpul dan samar-samar di daerah epigastrium sekitar umbilicus. Keluhan ini sering disertai mual, muntah, kehilangan nafsu makan dan dalam beberapa jam nyeri ini akan berpindah ke sudut kanan bawah titik Mc.Burney (Sjamsuhidayat, 2013 dalam (Meilicha & Syahfitri, 2020). Teknik relaksasi genggam jari merupakan tindakan non farmakologi untuk mengurangi nyeri yang sederhana dan mudah dilakukan oleh siapa saja sangat. Teknik ini dapat menghubungkan jari tangan dan aliran energi yang ada pada dalam tubuh. Relaksasi dengan menarik nafas dalam serta menggenggam jari dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi (Larasati & Hidayati, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Hasaini, 2019) menyebutkan bahwa dari 15 pasien post operasi *appendiktomi* yang dijadikan sampel, sebelum diberikan terapi relaksasi genggam jari didapatkan tingkat nyeri sedang dengan rata-rata skala nyeri 4. Setelah pasien diberikan terapi relaksasi genggam jari yang dilakukan selama 30-50 menit, pada 15 responden didapatkan tingkat nyeri menjadi ringan dengan rata-rata 1,73. Sehingga dengan adanya pemberian terapi relaksasi genggam jari didapatkan perubahan 2,27 tingkat nyeri ringan, yang artinya ada efek bahwa pemberian terapi relaksasi genggam jari dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien pos operasi *appendiktomi*. Penelitian yang dilakukan oleh (Ahmad & Kardi, 2022) menunjukkan adanya perubahan tingkat nyeri yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi genggam jari pada pasien setelah operasi *appendiktomi*. Oleh karena itu dengan adanya pemberian cara relaksasi genggam jari ini efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien setelah operasi *appendik*. Dengan melakukan penelitian pada 32 responden sebelum diberikan teknik relaksasi genggam jari, dengan 21 responden (65,6%) mengalami nyeri sedang dan 11 responden (34,4%) mengalami nyeri berat yang mulai meningkat setelah 6 jam pasca operasi. Kemudian setelah diberikan teknik relaksasi genggam jari dari 32 responden didapatkan 19 responden (59,4%) mengalami penurunan menjadi nyeri ringan dan 13 responden (50,6%) merasakan nyeri sedang.

Penelitian yang dilakukan oleh (Hayat et al., 2020) dengan menggunakan metode *Pre-experimental design one group pre-test post-test design*, dengan cara *non probability sampling* dengan pendekatan *consecutive sampling* diambil 19 responden pasien post operasi *appendictomy*. Peneliti melakukan penelitian di ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat. Menyebutkan bahwa teknik relaksasi genggam jari yang dilakukan selama kurang lebih 3-4 menit ada pengaruh dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi *appendiktomy*. Pada 19 responden dengan rentang usia 20-55 tahun menunjukkan bahwa sebelum diberikan teknik relaksasi genggam jari 17 (89,5%) responden mengalami

nyeri sedang dan 2 (10,5%) responden mengalami nyeri ringan . Dan setelah diberikan teknik relaksasi genggam jari kepada 19 responden tersebut diketahui bahwa tingkat nyeri yang dirasakan menurun dengan 8 responden tidak mengalami nyeri, 7 responden mengalami nyeri ringan dan 4 responden mengalami nyeri sedang.

Penelitian yang dilakukan oleh (Aswad, 2020) menyebutkan bahwa dengan menggunakan uji non parametrik dependan yaitu dengan *Uji Wilcoxon* didapatkan *pvalue* 0,000 ($<0,05$) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi genggam jari. Dengan menggunakan metode penelitian *quasi experimen* dengan pendekatan *pretest-posttes*. Penelitian ini dilakukan dengan pengukuran dan intervensi secara barulang sebanyak dua kali. Peneliti menggunakan teknik *accidental sampling* dalam pengambilan sampel *non-probability*, yang berjumlah 32 responden. Penelitian ini menggunakan pedoman lembar observasi sebelum dan sesudah tindakan *Finger Hold* pada kelompok intervensi. Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh (Aswad, 2020) responden sebanyak 32 orang yang merupakan pasien post operasi *appendiktomi* yang mengalami nyeri akut yang dirawat inap diruangan bedah RSUD Prof. Dr. H Aloei Saboe, yang terdiri dari pasien berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 12-55 tahun. Pada 32 responden berdasarkan data penelitian menunjukkan skala nyeri pada pasien post operasi *appendiktomi* berjumlah 15 orang (46,9%) mengalami nyeri berat dengan skala 5-6 dan 17 orang (53,1%) mengalami nyeri sangat berat dengan skala 7-8. Setelah pasien post operasi *appendiktomi* diberikan teknik relaksasi genggam jari selama kurang lebih 15 menit nyeri yang dirasakan pasien post *appendiktomi* berkurang, dengan hasil 6,63 menjadi 2,16 dengan selisih 16,50.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sulistiawan et al., 2022) dengan menggunakan metode penelitian *pre-test post test with control design*. Dengan menggunakan sampel yang berjumlah 30 orang yang terdiri dari 15 orang kelompok intervensi dan 15 orang kelompok control pasien setelah operasi *appendiktomi* di Rumah Sakit Palang Merah Indonesia Bogor . Peneliti menggunakan instrumen lembar observasi, panduan latihan menggenggam jari dan *Numeric Rating Scale* yang digunakan untuk mengukur tingkat nyeri. Didapatkan hasil penelitian pada kelompok kontrol dan intervensi mayoritas berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 13 responden pada masing-masing kelompok dengan mayoritas berusia 17-25 tahun, sebanyak 6 responden dikelompok intervensi dan 4 responden dikelompok kontrol. Saat dilakukan pre test pada kelompok kontrol sebelum diberikan terapi genggam jari sebagian besar pasien merasakan nyeri sedang dengan skala 4 sebanyak 4 responden, skala 5 sebanyak 4 responden, dengan skala 6 sebanyak 3 responden, dan merasakan nyeri ringan sebanyak 3 responden dengan skala 3 dan 1 responden mengalami nyeri berat dengan skala 7. Pada kelompok kontrol mengalami peningkatan pada tingkat nyeri karena tidak dilakukannya terapi genggam jari. Pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi genggam jari saat dilakukan pre test sebagian besar merasakan nyeri dengan skala 4 sebanyak 5 responden, skala 5 dan 7 sebanyak 3 responden dan 2 responden dengan skala 3 dan 6. Setelah diberikan terapi genggam jari, nyeri yang dirasakan pada pasien kelompok intervensi mengalami penurunan yang signifikan terhadap tingkat nyeri, yaitu 6 responden dengan skala 4 dan 2 responden dengan skala 6 serta nyeri ringan dengan skala 1 sebanyak 2 responden, skala 2 sebanyak 4 responden, skala 3 dengan 1 responden dan juga terdapat pasien yang tidak mengalami nyeri berat.

Penelitian yang dilakukan (Hanani & Rahmawati, 2021) menyebutkan bahwa pemberian relaksasi genggam jari berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi *appendicitis* dan juga dapat dijadikan sebagai pendamping terapi farmakologis yang bertujuan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung beberapa menit atau detik. Dengan menggunakan metode *pra-experimental designs* dengan *one group pre test -post test*, yang berjumlah 32 responden yang diantaranya 17 orang berjenis kelamin laki-laki dan 15 orang berjenis kelamin Perempuan dengan Sebagian besar responden berusia 36-45 tahun sebanyak 11 responden. Hasil penelitian setelah

diberikan relaksasi genggam jari, 20 responden mengalami penurunan intensitas nyeri, tidak ada perubahan sebanyak 11 responden dan 1 responden mengalami peningkatan dalam intensitas nyeri.

Penelitian yang dilakukan oleh (Mohamed et al., 2023) dengan menggunakan metode quasi eksperimen & kelompok kontrol dengan sampel sebanyak 150 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yang sama, yaitu 75 responden pasien post operasi *appendiktomi* dalam penelitian dan 75 dalam kelompok kontrol, menunjukkan bahwa pemberian teknik relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan skala nyeri dengan perbedaan skor nyeri yang sangat signifikan secara sistematis antara kedua kelompok yang diteliti ($p = <0,001$). Peneliti menyoroti bahwa, tidak ada pasien pasca operasi usus buntu pada kelompok penelitian yang mengalami nyeri yang tidak tertahankan dibandingkan dengan (15%) pada kelompok kontrol. Selain itu, hanya (25%) yang mengalami nyeri hebat pada kelompok penelitian dibandingkan dengan 75% pasien pasca operasi usus buntu pada kelompok kontrol pasca penerapan relaksasi genggam jari. Peneliti menunjukkan bahwa penerapan relaksasi genggam pasca jari, tingkat stres kelompok studi rendah di antara 55% pasien pasca operasi usus buntu yang diteliti dibandingkan dengan tidak seorang pun di kelompok kontrol, dengan perbedaan yang sangat signifikan secara statistik antara kedua kelompok. ($P<0,000^*$).

Dari hasil pembahasan ke 7 artikel tersebut terdapat persamaan dan ketidaksamaan pada masing-masing jurnal penelitian. Persamaan antara ke 7 jurnal tersebut sama-sama membahas tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan intensitas skala nyeri. Dari ke 7 artikel tersebut semua menggunakan metode eksperimen yang dibagi menjadi dua metode yaitu 3 peneliti menggunakan metode *quasi-eksperimental* dan 4 peneliti menggunakan metode *pra-eksperimental*. Perbedaan penelitian dari ke 7 artikel tersebut yaitu menggunakan sampel dengan jumlah yang berbeda-beda, tetapi memiliki hasil yang sama yaitu teknik relaksasi genggam jari berpengaruh dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *appendiktomi*. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat et al., 2023) yaitu dengan menggunakan metode quasi-eksperimen yang dilakukan pada 12 responden menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari dapat mengurangi skala nyeri pada pasien post operasi *appendiktomi*. Dan hasil penelitian ini juga sejalan dengan *Literatur Review* yang dijelaskan oleh (Hanafi et al., 2021) dengan hasil yang sama yaitu dalam penelitiannya menunjukkan bahwa pemberian Teknik relaksasi genggam jari berpengaruh dalam penurunan skala nyeri pada pasien post operasi *appendiktomi*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari ke-7 jurnal penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik relaksasi genggam jari berpengaruh dan efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *appendiktomi*. Tindakan non farmakologi relaksasi genggam jari bisa dilakukan secara mandiri dan mudah dilakukan oleh siapapun dengan waktu yang relative singkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S., & 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 Avicenna*, 1(2), 27–32. <https://jurnal.itk-avicenna.ac.id/index.php/jkma/article/view/14>
- Aswad, A. (2020). Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi. *Jambura Health and Sport Journal*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.37311/jhsj.v2i1.4555>

- Catal, O., Ozer, B., Sit, M., & Erkol, H. (2021). Is appendectomy a simple surgical procedure? *Cirurgia y Cirujanos (English Edition)*, 89(3), 303–308. <https://doi.org/10.24875/CIRU.20001277>
- Erita, C. A., Pratiwi, T. F., Wahdi, A., Roni, F., & Fitriyah, E. T. (2024). Studi Kasus: Efektivitas Relaksasi Genggam Jari Dan Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Op Apendektomi [Case Study: the Effectiveness of Finger Grip Relaxation and Back Massage on Pain Intensity in Post-Appendectomy Patients]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 11(2), 196. <https://doi.org/10.19166/nc.v11i2.7554>
- Hanafi, S. N., Julianto, E., & Sudiarto. (2021). Literature Review Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendektomi. *Sentani Nursing Journal*, 4(1), 23–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.52646/snj.v4i1.95>
- Hanani, Y., & Rahmawati, E. (2021). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Apendik Di Rumah Sakit Wawa Husada Kepanjen Malang. *Jurnal Keperawatan Florence*, 1(1), 27–33.
- Hasaini, A. (2019). Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Apendektomi Di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 76–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.394>
- Hayat, A., Ernawati, & Ariyanti, M. (2020). Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Appendictomydi Ruang Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 2(1), 188–200.
- Hidayat, A., Kartiningrum, E. D., & Sari, I. P. (2023). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiksitis Di Rumah Sakit Mojokerto. *Medica Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit)*, 15(1), 1–12. <https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/MM/article/view/904>
- Indrawati, U., & Arham, A. H. (2020). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Persepsi Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur. *Electoral Governance Jurnal Tata Kelola Pemilu Indonesia*, 18(1), 13–24. <https://talenta.usu.ac.id/politeia/article/view/3955>
- Larasati, I., & Hidayati, E. (2022). Relaksasi genggam jari pada pasien post operasi. *Ners Muda*, 3(1), 60–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/nm.v3i1.9394>
- Louw, J., McCaul, M., English, R., Nyasulu, P. S., Davies, J., Fourie, C., Jassat, J., & Chu, K. M. (2023). Factors Contributing to Delays to Accessing Appendectomy in Low- and Middle-Income Countries: A Scoping Review. *World Journal of Surgery*, 47(12), 3060–3069. <https://doi.org/10.1007/s00268-023-07183-2>
- Maharani, S. A., Erianto, M., Alfarisi, R., & Willy, J. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Lama Hari Rawat Inap Pasien Post Apendektomi Di Rsud Dr. H. Abdul Moeloek Kota Bandar Lampung Tahun 2018. *Human Care Journa*, 5(2), 577–587. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32883/hcj.v5i2.757>
- Meilicha, M., & Syahfitri, R. D. (2020). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Apendektomi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2).

- Mohamed, S., Allam, E., Ahmed, A., Elmetwaly, M., & Mokhtar, I. (2023). Impact of the Finger Handheld Relaxation Technique on Pain Intensity and Stress among Post Appendectomy Patients. In *Original Article Egyptian Journal of Health Care* (Vol. 14, Issue 3).
- Muzaki, A., Widiyanto, B., Eko, W., Dosen, Y., Keperawatan, A., Purworejo¹, P., Puskemas, P., Mahasiswa, D., & Purworejo³, P. (2021). Literatur Review : Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Dalam Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Klien Post Appendektomy. In *Nursing Science Journal (NSJ)* (Vol. 2, Issue 1).
- Pratiwi, L. N., & Silvitasari, I. (2023). Penerapan Terapi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendectomy di RS. PKU Muhammadiyah Karanganyar. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 841–849. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i4.2313>
- Ristanti, S. G., Inayati, A., & Hasanah, U. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendektomi Di Ruang Bedah Rsud Jenderal Ahmad Yani Metro The Application Of Finger-Hand Relaxation Techniques To Pain Scale In Post Operation Patients Of Appendictomi. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 568–575.
- Saverio, S. Di, Podda, M., De Simone, B., Ceresoli, M., Augustin, G., Gori, A., Boermeester, M., Sartelli, M., Coccolini, F., Tarasconi, A., De' Angelis, N., Weber, D. G., Tolonen, M., Birindelli, A., Biffi, W., Moore, E. E., Kelly, M., Soreide, K., Kashuk, J., ... Catena, F. (2020). Diagnosis and treatment of acute appendicitis: 2020 update of the WSES Jerusalem guidelines. *World Journal of Emergency Surgery*, 15(1), 1–42. <https://doi.org/10.1186/s13017-020-00306-3>
- Sulistiawan, A., Jauhari, M. F., & Nurhusna. (2022). Efektifitas Terapi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendektomi. *Electronic Journal Scientific of Environmental Health And Disease*, 3(1), 45–57. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/esehad.v3i1.20282>
- Tarwiyah, Maulani, & Rasyidah. (2022). Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Skala Nyeri Pasien Post Operasi. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(1), 27–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.51771/jintan.v2i1.216>
- Wafa, O., Faradisi, F., & Fajriyah, N. N. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi: Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 996–1004. <https://doi.org/https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.780>
- Wainsani, S., & Khoiriyah, K. (2020). Penurunan Intensitas Skala Nyeri Pasien Appendiks Post Appendiktomi Menggunakan Teknik Relaksasi Benson. *Ners Muda*, 1(1), 68. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5488>
- Wati, Anugrah, R., Widyastuti, Y., Istiqomah, N., & Keperawatan, D. (2020). Perbandingan Terapi Musik Klasik Dan Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Post Operasi Appendiktomy Di Rsud Karanganyar. *Jurnal Surya Muda*, 2(2), 97–109. <https://doi.org/https://doi.org/10.38102/jsm.v2i2.71>
- Wati, F., & Ernawati, E. (2020). Penurunan Skala Nyeri Pasien Post-Op Appendectomy Menggunakan Teknik Relaksasi Genggam Jari. *Ners Muda*, 1(3), 200. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6232>