

## ASUHAN KEPERAWATAN TENTANG PENGARUH RELAKSASI NAFAS DALAM DAN TEKNIK GENGAM JARI (FINGER HOLD) UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PENDERITA PRE OPERASI CA OVARIUM DI RUANGAN IBS LANTAI 2 RSUD ARIFIN ACHMAD PEKANBARU

Veronika<sup>1\*</sup>, Apriza<sup>2</sup>, Azlina<sup>3</sup>

Program Studi Profesi Ners Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : veronikaskep01@gmail.com

### ABSTRAK

Penatalaksanaan atau pengobatan utama penyakit kanker meliputi empat macam yaitu pembedahan, radioterapi, terapi hormon dan kemoterapi. Pembedahan atau operasi adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif yang pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan serta diakhiri dengan penutupan dan pejahitan luka. Akibat dari prosedur pembedahan pasien akan mengalami gangguan rasa nyaman nyeri. Salah satu pengobatan non-farmakologi yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari relaksasi nafas dalam.. Tujuan penelitian adalah untuk melakukan asuhan keperawatan tentang pengaruh relaksasi nafas dalam dan teknik *finger hold* (genggam jari) dalam mengurangi nyeri pada pasien pre operasi ca ovarium di ruangan IBS Lantai 2 RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Penelitian dilakukan pada tanggal tanggal 26 Januari 2022.. Hasil penelitian menunjukkan setelah melakukan terapi teknik relaksasi nafas dalam skala nyeri pasien belum menunjukkan adanya signifikan dari skala nyeri 5-4 maka dari itu perawat mengkombinasikan dengan melakukan teknik genggam jari (*finger hold*) dan didapat kan skala nyeri pasien menurun dari 5 menjadi 4 dan klien mengatakan dapat lebih tenang dan dapat melakukan relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*). Diharapkan klien untuk selalu dapat memperhatikan kesehatannya, selalu melakukan relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) dengan rutin dan memperhatikan waktu istirahat.

**Kata kunci** : ca ovarium, *finger hold*, relaksasi nafas dalam

### ABSTRACT

*The main management or treatment of cancer includes four types, namely surgery, radiotherapy, hormone therapy and chemotherapy. Surgery or operations are all medical procedures that use invasive methods which are generally carried out by making an incision and ending with closing and stitching the wound. As a result of the surgical procedure, the patient will experience discomfort and pain. One of the non-pharmacological treatments that can be carried out is the finger hold relaxation technique, deep breathing relaxation. The aim of the research is to carry out maintenance on the effect of deep breathing relaxation and the finger hold technique in reducing pain in pre-ovarian ca surgery patients in the IBS room. 2nd Floor of Arifin Achmad Hospital Pekanbaru. The research was conducted on January 26 2022. The results of the study showed that after carrying out breathing relaxation technique therapy, the patient's pain scale did not show any significance on the pain scale of 5-4, therefore the nurse combined it with the finger hold technique and obtained it. The patient's pain scale decreased from 5 to 4 and the client said he was calmer and could do deep breathing relaxation and finger hold techniques. It is hoped that clients will always pay attention to their health, always practice deep breathing relaxation and finger holding techniques regularly and pay attention to rest times.*

**Keywords** : ovarian ca, deep breath relaxation, *finger hold*

### PENDAHULUAN

Kanker merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh pertumbuhan sel-sel jaringan

tubuh yang tidak normal. Sel-sel kanker akan terus berkembang dengan cepat, tidak terkendali, dan akan terus memebela diri (Istighosah & Yunita, 2019). Kanker ovarium adalah tumor ganas yang berasal dari ovarium dengan berbagai tipe histology yang dapat mengenai semua umur. Kanker ovarium bias menyebar ke bagian lain, panggul, dan perut melalui sistem getah bening dan melalui sistem pembuluh darah menyebar ke hati dan paru-paru (Utami, 2016).

Berdasarkan data *Global Burden Of Cancer Study* (GLOBOCAN) tahun 2020 menunjukkan, terdapat 14,896 kasus baru kanker ovarium dengan angka kematian sebanyak 9581 setiap tahunnya di Indonesia. Menurut data kanker ovarium yang ditemukan di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru dari tahun 2019-2021 terdapat 1.761 yang menderita kanker ovarium.

Dampak dari kanker ovarium pada stadium awal tidak mengalami perubahan pada tubuh yang tidak begitu terasa pada diri wanita karena awal perubahannya di dalam tubuh mengalami keputihan yang dianggap wanita itu hal biasa. Tetapi, pada stadium lanjut yaitu stadium II-IV akan mengalami perubahan pada tubuh karena sudah bermetastase ke jaringan luar pelvis misalnya jaringan hati, gastrointestinal dan paru-paru sehingga akan menyebabkan anemia, asites, efusi pleura, nyeri ulu hati dan anoreksia itulah sebabnya tumor ini dikenal sebagai diam-diam namun mematikan (*silent killer*) (Reeder, dkk, 2013).

Penatalaksanaan atau pengobatan utama penyakit kanker meliputi empat macam yaitu pembedahan, radioterapi, terapi hormon dan kemoterapi. Kemoterapi merupakan proses pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang bertujuan untuk membunuh atau memperlambat sel kanker (Astuti, 2015). Pembedahan atau operasi adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan serta diakhiri dengan penutupan dan pejahitan luka. Akibat dari prosedur pembedahan pasien akan mengalami gangguan rasa nyaman nyeri (fitriyanti, 2020).

Nyeri merupakan salah satu dari masalah-masalah keluhan pasien tersering di rumah sakit. Penanganan nyeri secara farmakologis dianjurkan dalam penanganan nyeri. Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada pasien dengan ca ovarium, baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Metode non farmakologi dapat dilakukan dengan cara relaksasi, teknik pernapasan, pergerakan dan perubahan posisi, massase, akupressur, terapi panas atau dingin, music, TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), dan teknik genggam jari (*finger hold*).

Salah satu pengobatan non-farmakologi yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) merupakan cara yang mudah untuk mengurangi rasa nyeri dan membatu mengurangi ketegangan fisik dan emosi. Teknik relaksasi dengan cara menggenggam jari pada titik refleksi tangan akan memberikan rangsangan secara reflek atau spontan, rangsangan akan memberikan energi listrik yang berjalan ke otak. Rangsangan tersebut akan di terima oleh otak selanjutnya otak akan memberi tahu syaraf untuk memperbaiki organ didalam tubuh yang mengalami gangguan, kemudian sumbatan pada jalur energi akan menjadi lancar dan tubuh menjadi rileks (Pinandita, dkk, 2012).

Selain dengan teknik genggam jari (*finger hold*), penuruna nyeri dapat dilakukan dengan teknik relaksasi nafas dalam. Relaksasi nafas dalam adalah teknik menarik nafas dalam-dalam dengan menggunakan pernafasan dada melalui hidung akan mengalirkan oksigen ke darah, kemudian dialirkan keseluruh tubuh, sehingga pasien akan merasakan rileks dan nyaman karena tubuh akan mengalirkan hormon endorphen yang merupakan penghilang rasa sakit alami dalam tubuh (faujiah *et al*, 2018).

Tujuan penelitian adalah untuk melakukan asuhan keperawatan tentang pengaruh relaksasi nafas dalam dan teknik *finger hold* (genggam jari) dalam mengurangi nyeri pada

pasien pre operasi ca ovarium di ruangan IBS Lantai 2 RSUD Arifin Achmad Pekanbaru.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada 1 orang responden. Pengkajian ini dimulai pada tanggal 26 Januari 2022 dari tahap pengkajian, menganalisa data, menegakkan diagnosa, mengintervensi asuhan keperawatan, mengimplementasikan dan mengevaluasi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi dan wawancara langsung dengan klien serta catatan rekam medis klien.

## HASIL

Asuhan keperawatan ini dilakukan pada tanggal 26 Januari 2022.

### Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan kepada pasien didapatkan data pasien mengatakan nyeri area perut bagian bawah, P: nyeri semakin terasa ketika bergerak, Q : seperti tertusuk-tusuk, R : perut bagian bawah, S : skala nyeri 5 (sedang), T : hilang timbul, ekspresi wajah klien tampak meringis kesakitan, klien tampak gelisah, kurang nyaman, klien tampak lemas, TTV (TD : 110/60 mmHg, N : 110x/menit, Respirasi : 20x/menit, Suhu : 36,5 ° C). Riwayat kesehatan dahulu : klien tidak memiliki riwayat alergi makanan dan obat, Riwayat kesehatan keluarga : ibu klien mengatakan keluarganya tidak mempunyai riwayat penyakit keturunan.

### Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan analisa data yang dilakukan maka diperoleh prioritas diagnosa keperawatan pada kasus An. T yaitu Nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis. D.0077. Ansietas berhubungan dengan kurangnya pengetahuan. D.0080

### Intervensi keperawatan

Intervensi keperawatan atau rencana tindakan keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan pada An. T yaitu, bertujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam, maka diharapkan mampu mengontrol nyeri menggunakan teknik non-farmakologi (relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari) untuk mengurangi nyeri, pasien menunjukkan ekspresi wajah rileks, pasien menyatakan nyerinya berkurang dari skala 5-3, pasien tidak mengeluh kesakitan, meringis menurun dan memberikan teknik non farmakologi (relaksasi napas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*)) yang sudah diberikan.

### Implementasi Keperawatan

Tindakan keperawatan untuk diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis pada klien yang dilakukan pada tanggal 26 januari 2022 pada jam 10.00 wib, penulis melakukan observasi reaksi non-verbal dari ketidaknyamanan yang dirasakan klien, mengkaji nyeri secara komprehensif, mengajarkan teknik non - farmakologi (teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*)), memonitor keberhasilan kontrol nyeri dengan menggunakan teknik non - farmakologi (teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*)), menganjurkan teknik non - farmakologi (relaksasi napas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*)), dan kolaborasi pemberian analgetik ( jika perlu).

### Evaluasi Keperawatan

Setelah melakukan terapi teknik relaksasi nafas dalam skala nyeri pasien belum menunjukkan adanya signifikan dari skala nyeri 5-4 maka dari itu perawat mengkombinasikan dengan melakukan teknik genggam jari (*finger hold*) dan didapat kan skala nyeri pasien menurun dari 5 menjadi 4 dan klien mengatakan dapat lebih tenang dan dapat melakukan relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*). Data objektif klien tampak lebih tenang, klien tampak dapat melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) dengan baik, skala nyeri berkurang dari skala 5 menjadi skala 4 (*Visual Analogue Scale*) klien lebih rileks. Tekanan darah : 120/85 mmHg, N : 90x/menit, RR : 20x/menit dan S : 36,5<sup>0</sup>c.

Dapat disimpulkan bahwa masalah keperawatan yang diderita klien belum teratasi dengan signifikan dan yang ditandai dengan klien masih merasakan nyeri dengan skala nyeri 4 (nyeri sedang).

### PEMBAHASAN

Analisis dan diskusi hasil tentang teori dengan realita di lapangan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan Ca ovarium dengan nyeri akut diantaranya :

#### Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan penelitian yang telah di lakukan oleh Charalambous A, dkk (2016) mengatakan nyeri yang dirasakan oleh pasien kanker biasa disebabkan oleh tumor kanker dan pengobatan yang dijalani, dan biasanya nyeri dapat menyebabkan kelelahan dan selanjutnya insomnia. Skor skala *visual analogue scale* (VAS) pada kasus sebelum dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) yaitu 5 didapatkan data klien meringis kesakitan, nyeri terasa ditusuk - tusuk, nyeri di perut bagian bawah hingga ke panggul, nyeri terasa hilang timbul, klien tampak lemas.

#### Diagnosa Keperawatan

Secara teoritis pasien dengan ca rectum maka dirumuskan diagnosa keperawatan yang muncul pada An. T adalah Nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis. D.0077. Ansietas berhubungan dengan kurangnya pengetahuan. D.0080

Diagnosa keperawatan diambil dari masalah actual atau potensial dan berdasarkan pendidikan serta pengalamannya perawat mampu mengatasinya.

Pada diagnosa keperawatan didapatkan kesenjangan antara tinjauan pustaka dan tinjauan kasus, pada tinjauan kasus terdapat satu diagnosa yang tidak muncul pada tinjauan kasus yaitu risiko perdarahan berhubungan dengan proses keganasan, dikarenakan tidak terdapat tanda-tanda perdarahan pada klien, dan klien baru pertama kali datang ke rumah sakit untuk berobat.

#### Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan antara yang penulis lakukan dengan jurnal yang penulis terapkan memiliki kesamaan yaitu pasien kanker yang mengalami nyeri akut akibat agen pencedera fisiologis. Nyeri untuk penderita kanker adalah salah satu gejala yang paling ditakuti oleh pasien kanker yang disebabkan oleh tumor kanker dan proses pengobatan, nyeri biasanya dapat menyebabkan kelelahan dan gangguan tidur (Charalambous, 2016).

Pada intervensi keperawatan dengan diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis tidak ditemukan adanya kesenjangan antara tinjauan pustaka dengan tinjauan kasus. Hal ini disebabkan pada tinjauan pustaka dan tinjauan kasus sama-sama menjabarkan rencana tindakan keperawatan yang sama yaitu identifikasi lokasi,

karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas, skala, respon non verbal pada nyeri yang dialami oleh klien, serta mengajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dan memonitor keberhasilan terapi komplementer yang telah diajarkan kepada klien.

### Implementasi Keperawatan

Implementasi yang diberikan yaitu melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) untuk mengurangi rasa nyeri penderita ca ovarium yang diakibatkan oleh agen pencedera fisiologis. Sebelum dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) untuk mengurangi rasa nyeri penderita ca ovarium yang diakibatkan oleh agen pencedera fisiologis diketahui skala nyeri yang diukur dengan *visual analogue scale* (VAS) adalah 5 (nyeri sedang).

Berdasarkan implementasi yang dilakukan pada klien yaitu tidak membutuhkan waktu yang terlalu lama untuk membuat klien kooperatif dalam menjalani relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) dan skala nyeri klien menurun menjadi 4 setelah melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*).

Menurut asumsi penulis, kelebihan dari implementasi teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) adalah mampu menciptakan ketenangan dan menurunkan tekanan pada klien, sehingga klien merasa nyaman dan nyeri dapat berkurang. Teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) juga dapat meningkatkan status kesehatan, yang mana dapat dilakukan dengan mudah oleh klien untuk mengatasi nyeri yang diakibatkan oleh ca ovarium.

### Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi pada An. T evaluasi akhir setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) selama 10-15 menit klien mengatakan rasa nyeri sudah mulai dapat dikontrol walau hanya berkurang sedikit, dan klien dapat sedikit lebih tenang. Data objektif klien tampak lebih tenang, klien tampak dapat melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) dengan baik, skala nyeri yang dirasakan oleh klien diukur dengan menggunakan skala *visual analogue scale* (VAS), dan didapatkan hasil skala nyeri yang dirasakan oleh klien sebelum melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) adalah 5, dan setelah melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) skala nyeri yang dirasakan oleh klien adalah 4.

Berdasarkan hasil evaluasi pada kasus implementasi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri yang diderita oleh klien belum teratasi dengan signifikan, karena waktu pemberian intervensi yang terlalu singkat.

### KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan pada klien nyeri berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dengan melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan Teknik genggam jari (*finger hold*), maka dapat disimpulkan pengkajian yang didapatkan yaitu klien mengalami nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis yang ditandai dengan klien mengeluh nyeri pada perut bagian bawah dengan skala nyeri 5 dan rasa nyeri terasa seperti ditusuk-tusuk yang terasa hilang timbul. Hasil analisa data pada kasus didapatkan diagnosa keperawatan utama pada klien adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Intervensi keperawatan yang di terapkan yaitu teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita Ca ovarium. Implementasi yang diberikan pada klien adalah sesuai dengan intervensi yaitu memberikan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) sampai

masalah teratasi dan tidak ada perbedaan yang signifikan dengan penelitian yang terdahulu. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri pada penderita Ca ovarium setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*). Hasil analisa inovasi keperawatan sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dan teknik genggam jari (*finger hold*) didapatkan hasil. Penurunan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis pada A.T dengan *Ca Ovarium* di Ruang IBS Lantai 2 RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau tahun 2022 dapat berkurang, namun belum signifikan.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada ibu Ns, Apriza, M.Kep dan ibu Ns. Azlina, S.Kep selaku pembimbing yang telah mendukung, meluangkan waktu dan membantu dalam proses pelaksanaan penelitian sehingga tulisan ilmiah ini dapat diselesaikan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alkafi. (2014). File Jadi Propolis terhadap Tukak Lambung. *Jurnal Kesehatan*.
- Amanda. (2020). Penerapan teknik relaksasi napas dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu post partum dengan post sectio caesarea di ruangan siti aisyah RS Islam Ibnu Sina Bukittinggi tahun 2020. *Jurnal Perintis*.
- Andriyani. (2020). Perbedaan relaksasi nafas dalam dengan genggam jari terhadap penurunan nyeri post operasi laparatomi di RSUD Temanggung. *Jurnal Keperawatan Temanggung*.
- BPPKDepkes. (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Dewi. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam terhadap Penurunan Persepsi Nyeri pada Lansia dengan Arthritis rheumatoid. *Jurnal Keperawatan*.
- Dina. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam terhadap Penurunan Persepsi Nyeri pada Lansia dengan Arthritis reumatoid. *Jurnal Kesehatan*.
- Inggriana. (2019). Asuhan keperawatan hipertensi pada Ny. J dengan teknik relaksasi napas dalam di ruang Dahlia RSUD H. Hnfie Muara Bungo 2019. *Jurnal Perintis*.
- Kuntoro. (2017). Pengaruh tehnik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi di bangsal bedah kelas III rumah sakit umum daerah wates. *Jurnal Kesehatan*.
- Satriyo. (2016). Pengaruh pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap tingkat nyeri pada pasien post operasi dengan anastesi umum di RSUD Dr. moewardi Surakarta. *Jurnal Keperawatan Surakarta*.
- Sayuti. (2020). Karakteristik Peritonitis Perforasi Organ Berongga di RSUD Cut Meutia Aceh Utara. *Jurnal Averrous*.
- SDKI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Cetakan III*. Jakarta: Dewan pengurus Pusat PPNI.
- Sri. (2016). Efektivitas relaksasi napas dalam dan distraksi dengan latihan 5 jari terhadap nyeri post laparatomi. *Jurnal Keperawatan Volume 4*.
- Utami. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kesehatan Rahayu Semarang*.
- Wianti. (2018). Perbedaan efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dan kompres hangat dalam penurunan nyeri dysmenorrhea. *Jurnal Keperawatan Silampari*.
- Zainudin. (2015). Asuhan keperawatan pada pasien bapak S yang menjalani pasca operasi laparatomi dengan indikasi ulkus peptikum e.c perforasi gaster diruang cempaka rumah sakit umum daerah abdul wahab sjahranie samarinda. *Jurnal Kesehatan Samarinda*.