

Pengaruh Relaksasi Genggam Jari pada Nyeri Akut Post Debridement Ulkus Diabetikum

Nengke Puspita Sari^{1,*}, Maritta Sari²

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti, Mahakam raya 16, Bengkulu

* nengkerania@gmail.com

Abstrak

Ulkus diabetikum merupakan komplikasi umum pasien DM yang tidak dapat mengontrol kadar gula darah, *ulkus* ini termasuk dalam kondisi serius yang perlu segera ditangani dengan menjalani *debridement* untuk mencegah kerusakan saraf lebih lanjut. Dampak yang timbul setelah post *debridement* adalah nyeri yang disebabkan oleh luka bekas operasi, nyeri yang timbul harus segera ditangani agar tidak timbul komplikasi seperti *syok neurogenik*. Untuk mengatasi nyeri post *debridement* diperlukan penatalaksanaan manajemen nyeri menggunakan non farmakologi salah satunya terapi relaksasi genggam jari untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post *debridemen ulkus diabetikum*. Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana penerapan relaksasi genggam jari dalam menurunkan nyeri post *debridement ulkus diabetikum*. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian didapatkan penurunan skala nyeri, sebelum dilakukan intervensi skala nyeri pasien 6 dan setelah dilakukan tindakan terjadi penurunan skala nyeri pasien 0. Dengan tehnik relaksasi genggam jari dapat dilakukan post *debridement ulkus diabetikum* dalam mengurangi nyeri.

Kata kunci: Ulkus Diabetikum, Relaksasi Genggam Jari, Skala Nyeri, debridement

The Effect of Finger Grasp Relaxation on Acute Pain Post Diabetic Ulcer Debridement

Abstract

Diabetic ulcers are a common complication of DM patients who cannot control their blood sugar levels, these ulcers are included in serious conditions that need to be treated immediately by undergoing debridement to prevent further nerve damage. The impact that arises after post debridement is pain caused by surgical wounds, the pain that arises must be treated immediately to avoid complications such as neurogenic shock. To overcome post debridement pain, pain management is needed using non-pharmacological methods, one of which is finger grip relaxation therapy to reduce the pain scale in patients with post debridement of diabetic ulcers. This study aims to determine how the application of finger grip relaxation in reducing post debridement pain of diabetic ulcers. This study uses a descriptive method with a quantitative. The results of the study obtained a decrease in the pain scale, before the intervention the pain scale of patient 6 and after the action there was a decrease in the pain scale of patient 0. With the finger grip relaxation technique, post debridement of diabetic ulcers can be done to reduce pain.

Keywords: *Diabetic Ulcer, Finger Grasp Relaxation, Pain Scale, Debridement*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO 2021) Penduduk di dunia, 1,5 juta jiwa meninggal karena *Diabetes* yang mengalami komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal kronik (GGK) dan TBC. Penyebab *Diabetes Melitus* yaitu gangguan metabolisme yang terjadi pada organ *pankreas* yang ditandai dengan peningkatan gula darah atau yang sering disebut dengan kondisi *hiperglikemia* karna penurunannya jumlah insulin dari *pankreas*. *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan pada tahun 2045 jumlah penderita *diabetes* akan meningkat menjadi 783 juta. Meningkatnya jumlah pasien DM dapat berujung pada meningkatnya komplikasi pada pasien DM (Betten et al., 2024). Di Indonesia prevalensinya sekitar 15%, dengan risiko amputasi 30%, dan angka kematian 32%, selain itu angka kematian 1 tahun pasca amputasi sebesar 14.8%.

Ulkus diabetikum merupakan komplikasi umum pada pasien DM yang tidak dapat mengontrol kadar gula darah akibat penyakit pembuluh darah perifer atau perawatan kaki yang tidak memadai. *Ulkus* ini termasuk dalam kondisi serius yang perlu segera ditangani, jika kondisi sudah parah penderita *ulkus diabetes* harus menjalani *debridemen* untuk mencegah kerusakan saraf lebih lanjut (Wirda Faswita, 2023).

Debridement adalah pembuangan jaringan *nekrosis* atau *slough* pada luka, *debridement* dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu Biologis, Enzimatik, Oautolitik, Mekanis dan Bedah. *Debridement* dilakukan untuk menghindari terjadinya infeksi atau selulitis, karena jaringan *nekrosis* selalu berhubungan dengan adanya peningkatan jumlah bakteri. Pasien post *debridement* belum tentu terhindar dari

risiko infeksi, oleh karena itu perlu dilakukan perawatan luka lanjutan pada *ulkus* dengan post *debridement* (Dewi, 2023). Dampak yang timbul setelah post *debridement* adalah nyeri. Nyeri post *debridement* kemungkinan disebabkan oleh luka bekas operasi tetapi kemungkinan sebab lain harus dipertimbangkan.

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. Jika nyeri tidak dikontrol dapat menyebabkan proses rehabilitasi klien tertunda dan hospitalisasi menjadi lama. Hal ini karena klien memfokuskan semua perhatiannya pada nyeri yang dirasakan. Ada sejumlah terapi yang dapat perawat lakukan dalam penatalaksanaan nyeri akut post *debridement* diantaranya terapi non farmakologis sebagai terapi alternatif yang potensial untuk meningkatkan manajemen nyeri post *debridement*.

Beberapa terapi dapat meningkatkan perlakuan medis dan meningkatkan kenyamanan pasien dari stimulasi pada area kulit (seperti pemberian kompres panas dan dingin, massage), *acupressure*, distraksi, *reframing*, *hipnotis*, *biofeedback*, dan relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari merupakan bagian dari teknik *jin syin jyutsu*. *Jin syin jyutsu* adalah akupresur jepang. Bentuk seni yang menggunakan sentuhan sederhana tangan dan pernafasan untuk menyeimbangkan energi didalam tubuh.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukandengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Larasati & Hidayati, 2022). Rancangan penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi atau hasil tingkat nyeri pada pasien post operasi Debridement setelah melakukan relaksasi genggam jari. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 4 responden yang di rawat di Bangsal. Kriteria inklusi : a) Pasien dengan kesadaran penuh, b) Pasien bersedia menjadi responden, c) Skala nyeri sedang, d) Pasien post debridement bedah, e) Pasien bersedia di lakukan intevensi di rumah. Dan Kriteria eksklusi: a) pasien yang memiliki komplikasi, b) pasien tidak kooperatif. Pengumpulan data pada penelitian menggunakan data primer dan data data sekunder.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui hasil penerapan relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri luka post op debridementdi. Sampel dalam penelitian yaitu sebanyak 4 responden yang merupakan pasien post debridement. Penelitian ini dilakukan secara langsung oleh peneliti kepada responden. Analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat, analisa ini digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari tiap-tiap variabel yang diteliti. Variabel yang dianalisa secara univariat dalam penelitian ini berupa data umum dan khusus. Data umum mengenai usia responden dan data

khusus berupa skala nyeri. Hasil penelitiannya sebagai berikut :

a. Skala Nyeri Responden Sebelum Melakukan Relaksasi Genggam Jari

Berdasarkan analisa data menggunakan statistik deskriptif, diperoleh skala nyeri responden sebelum melakukan relaksasi genggam jari adalah sebagai berikut:

Table 1. Skala Nyeri Responden Sebelum Melakukan Relaksasi Genggam Jari

No	Inisial	Skala nyeri	Intensitas
1	Ny. z	6	sedang
2	Ny. c	6	sedang
3	Ny. l	5	sedang
4	Ny. k	3	ringan

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 4 responden, pada penelitian ini mayoritas responden termasuk pada kategori nyeri sedang dan berat. Nyeri sedang dengan skala 5 dan 6 sebanyak 3 orang (75 %) dan nyeri ringan dengan skala 3 sebanyak 1 orang (25%). Peneliti memilih responden dengan rentang nyeri ringan ke sedang dikarenakan relaksasi genggam jari akan lebih efektif pada nyeri skala ringan ke skala sedang.

b. Skala Nyeri Responden Sesudah Melakukan Relaksasi Genggam Jari

Table 2. Skala Nyeri Responden Sesudah Melakukan Relaksasi Genggam Jari

No	Inisial	Skala nyeri	Intensitas
1	Ny. z	3	sedang
2	Ny. c	2	sedang
3	Ny. l	0	ringan
4	Ny. k	0	ringan

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 4 responden, pada penelitian ini mayoritas responden termasuk pada kategori tidak nyeri sebanyak 2 orang (50 %) dan skala nyeri ringan orang (50 %). Responden mengalami penurunan skala nyeri setelah melakukan teknik relaksasi genggam jari.

c. Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Table 3. Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Hari Intervensi	Karakteristik	Inisial Responden			
		Ny.z	Ny.C	Ny.I	Ny. k
1	Sebelum	Skala 6	Skala 6	Skala 5	Skala 3
	Sesudah	Skala 6	Skala 6	Skala 5	Skala 2
2	Sebelum	Skala 5	Skala 4	Skala 4	Skala 1
	Sesudah	Skala 3	Skala 2	Skala 3	Skala 0
3	Sebelum	Skala 3	Skala 2	Skala 3	Skala 0
	Sesudah	Skala 3	Skala 2	Skala 1	Skala 0
4	Sebelum	Skala 3	Skala 2	Skala 1	Skala 0
	Sesudah	Skala 3	Skala 2	Skala 0	Skala 0

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan perkembangan skala nyeri pasien sebelum dan sesudah menerapkan relaksasi genggam jari yang dilakukan selama empat hari. Pada Ny. 1 dan Ny. K mengalami penurunan yang signifikan dari skala 5 (nyeri sedang) dan 3 (nyeri ringan) menjadi skala 0 (tidak ada nyeri) pada hari ke empat intervensi.

Hasil dalam penelitian menunjukkan skalan yeri sebelum dilakukan penerapan berada pada skalasedang. Nyeri yang dirasakan responden terjadi akibat proses menghilangkan kulit mati atau benda asing dari luka. Sedangkan untuk skala nyeri responden sebelum menerapkan

relaksasi genggam jari memiliki perbedaan skala nyeri ini mungkin diakibatkandaridaerah dan luas luka yang di lakukan debridemet. Peneliti memilih responden dengan rentang nyeri sedang dikarenakan relaksasi genggam jari akan lebih efektif pada nyeri skala ringan hingga nyeri sedang.Hasil penelitian menurut(Rosiska, 2021)menunjukkan bahwaPasien pasca operasi sering mengalami nyeri akibat diskontinuitas jaringan atau luka operasi akibat insisi pembedahan serta akibat posisi yang dipertahankan selama prosedur pasca operasi sendiri. Dari segi penderita timbulnya dan beratnya rasa nyeri pasca bedah dipengaruhi fisik, psikis atau emosi, karakter individu dan sosial kultural maupun pengalaman masa lalu terhadap rasa nyeri. Salah satu manajemen nyeri secara nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari merupakan teknik yang sederhana dan mudah untuk dilakukan, sehingga sangat efektif untuk dilakukan pada skala nyeri sedang ke nyeriringan.

Hasil penelitian menurut (AZ et al., 2022) menunjukkan bahwa skala nyeri yang dirasakan responden berbeda-beda. Faktor yang mempengaruhi ambang nyeri seseorang biasanya dikaitkan dengan pengalaman masa lalu. Responden yang sudah biasa mengalami nyeri pada nyeri selanjutnya akan mengalami nyeri sedang atau ringan. Hal ini terjadi karena tingkat toleransi pada pasien terhadap nyeri lebih tinggi. Mudah tidaknya seseorang mengatasi nyeri tergantung pengalaman di masa lalu dalam mengatasi nyeri.

Kombinasi antara obat analgesik dengan teknik relaksasi genggam jari merupakan teknik yang dapat membantu menurunkan skala nyeri. Hal tersebut didukung opeh hasil

penelitian yang dilakukan oleh (Rosiska, 2021), menunjukkan bahwa terjadi perubahan skala nyeri setelah diberikan intervensi relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari diberikan sebagai pendamping terapi farmakologi yang berguna untuk meningkatkan efek analgesik sebagai terapi pereda nyeri. Kombinasi teknik ini dilakukan secara simultan dan sebagai cara yang efektif dalam meredakan nyeri.

Hasil penelitian menurut (Sisy Rizkia Putri, 2020) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari sangat efektif untuk diterapkan dalam menangani rasa nyeri, karena selain sangat mudah untuk diduplikasikan relaksasi genggam jari ini nantinya akan dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi yang terletak pada jari-jari tangan. Sehingga nantinya mampu memberikan sebuah efek rangsangan secara spontan pada saat dilakukan genggamannya hingga pasien mampu mengontrol diri saat merasa nyeri.

Hasil penelitian menurut Rosiska, (2021) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah diberikan relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari bertujuan untuk mengurangi nyeri, rasa takut, rasa cemas, menenangkan pikiran, melancarkan peredaran darah. Penurunan rasa nyeri dapat terjadi ketika seseorang melakukan relaksasi genggam jari untuk mengendalikan nyeri yang dirasakan, maka tubuh akan meningkatkan konsentrasi sehingga dapat mengatur ritme pernafasan. Sehingga memberikan rasa tenang yang mampu mengatasi nyeri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis diatas, maka peneliti menarik kesimpulan :1.Skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi genggam jari berada pada skala nyeri sedang. 2.Skala nyeri setelah dilakukan relaksasi genggam jari pada responden , 2, 3 berada pada katagori skala sedang, sedangkan responden keempat pada katagori skala ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Betten, I. C., Sanan, Y. C. U., Rohi, E. D. F. R., & Berek, P. A. L. (2024). Manajemen Nyeri Post Operasi Amputasi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 6(01), 111–114.
<https://doi.org/10.32938/jsk.v6i01.6436>
- Chasanah, O. N. (2021). Asuhan Keperawatan pada Tn. S dengan Ulkus Diabetikum di Ruang Baitussalam 1 RSI Sultan Agung Semarang. In *Karya Tulis Ilmiah*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Dewi. (2023). Asuhan Keperawatan Gangguan Integritas Jaringan Dengan Pemberian Polyhexamethylene Dan Madu Pada Pasien Post Debridement Ulkus Diabetikum Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Pada Tahun 2023. *Poltekkes Tanjungkarang*, 1–24.
[https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/4754/6/BAB II.pdf](https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/4754/6/BAB%20II.pdf)
- Hatina, N. I. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Debridement Ulkus Diabetikum Dalam Mengatasi Nyeri Akut

Dengan Intervensi Aroma Terapi Lavender Di RSUD Ahmad Yani Metro Lampung. 4(1), 1–23.

Indah Widya Febryani¹. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Yang Mengalami Nyeri Akut Melalui Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Post Operasi Abses Selulitis Dextra Pedis. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1275–1289.

Irul Handinata¹. (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di Ruang Bedah Khusus Rsud Jenderal Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 6(1), 407–415.

Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Ulkus Diabetikum Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Desa Adat Padangaji Tahun 2021. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.

Karil Dhea Virginia Tandi. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Debridement Di Rsud Dr.Kanudjoso Djatiwibowo Balikpapan. 7(3), 6.

NURJANI, & Teknik, I. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Nn.K Post Op Hemoroid Dengan Implementasi Teknik Relaksasi Genggam Jari Di Ruang Anggrek Rsud Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023 Disusun.

Nurlestari, S. (2022). Analisis intervensi teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan rasa nyeri pada pasien post appendiktomi. 37–45. <http://repository.unpkediri.ac.id/id/eprint/11388>

Oktavia, A. Y. (2023). Penerapan Perawatan Luka Pada Pasien Ulkus Vol.7 No.2 Desember 2024 : 87-93

Diabetikum Dengan Gangguan Intergritas Jaringan Di RSUD Panembah Senopati. 10–27.

<https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>

Susanti, M., Anggraeni, R., & Sari, P. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Post Debridement Ulkus Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Harapan Bunda Jakarta Pendahuluan Diabetes Melitus merupakan suatu

munculnya luka diabetik (Level et al , 2021). Salah satu dampak.

Widodo, W., Muzaki, A., Yanuar Anggoro, W., Dafiyanti Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Purworejo, A., & Raya Purworejo -Kutoarjo NoKm, J. (2024). Perilaku Pencegahan Ulkus Kaki Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan*, 16, 609–614. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>

Wirda Faswita, J. D. N. (2023). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Perilaku Pencegahan Ulkus Diabetik Pada Penderita Dm. *Jurnal Keperawatan*, 15(September), 331–338.

<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>

Yalini, L., Samiasih, A., & Armiyati, Y. (2024). Pendidikan Perawatan Kaki dalam Pencegahan Ulkus Kaki Diabetikum. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(4), 136–139.

Yanuar, A. D. (2021). Penerapan Perawatan Luka Dengan Kompres Madu Pada Pasien Dengan Ulkus Diabetikum Grade 2. *Mandira Cendikia*, 2(9), 447–455. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/575/454>

Zuzetta, T., Pudiarifanti, N., & Sayuti, N. (2022). Faktor yang mempengaruhi

kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. Jurnal Pharmacopoeia, 1(2), 131–142.