

Original Article

Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Operasi *Ca Mammae* dengan Pemberian Intervensi Genggam Jari dan Terapi Musik Alam untuk Menurunkan Tingkat Nyeri di RS Muhammadiyah Metro Tahun 2025

Ilyas Indra Prayoga^{1*}, Farhan Al Farisi²

^{1,2}Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

*Email correspondent: ilyasindraprayoga70@gmail.com

Abstract

Introduction: Music therapy is a form of therapy in the health sector using music and musical activities to address various problems. Empirical evidence supports the use of classical music therapy in various conditions including psychiatric disorders, medical problems, physical disabilities, sensory disorders, developmental disabilities, aging problems, improving learning concentration, supporting physical exercise, reducing stress and anxiety, as well as additional treatment in cancer patients and pain management.

Objectives: The purpose of this scientific paper is to provide nursing care to post-cancer surgery patients by providing finger grip interventions and natural music therapy to reduce pain levels at Muhammadiyah Metro Hospital in 2025.

Method: The design of this scientific paper uses a descriptive design. The data collection method uses interviews, observations and then provides finger grip relaxation and music therapy to deal with pain carried out 3 times a day, and can be repeated if the pain recurs. The implementation time is around 15-30 minutes per session, when doing finger grip while the subject is given natural music.

Result: The results of the nursing implementation on Mrs. L were carried out on August 16-18, 2025 and on Mrs. K were carried out on August 22-25, 2025, which were carried out on acute pain. Nursing Evaluation on Mrs. L and Mrs. K, the results of pain were measured using a numeric rating scale. The initial pain scale on Mrs. L scale 6 decreased on day 3 to 4. On Mrs. K scale 7 decreased on day 3 to 5.

Conclusion: The conclusion of this care was that respondents were given finger grip relaxation balanced with music therapy to deal with pain carried out 3 times a day effectively in reducing pain

Keyword: finger grip relaxation, music therapy, pain, ca mammae

Editor: YY

Hak Cipta:

©2026 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Pendahuluan

Kanker merupakan penyakit yang tidak menular, dimana penderita mengalami pertumbuhan sel-sel yang tidak normal secara terus-menerus dan tidak terkendali sehingga dapat merusak jaringan sekitarnya dan dapat menjalar kemana-mana. Kanker juga dapat disebut sebagai tumor ganas. Pada umumnya para penderita kanker payudara ini baru mengetahuinya setelah stadium lanjut. Kebanyakan kanker payudara menyerang sebagian besar wanita dan kemungkinan kecil kanker ini menyerang pria, tetapi tidak menutup kemungkinan penyakit ini dapat menyerang pria ([Nurmalisa, 2020](#)).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Kanker payudara menyebabkan 670.000 kematian secara global pada tahun 2022. Sekitar setengah dari seluruh kanker payudara terjadi pada wanita yang tidak memiliki faktor risiko spesifik selain jenis kelamin dan usia. Kanker payudara adalah kanker paling umum pada wanita di 157 negara dari 185 negara pada tahun 2022. Kanker payudara terjadi di setiap negara di dunia. Sekitar 0,5-1% kanker payudara terjadi pada pria ([WHO, 2026](#)).

Di Indonesia, kasus kanker payudara sebanyak 3.404 kasus dan penderita tumor payudara sebanyak 18.150 kasus. Upaya deteksi dini kanker payudara dilakukan dengan menggunakan metode SADANIS. Sasaran deteksi dini kanker payudara di Indonesia adalah wanita usia 30-50 tahun yakni sebanyak 41.881.534 orang, dengan target deteksi dini kanker payudara sebanyak 29.513.788 orang (Kemenkes RI, 2022). Penyakit kanker payudara cukup tinggi juga ditemukan di Provinsi Lampung dimana pada tahun 2020 yaitu sebanyak 300 orang ditemukan dalam stadium lanjut, dan 3 orang diantaranya adalah remaja ([Widiyastuti et al., 2026](#)). Kota Bandar Lampung memiliki kejadian kanker payudara sebanyak 14,3% dengan jumlah kasus baru 57 pasien dan kasus lama 179 pasien pada tahun 2020. Data di Kota Mtero tahun 2022 sebanyak 65.750 wanita usia 30-50 tahun, dan 0% yang melakukan SADANIS. Yang tercatat menderita kanker payudara sebanyak 3 wanita.

Kanker payudara (Ca mammae) terjadi karena pertumbuhan sel payudara yang tidak terkendali, membentuk tumor. Patofisiologi kanker payudara melibatkan interaksi kompleks faktor genetik, hormonal, dan lingkungan yang memicu mutasi sel dan pertumbuhan abnormal. Komplikasi kanker payudara meliputi penyebaran sel kanker ke organ lain (metastasis), efek samping terapi, dan masalah psikologis. Penyebab dan Faktor Risiko kanker payudara meliputi mutasi pada gen BRCA1 dan BRCA2 meningkatkan risiko kanker payudara. Paparan estrogen yang berkepanjangan (misalnya, menarche dini, menopause lambat, terapi hormon) dapat meningkatkan risiko. Faktor Gaya Hidup seperti Merokok, konsumsi alkohol, obesitas, dan kurang olahraga dapat meningkatkan risiko ([Mantika & Anggraini, 2023](#)).

Mekanisme kanker payudara dalam tubuh meliputi mutasi genetic yang menyebabkan kerusakan pada gen seperti BRCA1 dan BRCA2 dapat menyebabkan sel tumbuh tidak terkendali. Sel-sel payudara yang bermutasi membelah diri secara cepat dan tidak terkendali, membentuk tumor. Kanker payudara dapat menyerang jaringan sekitarnya (infiltrasi) dan menyebar ke bagian tubuh lain melalui sistem limfatik atau aliran darah (metastasis) ([Rofiaty, 2022](#)).

Komplikasi yang terjadi berupa metastasis atau penyebaran sel kanker ke organ lain (misalnya, tulang, paru-paru, hati, otak) dapat menyebabkan berbagai komplikasi tergantung pada organ yang terkena. Penanganan kanker payudara (Ca Mamae) meliputi berbagai modalitas, termasuk pembedahan, kemoterapi, radioterapi, dan terapi hormon, yang disesuaikan dengan stadium dan profil molekuler tumor. Selain itu, deteksi dini melalui SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dan skrining secara teratur juga penting dalam upaya penanganan ([Rahmawati, 2024](#)).

Proses pembedahan pada pasien ca mammae menimbulkan berbagai reaksi pasca operasi salah satunya nyeri pasca operasi. Nyeri merupakan fenomena multidimensional sehingga sulit untuk didefinisikan. Nyeri merupakan pengalaman personal dan subjektif, dan tidak ada dua individu yang merasakan nyeri dalam pola yang identik (sama). Masalah yang dapat terjadi apabila nyeri tidak teratasi yaitu akan mempengaruhi perilaku dan aktivitas sehari-hari, ditandai dengan klien sering kali meringis, mengerutkan dahi, menggigit dahi, menggigit bibir, gelisah, imobilisasi, mengalami ketegangan otot, melakukan gerakan melindungi bagian tubuh sampai dengan menghindari percakapan, menghindari kontak sosial, dan hanya fokus pada aktivitas menghilangkan nyeri ([KUSUMAWARDANI, 2023](#)).

Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Penatalaksanaan nyeri nonfarmakologi yang dapat dilakukan oleh seorang perawat dalam mengatasi

respon nyeri pasien yaitu teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari merupakan bagian dari teknik relaksasi yang dapat dipakai untuk manajemen nyeri nonfarmakologis (Kusuma et al., 2024). Teknik relaksasi genggam jari ini dapat mengatasi nyeri dengan memanfaatkan teknik relaksasi mendalam dan sugesti positif. Dalam proses ini, terapis membantu klien memasuki keadaan fokus dan rileks, di mana mereka lebih terbuka terhadap sugesti yang bertujuan mengubah pola pikir negatif terkait nyeri yang dialami. Dengan beberapa sesi, klien sering melaporkan peningkatan dalam kontrol diri dan penurunan nyeri, menjadikan hipnosis pilihan terapi yang bermanfaat bagi mereka yang mencari alternatif dalam mengatasi nyeri (Nur'aini & Widiawati, 2023).

Relaksasi genggam jari dapat menurunkan nyeri dengan cara memengaruhi persepsi nyeri dan mengalihkan perhatian dari rasa sakit. Teknik ini melibatkan menggenggam jari-jari tangan sambil mengatur pernapasan, yang dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosional. Genggaman jari akan memberikan stimulasi pada titik-titik refleksi di tangan, yang kemudian mengirimkan sinyal ke otak untuk diproses dan diteruskan ke saraf yang terkait dengan area nyeri, sehingga membantu meredakan rasa sakit (Netti & Maylanda, 2023). Selain dengan relaksasi genggam jari, pemberian terapi musik dalam mengimbangi relaksasi genggam jari juga dapat digunakan dalam menurunkan nyeri. Terapi musik merupakan intervensi alami non invasif yang dapat diterapkan secara sederhana, tidak selalu membutuhkan kehadiran ahli terapis, harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping. Terapi musik sebagai teknik relaksasi yang digunakan untuk penyembuhan suatu penyakit dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumentalia dan slow music (Setyono & Rohana, 2021).

Hasil penelitian (Larasati & Hidayati, 2022) asuhan keperawatan pada relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post operasi laparatomy. Desain studi kasus ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan responden berjumlah dua orang. Relaksasi genggam jari dilakukan selama 3 hari dengan waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari. Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah melakukan Relaksasi genggam jari. Alat ukur skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. studi kasus ini menunjukkan setelah dilakukan Relaksasi genggam jari pada pasien I dan II yang mengalami nyeri post operasi laparatomy didapatkan hasil adanya perubahan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. Pemberian Relaksasi genggam jari efektif untuk menurunkan skala nyeri post operasi laparatomy.

Pada penelitian (Mahmudi, 2020) dalam jurnalnya yang berjudul “Terapi Musik Sebagai Metode Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi : A Literature Review” menyebutkan hasil bahwa terapi musik dapat menurunkan intensitas nyeri pasien post operasi. Terapi musik dapat memberikan efek santai dan relaks sehingga kondisi nyeri pasien post operasi dapat terkontrol dengan baik. Selain itu, terapi musik juga mudah dapat dilakukan semua orang. Berdasarkan fenomena di atas, maka penulis melakukan asuhan keperawatan pada pasien post operasi *ca mammae* dengan pemberian intervensi genggam jari dan terapi musik alam untuk menurunkan tingkat nyeri di Rumah Sakit Muhammadiyah Metro Tahun 2025.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus untuk menggambarkan penerapan teknik relaksasi genggam jari pada pasien post operasi kanker payudara (Ca mammae). Subjek penelitian adalah pasien post operasi Ca mammae yang dirawat di Rumah Sakit Muhammadiyah Metro pada tanggal 15–18 Agustus 2025. Intervensi yang diberikan berupa relaksasi genggam jari sebagai terapi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri, dilakukan tiga kali sehari dengan durasi 15–30 menit per sesi, disertai alunan musik alam. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan pengukuran tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Pengukuran nyeri dilakukan sebelum intervensi (pretest) dan setelah pemberian intervensi selama tiga hari (posttest). Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan perubahan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi informed consent, kerahasiaan subjek, keadilan, serta keseimbangan antara manfaat dan risiko penelitian.

Hasil dan Pembahasan Pengkajian

Pasien pada asuhan keperawatan ini terdiri dari 2 klien yaitu klien I dengan inisial Ny.L umur 48 tahun dan klien II Ny. K umur 55 tahun. Hasil pengkajian pada Ny. L dimulai tanggal 16 Agustus 2025 dengan diagnosa medis ca mammae, klien mengeluh nyeri, Saat dilakukan pengkajian nyeri pada pasien, didapatkan, P: Luka Post Op Ca Mammae, Q: Terasa Panas, R: Payudara kiri, S: skala nyeri 6, T: Nyeri hilang timbul selama 5-10 menit. Klien mengatakan badan terasa lesu, letih dan pemeriksaan fisik TD : 135/95 mmhg, N : 90x/I, RR :20x/I, T : 37,8 C.

Hasil pengkajian pada Ny. K dimulai tanggal 22 Agustus 2025 dengan diagnosa medis ca mammae, klien mengeluh nyeri, Saat dilakukan pengkajian nyeri pada pasien, didapatkan, P: Luka Post Op Ca Mammae, Q: Terasa Panas, R: Payudara kiri, S: skala nyeri 7, T: Nyeri hilang timbul selama 5-10 menit. Klien mengatakan badan terasa lesu, letih dan pemeriksaan fisik TD : 120/80 mmhg, N : 90x/I, RR :20x/I, T : 37,8 C. Menurut Brem dan Kumar (2022) Faktor risiko tinggi penyebab kanker payudara meliputi jenis kelamin, usia, riwayat keluarga, genetik, siklus menstruasi, melahirkan dan riwayat kanker sebelumnya, Penderita ca mammae hasil pengkajian umumnya ditemukan gejala fisik. Gejala fisik yang muncul meliputi nyeri, kehilangan berat badan, menopause dini, kelelahan, kesulitan tidur dan neuropati perifer. Hal tersebut ditemukan pada Ny.L dan Ny.K saat pengkajian baik melalui wawancara maupun melalui observasi.

Usia adalah faktor risiko utama kanker payudara (ca mammae) karena dua alasan utama yang berkaitan dengan akumulasi kerusakan sel dan penurunan kemampuan tubuh untuk memperbaiki kerusakan tersebut seiring berjalannya waktu. Menurut Gatsu et al (2023) pasien breast cancer dengan frekuensi tertinggi terjadi pada rentang usia terdiagnosis 46-55 tahun, dengan jumlah 18 pasien (62,1%). Sedangkan, tidak ada pasien breast cancer yang terdiagnosis pada rentang usia 12-16 tahun, 17-25 tahun, dan 26-35 tahun (0). Memiliki kerabat tingkat pertama (ibu, saudara perempuan, anak perempuan) yang didiagnosis menderita kanker payudara kira-kira melipatgandakan risiko Anda. Risiko ini meningkat lebih tinggi jika lebih banyak kerabat dekat yang terkena, atau jika kerabat tersebut didiagnosis pada usia muda (di bawah 50 tahun). Menurut Mochtar (2024) faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian kanker payudara di RSUD dr. Soedomo Trenggalek tahun 2020-2021. Pada hasil penelitian didapatkan tidak adanya hubungan yang signifikan pada riwayat keluarga (p-value = 0,607) dan faktor usia (p-value = 724 ; Sig.2 tailed = 0,913) terhadap kejadian kanker payudara.

Wanita yang memulai menstruasi pertama mereka pada usia dini (sebelum 12 tahun) memiliki risiko lebih tinggi (10-25%). Hal ini karena mereka terpapar estrogen lebih lama sepanjang hidup mereka. Umumnya, semakin sering seorang wanita melahirkan, semakin rendah risiko jangka panjang terkena kanker payudara. Setiap kelahiran berikutnya dikaitkan dengan penurunan risiko tambahan yang kecil. Semakin tua usia wanita saat melahirkan anak pertama yang cukup bulan (terutama di atas 30 tahun), semakin tinggi risikonya dibandingkan dengan wanita yang tidak pernah melahirkan atau melahirkan pada usia lebih muda. Hal ini didukung hasil penelitian Pratiwi et al (2024) hubungan antara menarke dini dengan kejadian karsinoma mammae. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi karsinoma mammae sebanyak 79 orang (79,0%). Proporsi terbesar pada kelompok umur 51- 60 tahun, yaitu sebanyak 44 orang (44,0%). Subjek penelitian yang mengalami menarke dini adalah 73 orang (73,0 %). Ada 45 orang yang memiliki usia melahirkan anak pertama pada usia 21-25 (45,0 %). Terdapat 35 kasus karsinoma mammae dalam keluarga. Ada 70 sampel dengan riwayat keluarga menderita karsinoma (70,0%).

Wanita yang pernah menderita kanker payudara di salah satu payudaranya memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker di payudara lainnya (kanker kontralateral). Riwayat kanker ovar dalam keluarga juga dikaitkan dengan peningkatan risiko kanker payudara, sering kali karena adanya mutasi genetik bersama seperti BRCA1/BRCA2. Pada penelitian Zakia et al (2025) hubungan riwayat keluarga dengan kejadian kanker payudara usia muda di RSUD Ulin Banjarmasin. Hasil didapatkan responden yang memiliki riwayat keluarga pada usia sangat muda (27,3%), usia muda (72,7%), yang tidak memiliki riwayat keluarga pada usia sangat muda (3,6%), usia muda (96,4%), p-value=0,034. Menurut

asumsi penulis bahwasanya dari semua data yang didapatkan dalam pengkajian pada Ny.L dan Ny.K telah dilakukan pembedahan dan saat ini menjalani perawatan post operasi, mengalami nyeri dan kelelahan, sesuai dengan tanda gejala yang ada diteori dan pengakajian serta tidak ada perbedaan yang signifikan antara teori dan tinjaun kasus.

Diagnosa Keperawatan

Pada kasus yang dialami Ny.L dan Ny.K pada diagnosa pertama yang diangkat yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cidera fisik post op ca mammae ditandai dengan luka pada post op ca mammae pasien tampak meringis, Kanker payudara (*Carcinoma Mammae*) suatu kondisi dimana penyakit ini selnya telah kehilangan pengendalian dan mekanisme normalnya, sehingga akan mengakibatkan pertumbuhan yang tidak normal, cepat dan tidak terkendali yang terjadi pada jaringan payudara. Kanker golongan penyakit yang ditimbulkan oleh sel tunggal yang tumbuh dengan abnormal dan tidak terkendali.

Menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI, 2021) nyeri akut adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan, berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial, serta onsetnya mendadak atau cepat, dengan durasi kurang dari tiga bulan. Kriteria diagnosis ini didasarkan pada definisi nyeri yang dikeluarkan oleh PPNI, yang mengacu pada standar internasional. Menurut asumsi penulis bahwasanya dari keempat diagnosa keperawatan yang ditemukan dan diangkat pada kasus Ny. L dan Ny.K sudah sesuai dengan diagnosa yang ada dalam asuhan keperawatan dengan kasus Ca mammae secara teoritis dan sejalan dengan teori dan kasus nyata karena keluhan yang terdapat pada kasus yang dialami Ny.L dan Ny.K sudah sesuai dengan teori.

Intervensi Keperawatan

Berdasarkan kasus Ny. L dan Ny. K pada diagnosa pertama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cidera fisik post op ca mammae ditandai dengan luka pada post op ca mammae, pasien tampak meringis dilakukan intervensi yaitu Manajemen nyeri dengan memberikan relaksasi genggam jari untuk menangani nyeri dilakukan 3 kali dalam sehari, dan bisa diulang jika nyeri muncul kembali. Waktu pelaksanaannya sekitar 15-30 menit per sesi, saat melakukan genggam jari sembari subjek diberikan alunan music alam selama 3 x 24 Jam dengan memonitoring nyeri, memposisikan posisi nyaman, memonitor dampak nyeri, mengkalaborasikan obat analgetik dimana kriteria hasil yang diharapkan keluhan nyeri menurun, meringis menurun, gelisah menurun, sikap protektif menurun. Intervensi dilakukan 3 sesi. Sesi pertama dilakukan pukul 09.00, sesi kedua dilakukan pukul 11.00 dan sesi ke tiga pukul 14.00.

Sejalan dengan hasil penelitian ([Larasati & Hidayati, 2022](#)) asuhan keperawatan pada relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post operasi laparatomy. Relaksasi genggam jari dilakukan selama 3 hari dengan waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari. Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah melakukan Relaksasi genggam jari. Alat ukur skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Proses pembedahan pada pasien ca mammae menimbulkan berbagai raeaksi pasca operasi salah satunya nyeri pasca operasi. Nyeri merupakan fenomena multidimensional sehingga sulit untuk didefinisikan. Nyeri merupakan pengalaman personal dan subjektif, dan tidak ada dua individu yang merasakan nyeri dalam pola yang identik (sama). Masalah yang dapat terjadi apabila nyeri tidak teratasi yaitu akan mempengaruhi perilaku dan aktivitas sehari-hari, ditandai dengan klien sering kali meringis, mengerutkan dahi, menggigit dahi, menggigit bibir, gelisah, imobilisasi, mengalami ketegangan otot, melakukan gerakan melindungi bagian tubuh sampai dengan menghindari percakapan, menghindari kontak sosial, dan hanya fokus pada aktivitas menghilangkan nyeri ([KUSUMAWARDANI, 2023](#)).

Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Penatalaksanaan nyeri nonfarmakologi yang dapat dilakukan oleh seorang perawat dalam mengatasi respon nyeri pasien yaitu teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari merupakan bagian dari teknik relaksasi yang dapat dipakai untuk manajemen nyeri nonfarmakologis ([Hakim et al., 2023](#)). Menurut asumsi penulis pada kasus Ny. L dan Ny. K dengan prioritas masalah keperawatan nyeri akut, penulis memberikan intervensi sesuai dengan SIKI (2021), dengan memberikan intervensi

yang dilaksanakan sesuai dengan keluhan pasien diharapkan semua masalah yang dialami klien teratasi yaitu dengan pemberian memberikan relaksasi genggam jari untuk menangani nyeri dilakukan 3 kali dalam sehari, dan bisa diulang jika nyeri muncul kembali. Waktu pelaksanaannya sekitar 15-30 menit per sesi, saat melakukan genggam jari sembari subjek diberikan alunan music alam. Hal ini sejalan dengan jurnal terkait sehingga tidak ada kesenjangan pelaksanaan dengan yang dilakukan di lapangan.

Implementasi Keperawatan

Pada asuhan keperawatan ini telah dilakukan relaksasi genggam jari untuk menangani nyeri dilakukan 3 kali dalam sehari, dan bisa diulang jika nyeri muncul kembali. Waktu pelaksanaannya sekitar 15-30 menit per sesi, saat melakukan genggam jari sembari subjek diberikan alunan music alam pada Ny. K dan Ny. L. Hasil nyeri di ukur dengan skala nyeri numeric rating scale. Skala nyeri awal pada Ny. L skala 6 turun pada hari ke 3 menjadi 4. Pada Ny. K skala 7 turun pada hari ke 3 menjadi 5.

Sejalan dengan hasil (Larasati & Hidayati, 2022) asuhan keperawatan pada relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post operasi laparatomy. Desain studi kasus ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan responden berjumlah dua orang. Relaksasi genggam jari dilakukan selama 3 hari dengan waktu 15 menit dengan frekuensi pemberian terapi 1 kali/hari. Pengukuran skala nyeri dilakukan sebelum dan sesudah melakukan Relaksasi genggam jari. Alat ukur skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS).

Kemudian dalam jurnal (Mahmudi, 2020) dalam jurnalnya yang berjudul terapi musik sebagai metode untuk menurunkan intensitas nyeri pasien post operasi : a literature review” menyebutkan hasil bahwa terapi musik dapat menurunkan intensitas nyeri pasien post operasi. Terapi musik dapat memberikan efek santai dan relaks sehingga kondisi nyeri pasien post operasi dapat terkontrol dengan baik. Selain itu, terapi musik juga mudah dapat dilakukan semua orang. Relaksasi genggam jari dapat menurunkan nyeri dengan cara memengaruhi persepsi nyeri dan mengalihkan perhatian dari rasa sakit. Teknik ini melibatkan menggenggam jari-jari tangan sambil mengatur pernapasan, yang dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosional. Genggaman jari akan memberikan stimulasi pada titik-titik refleksi di tangan, yang kemudian mengirimkan sinyal ke otak untuk diproses dan diteruskan ke saraf yang terkait dengan area nyeri, sehingga membantu meredakan rasa sakit (Netti & Maylanda, 2023).

Selain dengan relaksasi genggam jari, pemberian terapi music dalam mengimbangi relaksasi genggam jari juga dapat digunakan dalam menurunkan nyeri. terapi musik merupakan intervensi alami non invasif yang dapat diterapkan secara sederhana, tidak selalu membutuhkan kehadiran ahli terapis, harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping. Terapi musik sebagai teknik relaksasi yang digunakan untuk penyembuhan suatu penyakit dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan dalam terapi music dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumentalia dan slow music (Setyono & Rohana, 2021). Asumsi peneliti adalah bahwa kombinasi genggam jari (finger hold) dan musik dapat secara efektif menurunkan nyeri pasca operasi karena teknik ini dapat membantu pasien rileks, mengurangi ketegangan fisik dan emosi, melancarkan sirkulasi darah, serta memicu pelepasan hormon endorfin sebagai pereda nyeri alami tubuh, sehingga pasien tidak terlalu fokus pada nyeri yang dirasakan.

Evaluasi Keperawatan

Pada kasus yang dialami pada Ny. L dan Ny. K yaitu diagnosa yang teratasi nyeri akut. Hasil observasi secara keseluruhan meliputi:

Klien	Pretest			Posttest		
	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3
Ny. L	Skala 6	Skala 6	Skala 5	Skala 6	Skala 5	Skala 4
Ny. K	Skala 7	Skala 6	Skala 6	Skala 6	Skala 6	Skala 5

Hasil asuhan keperawatan yang diberikan dengan hasil skala nyeri tiap hari menurun, namun hasil skala nyeri yang dilakukan teknik genggam jari dan terapi musik diberikan dengan range waktu yang berbeda dengan pemberian obat, sehingga peneliti memastikan nyeri yang timbul adalah ketika efek obat mulai turun dan penanganan nyeri sembari menunggu obat dimasukkan kembali adalah dengan musik dan relaksasi genggam jari. Adanya luka akibat pembedahan menstimulus transmisi impuls saraf aferen non-nosiseptor yang mengakibatkan nyeri. Intensitas nyeri akan mengalami penyesuaian yang diakibatkan oleh rangsangan relaksasi genggam jari lebih dulu sampai ke otak. Metode terapi genggam jari dapat mengontrol emosi yang dapat menciptakan tubuh menjadi keadaan santai dengan relaksasi genggam jari mengeluarkan impuls yang dikirim melewati serabut saraf aferen non-nosiseptor. Serabut saraf non-nosiseptor menyebabkan gerbang tertutup sehingga rangsangan pada korteks serebri menjadi terhambat.

Musik menimbulkan gelombang vibrasi, dan vibrasi itu menimbulkan stimulasi pada gendang pendengaran. Stimulasi itu ditransmisikan pada susunan saraf pusat (*limbic system*) di sentral otak yang merupakan ingatan lalu hipotalamus atau kelenjar sentral pada susunan saraf pusat akan mengatur segala sesuatunya untuk mengaitkan musik dengan respon tertentu. Musik dapat menghilangkan stres sebelum ujian, membantu pembentukan pola pikir, mempengaruhi perkembangan emosi, spiritual, dan kebudayaan. Musik juga dapat meningkatkan konsentrasi, menenangkan pikiran, meningkatkan kewaspadaan, dan mengurangi suara-suara eksternal yang bisa mengalihkan perhatian.

Pada penelitian (Mahmudi, 2020) dalam jurnalnya yang berjudul “Terapi Musik Sebagai Metode Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi: A Literature Review” menyebutkan hasil bahwa terapi musik dapat menurunkan intensitas nyeri pasien post operasi. Terapi musik dapat memberikan efek santai dan relaks sehingga kondisi nyeri pasien post operasi dapat terkontrol dengan baik. Selain itu, terapi musik juga mudah dapat dilakukan semua orang. Asumsi penulis pada kasus Ny. L dan Ny. K masalah keperawatan dapat diatasi dengan baik sesuai dengan teori dengan meminimalkan komplikasi yang ada. Teknik genggam jari (*finger hold*) dan terapi musik dapat secara efektif menurunkan nyeri pasca operasi karena dapat memicu relaksasi, mengurangi ketegangan, meningkatkan aliran darah, dan mengalihkan fokus dari rasa sakit. Genggam jari juga diasumsikan bekerja dengan memicu pelepasan endorfin, analgesik alami tubuh, sedangkan musik diperkirakan berfungsi sebagai distraksi dan menciptakan kondisi mental yang lebih tenang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus pada Ny. L dan Ny. K pasien post operasi kanker payudara (*Ca mammae*), ditemukan bahwa kedua klien memiliki faktor risiko dan gejala fisik yang serupa, terutama nyeri pasca operasi dengan skala nyeri awal masing-masing 6 dan 7 berdasarkan *Numeric Rating Scale* (NRS). Diagnosa keperawatan utama yang ditegakkan adalah nyeri akut terkait agen cedera fisik pasca operasi. Pemberian intervensi relaksasi genggam jari yang dikombinasikan dengan terapi musik alam selama tiga hari, dilakukan tiga kali sehari dengan durasi 15–30 menit per sesi, menunjukkan penurunan intensitas nyeri pada kedua klien. Skala nyeri Ny. L menurun dari 6 menjadi 4, sedangkan pada Ny. K menurun dari 7 menjadi 5. Hasil ini menunjukkan bahwa relaksasi genggam jari dengan terapi musik alam berpotensi efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam membantu menurunkan nyeri pada pasien post operasi *Ca mammae*.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam penyelesaian penelitian ini.

Pendanaan

Penelitian ini dibiayai oleh peneliti.

References

- Hakim, A., Dewi, T. K., & Ludiana, L. (2023). Penerapan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pasien Dispepsia Di Ruang Rpd B Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 15–22.
- Kusuma, B. P., Inayati, A., & Ayubhana, S. (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Bedah Rsud Jenderal Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(3), 345–351.
- KUSUMAWARDANI, A. A. (2023). *Pengaruh Terapi Genggam Jari Terhadap Nyeri Pada Pasien Fraktur Di Instalasi Gawat Darurat* [Undergraduate, Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <https://repository.unissula.ac.id/33407/>
- Larasati, I., & Hidayati, E. (2022). Relaksasi genggam jari pada pasien post operasi. *Ners Muda*, 3(1), 60–65. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i1.9394>
- Mahmudi, F. A. (2020). Terapi Musik Sebagai Metode Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi: A Literature Review M. *Nursing Sciences Journal*, 4(2), 58–64. <https://doi.org/10.30737/nsj.v4i2.1276>
- Mantika, M. U., & Anggraini, L. (2023). Prenatal Yoga Can Reduces Back Pain And Helps Pregnant Women Sleep Better. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 9(4), 586–591. <https://doi.org/10.33024/jkm.v9i4.11691>
- Netti, N., & Maylanda, Y. (2023). Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Ileus Obstruksi Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Post Laparoskopi. *Jurnal Keperawatan Sehat Mandiri*, 1(2), 1–4. <https://doi.org/10.33761/jkpm.v1i2.1264>
- Nur'aini, M. A., & Widiawati, I. (2023). *Pengaruh Penerapan Effleurage Massage Pada Ny. S Terhadap Nyeri Persalinan Kala I* | *Jurnal Kesehatan Siliwangi*. <https://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jks/article/view/1521>
- Nurmalisa, B. E. (2020). Literature Review: Managemen Nyeri pada Pasien Kanker: Literature Review: Pain Managements in Cancer Patient. *Lentora Nursing Journal*, 1(1), 20–26. <https://doi.org/10.33860/lnj.v1i1.287>
- Rahmawati, N. M. E. (2024). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Di Banjar Bengkel Kawan Desa Bengkel* [Doctoral, STIKES BINA USADA BALI]. https://doi.org/10/RAMA_15201_A1224077_8995650022_0825068901_10%2520Lamp.pdf
- Rofiati, A. N. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. S Dengan Ca Mammariae Post Op Mastectomy H+1 Di Ruang Baitus Salam 2 Rsi Sultan Agung Semarang* [Diploma, Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <https://repository.unissula.ac.id/26155/>
- Setyono, A., & Rohana, N. (2021). Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi di RS Paru dr. Ario Wirawan Salatiga. *Jurnal Ners Widya Husada*, 8(2). <https://doi.org/10.33666/jnwh.v8i2.457>
- WHO. (2026). *Breast cancer*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
- Widiyastuti, A., Handayani, K., Harissa, N., Wahidah, L. K., & Nopiyanasyah, N. (2026). Studi Analisis Efek Samping Kemoterapi Pada Pasien Kanker Payudara Di Rsud Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023: Study Analysis Of Side Effects Of Chemotherapy In Breast Cancer Patients At Dr. H. Abdul Moeloek Lampung Province Year 2023. *JFL: Jurnal Farmasi Lampung*, 14(1). <https://doi.org/10.37090/jfl.v14i1.2446>