

## Pengaruh Meremas Plastisin Terhadap Nyeri Pasca Operasi Laparatomi Di RS Lavalette Malang

Dwi Savira Agustin<sup>1</sup>, Arief Bachtiar<sup>2</sup>, Nurul Pujiastuti<sup>3</sup>, Kissa Bahari<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup> Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang  
Email: saviraagustin92@gmail.com

### Abstrak

Nyeri pasca operasi merupakan masalah umum yang dapat mengganggu proses penyembuhan dan menurunkan kualitas hidup, dengan sekitar 70% kasus terjadi pada pasien yang menjalani operasi laparatomi. Diperlukan intervensi keperawatan mandiri yang sederhana untuk manajemen nyeri, salah satunya dengan teknik relaksasi meremas plastisin. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh meremas plastisin terhadap nyeri pasca operasi laparatomi. Desain penelitian menggunakan quasi-eksperimental dengan rancangan pre-post-test dua kelompok, melibatkan 40 responden yang dibagi menjadi kelompok perlakuan dan kontrol. Tingkat nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), dengan analisis data uji Wilcoxon untuk membandingkan pre- dan post-test, serta uji *Mann-Whitney* untuk membandingkan perbedaan antar kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok ( $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ ), serta perbedaan bermakna antara kelompok perlakuan dan kontrol setelah intervensi. Kesimpulannya, meremas plastisin terbukti efektif menurunkan nyeri pasca operasi laparatomi. Terapi nonfarmakologis ini mudah, praktis, dan dapat diterapkan secara luas sebagai strategi pendukung manajemen nyeri.

Kata kunci: Nyeri pasca operasi, Laparatomi, Terapi nonfarmakologis, Meremas plastisin

### Abstract

*Postoperative pain is a common problem that can interfere with the healing process and decrease quality of life, with approximately 70% of cases occurring in patients undergoing laparotomy. A simple independent nursing intervention is needed for pain management, one of which is the relaxation technique of squeezing plasticine. This study aimed to determine the effect of squeezing plasticine on postoperative pain in laparotomy patients. A quasi-experimental design with a two-group pre-post-test was used, involving 40 respondents divided into intervention and control groups. Pain levels were measured using the Numeric Rating Scale (NRS), and data were analyzed using the Wilcoxon test to compare pre- and post-test results, as well as the Mann-Whitney test to compare differences between groups. The results showed a significant difference in pain levels before and after intervention in both groups ( $p = 0.000$ ;  $p < 0.05$ ), as well as a significant difference between intervention and control groups after the intervention. In conclusion, squeezing plasticine proved effective in reducing postoperative pain after laparotomy. This non-pharmacological therapy is simple, practical, and can be widely applied as a supportive strategy in pain management.*

*Keywords: Postoperative pain, Laparotomy, Non-pharmacological therapy, Squeezing plasticine*

## 1. PENDAHULUAN

Nyeri yang terjadi pasca operasi merupakan masalah yang sering kali muncul dan dikeluhkan pasien setelah menjalani operasi. Nyeri pasca operasi disebabkan oleh diskontinuitas jaringan akibat insisi pembedahan sebagai stimulus mekanik [1]. Nyeri dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan trauma bagi pasien. Selain itu, nyeri juga menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan psikologis yang dapat mengganggu pada proses pemulihan [2]. Menurut WHO diperkirakan setiap tahun dilakukan sekitar 230 juta prosedur operasi, sebanyak 243,2 juta diantaranya berpotensi mengalami nyeri pasca operasi [3]. Sekitar 80% pasien pasca

pembedahan mengalami nyeri akibat hilangnya efek samping anestesi (Hijriana & Yusnita, 2023). Dictara (2018) dalam [4] mengungkapkan sekitar 70% nyeri operasi terjadi pada pasien dengan tindakan operasi laparatomi.

Nyeri menimbulkan terjadinya peningkatan tekanan darah dan nadi, kelemahan otot, dan stres psikologis seperti cemas, depresi, serta penurunan kualitas hidup [5]. Nyeri pasca operasi yang tidak tertangani berpotensi berkembang menjadi nyeri kronis yang berakibat pada lama perawatan, pemulihan yang tertunda, peningkatan risiko komplikasi hingga syok neurogenik [6].

Terdapat banyak penelitian mengenai manajemen nyeri dalam keperawatan, baik farmakologis maupun non farmakologis. Pemberian obat pereda rasa sakit dilakukan pada tindakan farmakologi sedangkan non farmakologi salah satunya diberikan terapi relaksasi sebagai pendukung obat untuk mempercepat pengurangan episode nyeri yang terjadi. Teknik relaksasi memiliki berbagai cara, diantaranya teknik relaksasi napas dalam dan relaksasi genggam jari. *Finger hold* yakni gabungan dari relaksasi napas dalam dan menggenggam jari [7]. Dalam penerapannya dapat menggunakan sebuah media, salah satunya adalah menggunakan bola *squishy* [8]. *Squishy* merupakan benda lunak yang digunakan untuk bermain yang terbuat dari busa yang lembut.

Selain *squishy* penerapan relaksasi genggam jari juga dapat digantikan dengan plastisin yang memiliki sifat elastisitas (lunak) dan ketahanan terhadap tekanan, yang memungkinkan kontrol tekanan lebih baik dibanding *squishy* [9] yang dikombinasikan dengan tekanan fisik dan kontrol pernapasan untuk mencapai relaksasi dan modulasi nyeri. Sensasi yang dirasakan saat meremas menstimulasi saraf sensorik tangan, mengaktifkan serabut saraf A-Beta yang berperan dalam menghambat impuls nyeri dari serabut A-Delta dan C. Selain itu, tekanan pada plastisin saat diremas menstimulasi titik meridian jari tangan, membantu melepaskan ketegangan otot, ketidaknyamanan, serta aliran energi tubuh, memberikan perasaan tenang yang menghilangkan tekanan mental dan fisik yang dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri [10].

Ketika tubuh dalam keadaan rileks, secara alami mengeluarkan hormon endorfin [11]. Relaksasi menyebarkan kehangatan dan ketenangan ke seluruh tubuh. Kinerja saraf otonom dipengaruhi oleh perubahan yang terjadi selama atau setelah proses relaksasi. Reaksi emosional dan efek menenangkan yang ditimbulkan oleh relaksasi berubah menjadi dominan parasimpatis. Kondisi ini meningkatkan hormon parasimpatis, neurotransmitter seperti dopamine atau endorfin dan DHEA (*Dehidroepiandrosteron*), serta hipersekresi katekolamin dan penurunan kortisol yang akhirnya akan menghasilkan efek tenang dan rileks sehingga nyeri berkurang [12].

Berdasarkan studi yang dilakukan Wati & Aizah, (2024), dengan judul “Penerapan *Finger Hold* (Genggam Jari) Dengan Media Bola *Squishy* Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Akut Pasien Dengan Diagnosa Medis Pasca *Sectio Caesarea* Di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri” didapatkan hasil bahwa intervensi genggam jari menggunakan media bola *squishy* dapat menurunkan nyeri *post* operasi *caesar*. Penelitian ini konsisten dengan penelitian Prasetyowati & Oktafia, (2022) dengan judul “*Application of Squeezing Squishy to Reduce Childbirth Pain during Active Phase I in Maternity Mothers: Case Report*” dengan hasil yang sama yaitu meremas *squishy* yang dilakukan bersamaan dengan relaksasi napas dalam dapat mengurangi rasa sakit saat persalinan. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Wati & Ernawati, (2020), dengan judul “Penurunan Skala Nyeri Pasien Post-Op *Appendectomy* Menggunakan Teknik Relaksasi Genggam Jari” Hasil menunjukkan bahwa relaksasi genggam jari dapat membantu mengurangi nyeri setelah *appendectomy*.

Berdasarkan penelusuran literatur yang telah dilakukan, masih belum ditemukan adanya penelitian khusus yang mengkaji pengaruh meremas plastisin terhadap tingkat nyeri pada pasien pasca operasi laparatomi, khususnya di Rumah Sakit Lavalette Malang. Ketiadaan penelitian serupa menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan yang relevan untuk diteliti lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini membahas pengaruh meremas plastisin terhadap nyeri pasca operasi laparatomi di Rumah Sakit Lavalette Malang

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain *quasi-eksperimental pre-post-test two group* untuk menilai pengaruh teknik meremas plastisin terhadap nyeri pasca operasi laparatomi. Sebanyak 40 responden dipilih secara *purposive sampling* di RS IHC Lavalette Malang (16 April–17 Mei 2025) dan dibagi menjadi kelompok perlakuan (meremas plastisin + ketorolac 30 mg) dan kelompok kontrol (terapi standar RS/ketorolac 30 mg). Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis dengan uji Shapiro-Wilk untuk normalitas, Wilcoxon untuk sampel berpasangan, dan Mann-Whitney untuk sampel independen, dengan tingkat signifikansi  $\alpha=0,05$ . Pengolahan data dilakukan melalui SPSS dengan tahap *editing, coding, entry, cleaning*, dan tabulasi. Validitas dan reliabilitas instrumen NRS telah terbukti baik ( $r=0,941$ ;  $ICC=0,95$ ). Penelitian mengikuti prosedur etika (*ethical clearance* No. 04.03/F.XXI.30/00384/2025), menghormati otonomi responden, menjamin kerahasiaan identitas, dan menggunakan informed consent tertulis. Hasil analisis *effect size* (Cohen's  $d=0,834$ ) menunjukkan intervensi memiliki dampak signifikan dalam menurunkan nyeri pasca laparatomi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia, Pendidikan dan Riwayat Operasi Responden Pasca Operasi Laparatomi di Rumah Sakit Lavalette

Variabel	Kategori	Perlakuan		Kontrol	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Usia	10-18	-	-	-	-
	18-59	20	100%	19	95%
	>60	-	-	1	5%
	Total	20	100%	20	100%
Pendidikan	SD	1	5%	-	-
	SMP	3	15%	2	10%
	SMA	11	55%	13	65%
	S1	5	25%	5	25%
	Total	20	100%	20	100%
Riwayat Operasi	Ya	8	40%	3	15%
	Tidak	12	60%	17	85%
	Total	20	100%	20	100%

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa data demografi responden kelompok perlakuan dan kelompok kontrol berdasarkan usia, mayoritas berusia 18-59 tahun yang termasuk dalam kategori dewasa (100%, 95%), sedangkan pendidikan responden baik kelompok perlakuan dan

kelompok kontrol mayoritas berada pada tingkat SMA (55%,65%) dengan mayoritas tidak memiliki riwayat operasi sebelumnya (60%, 85%).

Tabel 2. Tingkat Nyeri Responden Kelompok Perlakuan dan Kontrol Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=20 per kelompok)

Kelompok	Tahap	Min–Maks	Mean	SD
Perlakuan	<i>Pre-Test</i>	4–6	5,40	0,681
Perlakuan	<i>Post-Test</i>	1–3	2,00	0,649
Kontrol	<i>Pre-Test</i>	4–6	5,55	0,605
Kontrol	<i>Post-Test</i>	2–4	2,65	0,745

Sumber: SPSS

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, diketahui bahwa pada kelompok perlakuan pasien pasca operasi laparotomi mengalami penurunan tingkat nyeri dari rata-rata 5,4 (nyeri sedang) dengan rentang 4–6 menjadi rata-rata 2,0 (nyeri ringan) dengan rentang 1–3 setelah diberikan terapi meremas plastisin. Sementara itu, pada kelompok kontrol yang diberikan terapi standar rumah sakit berupa ketorolac 30 mg juga mengalami penurunan tingkat nyeri dari rata-rata 5,55 (nyeri sedang) dengan rentang 4–6 menjadi rata-rata 2,65 (nyeri ringan) dengan rentang 2–4. Hal ini menunjukkan bahwa kedua intervensi sama-sama efektif menurunkan nyeri, namun terapi meremas plastisin memberikan penurunan yang lebih besar dibandingkan dengan terapi standar rumah sakit.

Tabel 3. Analisis Perbedaan Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol (N=40) (Uji Wilcoxon)

	Perlakuan	Kontrol
Z	-4.021	-4.005
Asym.Sig.(2- tailed)	0.001	0.001

Sumber: SPSS

Berdasarkan tabel 3 setelah dilakukan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diketahui perbandingan *pre-test* hari ke-1 dengan *post- test* hari ke-2 pada kedua kelompok baik perlakuan maupun kontrol memiliki nilai sig (2-tailed) 0,001 yang artinya ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kedua kelompok.

Tabel 4. Analisis Perbedaan Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Meremas Plastisin Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol (n=40) (Uji *Mann-Whitney*).

Kelompok	Mean	Z- score	Sig (2-tailed <i>Mann-Whitney</i> )
<i>Pre test</i>	5,55	-0,704	0.481
Kel. Kontrol dan Perlakuan	5,4		
<i>Post test</i>	2,65	-2,582	0.010
Kel. Kontrol dan Perlakuan	2,0		

Sumber: SPSS

Berdasarkan tabel 4 diketahui rata-rata nyeri saat *pre-test* pada kelompok kontrol dan perlakuan yakni 5,55 dan 5,4. Hasil uji *Mann-Whitney*, menunjukkan tingkat nyeri sebelum intervensi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol didapatkan p- value = 0,481 yang artinya tidak terdapat perbedaan yang bermakna terhadap tingkat nyeri sebelum pemberian

terapi meremas plastisin pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Sedangkan rata rata tingkat nyeri saat *post-test* kelompok kontrol dan kelompok perlakuan diketahui yakni 2,65 dan 2,0. Hasil analisis uji *Mann-Whitney* didapatkan nilai *p-value* = 0,010 yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna terhadap tingkat nyeri sesudah diberikan terapi meremas plastisin pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Berdasarkan hasil penelitian, terapi meremas plastisin terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi laparatomi. Analisis data menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan intervensi ini mengalami penurunan nyeri yang lebih signifikan dibandingkan kelompok yang hanya menerima terapi farmakologis standar.

Secara spesifik, intensitas nyeri pada kelompok perlakuan sebelum intervensi berkisar pada kategori sedang (nilai 4-6 dengan rata-rata 5,4). Setelah diberikan terapi meremas plastisin, tingkat nyeri turun drastis ke kategori ringan (nilai 1-3 dengan rata-rata 2,0). Temuan ini konsisten dengan penelitian-penelitian sebelumnya oleh Sulung & Rani, (2017) serta Wati & Ernawati, (2020), yang juga menunjukkan penurunan nyeri dari sedang ke ringan setelah intervensi relaksasi. Efektivitas terapi ini diduga kuat karena kombinasi pemberian analgesik ketorolac yang memiliki waktu paruh 3-6 jam (Omogui, 2014 dalam [15] dengan intervensi non-farmakologis. Saat efek obat mulai habis, terapi meremas plastisin berperan sebagai pendukung untuk mempersingkat episode nyeri.

Sementara itu, pada kelompok kontrol yang hanya menerima terapi standar ketorolac 30 mg, tingkat nyeri awal juga berada pada kategori sedang (rata-rata 5,55). Setelah pemberian obat, nyeri memang turun ke tingkat ringan (rata-rata 2,65), namun penelitian Hanani & Rahmawati, (2021) dan Maylanda, (2023) mencatat bahwa ketorolac hanya efektif bekerja selama 1-2 jam, menimbulkan jeda waktu yang cukup lama dimana pasien dapat kembali merasakan nyeri. Penelitian Renaldi et al., (2020) bahkan menemukan bahwa tidak semua pasien di kelompok kontrol mengalami penurunan nyeri.

Hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test pada kelompok perlakuan mengonfirmasi adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi (nilai sig. 0,001). Hasil ini sejalan dengan temuan Hasaini, (2020) dan Heriyanda et al., (2023) yang menyimpulkan bahwa relaksasi genggam jari efektif menurunkan intensitas nyeri. Secara subjektif, responden melaporkan perasaan nyaman, senang, dan nostalgia saat melakukan terapi, yang membantu mengalihkan perhatian dari nyeri. Hal ini didukung oleh teori Astutik & Kurlinawati, (2017) yang menyatakan bahwa jari-jari tangan memiliki saluran meridian (syaraf) yang terhubung dengan emosi dan organ tubuh. Meremas jari dipercaya dapat mengirimkan rangsangan ke otak untuk melancarkan energi yang tersumbat, mengurangi ketegangan fisik dan emosional.

Lebih lanjut, uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan bermakna pada tingkat nyeri awal antara kedua kelompok. Namun, setelah intervensi, terdapat perbedaan yang signifikan, dengan rata-rata nyeri kelompok perlakuan lebih rendah. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Sulistiawan et al., (2022) dan Wati & Aizah, (2024) yang konsisten menunjukkan bahwa intervensi non-farmakologis memberikan efek penurunan nyeri yang lebih baik.

Secara keseluruhan, meremas plastisin merupakan intervensi yang mudah, praktis, dan non-invasif. Terapi ini bekerja melalui dua mekanisme utama. Pertama, menurut Gate Control Theory Potter & Perry, (2006), tindakan meremas merangsang serabut saraf (A-beta) yang menghambat transmisi sinyal nyeri ke otak. Kedua, kombinasi meremas dan napas dalam memicu perasaan positif, yang merangsang otak untuk memproduksi hormon endorphen sebagai analgesik alami sehingga tubuh dan pikiran menjadi lebih rileks [6]. Dengan demikian, terapi ini tidak hanya memperbaiki kondisi fisiologis tetapi juga keadaan psikologis pasien,

menjadikannya efektif untuk meminimalisir nyeri pasca operasi dan meningkatkan kualitas pengalaman pasien selama perawatan.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa terapi meremas plastisin efektif menurunkan intensitas nyeri pasca operasi laparatomi, dimana kelompok perlakuan yang menerima intervensi ini mengalami penurunan nyeri lebih signifikan (dari rata-rata 5,4/nyeri sedang menjadi 2,0/nyeri ringan) dibandingkan kelompok kontrol yang hanya menerima terapi farmakologis ketorolac (dari 5,5 menjadi 2,65). Hasil analisis statistik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari intervensi meremas plastisin terhadap penurunan nyeri serta terdapat perbedaan yang bermakna pada tingkat nyeri setelah intervensi antara kedua kelompok, membuktikan bahwa terapi non-farmakologis ini memberikan nilai tambah dalam manajemen nyeri pasca operasi.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. T. Damayanti, Isnaini, and J. Wiyono, "Perbedaan Intensitas Nyeri Antara Pemberian Terapi Back Massage Dengan Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Post Laparatomi," *J. Keperawatan Terap.*, vol. 5, no. 1, pp. 10–21, 2019.
- [2] R. D. Yadi, R. S. Handayani, and M. Bangsawan, "Pengaruh Terapi Distraksi Visual Dengan Media Virtual Reality Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Laparatomi," *J. Ilm. Keperawatan Sai Betik*, vol. 14, no. 2, p. 167, 2019, doi: 10.26630/jkep.v14i2.1301.
- [3] T. Muzenah and A. B. S. Hidayati, "Manajemen Nyeri Non Farmakologi Post Operasi Dengan Terapi Spritual 'Doa Dan Dzikir': A Literature Review," *Herb Med. J. Terbit. Berk. Ilm. Herbal, Kedokt. dan Kesehatan.*, vol. 4, no. 3, pp. 1–9, 2021, doi: 10.30595/hmj.v4i3.8022.
- [4] F. Fadhla *et al.*, "Emosi, Gaya Hidup, Dukungan Sosial dan Pengetahuan yang Berkorelasi dengan Pelaksanaan Mobilisasi Dini pada Pasien Post Operasi Abdomen," *ASJN (Aisyiyah Surakarta J. Nursing)*, vol. 4, no. 2, pp. 74–80, 2023, doi: 10.30787/asjn.v4i2.1354.
- [5] S. Kagane, M. Gomes, and P. Thakur, "Management of Pain," *J. Med. Sci. Clin. Res.*, vol. 4, no. 5, 2016, doi: 10.18535/jmscr/v4i5.34.
- [6] S. G. Ristanti, A. Inayati, and U. Hasanah, "Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi Di Ruang Bedah RSUD Jenderal Ahmad Yani Metro," *J. Cendekia Muda*, vol. 3, no. 4, pp. 568–575, 2023.
- [7] F. Wati and E. Ernawati, "Penurunan Skala Nyeri Pasien Post-Op Appendectomy Menggunakan Teknik Relaksasi Genggam Jari," *Ners Muda*, vol. 1, no. 3, p. 200, 2020, doi: 10.26714/nm.v1i3.6232.
- [8] S. E. Wati and S. Aizah, "Penerapan Terapi Finger Hold (Genggam Jari) Dengan Media Bola Squishy Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Akut Pasien Dengan Diagnosa Medis Post Sectio Caesarea Di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri," 2024.
- [9] A. Periyadi and S. Nurhayati, "Penerapan Terapi Bermain Plastisin (Playdough) Dalam Menurunkan Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah (3-5 Tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi," vol. 2, 2022.

- [10] A. Hasaini, “Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura Tahun 2019,” *Din. Kesehat. J. Kebidanan dan Keperawatan*, vol. 10, no. 1, pp. 76–90, 2020, doi: 10.33859/dksm.v10i1.394.
- [11] P. Astutik and E. Kurlinawati, “Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea,” *Str. J. Ilm. Kesehat.*, vol. 6, no. 2, pp. 30–37, 2017, doi: 10.30994/sjik.v6i2.6.
- [12] K. P. Lestari and A. Yuswiyanti, “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di Ruang Wijaya Kusuma RSUD Dr. R Soeprapto Cepu,” *J. Keperawatan Matern.*, vol. 3, no. 1, pp. 27–32, 2020.
- [13] A. Prasetyowati and R. Oktafia, “Application of Squeezing Squishy to Reduce Childbirth Pain during Active Phase I in Maternity Mothers: Case Report,” vol. 2, 2022.
- [14] N. Sulung and S. D. Rani, “Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Appendiktomi,” *J. Endur.*, vol. 2, no. 3, p. 397, 2017, doi: 10.22216/jen.v2i3.2404.
- [15] A. A. Handayani, R. N. Handayani, and D. T. Yudono, “Gambaran Skala Nyeri pada 6 Jam Post Operasi dengan Spinal Anestesi setelah Pemberian Ketorolac di RSUD Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara,” in *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 2022.
- [16] Y. Hanani and E. Rahmawati, “Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Apendik Di Rumah Sakit Wawa Husada Kepanjen Malang,” *J. Keperawatan Florence*, vol. 1, no. 1, pp. 27–33, 2021.
- [17] Y. Maylanda, “Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Ileus Obstruksi Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Post Laparoskopi,” vol. 1, no. 2, 2023.
- [18] A. Renaldi, M. Maryana, and J. D. T. Donsu, “Relaksasi Benson terhadap Tingkat Persepsi Nyeri pada Pasien Post Laparotomy di RSUD Nyi Ageng Serang,” *Caring J. Keperawatan*, vol. 9, no. 1, pp. 50–59, 2020, doi: 10.29238/caring.v9i1.578.
- [19] H. Heriyanda, M. Mardhatillah, and M. Saputra, “Perbandingan Teknik Relaksasi Genggam Jari Dengan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendiktomi,” *Getsempena Heal. Sci. J.*, vol. 2, no. 2, pp. 83–92, 2023, doi: 10.46244/ghsj.v2i2.2253.
- [20] A. Sulistiawan, M. F. Jauhari, and N. Nurhusna, “Efektifitas Terapi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi,” *Electron. J. Sci. Environ. Heal. Dis.*, vol. 3, no. 1, pp. 45–57, 2022, doi: 10.22437/esehad.v3i1.20282.
- [21] P. A. Potter and A. G. Perry, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, proses, dan praktik*, vol. 2. EGC, 2006.