

## **PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI FINGER HOLD DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT NYERI PASIEN POST OPERASI APPENDECTOMY**

**Eka Lutfiatus Solehah\*, Nyoman Sri Ariantini, Ni Wayan Surviana**

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan, Universitas Triatma Mulya, Jl. Kubu Gunung Dalung, Kuta Utara, Badung, Bali 80361, Indonesia

\*[solehaeka123@gmail.com](mailto:solehaeka123@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Tindakan apendektomi sering kali menimbulkan respons nyeri akibat stimulasi ujung saraf oleh zat kimia yang dilepaskan selama proses inflamasi. Nyeri pasca operasi, jika tidak ditangani dengan baik, dapat menghambat proses penyembuhan pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest control group. Sampel sebanyak 30 pasien post operasi appendectomy diambil menggunakan teknik purposive sampling dan dibagi secara merata ke dalam kelompok intervensi dan kontrol. Data tingkat nyeri dikumpulkan menggunakan skala Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis menggunakan uji statistik paired t-test dan independent t-test untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan serta perbedaan antara kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan tingkat nyeri pada kelompok yang mendapatkan kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender dibandingkan dengan kelompok kontrol ( $p < 0,05$ ). Kesimpulannya, kombinasi teknik relaksasi dan aromaterapi ini efektif dalam mengurangi nyeri pasca operasi appendectomy.

Kata kunci: aromaterapi lavender; finger hold; nyeri

### **EFFECT OF COMBINATION OF FINGER HOLD RELAXATION AND LAVENDER AROMATHERAPY ON PAIN LEVEL OF POSTOPERATIVE APPENDECTOMY PATIENTS**

#### **ABSTRACT**

*Appendectomy procedures often trigger pain responses due to the stimulation of nerve endings by chemical substances released during the inflammatory process. Postoperative pain, if not properly managed, can hinder the patient's recovery process. This study aims to determine the effect of a combination of finger hold relaxation and lavender aromatherapy on the pain level of patients after appendectomy. This research used a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. A total of 30 post-appendectomy patients were selected using purposive sampling and evenly divided into intervention and control groups. Pain levels were measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. The data were analyzed using paired t-tests and independent t-tests to assess the differences before and after the treatment, as well as between the two groups. The results showed a significant reduction in pain levels in the group that received the combination of finger hold relaxation and lavender aromatherapy compared to the control group ( $p < 0.05$ ). In conclusion, this combination of relaxation and aromatherapy techniques is effective in reducing postoperative pain following an appendectomy.*

*Keywords: nurse; patient satisfaction; therapeutic communication*

## PENDAHULUAN

Apendisitis merupakan inflamasi pada umbai cacing (apendiks vermiformis), yang merupakan proyeksi apeks sekum (Setyowati, 2018). Apendisitis dikenal sebagai penyebab nyeri abdomen akut yang paling sering ditemukan dan memerlukan tindakan bedah mayor segera untuk mencegah komplikasi yang berbahaya (Sandy, 2018). Angka kejadian apendisitis di dunia tahun 2022 sebanyak 321 juta kasus. di Indonesia tahun 2022 angka kejadian apendisitis sebanyak 28.040 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Angka kejadian apendisitis di Propinsi Bali, tahun 2021 sebanyak 1.156 kasus dan tahun 2022 sebanyak 2.162 kasus, semua kasus Apendisitis mendapatkan penatalaksanaan tindakan operasi yaitu appendectomy (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2022).

Tindakan appendectomy merupakan peristiwa kompleks sebagai ancaman potensial atau aktual kepada integritas seseorang baik biopsikososial spritual yang dapat menimbulkan respon berupa nyeri akibat stimulasi ujung serabut saraf oleh zat-zat kimia yang dikeluarkan saat pembedahan atau iskemia jaringan karena terganggunya suplai darah. Suplai darah terganggu karena ada penekanan, spasme otot, atau edema. Trauma pada serabut kulit mengakibatkan nyeri yang tajam dan terlokalisasi (Baradero, 2018). Hasil penelitian Tamrin (2019) menemukan skala nyeri pada pasien post operasi apendiktomi sebelum dilakukan intervensi terdiri dari nyeri sedang dengan rentang 6-7 yaitu 16,7 % dan nyeri berat dengan rentang 8-10 yaitu 83,3 %. Penelitian Sofiyah (2019) menemukan skala nyeri pada pasien post operasi apendiktomi sebelum teknik relaksasi genggam jari terdapat 56,2% menyatakan nyeri sedang dan 7 responden 43,8% menyatakan nyeri berat.

Intervensi nyeri bisa dilakukan dengan strategi penatalaksanaan nyeri, mencakup baik pendekatan farmakologi maupun non-farmakologi (Smetzler & Bare, 2017). Pendekatan secara non-farmakologi manajemen nyeri untuk pasien apendisitis bertujuan agar nyeri yang dapat terkontrol dengan baik sehingga dapat mengurangi kecemasan dan meminimalkan rasa tidak nyaman pada pasien sebelum dilakukan tindakan operasi dengan melakukan relaksasi (Amalia, 2019). Manajemen nyeri dengan melakukan teknik relaksasi merupakan tindakan eksternal yang mempengaruhi respon internal individu terhadap nyeri. Manajemen nyeri dengan tindakan relaksasi mencakup latihan pernafasan diafragma, teknik relaksasi progresif, guided imagery, meditasi dan relaksasi genggam jari (Finger Hold) (Priharjo, 2018).

Teknik relaksasi finger hold merupakan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun dilakukan dengan cara menggenggam jari sambil mengatur napas (relaksasi) dilakukan selama kurang lebih 3-5 menit dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi meridian (energy channel) yang terletak pada jari tangan kita. Titik-titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari. Rangsangan tersebut akan mengalirkan gelombang listrik menuju otak yang akan diterima dan diproses dengan cepat, lalu diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar (Puwahang 2018). Penelitian sebelumnya yang memberikan intervensi relaksasi finger hold terhadap tingkat nyeri dilakukan oleh Andriani (2021) diberikan kepada siswi SMP yang mengalami nyeri haid yang mengalami nyeri dengan skala nyeri 3-8. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Vioneery dan Listiyanawati (2020) diberikan kepada lansia penderita osteoarthritis yang mengalami nyeri dengan skala nyeri 4-9. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2021), Vioneery dan Listiyanawati (2020) menunjukkan ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu menunjukkan relaksasi finger hold berpengaruh terhadap tingkat nyeri, agar penelitian ini memiliki kebaruan (novelty) maka peneliti menggabungkan atau mengkombinasikan pemberian intervensi untuk penanganan nyeri menggunakan terapi komplementer dengan menggunakan tumbuhan salah satunya dengan menggunakan aromaterapi lavender sehingga dalam pemberian intervensi pada pasien bisa menjadi lebih efektif dan efisien. Aromaterapi yang sering digunakan adalah lavender dan lavender, akan tetapi menurut penelitian Rahmawati (2020) aromaterapi lavender lebih efektif untuk menurunkan nyeri. Aromaterapi lavender mengandung linalool sebesar 30 % paling tinggi dibandingkan aroma terapi lainnya seperti aroma terapi lemon kandungan linalool 25%, aroma terapi mawar kandungan linalool 20% dan aroma terapi serih kandungan linalool hanya 10% (Nuraini, 2018). Kandungan linalool dalam aroma terapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa di dalam otak, gelombang ini bisa membuat rileks pada seseorang, dan memberikan rasa nyaman, mengurangi nyeri dan kecemasan (Zuraida, 2020). Aromaterapi dihirup melalui penciuman dan dibawa oleh syaraf alat penciuman ke hypothalamus atau area limbic dari otak. Stimulasi pada otak memungkinkan otak bekerja untuk mengurangi rasa nyeri. Kelebihan minyak lavender dibanding minyak essensial lain adalah kandungan racunnya yang relatif sangat rendah, jarang menimbulkan alergi dan merupakan salah satu dari sedikit minyak essensial yang dapat digunakan langsung pada kulit (Rahmayani, 2022).

Kombinasi dua metode pada penelitian berharap mendapat hasil yang lebih baik, dari pada menggunakan satu metode. Minyak aromaterapi lavender dapat memberikan relaksasi rasa nyaman, mengurangi rasa nyeri. Genggam jari dapat memberikan relaksasi sebagai penenang. Metode genggam jari disertai menggunakan minyak aromaterapi merupakan cara yang populer dalam penggunaannya karena bisa bekerja dalam waktu yang sama, dimana minyak aromaterapi akan menyerap dan masuk melalui pernapasan, ditambah terapi genggam jari dari pijat itu sendiri (Kusumajaya, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret 2024 di Rumah Sakit Umum Ari Canti Gianyar di peroleh data angka kejadian Apendisitis tahun 2021 sebanyak 289 dan sebanyak 342 kejadian pada tahun 2022. Data dalam dua bulan terakhir (Januari-Februari 2024) rata-rata perbulan terdapat 42 kasus Apendisitis, semua kasus apendisitis mendapatkan penatalaksanaan tindakan operasi yaitu appendectomy. Hasil wawancara yang penulis lakukan dengan 5 pasien post operasi apendektomi, mereka mengatakan mulai merasakan nyeri antara 2-3 jam pasca pembedahan dan nyeri akan berkurang dengan pemberian obat analgetik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy di Rumah Sakit Umum Ari Canti Gianyar. Penanganan nyeri yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Ari Canti Gianyar diantaranya dengan kaji nyeri baik lokasi, karakteristik, durasi, kualitas, faktor pencetus, beri informasi tentang nyeri meliputi penyebab, lamanya nyeri, faktor yang memperburuk atau meredakan nyeri, atur posisi pasien yang dirasakan nyaman, kontrol lingkungan yang dapat mempengaruhi nyeri seperti kebisingan, pencahayaan, suhu ruangan, observasi vital sign, dan mengajarkan teknik nafas dalam untuk mengurangi nyeri pasien.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah Quasy Experiment dengan rancangan pre-post test with control group design. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar pada bulan Juni-Juli 2024. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien post operasi appendectomy yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien post operasi appendectomy yang bersedia menjadi

responden, pasien post operasi appendectomy hari kedua, pasien post operasi appendectomy berumur lebih dari 17 tahun, pasien post operasi appendectomy yang mengalami nyeri ringan dan sedang, pasien post operasi appendectomy yang dapat berkomunikasi secara verbal. Jumlah sampel 34 orang, 17 orang untuk kelompok perlakuan dan 17 orang untuk kelompok kontrol, tehnik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar penilaian intensitas nyeri Visual Analogue Scale (VAS). Pengolahan data dalam penelitian ini proses pengolahan data mengikuti langkah - langkah sebagai berikut editing, coding, entri data dan cleaning atau tabulasi. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji Independent T Test

## HASIL

Tabel 1.  
Distribusi Karakteristik Pasien Post Operasi Appendectomy

Karakteristik	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
Umur				
18-25 tahun	13	76.5	14	82.4
26-35 tahun	4	23.5	2	11.8
36-45 TAHUN	0	0	1	5.9
Jenis Kelamin				
Laki-laki	13	76.5	13	76.5
Perempuan	4	23.5	4	23.5
Pendidikan				
SMP	3	17.6	1	5.9
SMA	11	64.7	15	88.2
Sarjana	3	17.6	1	5.9
Pekerjaan				
Tidak bekerja	3	17.6	4	23.5
Swasta	14	82.4	13	76.5

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil karakteristik responden berdasarkan umur menunjukkan sebagian besar berumur 18-25 tahun yaitu pada kelompok perlakuan sebanyak 13 orang (76,5%) sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 14 orang (82,4%), jenis kelamin sebagian besar laki-laki yaitu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol masing-masing sebanyak 13 orang (76,5%), pendidikan sebagian besar tamat SMA yaitu pada kelompok perlakuan sebanyak 11 orang (64,7%) sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 15 orang (88,2%) dan berdasarkan pekerjaan menunjukkan sebagian besar swasta yaitu kelompok perlakuan sebanyak 14 orang (82,4%) sedangkan pada kelompok kontrol 13 orang (46,5%).

Tabel 2.

Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendectomy Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Sebelum Diberikan Kombinasi Relaksasi Finger Hold Dan Aromaterapi Lavender

Kelompok Sampel	Hasil Tingkat Nyeri Pre Test			
	Mean	Min-Mak	Median	SD
Pre Test Perlakuan	4,71	3-6	5	0,920
Pre Test Kontrol	4,76	3-6	5	0,970

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy pada kelompok perlakuan sebelum pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender rata-rata sebesar 4,71 termasuk tingkat nyeri sedang, nilai terendah adalah 3 sedangkan nilai tertinggi adalah 6. Tingkat nyeri pada kelompok kontrol pre test rata-rata sebesar 4,76 termasuk tingkat nyeri sedang, nilai terendah adalah 3 sedangkan nilai tertinggi adalah 6.

Tabel 3.

Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendectomy Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Setelah diberikan Kombinasi Relaksasi Finger Hold Dan Aromaterapi Lavender

Kelompok Sampel	Hasil Tingkat Nyeri Post Test			
	Mean	Min-Mak	Median	SD
Post Test Perlakuan	1,94	0-4	2	1,144
PostTest Kontrol	3,94	2-5	4	0,899

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy pada kelompok perlakuan setelah pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender rata-rata sebesar 1,94 termasuk tingkat nyeri ringan, nilai terendah adalah 0 sedangkan nilai tertinggi adalah 4. Tingkat nyeri pada kelompok kontrol post test rata-rata sebesar 3,94 termasuk tingkat nyeri ringan, nilai terendah adalah 2 sedangkan nilai tertinggi adalah 5.

Tabel 4.

Hasil Analisis Pengaruh Kombinasi Relaksasi Finger Hold Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendectomy

Tingkat Nyeri	Mean	Min-Mak	Median	SD	t hitung	P value
Kelompok Perlakuan Post Test	1,94	0-4	2	1,144	5,667	0,001
Kelompok Kontrol Post Test	3,94	2-5	4	0,899		

Hasil Analisa data berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil uji statistik Independent t test didapatkan  $t_{hitung} = 5,667 < t_{tabel} df 32 = 2,048$  dan  $p\ value = 0,001 < 0,05$  hasil ini menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak yang artinya ada pengaruh kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy di RS Ari Canti Gianyar.

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Pasien Post Operasi Appendectomy

#### Umur

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur menunjukkan sebagian besar berumur 18-25 tahun yaitu pada kelompok perlakuan sebanyak 13 orang (76,5%) sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 14 orang (82,4%). Umur responden pada kelompok perlakuan dan kontrol termasuk dalam kelompok umur dewasa awal atau dewasa muda. Temuan ini sejalan dengan Smeltzer & Bare (2017) insidensi apendisitis tertinggi kelompok usia 20-30 tahun disebabkan perkembangan maksimal dari jaringan limfoid di masa remaja menjadi faktor meningkatnya insidensi apendiks untuk tersumbat yang memungkinkan adanya sumbatan sedikit saja akan menyebabkan tekanan intraluminal yang tinggi. Menurut Muttaqin (2018) Insiden apendisitis memang cenderung lebih tinggi pada kelompok umur 18-25 tahun disebabkan perkembangan jaringan limfoid usus buntu pada usia 18-25 tahun mencapai perkembangan maksimal, yang dapat meningkatkan risiko penyumbatan dan inflamasi, disamping itu perubahan pola makan pada usia dewasa muda sering mengalami perubahan pola makan, termasuk konsumsi makanan cepat saji dan rendah serat, yang dapat mempengaruhi kesehatan pencernaan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Aswad (2020) ditemukan karakteristik pasien post operasi appendektomi di ruang rawat inap bedah RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe rata-rata berumur 21,83 tahun. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Mardiah (2020) yang menemukan karakteristik pasien pasca bedah appendectomy di Perawatan Bedah RSUD Kabupaten Kotabaru sebagian besar dalam rentang umur 18 sampai 25 tahun (56,6%). Berdasarkan beberapa teori dan hasil penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa apendisitis sering terjadi di rentang

usia 18-25 tahun yaitu pada dewasa dan juga remaja hal ini dikarenakan bentuk appendix pada dewasa menyempit di bagian proksimal dan lebar di bagian distal yang dapat menyebabkan terjadinya obstruksi di bagian proksimal dan menyebabkan tekanan intraluminal meningkat dan memicu proses translokasi kuman dan meningkatkan jumlah kuman dalam lumen appendix yang memudahkan invasi bakteri dari dalam lumen menembus mukosa dan terjadinya ulserasi mukosa menyebabkan terjadinya apendisitis, disamping itu dapat disebabkan pada kelompok umur ini cenderung melakukan banyak kegiatan dan mengabaikan nutrisi makanannya sehingga hal ini dapat memudahkan terjadinya apendisitis

### **Jenis Kelamin**

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar laki-laki yaitu pada kelompok perlakuan dan kelompok perlakuan masing-masing sebanyak 13 orang (76,5% Temuan ini di dukung oleh Mansjoer (2017) dibandingkan dengan perempuan, apendisitis lebih sering terjadi pada laki-laki, karena perempuan sering mengkonsumsi makanan berserat dibandingkan laki-laki. Kebiasaan konsumsi rendah serat dapat menyebabkan terjadinya sumbatan fungsional appendix dan pertumbuhan flora normal di kolon mengalami peningkatan. Keadaan ini memudahkan terjadinya peradangan pada appendix Hasil penelitian ini juga didukung oleh Aritonang (2019) apendisitis lebih sering terjadi pada laki-laki hal ini dikarenakan laki-laki lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah untuk bekerja dan lebih cenderung mengkonsumsi makanan cepat saji, sehingga hal ini dapat menyebabkan beberapa komplikasi atau obstruksi pada usus yang bisa menimbulkan masalah pada sistem pencernaan salah satunya yaitu apendisitis. Konstipasi akan menaikkan tekanan intrasekal yang mengakibatkan timbulnya sumbatan fungsional apendiks dan mengakibatkan pertumbuhan kuman flora kolon. Hal ini akan memudahkan timbulnya apendisitis. Apendisitis lebih sering mengenai laki-laki dibandingkan perempuan mungkin akibat laki-laki memiliki pola makan dengan rendah serat dibandingkan perempuan yang memiliki pola makan dengan tinggi serat untuk menjaga berat badan.

Temuan ini juga sesuai dengan hasil penelitian Zuljalal (2020) yang menemukan penderita apendisitis pasca operasi di Rumah Sakit Umum Anutapura Palu sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 67,5 %. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Mardiah (2020) yang menemukan karakteristik pasien apendisitis di RSUD Kabupaten Kotabaru sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 53,5 %. Berdasarkan beberapa teori dan hasil penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa apendisitis sering terjadi pada laki-laki akibat peran kebiasaan makan makanan rendah serat dan pengaruh konstipasi terhadap timbulnya apendisitis. Konstipasi akan menaikkan tekanan intrasekal, yang berakibat timbulnya sumbatan fungsional apendiks dan meningkatnya pertumbuhan kuman flora kolon biasa. Semuanya ini akan mempermudah timbulnya apendisitis

### **Pendidikan**

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan sebagian besar tamat SMA yaitu pada kelompok perlakuan sebanyak 11 orang (64,7%) sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 15 orang (88,2%). Kondisi ini sesuai dengan temuan dilapangan dimana responden yang berpendidikan SMA lebih memahami tentang penyebab dirinya menderita apendisitis namun belum mengetahui bagaimana cara mencegah dan perawatan penyakitnya. Temuan ini di dukung oleh teori Notoatmodjo (2018) pendidikan berhubungan dengan kemampuan menerapkan perilaku hidup sehat, melakukan perawatan atau pemeriksaan penyakit di rumah sakit. Tingkat pendidikan seseorang dapat dijadikan indikator dan gambaran mengenai kemampuan seseorang dalam meningkatkan ilmu pengetahuan.

Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat, terutama untuk pencegahan maupun perawatan penyakitnya. Semakin tinggi pendidikan seseorang, kesadaran akan penyakit yang di derita semakin tinggi juga yang akhirnya mereka akan memeriksakan dan melakukan perawatan sakitnya di rumah sakit. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Aswad (2020) ditemukan karakteristik pasien post operasi appendektomi di ruang rawat inap bedah RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe terbanyak berpendidikan SMA yaitu sebanyak 45%. Temuan ini juga sesuai dengan hasil penelitian Zuljalal (2020) yang menemukan penderita apendisitis pasca operasi di Rumah Sakit Umum Anutapura Palu sebagian besar berpendidikan SMA responden (62,5%). Berdasarkan beberapa teori dan hasil penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa seseorang dengan pendidikan rendah akan beresiko kurang terpapar informasi atau kemampuan untuk menyerap informasi yang diterima kurang baik sehingga berpengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki dan menghambat perkembangan sikap seseorang tentang kesehatan terutama tentang penyakit gagal jantung dan juga mempengaruhi tindakan mereka untuk melakukan upaya-upaya mencegah atau menghindari perilaku yang beresiko tinggi menderita apendisitis seperti mengkonsumsi makanan rendah serat dan kurang aktivitas fisik.

### **Pekerjaan**

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan sebagian besar swasta yaitu kelompok perlakuan sebanyak 14 orang (82,4%) sedangkan pada kelompok kontrol 13 orang (46,5%). Menurut Yusviyah (2019) pekerjaan bisa menjadi salah satu faktor resiko tidak langsung terhadap terjadinya apendisitis dilihat dari hasil usaha yang dapat meningkatkan ekonomi keluarga dimana pada kelompok ekonomi menengah ke atas cenderung mengkonsumsi diet rendah serat. Menurut Aritonang (2019), apendisitis akut lebih sering mengenai kelompok dengan sosial ekonomi menengah ke atas karena berkaitan dengan diet rendah serat. Pernyataan ini dapat disesuaikan dengan hasil penelitian, karena pekerjaan swasta cenderung memiliki pendapatan menengah ke atas dan memiliki gaya hidup dengan bekerja optimal dan lebih cenderung mengkonsumsi makanan cepat saji, sehingga hal ini dapat menyebabkan beberapa komplikasi atau obstruksi pada usus yang bisa menimbulkan masalah pada sistem pencernaan salah satunya yaitu appendicitis. Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian Mardiah (2020) yang menemukan karakteristik pasien apendisitis di RSUD Kabupaten Kotabaru sebagian besar karyawan swasta sebanyak 60,2%. Berdasarkan beberapa teori dan hasil penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa pelajar dan pekerja swasta biasanya mempunyai kesibukan yang tinggi dan tidak memiliki waktu untuk memperhatikan dirinya sendiri terutama kesehatannya. Hal tersebut dimungkinkan juga berhubungan dengan terjadinya perubahan pola makan, baik dari segi waktu makan maupun jenis makanan yang dimakan mengandung rendah serat. Penelitian epidemiologi menunjukkan peran kebiasaan makan makanan rendah serat dan pengaruh konstipasi terhadap timbulnya apendisitis. Konstipasi akan menaikkan tekanan intrasekal, yang berakibat timbulnya sumbatan fungsional apendiks dan meningkatnya pertumbuhan kuman flora kolon.

### **Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi *Appendectomy* Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Sebelum Diberikan Kombinasi Relaksasi Finger Hold Dan Aromaterapi Lavender**

Hasil penelitian menunjukkan tingkat nyeri pasien post operasi *appendectomy* pada kelompok perlakuan sebelum (pre test) pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender dan pada kelompok kontrol (pre test) sama-sama mengalami skala nyeri sedang, pada kelompok perlakuan rata-rata sebesar 4,71 sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata

sebesar 4,76. Menurut Baradero (2018) pasien yang menjalani operasi appendectomy pada umumnya mengeluh nyeri pada luka operasi yang akan bertambah saat digerakkan atau ditekan dan umumnya berkurang setelah diberi obat dan diistirahatkan. Nyeri dirasakan seperti ditusuk-tusuk dengan skala nyeri lebih dari lima (0-10). Nyeri akan terlokalisasi di daerah operasi dan pada umumnya menetap sepanjang hari. Menurut Priastini (2020) nyeri post apendektomi timbul dikarenakan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator kimia nyeri, sehingga nyeri muncul pada pasien post operasi. Nyeri post appendectomy termasuk dalam kategori nyeri sedang

Nyeri pasca operasi appendectomy, menurut Potter & Perry (2017) merupakan diakibatkan karena adanya proses perlukaan. Reflex muscle contraction menimbulkan restricted movement yang akan mengakibatkan circulatory statis dimana akan terjadi iskemia jaringan dan terhambatnya suatu proses metabolisme. Prostaglandin dalam tubuh akan dikeluarkan sebagai kompensasi adanya proses sayatan pasca pembedahan. Adanya peningkatan nyeri dan penurunan nyeri yang subjektif dipersepsikan oleh setiap pasien post op operasi apendisitis. Menurut Smeltzer & Bare (2017) nyeri yang dialami pasien post operasi muncul disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator-mediator kimia nyeri, sehingga muncul nyeri pada setiap pasien post operasi. Intensitas nyeri post operasi bervariasi mulai dari nyeri ringan sampai berat, namun menurun sejalan dengan proses penyembuhan.

Hasil penelitian yang didapat sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian Priastini (2020) menemukan tingkat nyeri akut pada pasien post apendektomi di RSUD Klungkung rata-rata sebesar 5,32 termasuk tingkat nyeri sedang. Hasil penelitian yang didapat juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Lubis (2019) yang menemukan skala nyeri pasien post appendectomy di RSUP H.Adam Malik Medan rata-rata 5,6 termasuk nyeri sedang. Berdasarkan beberapa teori dan hasil penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian peneliti berpendapat sebagian besar pasien post operasi appendectomy mengalami nyeri, dimana nyeri yang dirasakan sebagian besar merasakan nyeri sedang dengan skala nyeri minimal 4 dan maksimal 8. Rasa nyeri yang dialami pasien pasca operasi appendectomy dapat mengalami nyeri akut yang disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk agen pencedera fisik seperti prosedur operasi, trauma, atau inflamasi. Selain itu, nyeri juga dapat disebabkan oleh stres dan gelisah pasca operasi. Proses terjadinya nyeri pasca operasi appendectomy melibatkan kerusakan jaringan dan aktivasi reseptor nyeri pada saraf sensorik. Selain itu, inflamasi juga dapat memicu rasa sakit dengan melepaskan mediator inflamasi seperti prostaglandin dan sitokin.

### **Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi *Appendectomy* Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan Setelah Diberikan Kombinasi Relaksasi Finger Hold Dan Aromaterapi Lavender**

Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok perlakuan setelah pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender rata-rata sebesar 1,94 termasuk tingkat nyeri ringan, hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy pada kelompok perlakuan yang diberikan kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender menunjukkan terjadinya penurunan rata-rata intensitas nyeri, menurut Pinandita (2019) teknik relaksasi Finger Hold adalah melibatkan genggam jari dan pengaturan nafas. Pada setiap anggota tubuh terdapat aliran energi, dimana pada genggam jari ini aliran energi dipersepsikan sebagai stimulus untuk rileks. Stimulus ini mengaktifkan transmisi serabut saraf A-beta yang lebih besar dan cepat, menurunkan transmisi nyeri melalui serabut C dan delta-A yang berdiameter lebih kecil, proses ini menghambat stimulus nyeri.

Jika tidak ada informasi nyeri yang disampaikan ke otak, maka tidak ada nyeri yang dirasakan. Sedangkan Rahmayani (2022) aromaterapi memiliki efek positif, karena aromanya segar dan harum dapat merangsang sensori dan akhirnya mempengaruhi organ lainnya sehingga dapat menimbulkan efek yang kuat terhadap emosi. Aromaterapi lavender merupakan salah satu jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri. Zat yang terkandung dalam lavender salah satunya adalah linalool yang dapat berguna untuk menstabilkan sistem syaraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi yang menghirupnya.

Hasil penelitian pada kelompok kontrol menunjukkan rata-rata tingkat nyeri sebesar 3,94 termasuk nyeri ringan, hasil ini juga menunjukkan terjadi penurunan tingkat nyeri, hal ini disebabkan pasien post operasi appendectomy pada kelompok kontrol mendapatkan terapi analgetik sesuai dengan terapi yang diberikan oleh dokter diantaranya golongan opioid yaitu tramadol, menurut Gan (2020) golongan opioid yaitu tramadol berikatan dengan reseptor opioid di sistem saraf pusat dan perifer, menghambat transmisi sinyal nyeri dan mengubah persepsi nyeri. Golongan analgetik lain yang biasa diberikan pada pasien post operasi appendectomy adalah Non-Steroid Anti-Inflammatory Drugs (NSAID) yaitu ketorolac, menurut Sjamsuhidajat & Jong (2019) ketorolac menghambat enzim siklooksigenase (COX), mengurangi produksi prostaglandin yang berperan dalam proses inflamasi dan nyeri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aswad (2020) yang menemukan nyeri pasien post operasi appendektomi di ruang rawat inap bedah RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe setelah diberikan Relaksasi finger hold mengalami penurunan 5,8 saat pre test menjadi 2,91 saat post test. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Kusumajaya (2023) menemukan tingkat nyeri pada pasien post sectio caesarea di Ruang Enim 2 RSUP DR. Mohammad Hoesin Palembang setelah diberikan aroma terapi lavender mengalami penurunan 5,7 saat pre test menjadi 3,1 saat post test.

Peneliti berpendapat bahwa tingkat responden pada kelompok perlakuan setelah diberikan relaksasi finger hold dapat menunjukkan tingkat nyeri, karena finger hold dapat menurunkan nyeri dengan mengistirahatkan atau relaksasi pada otot-otot tubuh, melalui relaksasi finger hold, seseorang dapat mengurangi ketegangan otot di tangan dan lengan, mengurangi ketegangan otot dapat meredakan nyeri dan meningkatkan kenyamanan. Penurunan nyeri juga disebabkan pengalihan perhatian, saat pasien diberikan relaksasi finger hold maka perhatian pasien dialihkan dari nyeri atau kekhawatiran, ketika pasien lebih fokus pada sensasi relaksasi, ini dapat membantu mengurangi persepsi nyeri. Sedangkan pemberian aromaterapi lavender mampu menurunkan tingkat nyeri hal ini dikarenakan pada aromaterapi lavender mampu memberikan efek relaks dan menenangkan, kombinasi kedua teknik ini menciptakan efek relaksasi yang lebih kuat.

### **Pengaruh Kombinasi Relaksasi Finger Hold Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendectomy**

Berdasarkan hasil uji statistik Independent t test didapatkan  $t_{hitung} = 5,667 < t_{tabel} df 32 = 2,048$  dan  $p\ value = 0,001 < 0,05$  hasil ini menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak yang artinya ada pengaruh kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy di RS Ari Canti Gianyar. Relaksasi finger hold berpengaruh signifikan terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy. Kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender berpengaruh terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy, menurut Puwahang (2018) menggenggam jari sambil mengatur nafas (relaksasi) dilakukan selama kurang lebih 3-5 menit dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghantarkan titik titik keluar dan

masuknya energi meridian (energi channel) yang terletak pada jari tangan kita. Relaksasi genggam jari akan menghasilkan implus yang di kirim melalui serabut saraf aferen non nosiseptor. Serabut saraf aferen non nosiseptor mengakibatkan pintu gerbang tertutup terhambat sehingga stimulus nyeri terlambat dan berkurang. Pemberian aroma terapi lavender juga dapat memperkuat perasaan rileks karena kandungan linalool dapat menimbulkan reaksi hormon endorfin, ketika aroma terapi dihirup, molekul yang mengandung linalool dapat mudah menguap dari minyak tersebut dibawa oleh udara ke “atap” hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui olfactory ke dalam sistem limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulatory, memunculkan pesan ke bagian otak serta bagian tubuh yang lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yaitu endorfin yang menyebabkan euporia, relaks dan akhirnya rasa kecemasan berkurang (Koensoemardiyah, 2019).

Kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender dapat dijadikan sebagai terapi suportif dapat membantu kinerja terapi gold standar (obat) serta merupakan salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh pasien (Liana, 2018). Kombinasi dua metode pada penelitian berharap mendapat hasil yang lebih baik, dari pada menggunakan satu metode. Minyak aromaterapi lavender dapat memberikan relaksasi rasa nyaman, mengurangi rasa nyeri. Finger hold dapat memberikan relaksasi sebagai penenang. Metode genggam jari disertai menggunakan minyak aromaterapi merupakan cara yang populer dalam penggunaannya karena bisa bekerja dalam waktu yang sama, dimana minyak aromaterapi akan menyerap dan masuk melalui pernapasan, ditambah terapi genggam jari dari pijat itu sendiri (Kusumajaya, 2023). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2020) menemukan pemberian aromaterapi lavender yang diberikan selama 60 menit berpengaruh signifikan terhadap intensitas nyeri pasien post operasi fraktur di RS. Ortopedi Prof. Dr. R. Soeharso Surakarta. Penelitian Andriani (2021) diberikan kepada siswi SMP yang mengalami nyeri haid yang mengalami nyeri dengan skala nyeri 3-8. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Vioneery dan Listiyanawati (2020) diberikan kepada lansia penderita osteoarthritis yang mengalami nyeri dengan skala nyeri 4-9. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2021), Vioneery dan Listiyanawati (2020) menunjukkan ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri.

Peneliti berpendapat, pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender dapat meningkatkan efek relaksasi karena baik relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender dapat menstimulasi hormon endorfin yang mampu mengubah emosi dan merilekskan tubuh. Aromaterapi lavender juga memiliki bau yang khas dan lembut sehingga dapat membuat seseorang menjadi relaks atau santai, disamping dengan ditambahkan pemberian relaksasi finger hold yang dilakukan pada setiap ujung jari dimana area ini merupakan saluran masuk dan keluarnya energi yang berhubungan dengan organ-organ di dalam tubuh serta emosi yang berkaitan. Relaksasi finger hold dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks sehingga stimulus nyeri terhambat dan nyeri berkurang. Relaksasi merupakan cara membangun pikiran positif yang diharapkan dapat menstimulus otak untuk menghasilkan hormon-hormon positif dan menurunkan sekresi kortisol, sehingga nyeri berkurang dan rasa nyaman pada tubuh meningkat. Dari hasil pengamatan dan penelitian diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat nyeri setelah diberikan intervensi. Ekspresi wajah menunjukkan bahwa responden merasa lebih nyaman dan rileks, dapat diajak berkomunikasi dan dapat menceritakan pengalaman

operasinya. Responden juga dapat menunjukkan lokasi nyeri yang dirasakan serta tingkatan nyeri yang dirasakan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik relaksasi finger hold ini merupakan salah satu manajemen nyeri non farmakologik yang dapat membantu mengurangi nyeri pasien, mudah dilakukan oleh siapa saja dan kapan saja nyeri dirasakan.

## **SIMPULAN**

Karakteristik responden berdasarkan pada kelompok kelompok perlakuan dan kontrol sebagian besar berumur 18-25 tahun, jenis kelamin sebagian besar laki-laki, pendidikan sebagian besar lulusan SMA, pekerjaan sebagian besar pegawai swasta. Tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy pada kelompok perlakuan sebelum pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender rata-rata sebesar 4,71 termasuk tingkat nyeri sedang, pada kelompok kontrol pre test rata-rata sebesar 4,76 termasuk tingkat nyeri sedang. Tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy pada kelompok perlakuan setelah pemberian kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender rata-rata sebesar 1,94 termasuk tingkat nyeri ringan, pada kelompok kontrol post test rata-rata sebesar 3,94 termasuk tingkat nyeri ringan. Hasil uji statistik Independent t test didapatkan  $t_{hitung} = 5,667 < t_{tabel} df 32 = 2,048$  dan  $p\ value = 0,001 < 0,05$  hasil ini menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak yang artinya ada pengaruh kombinasi relaksasi finger hold dan aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pasien post operasi appendectomy di RS Ari Canti Gianyar.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amalia, I. (2019). Gambaran Sosio-Demografi Dan Gejala Apendisitis Akut di RSUD Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Hipocrates Edisi 12 Nomer 3*.
- Andriani, D. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Dismenore Pada Siswi SMP Pondok Pesantren Nurul Muhsinin Desa Punggur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 8 (1).
- Aswad, A. (2020). Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendektomi di ruang rawat inap bedah RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe. *Jambura Health and Sport Journal Vol. 2, No. 1*,
- Barus, R. B. (2020). Hubungan Tingkat Nyeri Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Dengan Perubahan Psikologis Di RSUP H. Adam Malik Medan. *Jurnal Keperawatan Flora Volume 13, Nomer 1*
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. Denpasar : Bagian Data dan Informasi
- Djala, F. L. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruangan Kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Poso. *Journal of Islamic Medicine Volume 2 (4)*
- Guyton & Hall. (2016). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta : EGC
- Hutasoit. (2018). *Aroma Terapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Departemen Kesehatan

- Kristanti, E.E. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Depresi pada Lansia di Panti Wredha St. Yoseph Kediri. *Journal Ners*, Volume 12 Nomer 2.
- Kusumajaya, D.M. (2023). Pengaruh Teknik Genggam Jari & Aromaterapi Lavender Pada Asuhan Keperawatan Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Nyeri Akut di Ruang Enim 2 RSUP DR. Mohammad Hoesin Palembang
- Nisrina, D. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Finger Hold Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caseare di Ruang Sungkai RSUD Sekayu. *Jurnal Makara, Kesehatan*. Volume 10, Nomer 2
- Pinandita, A. (2019). pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada pasien Post Operasi Laparatomi Di RS PKU Muhammadiyah Gombang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, vol 8, No.1.
- Puspita, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Y Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur di RS. Ortopedi Prof. Dr. R. Soeharso Surakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah* Vol. 3 N0 2
- Puwahang. (2018). *Pijat Tangan untuk Relaksasi*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rahmawati, D. (2020). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Di RSHB Kota Batam. *Jurnal Zona Kebidanan*. 10(3)
- Rahmayani, S. N. (2022). Penurunan Nyeri Post Sectio caesarea Menggunakan Aroma Terapi Lavender di Rumah Sakit Permata Medika Ngaliyan Semarang. *Ners Muda*, 3(3)
- Saqila, S.B (2021). Hubungan Usia dan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Kelurahan Belawan II . *Jurnal Keperawatan Terapan (E-Journal)*, 5(1)
- Sumarty, A.M. (2019). Hubungan Antara Umur Dan Sikap Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Pada Kelompok Nelayan Di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol. 11 No 2.
- Tamrin, I, N. (2019). Pengaruh Slow Deep Breathing terhadap nyeri pada pasien Post Op Apendisitis. *Jurnal Health of Studies* Vol 3, No. 1
- Vioneery, D. & Listiyanawati, M.D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Osteoarthritis Di Desa Wirun Kel. Plesungan Kec. Gondangrejo. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan* Vol 6, No 2.
- Zuraida, Z. (2020). Pengaruh Kombinasi Yoga dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek. *Maternal Child Health Care*, 2(2)