

## **PENGARUH TEHNIK RELAKSASI *FINGER HOLD* DAN *BACK MASSAGE* TERHADAP SKALA NYERI PASIEN POST OPERASI LAPARATOMI DI RSM AHMAD DAHLAN KEDIRI**

**Nur Fitriah<sup>1</sup>, Virgianti Nur Faridah<sup>2</sup>, Trijati Puspita Lestari<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Prodi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Jawa Timur

<sup>2</sup> Prodi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Jawa Timur

<sup>3</sup> Prodi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Jawa Timur

Email: [penulisutama@univ.ac.id](mailto:penulisutama@univ.ac.id)

---

### **Abstrak**

*Postoperative wounds will stimulate pain, complaints that are often felt after surgery (postoperative) patients feel very intense, moderate to mild pain and have an unpleasant experience due to inadequate pain. The purpose of the study was to determine the effect of finger hold and back massage techniques on the pain scale of laparotomi postoperative patients in RSM Ahmad Dahlan Kediri. Thesis of the S1 Nursing Study Program, Muhammadiyah Lamongan University*

*Design This research is pre experimental with one group pre post test design. The number of samples used was 54 patients, using total sampling techniques, pain measuring instruments using questionnaires numeric scale pain The data analysis used was a paired T test with an error rate of  $p < 0.05$ .*

*The results of the study were obtained from 54 patients, before finger hold and back massage techniques mean experienced severe pain (mean 6,7037), after being given finger hold and back massage techniques experienced mean moderate pain (mean 4,9 259)*

*Based on the results above significant value  $p \text{ sign} = 0.000$ . This means that there is an influence of finger hold and back massage techniques on the pain scale of postoperative laparotomi patients at Ahmad Dahlan Kediri Hospital.*

*To treat pain in postoperative laparotomi patients by providing finger hold therapy and back massage finger hold and back massage*

**Keywords : pain, postoperative patient, finger hold and back massage**

### **PENDAHULUAN**

Luka post operasi akan merangsang nyeri yang disebabkan jaringan luka yang mengeluarkan prostaglandin dan leukotriens yang merangsang susunan saraf pusat serta adanya plasma darah yang akan mengeluarkan bradikinin yang merangsang susunan saraf pusat, kemudian diteruskan ke spinal cord untuk mengeluarkan impuls nyeri, nyeri akan menimbulkan berbagai masalah fisik maupun psikologis (Solehati, 2015). Keluhan yang sering dirasakan setelah pembedahan (pasca operasi) pasien merasakan nyeri yang sangat hebat, sedang sampai ringan dan mempunyai pengalaman yang kurang menyenangkan akibat nyeri yang tidak adekuat. (Sulung N, Dian Rani S, 2017). Masalah yang terjadi pasien post operasi laparotomi sebagian besar sudah melakukan tehnik relaksasi nafas dalam tetapi nyeri tetap dirasakan dan mengganggu aktivitas sehari-hari

Menurut WHO (2019) angka mortalitas akibat apendisitis cukup tinggi didunia pada laki-laki 21.000 jiwa, dibandingkan pada perempuan 10.000 jiwa. Pada tahun 2019 (WHO) menganalisa data Nasional antara tahun 2018 sampai 2019 terdapat 32.782 pasien menderita apendisitis akut yang menjalani laparatomi sebanyak 75,2%. (Sulung N, Dian Rani S, 2017).

Berbeda dengan kondisi di Indonesia bahwa kasus laparatomi cukup tinggi yaitu mencapai 32% atau menempati urutan ke 11 dari 50 pola penyakit. Jumlah pembedahan laparatomi di Indonesia mencapai 591.819 kasus dan meningkat pada tahun 2018 mencapai 596.132 kasus. Sayatan pada bedah laparatomi menimbulkan luka yang berukuran besar dan dalam, sehingga membutuhkan waktu penyembuhan dan perawatan yang lama (Yusrizal, Zamzakar, & Anas, 2018). Klien laparatomi akan diperbolehkan pulang pada hari ke-6 pasca operasi. Pada hari ke-6 pasca operasi proses penyembuhan luka sedang berada pada masa proliferasi atau rekonstruksi. (Nursiah, 2014). Pasien pasca operasi akan merasakan nyeri ketika efek analgetik yang diberikan mulai berkurang (Astarani & Radita, 2015). Angka kejadian nyeri pasca laparatomi dilaporkan dari 435 pasien malignasi dan non malignasi gastrointestinal. Pasien post laparatomi mengeluhkan nyeri ringan 26,92%, nyeri sedang sebanyak 57,70%, sedangkan yang mengeluh nyeri berat sebanyak 15,38% (Megawati, 2015). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di RSM Ahmad Dahlan Kota Kediri tanggal 5 Agustus 2022 berdasarkan hasil wawancara dengan 5 pasien post operasi laparatomi, 2 orang menyatakan keluhan saat ini adalah nyeri bekas luka operasi laparatomi nyeri seperti ditusuk-tusuk skala nyeri 6 sampai tidak bisa miring kanan kiri karena nyeri yang dirasakan, 3 orang menyatakan sudah dua kali menjalani operasi tetapi bekas luka operasi saat ini sangat nyeri dan mengganggu sehingga sampai tidak bisa tidur

Walaupun nyeri bersifat subjektif namun nyeri bisa diukur secara objektif. Hasil dari pengukuran nyeri tersebut digunakan untuk penanganan nyeri agar sesuai dengan kebutuhan. Pengukuran kualitas dan kuantitas nyeri dapat dilakukan dengan beberapa indikator, seperti *Faces Rating Scale*, *Numeric Rating Scale (NSC)*, *Verbal Descriptive Scale (VDS)*, dan *Visual Analog Scale (VAS)*. Penanganan nyeri akut pasca operasi dengan tepat dapat mencegah terjadinya nyeri kronis yang akan memperburuk kondisi pasien (Astarani & Radita, 2015).

Terapi nonfarmakologi manajemen nyeri meliputi relaksasi dan guide imagery, kompres panas dan dingin, sentuhan terapeutik, hipnotis, akupresur, relaksasi otot, nafas dalam, massase, dan meditasi. Dari berbagai pilihan teknik nonfarmakologi tersebut, teknik yang efektif diterapkan yaitu teknik nonfarmakologi *back massage* dan *finger hold* (Syamsiah & Muslihat, 2015). Beberapa penelitian menunjukkan *back massage* dan *finger hold* merilekskan tegangan otot skeletal dipercaya dapat menurunkan nyeri dengan merilekskan tegangan otot yang menunjang nyeri. Ada banyak bukti menunjukan relaksasi efektif untuk meredakan nyeri (Syamsiah & Muslihat, 2015).

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kili Astarani dan Bagus Radita (2015) yang berjudul “Terapi Back Massage Menurunkan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Abdomen Di Instansi Rawat Inap RS Baptis Kediri” dengan pasien 38 orang. Analisa uji statistik wilcoxon signet rank test membuktikan bahwa ada pengaruh terapi back massage terhadap penurunan skala nyeri pada klien post operasi abdomen yaitu dari nyeri sedang (6,00) menjadi kategori ringan (3,89) dengan rerata penurunan skala nyeri mencapai 2,10 (Astarani & Radita, 2015). Menurut Chanif, Petpichetchin & Chongchaeron (2013) Salah satu dari tindakan pengobatan non farmakologi yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari, yang dimana teknik ini mudah digunakan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan dan aliran energi didalam tubuh, terdapat kombinasi yaitu relaksasi nafas dalam, menggunakan waktu yang relatif singkat. Teknik tersebut merupakan cara untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Di

sepanjang jari-jari terdapat saluran yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara spontan pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik ke otak. Gelombang tersebut diterima otak dan diproses dengan cepat diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan dijalar energi menjadi lancar. Teknik relaksasi genggam jari dengan tindakan asuhan keperawatan penanganan nyeri yang menggunakan manajemen nyeri yang mempunyai beberapa tindakan Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini ialah analgesik alami tubuh sehingga nyeri akan berkurang. (Sulung N, Dian Rani S, 2017). .

Terapi nonfarmakologi terbukti dapat menurunkan skala nyeri dan juga efek samping yang ditimbulkan sedikit. Klien biasanya tidak bisa mengontrol nyeri secara maksimal sehingga sering mengakibatkan sulit tidur. Persepsi nyeri sangat subjektif tergantung impuls nyeri, respon emosional terhadap nyeri dan tingkah laku seperti nyeri yang dirasakan sebelumnya (Astarani & Radita, 2015). Diharapkan dengan tindakan asuhan keperawatan penanganan nyeri yang menggunakan manajemen nyeri yang mempunyai beberapa tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Tindakan secara farmakologis dilakukan dengan memberikan analgesik, ialah untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri. Sedangkan tindakan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan cara relaksasi, tehnik nafas dalam, perubahan posisi, massage, terapi panas dingin. (Virgianti N.F, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh tehnik *finger hold* dan *back massage* terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri.

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian pre eksperimen. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain dengan pendekatan "One Group Pretest Posttest Design" model rancangan dengan memberikan pretest (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, kemudian dilakukan kembali post test (pengamatan akhir) (Notoatmodjo, 2018).

## HASIL dan PEMBAHASAN

Dalam bab ini akan diuraikan hasil penelitian dengan judul pengaruh tehnik *finger hold* dan *back massage* terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri, pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 26 Nopember- 26 Desember 2022 dengan jumlah sampel 54 pasien.

### Hasil penelitian

- 1 Skala nyeri pasien post operasi laparotomi sebelum pemberian tehnik *finger hold* dan *back massage* di RSM Ahmad Dahlan Kediri

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi rerata skala nyeri sebelum pemberian *finger hold* dan *back massage* di RSM Ahmad Dahlan Kediri Kota Kediri

No	Skala Nyeri	F	%
1	Nyeri ringan	0	0
	Nyeri sedang	18	33,3
	Nyeri berat	36	66,7

Total	54	100
-------	----	-----

Berdasarkan tabel 4.2 sebelum sebagian besar pasien 36 orang (66,7%) sebelum tehnik *finger hold* dan *back massage* mengalami nyeri berat.

- 2 skala nyeri pasien post operasi laparotomi sesudah pemberian tehnik *finger hold* dan *back massage* di RSM Ahmad Dahlan Kediri

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi rerata skala nyeri sesudah pemberian *finger hold* dan *back massage* di RSM Ahmad Dahlan Kediri Kota Kediri

No	Skala Nyeri	F	%
1	Nyeri ringan	0	0
	Nyeri sedang	18	33,3
	Nyeri berat	36	66,7
Total		54	100

Berdasarkan tabel 4.3 bahwa sesudah diberikan tehnik *finger hold* dan *back massage* pasien 27 orang (50%) sesudah diberikan tehnik *finger hold* dan *back massage* mengalami nyeri sedang

3. Pengaruh tehnik *finger hold* dan *back massage* terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri

Tabel 4.4 Pengaruh tehnik *finger hold* dan *back massage* terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri

Variabel	Mean	Std Deviation	Statistik uji	Sig
Sesudah dan sesudah pemberian tehnik <i>finger hold</i> dan <i>back massage</i>	0,8	0,7	8.525	0,00

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa didapatkan hasil uji t test paired terdapat nilai  $\alpha$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai t : 8,0 yang mana t hasil lebih besar dari t tabel yang artinya ada pengaruh tehnik *finger hold* dan *back massage* terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri

## Pembahasan

### 1. Skala nyeri pada pasien Post Operasi Laparotomy sebelum pemberian tehnik *finger hold* dan *back massage*

Dari hasil penelitian didapatkan rata-rata pasien mengalami skala nyeri berat yaitu skala nyeri pada rentang 7-10

Manajemen nyeri merupakan prosedur penatalaksanaan untuk penanganan nyeri, terdapat dua manajemen dalam penanganan nyeri yaitu secara farmakologi maupun non farmakologi. Tindakan farmakologis biasanya diberikan dengan pemberian analgetik untuk menghilangkan rasa nyeri yang sangat hebat yang berlangsung selama berjam-jam bahkan sampai berhari-hari (Smeltzer & Bare, 2001). Analgetik

dibagi menjadi 3 golongan yaitu non opioid (asetaminofen dan NSAIDs), opioid (jenis narkotik), dan koanalgesik atau adjuvants (Novita, 2019)..

Hampir 75% pasien post operasi pembedahan mengalami keluhan nyeri. Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang bersifat subjektif akibat kerusakan jaringan. Perbedaan rentang skala nyeri pada pasien berbeda-beda mulai dari nyeri yang sangat hebat, nyeri sedang hingga nyeri ringan, ini tergantung bagaimana pengalaman seseorang terhadap nyeri sebelumnya (Pinandita, Purwanti, & Utoyo, 2012 dalam Radita, 2015).

Tindakan infasif pada pasien dengan laparotomy yaitu dengan proses pembedahan merupakan proses pembedahan dengan cara di sayat sehingga dapat membuka bagian tubuh untuk mengangkat bagian yang mengalami infeksi yang meradang. Waktu pemulihan pasien post operasi membutuhkan waktu rata-rata 72,45 menit, sehingga pasien akan mengalami nyeri yang hebat pada dua jam pertama setelah operasi akut akibat pengaruh obat anastesi yang hilang (Fatkan, Yusuf, & Herisanti, 2018).

Nyeri merupakan respon verbal dari pasien, seseorang yang mengalami nyeri post operasi tentunya merupakan suatu masalah keperawatan yang harus segera ditangani. Intervensi untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut yaitu manajemen nyeri. Intervensi dilakukan dengan tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan diharapkan status nyeri menurun. Tindakan yang dapat dilakukan yaitu identifikasi nyeri, mengukur vital sign, posisikan pasien dengan nyaman, pemberian terapi

## **2. Skala nyeri pada pasien Post Operasi Laparotomy setelah pemberian teknik *finger hold* dan *back massage***

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri pada pasien post operasi laparotomy sesudah pemberian *finger hold* dan *back massage* mengalami skala nyeri sedang. Rata-rata pasien yang mengalami skala nyeri sedang yaitu dengan rentang 4-6

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Pinandhita (2012) yang menyatakan bahwa saat melakukan teknik relaksasi *finger hold* dan *back massage* akan dihasilkan impuls yang dikirim melalui saraf aferon non nosiseptor sebagai counter stimulasi dari rasa nyeri di korteks serebri sehingga menyebabkan intensitas nyeri berubah atau mengalami modulasi akibat stimulasi relaksasi *finger hold* dan *back massage* yang terlebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggamannya. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut dan listrik menuju otak dan diproses dengan cepat dan diteruskan menuju syaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar dan nyeri berkurang

Pengurangan intensitas rasa sakit pada pasien dengan Post-operasi karena terapi relaksasi *finger hold* dan *back massage* membantu pasien untuk rileks dengan memegang masing-masing dari lima jari satu per satu, sekitar 3 hingga 5 menit dari emosi lama yang paling sederhana dan mudah untuk melepaskan emosi dan membantu orang bersantai. Teknik ini memberikan sentuhan tangan dan pernapasan yang mudah untuk keseimbangan energi dalam tubuh (Liana, 2018)

Menurut Pinandita (2012) dalam Radita, 2015 Teknik relaksasi *finger hold* dan *back massage* merupakan salah satu teknik relaksasi yang menggunakan jari tangan yang membuat pasien mengalami penurunan nyeri sesudah teknik relaksasi

finger hold dan back massage karena teknik ini memberikan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Hal ini sesuai dengan teori yang dikatakan pinandita bahwa Relaksasi finger hold dan back massage menghasilkan impulse yang dikirim melalui serabut saraf aferen non-nosiseptor. serabut saraf aferen nonnosiseptor mengakibatkan “gerbang” tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Sehingga intensitas nyeri akan berubah atau mengalami modulasi akibat stimulasi relaksasi finger hold dan back massage yang terlebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak. (Astutik P, Kurlinawati E, 2017)

Dikuatkan dalam jurnal sari & maliya (2015), yang menyatakan menggenggaam jari sambil menarik nafas dalam dapat mengurangi ketegangan fisik karena dapat menghangatkan titik-titik masuk dan keluarnya energy pada meridian yang berhubungan dengan organ-organ didalam tubuh yang terletak pada jari tangan.

Dari uraian diatas peneliti berpendapat bahwa keadaan pasien post operasi berpengaruh terhadap skala nyeri yang dirasakan, Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara refleksi pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut menuju otak kemudian diproses dengan cepat kemudian diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan sehingga sumbatan dijalur energi jadi lancer hal inilah yang menyebabkan penurunan skala nyeri pada pasien

### **3. Pengaruh tehnik *finger hold* dan *back massage* terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri.**

Berdasarkan hasil penenelitian didapatkan hasil uji t test paired terdapat nilai  $\alpha$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), rata-rata pengaruh sebelum dan sesudah pemberian tehnik finger hold dan back massage terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri 0.81481. Terdapat Pengaruh tehnik finger hold dan back massage terhadap skala nyeri pasien post operasi laparotomi di RSM Ahmad Dahlan Kediri

Tehnik finger hold dan back massage merupakan strategi manajemen nyeri yang efektif pada hari pertama pasien pascaoperasi karena dapat dilihat penurunan intensitas nyeri, perawat juga sangat diperlukan dalam upaya manajemen nyeri non farmakologis untuk mengurangi intensitas nyeri. Teknik finger hold dan back massage Dalam penelitian ini, pasien diberikan perlakuan tehnik relaksasi finger hold dan back massage yang dilakukan selama 30-50 menit. Berdasarkan hasil penelitian secara umum tentang efek tehnik relaksasi ini pada pasien Pascaoperasi ditemukan bahwa pasien yang mengalami perbedaan intensitas nyeri, ini berarti bahwa pasien yang diberikan jari tangan untuk tehnik relaksasi dapat merasakan kegembiraan ketika disentuh. Stimulus ini membuat pasien merasa nyaman dan mengurangi sumber depresi dan kecemasan, sehingga rasa sakit dapat dikendalikan dan meningkatkan fungsi tubuh. Menurunnya intensitas nyeri terjadi pada pasien setelah perawatan untuk tehnik relaksasi jari memegang efek positif dari unsur-unsur yang dapat memberikan respons positif dan memadai, pasien mampu merespon sentuhan jari yang ditunjukkan oleh penurunan level. rasa sakit (Liana, 2018).

Ketika jaringan otot rileks, itu dapat meningkatkan sirkulasi darah dan getah bening, yang kemudian dapat menghilangkan asam laktat dalam serat otot dan mengurangi kelelahan dan stres. Ketika pasien rileks dan tidak stres menurunkan

ketegangan otot yang akan mengurangi kecemasan. Impuls nyeri yang bisa diblokir adalah memberikan rangsangan pada saraf berdiameter besar yang menyebabkan gerbang kontrol akan ditutup dan tidak ada rangsangan nyeri yang dapat diteruskan ke korteks serebral dan kemudian nyeri akan berkurang (Mander, 2013).

Hasil ini konsisten dengan pendapat Liana (2018) bahwa memegang jari dapat dilakukan sebagai alternatif manajemen nyeri non farmakologis pada pasien dengan keluhan nyeri dan dapat menghambat neurotransmitter nyeri untuk mentransmisikan impuls nyeri yang disebabkan oleh prosedur invasif. Memegang jari sambil bernapas dalam-dalam (relaksasi) dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosional, karena itu akan menghangatkan titik-titik jari pada saat keluar dan masuknya energi meridian (saluran energi) yang terletak di jari-jari kita. Titik refleksi pada tangan akan memberikan stimulasi refleksi (spontan), rangsangan ini akan mengalir dalam gelombang listrik atau kejut ke otak. Gelombang diterima oleh otak dan diproses dengan cepat, lalu diteruskan ke saraf di organ tubuh yang terganggu, sehingga penyumbatan di jalur energi menjadi lancar. sehingga dapat meningkatkan konsentrasi tubuh mempermudah mengatur ritme pernafasan yang membuat meningkatkan kadar oksigen didalam darah memberikan rasa tenang yang mampu mengatasi nyeri. (Prasetyo, 2010 dalam Pinandita, 2015).

Potter & perry (2005) menyatakan bahwa teknik relaksasi genggam jari membuat pasien dapat menontrol diri dari rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik atau emosi pada nyeri. Relaksasi juga dapat menurunkan sumber-sumber depresi dan kecemasan, sehingga nyeri dapat terkontrol dan fungsi tubuh semakin membaik. (Yulasturi Christina, 2015)

Penurunan nyeri dari nyeri berat menjadi nyeri sedang. Hal ini disebabkan karena pasien telah diberikan intervensi Teknik finger hold dan back massage. Relaksasi finger hold dan back massage bertujuan untuk meningkatkan toleransi terhadap nyeri, membuat nyaman dan rileks, mengurangi ketegangan tubuh sehingga nyeri berkurang. Respon relaksasi merupakan bagian dari penurunan umum kognitif, fisiologis dan stimulus perilaku. Proses relaksasi juga melibatkan penurunan stimulus nyeri.

### **SIMPULAN**

1. Pasien mengalami skala nyeri berat sebelum pemberian *finger hold* dan *back massage*
2. Pasien mengalami skala nyeri sedang sesudah pemberian *finger hold* dan *back massage*.
3. Terdapat Pengaruh pemberian *finger hold* dan *back massage* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien Post Operasi Laparatomy Di RSM Ahmad Dahlan Kediri.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Black, J & Hawks, J. (2014). Keperawatan Medikal Medah: Manajemen Klinis Untuk Hasil yang Diharapkan. Dialihbahasakan oleh Nampira R. Jakarta : Salemba
- Emban Patria. Buyukyilmaz. (2014). Non- Pharmacological Intervention in Orthopedic Pain: A Systematic Review. International Journal of Caring Sciences
- Chanif. (2012). The Effect of Massage On Acute Postoperative Pain in Indonesian Patients after Abdominal Surgery. Prince of Songka University.

- Handayani, S. (2015). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Post Operasi Sectio Cesarea di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Surakarta : STIKes Kusuma Husada.
- Hill, R Y. (2016). Nursing From The Inside-Out Living And Nursing From The Highest Point Of Your Consciousness. Boston Toronto London Singapore. Jones And Bartlett Publisher.
- Hipkabi. (2014). Buku Keterampilan Dasar Bagi Perawat Kamar Bedah. Jakarta : Hipkabi Press.
- Indrawati, U & Arham, A. H. (2020). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Persepsi Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur. Jurnal Keperawatan.
- Kemenkes. (2016). Profil Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kozier. (2011). Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Maryunani, Anik, (2014). Asuhan Keperawatan Perioperatif-Pre Operasi (Menjelang Pembedahan). Jakarta : Trans Info Medika.
- Maulana, Asep. (2016). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Herniotomy di RSUD Majalaya Kab. Bandung. Jurnal Keperawatan.
- Nursalam, 2017. Metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Salembamedika
- Notoatmodjo, 2018. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka cipta
- Novita, 2019. Hubungan Indeks massa tubuh dan rendahnya arcus kaki terhadap penurunan skala nyeri pada kakus Plantar Fasciitis. Universitas Esa Unggul
- Pinandita, Purwanti dan Utoyo. (2012). Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Puwahang. (2011). Pijat Tangan Untuk Relaksasi. Artikel.
- Rasyid, R. A, et al. (2019). Judul Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendisitis. Jurnal Nursing Arts.
- Riyadi, S & Harmoko, H. (2012). Standart Operating Procedure dalam Praktik Klinik Keperawatan Dasar. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Sari, Intan Mayang & Asyanti, Setia (2016). Pengalaman rasa nyeri dan pengeksperiannya pada pasien pasca operasi. <http://eprints.ums.ac.id/45968/2/02.%20NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Setyaningrum, Nindhita. (2017). Laporan Clinical Assesment pada Tn.s dengan Nyeri Akut diruang Rajawali 6B RSUP Dr.Kariadi Semarang. Semarang. Universitas Diponegoro
- Sjamsuhidajat dan Wim de Jong. (2017). Buku Ajar Ilmu Bedah. Edisi 4, Vol 2. Jakarta: EGC.
- Solehati & Rustina. (2013). Teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post appendektomi
- Sulung & Rani. (2017). Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Intensitas Nyeri pada Post Appendektomi. Jurnal Endurance.
- Yusrizal. (2012). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Masase terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Apendektomi di Ruang Bedah RSUD DR. M. Zein Painan.



