

Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi

Oleh

Mona Meilicha¹, Ria Dila Syahfitri²

¹ Mahasiswa DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : monameilicha@gmail.com

² Dosen DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : riadilasyahfitri18@gmail.com

ABSTRAK

Appendiktomi adalah peradangan akibat infeksi pada usus buntu atau umbai cacing (apendiks). Infeksi ini bisa menyebabkan pendarahan bila terinfeksi bertambah parah sehingga dapat menyebabkan pecahnya usus buntu. Studi literatur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran penerapan terapi relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi. Terapi relaksasi genggam jari dapat membantu pasien post op appendiktomi salah satunya adalah terapi relaksasi genggam jari yang bertujuan untuk menurunkan intensitas nyeri atau rasa sakit yang dapat dirasakannya. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur review yang menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, artikel ilmiah, khususnya yang terpublikasi. Dengan melakukan pencarian melalui database *Google scholar*, *Researgate*, dan *Garuda jurnal* dari tahun 2015-2020. Hasil penelitian dari beberapa artikel penelitian yang telah di dapatkan, menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri untuk mengurangi nyeri pada pasien post op appendiktomi. Terapi relaksasi genggam jari dapat di terapkan atau dilakukan oleh perawat maupun keluarga pada saat pasien mengalami nyeri.

Kata kunci : Appendiktomi, Intensitas Nyeri, Teknik Relaksasi Genggam Jari

ABSTRACT

Appendectomy is inflammation due to infection of the appendix or appendix. This infection can cause arrest if the infection gets worse so it can cause rupture of the appendix. This literature study aims to obtain a picture of the application of hand-held relaxation therapy to pain intensity in post op appendectomy patients. Hand-held finger relaxation therapy can help post-op appendectomy patients, one of which is hand-held finger relaxation therapy that aims to reduce the intensity of pain or pain that can be felt. This study uses a literature review study method that uses literary sources in the form of books, scientific articles, especially those published. By searching through the Google scholar database, Researgate, and Garuda journals from 2015-2020. Research results from several research articles that have been obtained, show that hand-held relaxation therapy on pain intensity to reduce pain in post op appendectomy patients. Hand-held finger relaxation therapy can be applied or carried out by nurses and families when the patient experiences pain.

Keywords : Appendectomy, Pain Intensity, Finger-Grip Relaxation Techniques

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penyakit usus buntu adalah peradangan yang terjadi pada usus atau yang disebut appendiktomi. Usus buntu merupakan organ berbentuk kantong kecil dan tipis, berukuran sepanjang 5 hingga 10 cm yang terhubung pada usus besar. Saat menderita radang usus buntu, penderita dapat merasa nyeri di perut kanan bagian bawah. Jika dibiarkan, infeksi dapat

menjadi serius dan menyebabkan usus buntu pecah, sehingga menimbulkan keluhan rasa nyeri hebat hingga membahayakan nyawa penderitanya radang usus buntu dapat terjadi pada semua usia, namun paling sering pada usia 10 sampai 30 tahun. Gorter, et al. (2016)

Appendiktomi adalah peradangan akibat infeksi pada usus buntu atau diumbai cacing (apendiks). Infeksi ini bisa

menyebabkan penahanan. Bila terinfeksi bertambah parah usus buntu itu bisa pecah.usus buntu merupakan saluran usus yng ujungnya buntu dan menonjol dari bagian awal usus besar atau sekum rectum usus buntu besarnya sekitar kelingking tangan dan terletak diperut kanan bawah strukturnya seperti bagian usus lainnya, Namun, lendirnya banyak mengandung kelenjar yang senantiasa mengeluarkan lendir (Sugeng & Weni, 2012).

Angka kejadian appendiktomi cukup tinggi didunia. Berdasarkan *Word Health Organisation* yang dikutip oleh Sulung & Rani (2017), angka mortalitas akibat apendisitis adalah 21.000 jiwa. Dimana populasi laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan. Angka mortalitas appendiktomi sekitar 12.000 jiwa pada laki-laki dan sekitar 10.000 jiwa pada perempuan (Sulung & Rani 2017)

Dapertemen Kesehatan Republik Indonesia Menjelaskan pada tahun 2016 mencatat jumlah penderita Appendiktomi diindonesia mencapai 591.819 orang dan tahun 2017 meningkat menjadi 596.132 orang (Sari , 2017)

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Selatan kasus appendiktomi ini cukup banyak ditemukan, hampir 1512 kasus pada tahun 2015. Terutama sebagian besar pada masyarakat kalangan ekonomi lemah, dan masyarakat daerah dengan sosial ekonomi rendah (Neila & Sulung, 2016)

Sedangkan menurut data Dinas Kesehatan Kota Palembang kasus Appendiktomi ditemukan sekitar 1329 kasus pada tahun 2015 Terjadi peningkatan pada tahun 2016 yaitu hampir 1584 kasus,

tetapi pada tahun 2017 mengalami penurunan menjadi 1467(Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2018)

Berdasarkan pada catatan *medical record* untuk Rumah Sakit TK.II 02.05.01 dr. AK Gani Palembang tahun 2017 yang menderita penyakit Appendiktomi sebanyak 292 orang . Pada tahun 2018 sebanyak 130 orang, dan pada tahun 2017 yang menderita penyakit apendiksitis sebanyak 7 orang (Medical record)

Pada penyakit Appendiktomi gejala yang sering muncul dari appendiktomi ialah nyeri yang samar-samar tumpul yang merupakan nyeri viseral didaerah epigastrium disekitar umbilicus Keluhan ini sering disertai dengan timbulnya mual , muntah , nafsu makan berkurang dan dalam beberapa jam nyeri ini akan berpindah ke kanan bawah titik *Mc.Burney* (Sjamsuhidayat,2013)

Rasa Nyeri yang tidak diatasi secara cepat dapat menimbulkan efek yang membahayakan diluar ketidaknyamanan yaitu dapat mempengaruhi sistem pulmonary , kardiovaskuler , gastrointestinal , endokrin , dan imunologi. Efek perilaku dapat diamati dari respon vocal (menangis) ekspresi wajah (meringis) gerakan tubuh (perasaan gelisah), dan interaksi sosial (menghindari percakapan). Pengaruh dalam aktifitas sehari-hari yaitu kesulitan melakukan aktivitas (Andarmoyo,2013)

Secara teori, upaya penatalaksanaan manajemen nyeri cara farmakologi dan non farmakologi digunakan sebagai pendamping terapi farmakologi untuk mempersingkat episode nyeri yang hanya beberapa detik atau menit. Salah satu jenis relaksasi yang digunakan

dalam menurunkan dalam menurunkan intensitas nyeri setelah operasi adalah dengan relaksasi genggam jari yang mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan dan aliran energi di dalam tubuh kita. Menggenggam jari sambil mengatur nafas (relaksasi) dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi yang terletak pada jari tangan kita titik-titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara refleksi (spontan) pada saat genggam (Rasyid & Samaran 2019)

Berdasarkan penelitian ini juga diperkuat oleh Andika & Mustafa (2016) yang meneliti tentang Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Post Op Apendiktomi didapatkan hasil bahwa teknik relaksasi genggam jari dapat membantu mengurangi nyeri dan menghasilkan relaksasi dan dapat melancarkan sirkulasi.

Berdasarkan latar belakang diatas dapat disimpulkan bahwa nyeri yang dialami seseorang setelah menjalani operasi akan menimbulkan pengalaman yang kurang menyenangkan yang dapat memperlambat proses penyembuhan.oleh karena itu,penulis tertarik untuk mengangkat Asuhan Keperawatan dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post of Apendiksitis “

1.2. Tujuan penelitian

Adapun tujuan penulisan yang ingin dicapai dalam karya tulis meliputi tujuan umum dan tujuan khusus

1.2.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post of apendiksitis

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi penelitian/artikel penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op apendiktomi
2. Menganalisis hasil penelitian penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op apendiktomi
3. Dirumuskannya rekomendasi hasil penelitian penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op apendiktomi

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Secara praktis hasil penelitian ini dapat memberi manfaat :

1. Bagi Rumah sakit, hasil penelitian ini sebagai dasar pengembangan standar/pedoman pengembangan penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post of apendiktomi
2. Pedoman kerja bagi perawat dalam melaksanakan implementasi penerapan teknik relaksasi

genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi

intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi

1.3.2 Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Evidence Base Nursing Practice implementasi penerapan relaksasi genggam jari

2. Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri

Tabel 1
Artikel Review Literatur Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi

Peneliti dan judul penelitian	Tujuan penelitian	Design	Sampling	Sumber Artikel
Abdul Hayat, Ernawati, dkk (2019) Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post appendiktomi.	Untuk mengetahui adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pada pasien post op appendiktomi	<i>Pre-eksprimental</i>	Teknik <i>Consecutive sampling</i>	Microsoft Academy
Ria ariana, Norma elisa, dkk(2019) Penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi.	Untuk mengetahui Penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi	<i>Pre eksprimen</i>	Teknik <i>Using total sampling</i>	Google Scholar
Asni Hasaini (2019) Efektifitas relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post op appendiktomi	Untuk mengetahui Efektifitas teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post op appendiktomi	<i>Eksprimenta l</i>	Teknik <i>Simple random sampling</i>	Microsoft Academy
Mayasyanti dewi, dkk(2018) Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi	Untuk mengetahui adanya pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi.	<i>Quasy eksprimen</i>	Teknik <i>Accidental Sampling</i>	Garuda Jurnal
Neila sulung, Dian rani(2017)	Untuk mengetahui adanya pengaruh teknik relaksasi	<i>Quasy eksprimen</i>	Teknik <i>Purvosive Sampling</i>	Google Scholar

Pengaruh Teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi	genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post op appendiktomi			
---	---	--	--	--

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian studi literatur disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/hasil penelitian yang relevan dengan topik/masalah teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post of apendiksitis

Artikel 1 Penelitian Abdul Hayat, et al (2019) yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Appendectomy Diruanga Irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat” yang dilaksanakan diruang irna III RSUD P3 Gerung Lombok Barat pada tanggal 04 juli sampai 04 agustus 2019. Pada artikel 1 hasil penelitian yang didapat bahwa karakteristik responden antara anak-anak dan orang dewasa, sebagian besar dari orang dewasa diruang irna III RSUD gerung lombok barat mengalami nyeri sedang sebanyak 17 orang (89,5%) dan nyeri yang dirasakan sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari adalah responden tidak nyeri sebanyak 8 orang , dari data umum didapatkan sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki.

Hasil penelitian Abdul Hayat, et al (2019) didapat sebagian besar nyeri yang dirasakan sebagian besar responden sebelum diberikan teknik relaksasi genggam jari yaitu nyeri sedang sebanyak 17 orang (89,5%) dan nyeri yang dirasakan sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari adalah responden tidak nyeri sebanyak 8 orang penelitian ini menggunakan Pre-experimental design, pengambilan sampel ini menggunakan teknik non probality sampling dengan jumlah sampling 19.

Artikel 2 Penelitian Asni Hasaini (2019) yang berjudul “Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi Diruang Bedah(Al-muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura” yang dilaksanakan diruang bedah al-muizz RSUD ratu zalecha martapura september 2019. Penelitian ini merupakan penelitian metode exsperimental dengan rancangan one-group dengan pendekatan pre-post test design , besarnya sampel adalah 15 responden dengan simple random sampling. Instrumen menggunakan lembar observasi dan analisis bivariat dengan wilcoxon.

Hasil penelitian Asni Hasaini (2019) Hasil yang didapat dan dikategorikan nyeri sedang dan sesudah diberikan dikategorikan nyeri ringan , Hasil analisis sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari didapatkan $p=0,000(p<0,05)$.

Artikel 3 Penelitian Mayasyanti Dewi, et al (2018) yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operatif Appendectomy Diruang Nyi Ageng Serang RSUD Sekarwangi” yang dilaksanakan pada tanggal 23 mei – 22 juni 2018. Populasi semua pasien post operatif appendectomy diruang nyi ageng serang RSUD sekarwangi yaitu cara pengambilan sampel dengan Accidental sampling dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 17 orang sebelum dengan analisa hipotesis menggunakan uji wilcoxon.

Hasil penelitian Mayasyanti Dewi, et al (2018) didapatkan bahwa 17 orang sebelum dilakukan relaksasi nafas dalam skala nyeri 5.00

dan sesudah diberikan relaksasi nafas dalam skala nyeri 3.00 berdasarkan hasil uji wilcoxon bahwa ada pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pada pasien post operatif appendectomy dengan nilai $p=0,000(p<0,05)$.

Artikel 4 Penelitian Ria Ariana Rasyid, et al (2019) yang berjudul “Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Appendisitis” yang dilaksanakan 30 mei – 30 juni 2019 diruang kawatua dan melati, seluruh pasien yang post operasi appendisitis yang dirawat diruang kawatua dan melati dalam sebulan sebanyak 21 pasien yang interv 15 kontrol yang terdapat 2 variabel, variabel indenpen dengan relaksasi genggam jari dan dependen dengan penurunan skala nyeri pengumpulan data yang menggunakan skala Visual Scale (VAS) Analoge.

Hasil penelitian Ria Ariana Rasyid, et al (2019) yang menunjukkan sebelum pemberian relaksasi genggam jari mengalami nyeri sedang dan berat terkontrol yaitu sebanyak 9 responden (25.0%). Setelah pemberian relaksasi genggam jari sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 11 responden (30.6%) didapatkan p value = $0,000 < \alpha = 0,05$.

Artikel 5 Penelitian Neila sulung, et al (2017) yang berjudul “Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Appendiktomi” yang dilaksanakan 17 februari – 1 mei 2017 diruangan bedah RSUD Dr Achmad Mochtar Bukit tinggi, penelitian ini menggunakan desain Quasy Exsperimen dengan rancangan one group pre-test post-test, jumlah populasi penelitian ini adalah seluruh pasien post appendiktomi di RSUD Dr Achmad Mochtar teknik Purpositive sampling.

Hasil penelitian ini Neila sulung, et al (2017) yang menunjukkan rata-rata sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 4,80 dan hasil rata-rata sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 3,87, hasil brivariat didapat p value 0,000 sehingga menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukannya teknik relaksasi genggam jari pada pasien post appendiktomi yang dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan teknik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri insisi pot appendiktomi.

3.2 Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil penelitian dari lima (5) artikel yang di dapatkan bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri dengan menggunakan teknik relaksasi genggam jari akibat appendiktomi.

Menurut artikel Abdul hayat dkk (2019) Teknik relaksasi genggam jari adalah teknik non farmakologi yang dapat mengurangi tingkat nyeri setelah diberikan teknik relaksasi genggam jari sehingga dapat menurun dari kategori tingkat nyeri sedang menjadi kategori tingkat nyeri ringan, hal ini terjadi karena pernafasan yang dalam dapat menghirup O₂ secara adekuat sehingga otot-otot menjadi relaksasi yang dapat mengurangi rasa nyeri. Jadi menurut artikel Abdul hayat dkk (2019) teknik relaksasi genggam jari efektif dan berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post of appendiktomi, hal ini dikarenakan dengan merelaksasikan otot-otot yang mengalami spasme yang disebabkan oleh terputusnya konstitunitas jaringan.

Menurut artikel Asni hasaini (2019) Teknik relaksasi genggam jari merupakan salah satu teknik relaksasi yang menggunakan jari tangan yang membuat responden mengalami penurunan nyeri sesudah teknik relaksasi genggam jari ini dilakukan karena teknik ini memberikan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Asni hasaini (2019) relaksasi genggam jari menghasilkan implus yang dikirimkan ke serabut saraf aferen non-nosiseptor yang mengakibatkan gerbang tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang.

Menurut artikel Ria ariana dkk (2019) teknik relaksasi genggam jari secara umum penanganan nyeri appendiktomi yang terbagi dalam dua kategori yaitu pendekatan farmakologis dan non farmakologis, secara farmakologis nyeri dapat ditangani dengan terapi analgesik yang merupakan metode paling umum digunakan untuk menghilangkan nyeri kemudian seperti yang dikatakan oleh Ria ariana dkk (2018) terapi genggam jari sebagai pendamping farmakologi yang berguna untuk meningkatkan efek analgesik sebagai terapi pereda nyeri post operasi, terapi diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung beberapa menit atau detik.

Menurut artikel Mayasyanti dkk (2018) Teknik relaksasi genggam jari dapat membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Teknik relaksasi ini juga suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik sehingga dapat menurunkan kecemasan dan ketegangan otot yang didapatkan penurunan denyut

jantung serta menurunkan ketegangan otot yang dikatakan oleh Ria ariana dkk (2018) hal tersebut juga sesuai dengan penjelasan yang mengemukakan bahwa relaksasi genggam jari adalah metode pengobatan yang efektif dan non farmakologi.

Menurut artikel Neila sulung dkk (2017) Teknik relaksasi genggam jari merupakan salah satu pengobatan nonfarmakologi yang dilakukan dengan message pada tangan, yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan. Teknik relaksasi genggam jari dapat dilakukan sendiri dan sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari untuk merilekskan ketegangan fisik seperti yang dikatakan oleh Neila sulung dkk (2017) teknik Genggam jari dapat dilakukan sendiri dan sangat membantu dapat dalam kehidupan sehari-hari untuk merilekskan ketegangan fisik.

Sehingga bisa kita melihat dari 5 artikel diatas bahwa teknik relaksasi genggam jari bisa menurunkan tingkat skala nyeri pada pasien post operasi appendiktomi. Maka dari itu kita bisa menerapkannya ke RS ataupun ke keluarga yang mengalami nyeri post operasi appendiktomi. Dan juga dari 5 artikel diatas kita bisa mendapatkan bahwa terapi genggam jari itu sendiri sangat efektif dalam mengatasi masalah nyeri. Sehingga Kita bisa menerapkan apa yang sudah peneliti terapkan dengan responden mereka pada saat melakukan penelitian tersebut.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1 Simpulan

4.1.1 Terdapat 5 (lima) artikel yang memiliki relevansi dengan

implementasi relaksasi genggam jari dalam meningkatkan kemampuan mengatasi intensitas nyeri

4.1.2 Teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post of apendiksitis mampu meningkatkan kemampuan mengatasi intensitas nyeri

4.1.3 Implementasi relaksasi genggam jari yang diimplementasikan dalam artikel memiliki variasi dalam pelaksanaan, sehingga dibutuhkan kajian tentang metode relaksasi genggam jari untuk mengatasi intensitas nyeri.

4.2.2 Saran

Hasil penelitian menyarankan

4.2.1 Bagi fasilitas pelayanan kesehatan Diharapkan dapat melakukan teknik relaksasi genggam jari yang dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengurangi skala nyeri pada pasien post of apendiksitis

4.2.2 Bagi pengembangan keilmuan Diharapkan dapat melakukan hasil karya tulis ilmiah tentang implementasi relaksasi genggam jari dapat menjadi sebagai bahan pelajaran khususnya dibidang keperawatan dalam upaya mengurangi rasa nyeri pada pasien post of apendiksitis

4.2.3 Bagi penelitian Diharapkan dapat melakukan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber ilmu pengetahuan dengan harapan ilmu pengetahuan tentang

implementasi teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas nyeri pada pasien post of apendiksiti

DAFTAR PUSTAKA

- Akper Kesdam II/Sriwijaya, (2020). Panduan Karya Tulis Ilmiah, Palembang
- Andarmoyo, S, (2013). Konsep & Proses Nyeri Keperawatan, Penerbit Ar-Ruzz Media. Yogyakarta: Andarmoyo, (2013)
- Bararah, Taqiyah. & Mohhammad, Jauhar. (2013). Asuhan Keperawatan Panduan Lengkap Menjadi Perawat Profesional, Jilid 2: Pustakarya-Jakarta
- Brunner. & Suddarth, (2013). Keperawatan Medikal Bedah Edisi 12. Jakarta: Selemba Medika
- Dewi, Mayasyanti. & Poppi Nueraini. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operatif Appendictomi. *Jurnal Endurance*, 2(1)397-405.
- Hasaini, Asni, (2019). Teknik Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, (10),338-59.
- Hayat, Abdul & Aryanti, M, dkk. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Appendictomy. *Nursing Jurnal*, 2(1),188-200
- Jitowiyono, Sugeng. & Weni Kristianasari. (2012). Asuhan Keperawatan Post

- Operasi Pendekatan Nanda, Nic,
Noc. Yogyakarta: Nuha Medika
- Manurung, Nixson. (2018). Konsep, Mind
Mapping Dan Nanda, Nic, Noc.
Jakarta: Trans Info Media.
- Nuari, N, A. dkk. (2015). Buku Ajar
Asuhan Keperawatan Pada
Gangguan Sistem Gastrointestinal.
Cv: Trans Info Media.
- Nurarif, A, H. dkk. (2015). Aplikasi
Asuhan Keperawatan Berdasarkan
Diagnosa Medis, Nanda, Nic, Noc.
Yogyakarta: Medi Actio
- Pinandita, I, Purwati, E, dkk. (2014).
Pengaruh Teknik Relaksasi
Genggam Jari Terhadap Intensitas
Nyeri Pada Pasien Post
Appendiktomi. *Jurnal Ilmiah
Kesehatan Keperawatan*, 8(1), 2012
- Rasyid, R, A. dkk. (2019). Pengaruh Teknik
Relaksasi Genggam Jari Terhadap
Penurunan Skala Nyeri Pada Klien
Post Operasi Appendiktomi. *Jurnal
Endurance*, 2(3).397-405
- Sulung, Neila. & Sarah, D, R. (2017).
Teknik Relaksasi Genggam Jari
Terhadap Intensitas Nyeri Pada
Pasien Post Appendiktomi. *Jurnal
Endurance*, 2(3),397-405.
- Sjamsuhidayat, R & Wim, D, J. (2013).
Buku Ajaran Ilmu Bedah, Edisi 3.
Jakarta: EGC
- Wijaya, A, S. dkk. (2013). Keperawatan
Medikal Bedah. Yogyakarta: Nuha
Medika.