

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DENGAN  
MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT POST OPERASI  
MIOMEKTOMI DI RSUD WONOSARI**

Putri Arifiyanti<sup>1</sup>, Titik Endarwati<sup>2</sup>, Yustiana Olfah<sup>3</sup>  
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293  
Email: @putriarifiyanti25@gmail.com

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Mioma uteri adalah tumor jinak pada dinding rahim wanita yang terdiri dari otot dan jaringan fibrosa. Penyebab pasti mioma uteri belum diketahui secara pasti, tetapi tumor ini mungkin berasal dari sel otot yang normal, dari otot imatur yang ada di dalam miometrium atau dari sel embrional pada dinding pembuluh darah uterus. Penanganan mioma uteri dapat dilakukan dengan cara pembedahan miomektomi. Tindakan miomektomi dapat menyebabkan komplikasi seperti nyeri akut serta mobilitas fisik. Untuk mengatasi masalah nyeri pada klien maka diperlukan manajemen nyeri, yaitu teknik relaksasi genggam jari. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan skala nyeri post operasi miomektomi di RSUD Wonosari.

**Metode :** Jenis penelitian ini adalah penelitian studi kasus. Penelitian ini dilakukan terhadap 2 responden. Penelitian ini merupakan pengamatan atau pengambilan data mengenai penerapan teknik relaksasi genggam jari post operasi miomektomi di RSUD Wonosari.

**Hasil :** Hasil penelitian ini intensitas nyeri menurun setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari sebanyak 3 kali 8 jam, responden pertama dan kedua sama – sama nyeri turun dari skala sedang menjadi skala ringan.

**Kesimpulan :** Adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari pada pasien post operasi miomektomi. Pasien post operasi yang mengalami nyeri dapat melakukan teknik relaksasi genggam jari agar dapat mengurangi nyeri post operasi.

**Kata kunci :** teknik relaksasi genggam jari, nyeri, miomektomi

<sup>1</sup>Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

# **APPLICATION OF FINGER-GRIP RELAXATION TECHNIQUES WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEMS AFTER MYOMECTOMY SURGERY AT RSUD WONOSARI**

Putri Arifiyanti<sup>1</sup>, Titik Endarwati<sup>2</sup>, Yustiana Olfah<sup>3</sup>  
Department of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl.Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293  
Email: @putriarifiyanti25@gmail.com

## **ABSTRACT**

**Background:** Myoma uteri is a benign tumor of the female uterine wall consisting of muscle and fibrous tissue. The exact cause of uterine myoma is not known for certain, but this tumor may originate from normal muscle cells, from immature muscles in the myometrium or from embryonal cells in the uterine vascular wall. Treatment of uterine myoma can be done by myomectomy surgery. Myomectomy surgery can cause complications such as acute pain and physical mobility. To overcome the problem of pain in the client, pain management is needed, namely the finger grip relaxation technique.

**Objective:** This study aims to see the effect of finger grip relaxation techniques on reducing the pain scale after myomectomy surgery at Wonosari Hospital.

**Methods:** This type of research is case study research. This research was conducted on 2 respondents. This study is an observation or data collection regarding the application of finger grip relaxation techniques after myomectomy surgery at Wonosari Hospital.

**Results:** The results of this study decreased pain intensity after performing the finger grip relaxation technique 3 times 8 hours, the first and second respondents both decreased pain from a moderate scale to a mild scale.

**Conclusion:** There is an effect of finger-grip relaxation techniques on postoperative myomectomy patients. Postoperative patients who experience pain can perform finger grasp relaxation techniques in order to reduce postoperative pain.

**Keywords:** finger grip relaxation technique, pain, myomectomy

<sup>1</sup>Student of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta