



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: January, 16, 2026

Revised: February, 20, 2026

Available: February, 20, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

Abstract

Background: Cellulitis is a serious skin infection that often requires surgical debridement. This procedure causes acute postoperative pain that can hinder mobility, prolong hospitalization, and reduce the patient's quality of life. Pain management requires not only pharmacological interventions but also safe and easy-to-implement non-pharmacological interventions, one of which is the finger-grip relaxation technique.

Purpose: To determine the effectiveness of the finger-grip relaxation technique in reducing acute pain intensity in patients after cellulitis debridement.

Method: This study used a descriptive design with a nursing process-based case study approach. The subject was one patient with a medical diagnosis of post-debridement cellulitis pedis right who was treated in the At-Tin Ward of PKU Muhammadiyah Gamping Hospital. Nursing care was provided for five days (December 10–14, 2025), encompassing assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation.

Results: The evaluation showed a gradual decrease in pain intensity. The patient's pain scale decreased from a 5 on the first day to a 2 on the fifth day after consistent application of the finger-grip relaxation technique.

Conclusion: The finger grip relaxation technique is effective as a non-pharmacological nursing intervention in reducing acute pain in post-cellulitis debridement patients.

Keywords: Acute Pain; Cellulitis; Finger Grip Relaxation; Nursing Care; Post-Debridement.

Pendahuluan: Selulitis merupakan infeksi kulit serius yang sering memerlukan tindakan debridement. Prosedur ini menimbulkan nyeri akut pasca operasi yang dapat menghambat mobilisasi, memperpanjang masa rawat, dan menurunkan kualitas hidup pasien. Pengelolaan nyeri tidak hanya dilakukan secara farmakologis, tetapi juga memerlukan intervensi non-farmakologis yang aman dan mudah diterapkan, salah satunya adalah teknik relaksasi genggam jari.

Tujuan: Untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan intensitas nyeri akut pada pasien post debridement selulitis.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus berbasis proses keperawatan. Subjek penelitian adalah satu pasien dengan diagnosa medis post debridement selulitis pedis dextra yang dirawat di Bangsal At-Tin RS PKU Muhammadiyah Gamping. Asuhan keperawatan dilakukan selama lima hari (10–14 Desember 2025) meliputi tahap pengkajian, diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi.

Hasil: Evaluasi menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri secara bertahap. Skala nyeri pasien menurun dari skala 5 pada hari pertama menjadi skala 2 pada hari kelima setelah penerapan teknik relaksasi genggam jari secara konsisten.

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

Simpulan: Teknik relaksasi genggam jari efektif sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis dalam menurunkan nyeri akut pada pasien post debridement selulitis.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan; Nyeri Akut; Post Debridement; Relaksasi Genggam Jari; Selulitis.

PENDAHULUAN

Salah satu penyakit kulit yang disebabkan oleh infeksi mikroorganisme adalah selulitis. Selulitis adalah infeksi pada lapisan dermis dalam dan jaringan di bawah kulit, yang ditandai dengan kemerahan yang meluas, rasa panas, dan pembengkakan (Meidania & Pratiwi, 2020). Penyakit ini paling sering muncul setelah adanya luka terbuka, luka bakar, gigitan serangga, atau bekas operasi, dan bisa terjadi di bagian tubuh mana saja, meskipun paling umum di wajah dan kaki. Jika tidak ditangani, infeksi ini dapat menyebar ke aliran darah, memicu syok septik, dan berujung pada kematian (Hasliani, 2021). Kasus selulitis dilaporkan menduduki peringkat ke-18 dalam Global DALYs Disease Burden Ranking dan menduduki peringkat ke-4 penyebab utama kecacatan secara global (Xue, Zhou, Xu, Li, Bao, Cheng, & Jia, 2022). Jumlah kasus selulitis diperkirakan mencapai 14 juta kasus setiap tahun di Amerika Serikat. Selain itu, menurut CDC (2022), selulitis menyumbang 3% kasus yang terjadi di Rumah Sakit Umum Daerah di Inggris. Angka kejadian selulitis di Indonesia adalah 24 kasus per 1000 penduduk setiap tahun, dan kasus yang paling umum terjadi pada kelompok usia 45 hingga 65 tahun (Shalihah & Widaty, 2022).

Selulitis ditandai oleh lesi indurasi atau pembengkakan, terasa hangat saat disentuh, dan menimbulkan rasa sakit. Lesi ini berupa bercak kemerahan yang tidak memiliki batas jelas dan dapat membesar dengan cepat. Infeksi ini berpotensi menyebarkan bakteri ke dalam aliran darah dan dapat berkembang pesat setelah terjadi trauma. Selulitis merupakan kondisi darurat medis yang sering kali memerlukan rawat inap, menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang, dan beresiko kambuh. Dampak infeksi pada luka dapat bervariasi pada setiap individu, tergantung pada jenis luka dan faktor-faktor yang memengaruhi (Cooley, Obaidi, Diaz, Anselmo, Eriksson, Carlsson, Chan, & Nuutila, 2023). Faktor-faktor yang memengaruhi proses penyembuhan luka terbagi menjadi tiga kategori yaitu faktor intrinsik yang terkait dengan kondisi

medis individu, faktor ekstrinsik yang berkaitan dengan lingkungan, serta faktor iatrogenik yang terkait dengan penanganan luka. Faktor intrinsik mencakup usia, penyakit kronis, aliran darah dan oksigenasi, penggunaan obat penekan kekebalan tubuh, serta kerusakan saraf pada kulit. Faktor ekstrinsik meliputi obat-obatan, nutrisi, radiasi, dan kemoterapi, stres fisiologis, serta infeksi. Sementara itu, faktor iatrogenik mencakup kekurangan aliran darah lokal, penanganan yang tidak tepat, dan trauma (Asrizal, Faswita, & Wahyuni, 2022).

Pasien dengan selulitis yang mengalami infeksi atau nekrosis perlu segera berkonsultasi dengan dokter bedah untuk mempertimbangkan tindakan debridement (Meidania & Pratiwi, 2020). Debridement merupakan prosedur pembedahan, sehingga pasien yang menjalani operasi ini umumnya mengalami gejala seperti nyeri. Setelah operasi, pasien sering merasakan nyeri yang sangat hebat, dan sekitar 75% penderita memiliki pengalaman yang tidak menyenangkan karena pengelolaan nyeri yang tidak memadai (Berkanis, Nubatonis, & Lastari, 2020). Nyeri pasca debridement didefinisikan sebagai kondisi yang disebabkan oleh trauma dari proses peradangan, yang terjadi saat istirahat dan sering kali memburuk saat bergerak (Badriah, Ligita, & Sukarni, 2023). Dampak utama yang paling sering dialami pasien pasca operasi adalah gangguan fungsi. Gangguan ini berupa nyeri akut di area operasi yang membuat pasien takut untuk segera bergerak, membatasi rentang gerak sendi, dan menghambat kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga pasien kesulitan duduk, berdiri, atau berjalan, serta mengalami keterbatasan fungsi fisik akibat hambatan gerak yang disebabkan oleh nyeri dan prosedur medis (Santoso, Firdaus, & Mumpuni, 2022). Sehingga, diperlukan penanganan yang tepat untuk mengatasi nyeri pada pasien, sehingga dapat memperpendek masa perawatan pasien pasca debridement.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

Perawat dapat menerapkan pengelolaan nyeri melalui metode farmakologi dan non-farmakologi untuk memulihkan kenyamanan pasien. Penanganan farmakologi melibatkan kerja sama antara perawat dan dokter, seperti pemberian obat analgesik. Upaya meningkatkan kenyamanan pasien dan mempercepat penyembuhan luka, terapi non-farmakologis juga diperlukan. Teknik relaksasi dengan memegang jari (finger hold) adalah salah satu terapi non farmakologis yang sedang dikembangkan. Terapi ini merupakan prosedur dasar yang menggabungkan sentuhan terapeutik dengan metode relaksasi pernapasan untuk membantu mengurangi intensitas nyeri (Eriyani, Karwati, Shalahuddin, & Pebrianti, 2024). Salah satu terapi relaksasi alternatif adalah relaksasi genggam jari yang merupakan metode relaksasi dasar yang dapat dengan mudah dilakukan oleh siapa saja dan melibatkan jari-jari serta aliran energi di seluruh tubuh (Aswad, 2020). Relaksasi genggam jari adalah teknik relaksasi yang digunakan untuk mengendalikan emosi dan meningkatkan kecerdasan emosional. Genggam jari ini untuk meminimalkan resistensi perifer dan meningkatkan kelenturan pembuluh darah, otot, dan sirkulasi darah, relaksasi otot progresif dapat berfungsi sebagai vasodilator, memperluas pembuluh darah, dan segera menurunkan tekanan darah, serta meredakan ketidaknyamanan (Kusuma, Inayati, & Ayubbana, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya pengaruh terhadap penurunan nyeri pada pasien post op (Rosiska, 2021). Selain itu juga terdapat hasil dari beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan relaksasi genggam jari memberikan pengaruh terhadap penurunan nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya

yang didapatkan hasil penurunan skala nyeri pada pasien nyeri post debridement, sebelum dilakukan intervensi skala nyeri pasien 6 dan setelah dilakukan tindakan terjadi penurunan skala nyeri pasien 0 (Sari & Sari, 2024).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif berbasis laporan kasus dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan pada Post Debridement Selulitis Pedis Dextra. Metode studi kasus deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan rinci mengenai situasi atau fenomena yang terjadi. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pada pasien dengan diagnosa medis Post Debridement Selulitis Pedis Dextra yang disebut sebagai Ny. N. Studi kasus ini dilaksanakan selama lima hari, dari 10 sampai 14 Desember 2025, di Bangsal At-Tin RS PKU Muhammadiyah Gamping.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi secara lisan dari pasien dan keluarga saat proses pemberian asuhan keperawatan. Observasi bertujuan mengumpulkan data yang mendukung penelitian, dilakukan melalui pemeriksaan fisik pasien dengan prinsip *head to toe* menggunakan metode IPPA (inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi), serta alat seperti stetoskop, tensimeter, termometer, dan oksimeter. Studi dokumentasi dilakukan dengan meninjau laporan, hasil laboratorium, catatan medis dan keperawatan pasien serta informasi dari tenaga kesehatan di RS PKU Muhammadiyah Gamping.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement
selulitis: Studi kasus keperawatan

HASIL

Tabel 1. Hasil Analisis Skala Nyeri Ny. N

Indikator	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5
Skala Nyeri	5	4	3	2	2

Berdasarkan hasil pada tabel diatas, teknik relaksasi genggam jari yang diberikan pada Ny. N menunjukkan perubahan yang signifikan dalam tingkat nyeri. Hari pertama skala nyeri yang dirasakan pasien yaitu skala 5 dari 0-10, dan setelah lima hari menunjukkan positif dimana tingkat nyeri menurun menjadi skala 2. Berdasarkan hasil evaluasi terhadap tingkat nyeri baik secara verbal maupun nonverbal ditunjukkan oleh keluhan nyeri dari skala 2 (meningkat) menjadi skala 5 (menurun), ekspresi meringis dari skala 2 (meningkat) menjadi skala 5 (menurun). Hasil pemantauan ini dapat dipahami bahwa terapi relaksasi genggam jari efektif dalam mengurangi dan mengatasi nyeri, sehingga pasien dengan keluhan nyeri dapat merasakan manfaat dari teknik non-farmakologis sebagai metode pengelolaan nyeri yang mendukung pemulihan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian, diagnosis yang ditegakkan pada pasien adalah nyeri akut (D.0077) yang berhubungan dengan agen pencedera fisik. Kondisi ini ditandai dengan adanya nyeri pada luka dan tampak meringis menahan sakit. Menurut Tim pokja SDKI DPP PPNI tahun 2017 nyeri akut didefinisikan sebagai pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan. Diagnosa ditegakkan sesuai dengan buku panduan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) berdasarkan definisi, batasan, karakteristik, serta etiologi (PPNI, 2017).

Berdasarkan data subjektif pada diagnosa yang muncul didapatkan bahwa pasien mengatakan nyeri pada luka operasi, (p) nyeri bertambah saat bergerak dan berkurang jika istirahat, quality (q) nyeri dirasakan seperti ditusuk-tusuk dengan region (r) berlokasi pada kaki kanan, skala (s) nyeri dirasakan skala 5 dari 0-10 dan timing (t) waktu nyeri muncul secara hilang-timbul. Secara data objektif Pasien tampak meringis menahan sakit, tekanan darah: 134/81 mmHg, nadi: 95x/menit, suhu: 36,5°C, RR: 20x/menit, Spo2: 99%.

Masalah utama nyeri akut menunjukkan bahwa nyeri yang timbul post debridement merupakan kejadian yang menekan atau stress, dan dapat mengubah gaya hidup dan kesejahteraan psikologi individu. Nyeri akut yang timbul post debridement harus segera dikelola agar tidak timbul komplikasi seperti syok neurogenik, karena nyeri akut juga dapat menyebabkan denyut jantung, tekanan darah, dan frekuensi pernafasan meningkat. Apabila nyeri tidak dikontrol dapat menyebabkan proses rehabilitasi klien tertunda dan hospitalisasi menjadi lama (Sari & Sari, 2024).

Setelah menetapkan prioritas masalah, peneliti menyusun intervensi keperawatan yang bertujuan untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien Ny. N. Target yang diharapkan setelah 5x24 jam tindakan keperawatan adalah keluhan nyeri baik secara verbal maupun nonverbal pada pasien menurun. Intervensi keperawatan yang dilakukan mencakup beberapa aspek berikut: observasi meliputi identifikasi lokasi, karakteristik durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri; menilai skala nyeri; menganalisis faktor yang memperberat atau meredakan nyeri. Hal ini sesuai dengan panduan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa penilaian menyeluruh terhadap nyeri memungkinkan pemberian terapi yang lebih terarah dan efektif (Oktavia, Said, Amir, Iksan, & Yeni, 2022). Melalui identifikasi faktor-faktor yang memperberat atau meredakan nyeri, perawat dapat lebih memahami mekanisme dan pola nyeri pasien, serta mengoptimalkan intervensi yang diberikan. Intervensi terapeutik adalah memberikan Teknik non-farmakologis untuk membantu mengurangi nyeri. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa teknik non-farmakologis efektif dalam mengurangi nyeri, terutama pada kasus post debridement yang dialami pasien ini (Mulyana & Haryeti, 2025). Teknik ini membantu menenangkan system saraf pusat, yang pada gilirannya mengurangi persepsi nyeri tanpa memberikan efek samping.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

Intervensi edukasi seperti menjelaskan strategi untuk meredakan nyeri; dan mengajarkan teknik non-farmakologis sebagai metode tambahan dalam mengatasi nyer. Pemberian edukasi terkait pengelolaan nyeri meningkatkan keterlibatan pasien dalam proses perawatan yang berkontribusi pada pengurangan intensitas nyeri dan peningkatan kepuasan terhadap perawatan (Drake & Williams, 2017). Intervensi kolaborasi adalah berkoordinasi dengan tim medis dalam pemberian analgesik jika perlu (PPNI, 2018). Intervensi ini telah disesuaikan dengan teori serta kondisi pasien. Fokus utama intervensi adalah mengatasi nyeri akut dengan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya agar pasien dapat merasakan perbaikan dalam tingkat nyeri yang dialaminya.

Implementasi keperawatan adalah serangkaian tindakan yang dilakukan oleh perawat untuk membantu pasien mengatasi masalah kesehatan, dengan tujuan meningkatkan kondisi kesehatan pasien sesuai dengan kriteria hasil yang diharapkan (Prastiwi, Suryati, SHolihat, Wulan, & Astuti, 2023). Penelitian ini menunjukkan tindakan keperawatan yang diterapkan sesuai dengan rencana keperawatan yaitu pemberian terapi non-farmakologis berupa relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri akut.

Teknik relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang mudah dilakukan oleh siapa saja yang berhubungan dengan jari tangan dan aliran energi didalam tubuh serta tindakannya sederhana. Teknik relaksasi genggam jari juga sering disebut dengan *Finger Hold*. Teknik relaksasi genggam jari dilakukan dengan cara menggenggam jari sambil mengatur nafas yang dilakukan selama kurang lebih 3-5 menit. Relaksasi genggam jari mampu mengurangi ketegangan baik emosi maupun fisik karena ketika menggenggam jari akan menghangatkan menghangatkan titik masuk dan keluarnya energi meridian yang terletak pada jari tangan. Titik-titik refleksi yang ada pada tangan akan memberikan rangsangan secara spontan pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan gelombang listrik menuju otak yang kemudian diteruskan menuju saraf organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga mampu memperlancar sumbatan yang ada di jalur energi (Indrawati & Arham, 2020).

Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran, dan jiwa dalam mencapai keadaan relaksasi. Relaksasi alami ini secara spontan memicu pelepasan hormon endorfin yang berfungsi sebagai analgesik alami tubuh sehingga mengurangi intensitas nyeri (Kusuma et al., 2024). Teknik ini dapat diterapkan sebagai alternatif manajemen nyeri non-farmakologis pada pasien dengan keluhan nyeri dan mampu menghambat neurotransmitter nyeri dalam mengirimkan impuls nyeri yang disebabkan oleh prosedur invasif.

Implementasi keperawatan yang dilakukan selama lima hari sejak tanggal 10-14 Desember 2025. Seluruh Tindakan keperawatan telah dilakukan sesuai dengan intervensi yang direncanakan, yang meliputi: (1) mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri; (2) Mengidentifikasi skala nyeri; (3) memberikan teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri (relaksasi genggam jari); (4) menjelaskan strategi yang dapat membantu mengurangi nyeri; (5) berkolaborasi dalam pemberian analgetik yaitu ketorolac 30 mg setiap 8 jam. Ketorolac berfungsi sebagai analgesik non-steroid yang efektif untuk mengelola nyeri akut, dengan efek samping sedasi yang minimal, sehingga pasien dapat tetap aktif berpartisipasi dalam kegiatan rehabilitasi (Mallinson, 2019).

Implementasi keperawatan yang dilakukan berupa edukasi dan pelatihan teknik relaksasi genggam jari, disertai kontrak waktu pelaksanaan. Pasien diberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, dan prosedur terapi. Langkah-langkah menerapkan metode relaksasi genggam jari adalah sebagai berikut: (1) pasien harus ditempatkan dalam posisi yang nyaman; (2) evaluasi tingkat nyeri pasien menggunakan skala pengukuran nyeri pain measurement scale sebelum mulai melakukan teknik relaksasi; (3) minta pasien untuk rileks lalu menggenggam jari satu per satu (jempol, telunjuk, tengah, manis, kelingking) dengan tangan lain sambil menggenggam tangan pasien diminta untuk tarik napas dalam yaitu tarik nafas menggunakan hidung dan mengeluarkannya lewat mulut (Irawan, Wulandari, & Sukmaningtyas, 2022). Langkah relaksasi genggam jari dilakukan selama 3-5 menit setiap melakukannya dan prosedur genggam jari dilakukan tiga kali sehari atau saat pasien merasakan nyeri.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

Teknik relaksasi genggam jari ini bisa dilakukan secara mandiri, tanpa bantuan untuk mengurangi nyeri pasca operasi, dan membantu menenangkan tubuh dalam aktivitas sehari-hari (Hakim, Kesumadewi, & Ludiana, 2023). Penurunan intensitas nyeri dipengaruhi oleh berbagai faktor, di mana konsentrasi merupakan salah satu elemen kunci yang memengaruhi efektivitas teknik relaksasi genggam jari dalam mengurangi nyeri pada pasien pasca operasi. Kurangnya pengurangan nyeri yang signifikan dapat disebabkan oleh kurangnya konsentrasi selama relaksasi, yang mengakibatkan penurunan kualitas dan kuantitas gelombang alfa di otak, sehingga mengurangi efektivitas teknik distraksi untuk pengurangan nyeri (Liestarinaa, Hermawati, & Sutantod, 2023). Salah satu komponen penting dalam strategi relaksasi ini adalah posisi yang nyaman dan lingkungan yang tenang (Hidayat, Kartiningrum, & Sari, 2023). Latihan pernapasan dalam yang dikombinasikan dengan peningkatan genggaman dapat meningkatkan oksigenasi pada jaringan jari, menurunkan frekuensi napas, dan mempromosikan relaksasi mental, yang secara tidak langsung mengurangi persepsi nyeri (Febiantri & Machmudah, 2021).

Keberhasilan terapi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan sebelum dan sesudah penerapan relaksasi genggam jari (Wafa', Faradisi, & Fajriyah, 2021). Relaksasi genggaman jari sangat efektif dalam mengelola nyeri, karena teknik ini mudah ditiru dan dapat menghangatkan titik-titik di mana energi masuk dan keluar dari jari. Hal ini memberikan efek stimulasi spontan saat genggaman diterapkan, memungkinkan pasien untuk mengontrol diri saat mengalami nyeri. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan adanya pengaruh antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan relaksasi genggam jari (Rosiska, 2021).

Teknik ini bertujuan untuk mengurangi rasa sakit, ketakutan, kecemasan, menenangkan pikiran, dan meningkatkan sirkulasi darah. Pengurangan rasa sakit terjadi ketika seseorang melakukan relaksasi genggaman jari untuk mengendalikan rasa sakit yang dirasakannya, sehingga tubuh meningkatkan konsentrasi dan mengatur ritme pernapasan, memberikan rasa tenang yang secara efektif mengatasi rasa sakit. Teknik ini telah terbukti dapat

mengurangi tingkat rasa sakit pada pasien melalui strategi relaksasi.

SIMPULAN

Teknik relaksasi genggam jari terbukti efektif sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri akut. Implementasi yang dilakukan secara konsisten selama lima hari menunjukkan penurunan skala nyeri yang bermakna, baik berdasarkan penilaian subjektif maupun objektif pasien. Relaksasi genggam jari membantu menciptakan kondisi relaksasi fisik dan psikologis, sehingga mendukung pelepasan endorfin dan menghambat transmisi impuls nyeri. Sehingga, teknik ini dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan mandiri yang aman, sederhana, dan aplikatif untuk mendukung manajemen nyeri akut serta meningkatkan kualitas asuhan keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrizal, A., Faswita, W., & Wahyuni, S. (2022). *Buku Ajar Manajemen Perawatan Luka, Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Aswad, A. (2020). Relaksasi finger hold untuk penurunan nyeri pasien post operasi appendektomi. *Jambura Health and Sport Journal*, 2(1), 1-6.
- Badriah, L., Ligita, T., & Sukarni, S. (2023). *Pengalaman nyeri saat dilakukan debridement pada penderita dengan luka diabetikum*. 5(1), 9–18.
- Berkanis, A. T., Nubatonis, D., & Lastari, A. A. I. F. (2020). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di RSUD S.K. Kerik Kupang. *Applied Scientifics Journal*, 3(1), 6–13.
- Cooley, J., Obaidi, N., Diaz, V., Anselmo, K., Eriksson, E., Carlsson, A. H., Chan, R. K., & Nuutila, K. (2023). *Delivery of topical gentamicin cream via platform wound device to reduce wound infection — A prospective, controlled, randomised, clinical study*. October 2022, 1426–1435.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

- Drake, G., & Williams, A. C. (2017). Nursing Education Interventions for Managing Acute Pain in Hospital Settings: A Systematic Review of Clinical Outcomes and Teaching Methods. *Pain Management Nursing*, 18(1), 3–15. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2016.11.001>
- Eriyani, T., Karwati, K., Shalahuddin, I., & Pebrianti, S. (2024). Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien dengan Gangguan Nyeri Akut di Ruang Penyakit Dalam. *Malahayati Nursing Journal*, 6, 4348–4361.
- Febiantri, N., & Machmudah, M. (2021). Penurunan Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Menggunakan Terapi Teknik Relaksasi Benson. *Ners Muda*, 2(2), 31–36.
- Hakim, A., Kesumadewi, T., & Ludiana, I. (2023). Penerapan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pasien Dispepsia Di Ruang RPD B RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendekia Muda*, 3(1), 15–22.
- Hasliani, H. (2021). *Sistem Integumen*. Makassar: Tohar Media.
- 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*, 15(1), 1–12.
- Indrawati, U., & Arham, A. H. (2020). Pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari terhadap persepsi nyeri pada pasien post operasi fraktur. *Jurnal Keperawatan*, 18(1), 13–24.
- Kusuma, B. P., Inayati, A., & Ayubbana, S. (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Bedah RSUD Jenderal Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendekia Muda*, 4(September), 345–351.
- Liestarinaa, A. S., Hermawatib, P, Y. I., & Sutantod, A. (2023). Penerapan Relaksasi Genggam Jari Untuk Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 3(2), 67–74.
- Mallinson, T. E. (2019). A review of ketorolac as a prehospital analgesic. *Journal of Paramedic Practice*, 11(11), 1-6.
- Meidania, N., & Pratiwi, J. N. (2020). *Potensi Daun Serai Srbagai Terapi Komplementer Pada Selulitis*. 2, 163–170.
- Mulyana, E. A., & Haryeti, P. (2025). *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan Pasien Selulitis Pedis dengan Komplikasi Diabetes Mellitus : Laporan*. 15(2), 52–61.
- Oktavia, E., Said, F. F. I., Amir, N., Iksan, R. R., & Yeni, R. I. (2022). Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Pasca Sectio Caesarea Study Literature. *Malahayati Nursing Journal*, 4.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta: DPP PPNI.
- Prastiwi, D., Suryati, SHolihat, S., Wulan, P., & Astuti, N. M. (2023). *Metodologi Keperawatan: Teori dan Panduan Komprehensif*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Rosiska, M. (2021). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Op. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 01, 51–56.
- Santoso, A. I., Firdaus, A. D., & Mumpuni, R. Y. (2022). *Penurunan skala nyeri pasien post operasi sectio caesarea dengan teknik mobilisasi dini*. 11(April), 97–104.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>

Efektivitas relaksasi genggam jari untuk mengatasi nyeri akut pada pasien post debridement selulitis: Studi kasus keperawatan

- Sari, N. P., & Sari, M. (2024). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari pada Nyeri Akut Post Debridement Ulkus Diabetikum. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 7(2), 87–93.
- Shalihah, R. H., & Widaty, S. (2022). *Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, Dan Diabetes Melitus Dengan Kejadian Selulitis Pada Pasien Rawat Jalan Dan Rawat Inap RSUPN Dr. Cipto Mangunkusumo*. Jakarta : Program Pendidikan Dokter Umum.
- Wafa', O., Faradisi, F., & Fajriyah, N. N. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomi: Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 996–1004.
- Xue, Y., Zhou, J., Xu, B. N., Li, Y., Bao, W., Cheng, X. L., & Jia, C. Y. (2022). Global burden of bacterial skin diseases: a systematic analysis combined with sociodemographic index, 1990–2019. *Frontiers in medicine*, 9, 861115.

Hesty Atmana Sari, Sriyati*

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sriyati. *Email: sriyati@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2312>