

Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Dalam Mengurangi Nyeri Akut Pada Pasien Kanker Ovarium Stadium III Di Ruang Teratai RSUD Soekarjo Purwokerto

Rochayati¹, Atun Raudotul Marifah², Yuli Dwi H³, Pramesti Dewi⁴

1,2,3,4 Universitas Hangsa Bangsa

Email : rochayati1408@gmail.com

Abstrak

Kanker ovarium adalah tumor ganas pada ovarium sesuai dengan klasifikasi histopatologis, karsinoma ovary dapat berupa primer berasal dari epitel ovarium, germ cell, stroma dan sekunder berasal dari metastase kanker di bagian tubuh yang lain. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui pengaruh genggam jari dalam menurunkan nyeri pada pasien post operasi kanker ovarium. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan yaitu mengambil 1 pasien sebagai analisis deskriptif. Metode pelaksanaan dalam studi kasus ini berupa metode asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. 14-16 Juli 2025 di Ruang Teratai RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Hasil studi kasus menunjukkan adanya Penurunan skala nyeri pada hari pertama dari skala 7 menjadi 6, hari kedua dari skala 6 menjadi 5, Dan hari ke tiga dari 6 ke 5 pada pasien post operasi kanker ovarium setelah setelah dilakukan tindakan genggam jari. Dari hasil studi kasus dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan terapi genggam jari terhadap perubahan nyeri pada pasien post operasi kanker ovarium.

Kata kunci : Terapi Genggam Jari, Kanker Ovarium, Nyeri

Abstract

Ovarian cancer is a malignant tumor of the ovaries according to histopathological classification. Ovarian carcinoma can be primary originating from ovarian epithelium, germ cells, stroma, or secondary originating from cancer metastases in other parts of the body. The purpose of this case study is to determine the effect of finger grasping in reducing pain in post-ovarian cancer surgery patients. This research uses a case study method with a nursing care approach, taking one patient as a descriptive analysis. The implementation method in this case study is a nursing care method that includes assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. July 14-16, 2025 in the Lotus Room of Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto Regional Hospital. The results of the case study showed a decrease in the pain scale on the first day from a scale of 7 to 6, the second day from a scale of 6 to 5, and the third day from 6 to 5 in post-ovarian cancer patients after finger grasping. From the results of the case study, it can be concluded that there is a significant effect of finger grasping therapy on pain changes in post-ovarian cancer surgery patients.

Keywords: Finger Grasping Therapy, Ovarian Cancer, Pain

1. PENDAHULUAN

Keganasan sistem reproduksi wanita yang paling umum adalah kanker ovarium. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2020, kanker ovarium menduduki peringkat kesembilan sebagai kanker paling umum pada wanita di dunia. Kanker ovarium mempunyai angka kematian tertinggi dibandingkan dengan penyakit keganasan ginekologi lainnya seperti kanker serviks, kanker rahim, kanker vagina, dan kanker vulva. Angka kejadian kanker ovarium semakin meningkat dari tahun ke tahun dan terjadi hampir di seluruh dunia. Global Burden Cancer (Globocan) 2020 melaporkan angka kejadian kanker ovarium mencapai 313.959 dengan angka kematian 207.252 di dunia. Tingginya angka kematian ini disebabkan karena tahap awal penyakit ini tidak menunjukkan gejala hingga akhir stadium lanjut, sehingga pasien biasanya baru terdiagnosis pada stadium akhir atau disebut dengan silent killer.

Kanker ovarium adalah tumor ganas pada ovarium sesuai dengan klasifikasi histopatologis, karsinoma ovari dapat berupa primer berasal dari epitel ovarium, germ cell, stroma dan sekunder berasal dari metastase kanker di bagian tubuh yang lain (Tina et al., 2020). Kanker ovarium merupakan salah satu keganasan ginekologi yang paling mematikan, dengan beban diagnosis stadium lanjut yang tinggi dan tingkat kelangsungan hidup yang buruk di seluruh dunia. Terlepas dari kemajuan global dalam pengobatan kanker, negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (LMIC) masih menghadapi kesenjangan yang mengkhawatirkan dalam hal akses terhadap deteksi dini dan pengobatan yang efektif (Azangou-Khyavy et al., 2024).

Kanker Ovarium sering digambarkan Sebagai "The silent killer", karena tanda Dan gejala kanker ovarium pada stadium awal tidak spesifik, sehingga pada sebagian besar kasus, baru terdiagnosis pada stadium lanjut. Kanker ovarium adalah salah satu kanker ginekologi yang paling umum yang berada di peringkat ketiga setelah kanker serviks dan rahim. Ia juga memiliki prognosis terburuk dan tingkat kematian tertinggi. Meskipun kanker ovarium memiliki prevalensi yang lebih rendah dibandingkan dengan kanker payudara, itu tiga kali lebih mematikan, dan diperkirakan bahwa pada tahun 2040, tingkat kematian akibat kanker ini akan meningkat secara signifikan. (Momenimovahed et al., 2019)

Kanker ovarium adalah tumor ganas pada ovarium (indung telur). Kanker ini paling sering ditemukan pada wanita 50 – 70 tahun. Kanker ovarium bisa menyebar ke bagian lain, seperti panggul dan perut melalui sistem bening dan melalui sistem pembuluh darah menyebar ke hati dan paru-paru (Dr. Sardjito, 2019). Kanker ovarium epitel adalah keganasan ginekologi yang memastikan karena biasanya didiagnosis pada stadium lanjut. kanker ovarium non-epitel relatif lebih jarang terjadi, hanya sekitar 10% dari kanker ovarium dan sebagian besar terdiri dari germ cell tumor (GCT), sex-cord stromal tumor (SCST), Dan beberapa tumor yang sangat jarang terjadi (Cheung et Al.,2022).

Globocan 2020, melaporkan bahwa salah satu gejala klinis yang dirasakan oleh sekitar 66% pasien kanker adalah nyeri. Pasien dengan penyakit kanker mengalami gejala nyeri yang dapat menurunkan kapasitas fungsional pasien dan kualitas hidup pasien (Utomo et al., 2021). Infiltrasi tumor atau efek samping radiasi dan kemoterapi kemungkinan menjadi salah satu sumber rasa nyeri. Ketika kanker memasuki stadium yang lebih lanjut, rasa nyeri juga dapat memburuk dan mempengaruhi aktifitas sehari-hari, pola makan dan tidur, aktifitas fisik, dan aspek kehidupan lainnya (Siti&Jalaludin, 2023). Nyeri pada pasien kanker dapat bersifat ringan, sedang, atau berat (Hakam, 2009).

Pasien pada sebagian penderita kanker, nyeri dapat berkurang jika mendapatkan penanganan yang adekuat. Sebesar 42% pasien kanker tidak mendapatkan penanganan nyeri (Snijders et al., 2023). Nyeri merupakan pengalaman yang subjektif dimana hanya pasien

tersebut yang dapat mendeskripsikan dan merasakan nyeri yang dialaminya. Pentingnya menilai secara tepat kompleksitas nyeri kanker telah lama ditekankan. Klasifikasi nyeri sangat penting dalam memberikan penilaian dan strategi pengobatan individual. Banyak organisasi telah melakukan upaya untuk mengembangkan metode menyeluruh untuk mengkategorikan nyeri kanker (Erol et al., 2018).

Penatalaksanaan management nyeri adalah suatu teknik keperawatan yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri. Sesuai dengan tujuannya, manajemen nyeri membantu pasien mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri dengan cara mengendalikan dan mengelola nyeri secara optimal. Metode farmakologi dapat digunakan bersama dengan tim medis untuk mengendalikan nyeri, sedangkan metode non farmakologi dapat digunakan secara mandiri. Pada nyeri berat yang dirasakan selama berjam-jam atau bahkan sehari-hari, metode farmakologi merupakan metode yang paling efektif dalam mengurangi rasa nyeri. Pentingnya teknik non farmakologis dalam penurunan skala nyeri dapat dilakukan dengan mengkombinasikan metode non farmakologi dengan obat-obatan (Arge et al., 2021). Jika nyeri yang dialami pasien dapat diatasi dengan pengobatan atau terapi nyeri, kualitas hidup pasien akan meningkat, tidurnya akan lebih nyenyak, dan aktivitas sehari-hari dapat dilakukan tanpa banyak kesulitan. (Kemenkes RI, 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Selia et al., (2023) Menggenggam jari sambil mengatur nafas (relaksasi) dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energy meridian (energy channel) yang terletak pada jari tangan kita. Titik-titik refleksi pada 6 tangan akan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggam. Tangan (jari dan telapak tangan) adalah alat bantuan sederhana dan ampuh untuk menyelaraskan dan membawa tubuh menjadi seimbang.

Teknik relaksasi Genggam jari adalah metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri yang dapat dilakukan oleh siapa pun dengan mudah dan tanpa hambatan (Nikmathul et al., 2020). Sensasi yang dirasakan selama menggunakan cara ini adalah memberikan perasaan yang lebih tenang, nyaman sehingga dapat membebaskan fisik dan mental dari tekanan stres yang dapat mengurangi rasa nyeri (Ferdiansyah et al., 2023). Pada penelitian Safariyah et all (2022) mengungkapkan bahwa setelah dilakukannya relaksasi genggam jari selama 3 hari berturut-turut pada pasien yang mengeluhkan nyeri perut kanan bawah mengalami penurunan skala nyeri dari skala 10 menjadi skala 5 dengan data objektif denyut nadi dalam batas normal dan pasien terlihat sedikit meringis.

Teknik relaksasi genggam jari memberikan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Menggenggam jari sambil menarik nafas dalam dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energy pada meridian yang terletak pada meridian yang terletak pada jari tangan kita.

Sehingga intensitas nyeri akan berubah atau mengalami modulasi akibat stimulasi relaksasi genggam jari yang lebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak. Genggam jari dapat dilakukan sendiri dan sangat membantu dapat dilakukan sendiri dan sangat membantu dalam kehidupan sehari-hari untuk merilekskan ketegangan fisik. Sesuai penjelasan di atas teknik relaksasi genggam jari dapat dijadikan alternatif utama dalam pelaksanaan management nyeri nonfarmakologi untuk pasien post operasi kanker ovarium. Hal ini dikarenakan tindakan terapi relaksasi genggam jari tidak membutuhkan perawatan yang khusus, mudah dilakukan dan mempunyai efektifitas yang tinggi. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk memberikan teknik relaksasi genggam jari dalam upaya mengatasi post operasi kanker ovarium pada pasien di Teratai RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.

2. METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan dalam studi kasus ini berupa metode asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Studi kasus ini berfokus pada satu diagnosis Keperawatan nyeri akut. Sasaran dalam studi ini adalah pasien bernama Ny. I berusia 56 Tahun dengan riwayat G2P2A0. Pasien datang ke RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto pada hari Kamis 10 Juli 2025 untuk kontrol biasa dengan indikasi tumor ovarium, dan keluhan saat datang yaitu sakit kedua kaki dan sempat tidak bisa berjalan selama 3 hari, perut membesar, mual dan muntah. Dokter mengatakan untuk dioperasi saja, pada hari Jumat 11 Juli 2025 dilakukan pengangkatan kanker ovarium. Pada saat pengkajian 14 Juli 2025 pukul 12.00 WIB, pasien tentang G2P2A0 mengeluh nyeri pada luka post kanker ovarium mengeluh seperti tertusuk - tusuk, lokasi di perut bagian bawah, skala nyeri 7 (berat), dan saat bergerak. Hasil pengkajian TTV adalah TD 137/95 mmHg, Nadi 106x/menit, Respirasi 20x/ menit, dan Suhu : 36.8 °C.

Pada tahap awal dilakukan pengumpulan data dengan cara pengkajian dan pemeriksaan fisik. Proses pengumpulan data menggunakan format pengkajian post kanker ovarium. Proses asuhan Keperawatan dilakukan dengan melakukan pengumpulan data, menganalisa data, menetapkan diagnosa Keperawatan, merencanakan asuhan Keperawatan, dan melakukan implementasi asuhan keperawatan sesuai dengan standar SDKI, SLKI, SIKI, dan evidence based. Tahap pelaksanaan dimulai 24 jam post kanker ovarium, dilakukan pengukuran nyeri menggunakan skala NRS (Numeric Rating Scale) sebagai pre test terhadap pasien. Selanjutnya, pasien diberikan intervensi teknik relaksasi genggam jari selama 10 menit, dengan masing - masing 5 menit pada setiap tangan. pengukuran skala nyeri dilakukan kembali menggunakan skala NRS (Numeric Rating Scale) 30-60 menit setelah pemberian tindakan teknik relaksasi genggam jari sebagai post test. Intervensi terapi genggam jari dilakukan selama 3 hari sejak 14 Juli - 16 Juli 2025.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien diberikan teknik terapi genggam jari selama 3 hari dengan durasi 10 menit, masing - masing 5 menit pada setiap tangan. Penulis memastikan kondisi ruangan nyaman dan tenang. selain itu penulis juga mengajak keluarga pasien dapat memimpin terapi genggam jari kepada pasien apabila merasakan nyeri datang kembali.

Tabel 1. Skala nyeri pasien post kanker ovarium sebelum dan sesudah diberikan terapi genggam jari, selama 3 hari berurutan.

Hari ke	Pengukuran Skala	
	Sebelum	Sesudah
Hari ke-1 (14 Juli 2025)	7 (berat)	6 (sedang)
Hari ke-2 (15 Juli 2025)	6 (sedang)	5 (sedang)
Hari ke-3 (16 Juli 2025)	6 (sedang)	5 (sedang)

Berdasarkan tabel di atas pada pertemuan pertama terapi genggam jari pada tanggal 14 Juli 2025 yang dilakukan pada pukul 12.45, sebelum dilakukan tindakan, nyeri yang dirasakan oleh pasien yang diukur menggunakan skala NRS adalah 7 (berat). Selanjutnya, pasien diberikan intervensi terapi genggam jari selama 10 menit dan mendapatkan hasil skala nyeri menurun setelah dilakukan tindakan menjadi 6 (sedang).

Pada tanggal 15 Juli 2025, dilakukan intervensi kedua tetapi genggam jari pada Ny. I pada pukul 07.00. Sebelum dilakukan tindakan, nyeri yang dirasakan oleh pasien diukur menggunakan skala NRS adalah 6 (sedang). Selanjutnya, pasien diberikan intervensi genggam

jari selama 10 menit dan mendapatkan hasil skala nyeri menurun setelah dilakukan tindakan menjadi 5 (sedang).

Pada pertemuan terakhir tanggal 16 Juli 2025, pada pukul 13.25 dilakukan kembali intervensi genggam jari. Sebelum dilakukan tindakan, nyeri yang dirasakan oleh pasien yang diukur menggunakan skala NRS adalah 6 (sedang). Selanjutnya, pasien diberikan intervensi genggam jari selama 10 menit dan mendapatkan hasil skala nyeri menurun setelah dilakukan tindakan menjadi 5 (sedang). Selama 3 hari dilakukan terapi genggam jari pada pasien didapatkan penurunan skala nyeri yang signifikan pada pasien di setiap pertemuan. Pasien mengatakan setiap dilakukan terapi genggam jari tubuhnya akan terasa lebih nyaman, rileks, dan nyerinya berkurang.

Berdasarkan hasil intervensi sebelum dan sesudah terapi genggam jari, terdapat penurunan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien. Pada hari pertama skala nyeri sebelum diberikan intervensi genggam jari yaitu 7 (berat). Setelah diberikan intervensi skala nyeri menurun menjadi 6 (sedang). Pada hari kedua skala nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu 6 (sedang), setelah diberikan intervensi menjadi 5 (sedang). Pada hari ketiga skala nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu 6 (sedang), setelah diberikan intervensi menjadi 5 (sedang).

Pada penelitian ini dilakukan terapi genggam jari untuk mengurangi nyeri pada post kanker ovarium dimana nyeri merupakan perasaan emosional yang bersifat subjektif dan hanya seseorang dengan kondisi tersebut yang dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan. Perencanaan intervensi yang akan diberikan kepada pasien yaitu manajemen nyeri meliputi identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri non verbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, monitor efek samping penggunaan analgetik, jelaskan strategi meredakan nyeri.

Penelitian Sulistyowati et al., 2019 menunjukkan ada penurunan skala nyeri setelah pemberian teknik relaksasi genggam jari. Pasien pertama skala nyeri dari 7 menjadi 2, pasien kedua skala nyeri dari 6 menjadi 1, pasien ketiga skala nyeri dari 6 menjadi 2. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil teknik relaksasi genggam jari dapat menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi herniotomi.

Hasil berbeda didapatkan pada penelitian Momenimovahed Z dalam Brahmantara et al, (2020) mengatakan bahwa usia menarche dini memiliki angka yang lebih tinggi untuk berisiko mengalami kanker ovarium. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wati & Ernawati (2020). Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut dan listrik menuju otak dan diproses dengan cepat dan diteruskan menuju syaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar dan nyeri berkurang (Mohamed Elghareeb Allam et al., 2023). Teknik ini bukan hanya efektif pada kasus pasien pasca operasi Section Caesarea tapi juga pada pasien yang baru menjalani operasi laparotomi (Komala & Rosyid, 2025). Penerapan teknik relaksasi genggam jari terbukti dapat menurunkan skala nyeri pada pasien appendektomi. Berdasarkan observasi yang dilakukan di Bangsal Rawat Inap Rumah Sakit Umum Dr. Moewardi Kota Surakarta keluhan utama pada pasien dengan post appendectomy adalah nyeri oleh karena itu, studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas Evidence-Based Nursing dalam penerapan teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien pasca apendektomi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam studi kasus ini dapat disimpulkan bahwa rata-rata skala nyeri pasien setelah diberikan terapi genggam jari menurun. Terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri pasien post operasi kanker ovarium. Terapi genggam jari dapat memberikan efek untuk mengurangi rasa nyeri karena pijatan yang diberikan menghasilkan stimulus yang lebih cepat sampai ke otak dibandingkan dengan rasa sakit yang dirasakan sehingga menghasilkan serotonin dan dopamin. Sehingga terapi genggam jari merupakan cara yang efektif untuk mengontrol nyeri dan kecemasan pada pasien post operasi kanker ovarium karena mudah dilakukan, biaya rendah, tidak memerlukan peralatan yang berlebihan dan tidak adanya komplikasi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Belqies nurhasanah., Nurul Huda., yunisman roni. (2024). Vol. 13 No. 2, December 2024. Gambaran Nyeri Pada Pasien Kanker Stadium Lanjut. *Jurnal Ilmu Keperawatan*
- Dessy Noor Rahmadhani., Okti Sri Purwanti., Ika Diyah Anayanti. (2025). Vol. 17 No. 1, Mei 2025. Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Appendiktomi Dengan Masalah Gangguan Nyeri Post Operasi. *Jurnal Kesehatan Kesehatan*.
<https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2745>
- Theresia Eriyani., Karwati., Iwan Shalahuddin., Sandra Pebrianti. (2024). Vol. 6 No. 11, Oktober 2024. Teknik Relaksasi Genggam Jari (finger Hold) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Dengan Nyeri Akut Di Ruang Penyakit Dalam. *MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL* <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i11.17029>
- Atikah Ulisyafitri., Nunung Ainur Rahmah., Al Ichan., Siti Nur Riani.(2024). Vol. 2 No. 11, July 2024. Hubungan Usia Dan Kejadian tumor Ovarium : Study Cross-Sectional Retrospektif Dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. *Junior Medical Journal*
- Dewi, & Ernawati. (2025).Keterlambatan Diagnosis kanker Ovarium Dan Dampaknya Terhadap Prognosis Pasien Di Negara Berkembang. *Jurnal Medicare*, 4(3), 379-387.
<https://doi.org/10.62354/Jurnalmedicare.v4i3.212>
- Endah Hamidah Abbas., Ifa Siti Fasihah., Amelia Laili., Teja Koswara.(2023). Vol. 6 No. 1, Maret 2023. Karakteristik Kanker Ovarium Berdasarkan Faktor risiko, Skor RMI 2, Dan Histopatologi Di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung. *Media Kartika : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*
- Suryanah, A., Frengki, A., Sinaga, Y., Basry, S., Indriani, R., & Sinaga5, Y. L. D. Y. (2025). Penurunan Nyeri Menggunakan Terapi Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ners*, 9(4), 5591– 5595.
<https://doi.org/10.31004/jn.v9i4.48783>
- St. Fatimah., Shofiah Latif., Febie Irsandi Syahrudin., Mona Nulanda., Shulhana Mokhtar.(2023). Vol. 04 No. 01, Juni 2023. Faktor resiko penderita kanker ovarium di rumah sakit ibnu Sina makasar. *Wal'afiat Hospital Journal*. <https://whj.umi.ac>