

**EDUKASI TENTANG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI PADA
PASIEN POST OP DIRUANGAN BEDAH RSU MAYJEN
H.A THALIB KERINCI**

Ns. Mimi Rosiska, M.kep¹, Ns. Soviarni, M.Kep²

¹⁻²Akademi Keperawatan Bina Insani Sakti, Provinsi Jambi

Email Korespondensi: mimirosiska@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang timbul karena adanya kerusakan atau ancaman kerusakan pada jaringan, baik aktual maupun potensial. Nyeri sebagai salah satu respon yang muncul pada pasien post operasi dapat menimbulkan stres, sehingga sistem kardiovaskular merespon nyeri dengan mengaktifkan sistem saraf simpatik, sehingga menghasilkan peningkatan detak jantung, tekanan darah, dan kebutuhan oksigen. Nyeri post operasi dapat menimbulkan dampak yang tidak adekuat seperti masalah istirahat dan tidur, penyembuhan luka yang lama, ketidakpuasan pasien, rawat inap yang lebih lama, dan meningkatnya biayaperawatan (Swieboda, 2013). Berdasarkan data WHO (World Health Organisation) bahwa selama lebih dari satu abad, perawatan bedah telah menjadi komponen penting dari perawatan kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan setiap tahun ada 230 juta tindakan bedah dilakukan di seluruh dunia. Data Tabulasi Nasional Departemen Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016, menjabarkan bahwa tindakan bedah menempati urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di Indonesia dengan persentase 12,8% dan diperkirakan 32% diantaranya merupakan bedah mayor, dan 25,1% mengalami kondisi kejiwaan serta 7% mengalami kecemasan (Kemenkes, 2016).

Kata kunci : edukasi , teknik relaksasi, nyeri, genggam jari

ABSTRACT

According to WHO (World Health Organization) the number of surgical patients in the world reaches 148 million patients. In the United States, patient surgery operates 27 million patients. In the UK, surgical patients account for 10-20% of all patients. Operations in Indonesia in 2019 reached 1.2 million people (WHO, 2020). Based on the National Tabulation Data of the Ministry of Health of the Republic of Indonesia in 2019, surgery ranks 11th out of the first 50 treatment patterns of disease in hospitals throughout Indonesia (Depkes RI, 2019). The goal is given after a brief health education, it is expected to increase knowledge and ability in overcoming or controlling anxiety in patients before surgery at RSU Mayjen H.A Thalib. The activities carried out in the form of health education about stress and anxiety management effectively. There is an increase in knowledge and ability about how to control anxiety in patients with anxiety before surgery.

Keywords : education, relaxsation tecnique, pain, hold finger

1. PENDAHULUAN

Pembedahan atau operasi adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani (Sjamsuhidajat & Wim de Jong, 2016). Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang timbul karena adanya kerusakan atau ancaman kerusakan pada jaringan, baik aktual maupun potensial. Nyeri sebagai salah satu respon yang muncul pada pasien post operasi dapat menimbulkan stres, sehingga sistem kardiovaskular merespon nyeri dengan mengaktifkan sistem saraf simpatik, sehingga menghasilkan peningkatan detak jantung, tekanan darah, dan kebutuhan oksigen. Nyeri post operasi dapat menimbulkan dampak yang tidak adekuat seperti masalah istirahat dan tidur, penyembuhan luka yang lama, ketidakpuasan pasien, rawat inap yang lebih lama, dan meningkatnya biaya perawatan (Swieboda, 2013).

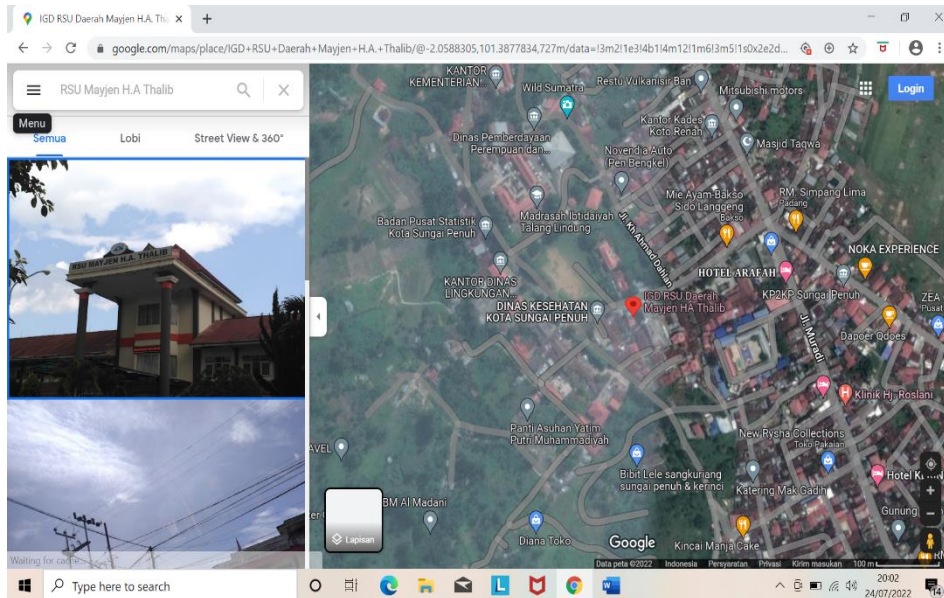
Berdasarkan data WHO (World Health Organisation) bahwa selama lebih dari satu abad, perawatan bedah telah menjadi komponen penting dari perawatan kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan setiap tahun ada 230 juta tindakan bedah dilakukan di seluruh dunia. Data Tabulasi Nasional Departemen Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016, menjabarkan bahwa tindakan bedah menempati urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di Indonesia dengan persentase 12,8% dan diperkirakan 32% diantaranya merupakan bedah mayor, dan 25,1% mengalami kondisi kejiwaan serta 7% mengalami kecemasan (Kemenkes, 2016).

Berdasarkan data di ruang bedah di RSUD Mayjen H.A Thalib Kerinci, didapatkan data pasien post op pada tahun 2018 yaitu sebanyak 5 orang dengan kasus post op batu buli, post op orif tibia, post ob batu empedu, post op trauma dan post op debridemen. Pada tahun 2019 ruang bedah mengalami peningkatan pasien post op yaitu sebanyak 7 orang dengan kasus post op amputasi, post op open difu, post op debridemen, post op laparatomi dan post op insisi. Pada tahun 2020 ruang bedah mengalami peningkatannya pasien post op dari tahun 2019, yaitu sebanyak 9 orang dengan kasus post op laparatomi, post op tumor, post op fam, post op insisi, post op debridemen dan post op appendicit.

Dari berbagai alasan tersebut diatas maka kami tertarik melakukan penelitian singkat dengan judul Edukasi Tentang Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Post OP Di Ruang Bedah RSUD Mayjen H.A Thalib Kerinci Tahun 2021

2. MASALAH

Alasan kami memilih tempat kegiatan di RSUD Mayjen H.A Thalib adalah karena banyak pasien post operasi yang mengalami rasa nyeri setelah dilakukannya tindakan operasi dan juga belum mengetahui bagaimana cara mengatasi atau mengontrol rasa nyeri. Selain itu, pengetahuan pasien tentang gejala stress dan cemas masih sangat minim. Dan tujuan khusus dari pendidikan kesehatan singkat ini adalah agar pasien dengan post operasi mengerti dan memahami bagaimana cara mengatasi atau mengontrol rasa nyeri tersebut.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

3. METODE

a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan preplanning, persiapan penyajian leaflet dan penjelasan tentang teknik relaksasi genggam jari. Pembuatan leaflet dimulai pada hari minggu 13 Juli 2021, pada tanggal 15 Juli 2021 dilakukan pengecekan untuk persiapan dilakukan pendidikan kesehatan singkat dalam mengatasi dan mengontrol rasa nyeri.

b. Tahap pelaksanaan

Acara ini dengan pemberitahuan kepada Kepala RSUD Mayjen H.A Thalib untuk mengarahkan pasien dengan rencana post operasi untuk berkumpul. Dan dilanjutkan dengan penjelasan tentang teknik relaksasi genggam jari.

c. Evaluasi

1) Struktur

Peserta hadir sebanyak 8 orang pasien dengan post operasi RSUD Mayjen H.A Thalib. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan sudah komunikatif dalam penyampaian, pasien dapat memahami materi yang sudah disampaikan tim pengabdian masyarakat dan dapat memfasilitasi audiensi selama berjalannya penyuluhan.

2) Proses

Pelaksanaan kegiatan jam 08.30 wib s/d selesai. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Juli 2021 di Ruang Aula RSUD Mayjen H.A Thalib". Penyuluhan kesehatan singkat ini ditujukan pada pasien post operasi dengan keluhan nyeri yang belum tahu cara mengatasi dan mengontrol rasa nyeri. Media dan alat yang disediakan berupa leaflet dan infocus. Metode yang digunakan adalah penyuluhan, tanya jawab atau

evaluasi. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan :



Gambar 2.2 Foto Kegiatan PKM



Gambar 2.3 Kegiatan PKM



Gambar 2.4 Kegiatan PKM

5. Kesimpulan

Dari hasil kegiatan penyuluhan pada klien dalam memahami tentang tingkat nyeri dapat disimpulkan :

1. Terjadi peningkatan pengetahuan klien tentang teknik relaksasi genggam jari
2. Terjadi peningkatan pengetahuan klien tentang cara mengontrol rasa nyeri

DAFTAR PUSTAKA

- Kholid, A. 2014. Promosi Kesehatan dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya. Jakarta : Rajawali Pers
- A. Aziz Alimul H. (2006). Pengantar kebutuhan dasar manusia aplikasi konsep dan proses keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Fadilah Anik Arbani. (2015). Hubungan komunikasi terapeutik dengan rasa nyeri pasien post operasi di RS PKU Muhammadiyah Sukoharjo. Jurnal
- Titik Lestari. (2015). Kumpulan teori untuk kajian pustaka penelitian kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika