***LITERATURE REVIEW : PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM
JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA KLIEN
POST OPERASI APENDIKTOMI***

NASKAH PUBLIKASI

OLEH :

TAUFIQ NUR RAHMAAN
18090

**AKADEMI KEPERAWATAN PEMKAB PURWOREJO
TAHUN 2021**

***LITERATURE REVIEW: PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM
JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA KLIEN
POST OPERASI APENDIKTOMI***

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat
Mendapatkan Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep)
Pada Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo**

Oleh :

**TAUFIQ NUR RAHMAAN
18090**

**AKADEMI KEPERAWATAN PEMKAB PURWOREJO
TAHUN 2021**

LEMBAR PENGESAHAN

Naskah Publikasi dengan judul “***LITERATURE REVIEW : PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA KLIEN POST OPERASI APENDIKTOMI***” oleh Taufiq Nur Rahmaan (18090) telah diujikan di depan Dewan Penguji pada tanggal 23 Agustus 2021

Dewan Penguji :

Penguji I

Penguji II

Penguji III

Ahmad Muzaki., S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0622038902

Mugihartadi., S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0615078101

Wahyu Widodo, S.Kp., Ns., M.Kep
NIDN : 0609087301

Mengetahui,
Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo
Direktur

Wahidin, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0607118002

LITERATURE REVIEW : PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA KLIEN POST OPERASI APENDIKTOMI

Taufiq Nur Rahmaan ¹, Wahyu Widodo ², Mugihartadi ³

Mahasiswa Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo ¹

Dosen Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo ²

Dosen Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo ³

Purworejo, (0275)3140576

Email :tnurahmaan14@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Apendisitis atau radang usus buntu yang terjadi pada organ kecil dan tipis, berbentuk kantong, berukuran 5 sampai 10 cm yang melekat pada usus besar. **Tujuan** : Mengetahui pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada klien post operasi apendiktomi. **Metode** : Memakai metode literatur review. Pencarian artikel dilakukan dengan pendekatan data (*data base*) Google Scholar dengan menggunakan kata kunci seperti “teknik genggam jari”, + “penurunan nyeri” + “post operasi apendiktomi”. Artikel yang dipilih adalah artikel yang diterbitkan dari tahun 2016 hingga 2021, dan teks lengkapnya dapat dilihat dalam format pdf bahasa Indonesia. **Hasil** : Berdasarkan kelima jurnal yang telah disajikan, menunjukkan bahwa teknik genggam jari efektif dalam penurunan nyeri pada klien post operasi apendiktomi. **Kesimpulan** : Teknik genggam jari efektif dalam penurunan nyeri klien post operasi apendiktomi.

Kata kunci : teknik genggam jari, penurunan nyeri, post operasi apendiktomi

ABSTRACT

Background : Appendicitis or appendicitis occurs in small and thin, pouch-shaped organs, measuring 5 to 10 cm that are attached to the large intestine. **Objective** : To determine the effect of finger grip relaxation techniques on reducing pain in post-operative appendectomy client. **Method** : Using the literature reviews method. The search for articles was carried out using a Google Scholar data base approach using keywords such as “finger grip technique” + “pain reduction” + “post appendectomy surgery”. The selected articles are articles published from 2016 to 2021, and the full text can be viewed in Indonesian pdf format. **Results** : Based on the five journals that have been presented, it shows that the finger grip technique is effective in reducing pain in post appendectomy surgery clients. **Conclusion** : Finger grip technique is effective in reducing pain in post appendectomy surgery clients.

Keywords : *finger gripping technique, pain reduction, post appendectomy*

Latar Belakang

Appendicitis merupakan peradangan apendik *vermiformis* dan merupakan penyebab masalah abdomen yang paling sering (Dermawan & Rahayuningsih, 2010; dikutip dari jurnal Elma 2018). Kejadian *apendicitis* di dunia mencapai 321 juta kasus tiap tahun dan statistik di Amerika mencatat setiap tahun terdapat 20-35 juta kasus *apendicitis* (Rabie, 2006; dikutip dari jurnal Aan, 2017). Di Indonesia, jumlah pasien yang menderita penyakit *apendicitis* berjumlah sekitar 7% dari jumlah penduduk di Indonesia atau sekitar 179.000 orang.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2009), jumlah kasus kesehatan *appendicitis* dilaporkan sebanyak 5.980 dan 177 diantaranya menyebabkan kematian. Jumlah penderita *appendicitis* tertinggi ada di Kota Semarang, yakni 970 orang. (Moch Fatkan, 2018). *Appendiktomy* merupakan tindakan pembedahan untuk mengangkat apendiks yang dilakukan untuk menurunkan resiko perforasi. Tindakan *appendiktomy* ini dapat menyebabkan terjadinya perubahan

kontinuitas jaringan tubuh. (Jamaludin, 2017).

Dalam jurnal Moch Fatkan dkk (2018) *appendiktomy* adalah prosedur pembedahan yang dapat menyebabkan nyeri. Klien post *appendiktomy* membutuhkan perawatan yang maksimal yang dapat membantu pemulihan fungsi tubuh. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat mengurangi nyeri adalah kompres hangat, nafas dalam, relaksasi spiritual, dan pemberian analgesik. Namun dalam penelitian ini peneliti akan mencoba dengan tehnik nonfarmakologis relaksasi genggam jari. Tehnik relaksasi genggam jari dengan tindakan untuk penanganan nyeri yang mempunyai beberapa tindakan. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorphen, hormon ini ialah analgesik alami tubuh sehingga nyeri akan berkurang (Sulung N, Dian Rani S, 2007; dikutip dalam Asni Hasaini, 2019).

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *literature review*, yaitu mengumpulkan dan menganalisis artikel-artikel penelitian mengenai penerapan relaksasi genggam jari. Penelusuran artikel dilakukan dengan pendekatan data (*database*) seperti Google Scholar atau Google Cendekia dengan menggunakan kata kunci seperti “genggam jari + *post appendiktomy*”, “efektifitas genggam jari + nyeri + *post appendiktomy*”, “genggam jari *post appendiktomy* + nyeri”, “penurunan nyeri *post appendiktomy*”, “teknik relaksasi genggam jari *post appendiktomy*”. Artikel yang dipilih adalah artikel yang dipublikasikan sejak tahun 2015 sampai dengan 2020 yang dapat diakses fulltext dalam format pdf berbahasa Indonesia. Analisa data dilakukan dengan cara

mendiskusikan dan meringkas literatur kemudian membandingkan beberapa literatur dan selanjutnya dituangkan dalam pembahasan. Dalam mereview sebuah literatur bisa melakukannya dengan beberapa cara, diantaranya: Mencari kesamaan (*Simmilarity*), mencari ketidaksamaan (*Contrast*), memberikan pandangan (*Criticze*), membandingkan (*Compare*) dan meringkas (*Summarize*).

Hasil

Hasil Analisa dan sintesis dari 5 artikel menunjukkan bahwa pengaruh teknik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap penurunan nyeri post operasi apendiktomi. Pelaksanaan terapi genggam jari ini diterapkan pada pasien post operasi apendiktomi. Hasil Analisa dan sintesis ditampilkan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan dari literatur tentang Pengaruh Terapi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendiktomi

No	Nama Penulis	Judul Artikel	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil
1.	Ahmad Aswad, 2020	Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri pasien	Metode yang digunakan <i>quasi experiment</i> dengan pendekatan	Pengambilan sampel adalah menggunakan <i>non-probability sampling</i>	Berdasarkan data hasil penelitian diketahui selisih skala nyeri sebelum dilakukan teknik

No	Nama Penulis	Judul Artikel	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil
		Post Operasi Appendiktomi	<i>pretest</i> – <i>posttest</i> tanpa kelompok kontrol	dengan teknik <i>accidental sampling</i> , sebanyak 32 responden	relaksasi <i>Finger Hold</i> adalah 6,63 dan setelah dilakukan teknik relaksasi <i>Finger Hold</i> menjadi 2,165 dengan selisih yang didapatkan yaitu 16,50. Hasil uji non parametrik t dependen yaitu dengan menggunakan Uji <i>Wilcoxon</i> didapatkan <i>pvalue</i> 0,000 (<0,05 artinya ada perbedaan yang signifikan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi <i>Finger Hold</i> .
2.	Asni Hasaini, 2019	Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi	Metode yang digunakan <i>Pre-Eksperimental</i> dengan rancangan <i>one-group pre-post test design</i> .	sampel sebanyak 15 orang responden dengan <i>simple random sampling</i> . Instrument menggunakan lembar observasi dan dianalisis bivariat dengan <i>Wilcoxon</i> .	Ada efek relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post op appendiktomy di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura.
3.	Abdul Hayat, 2020	Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien	Penelitian menggunakan metode <i>Pre-experimental design one group pre-test post-test design</i> .	Pengambilan sampel menggunakan teknik <i>non probability sampling</i> dengan pendekatan	Terdapat pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pasien post operasi <i>appendictomy</i>

No	Nama Penulis	Judul Artikel	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil
		Post <i>Appendectomy</i>		<i>consecutive sampling</i> dengan jumlah sampel 19.	dengan nilai p value = $0,000 < \alpha$ 0,05 dengan perhitungan menggunakan <i>uji Wilcoxon Signed Ranks Test</i> .
4.	Ria Ariani Rasyid, 2019	Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendisitis	Metode penelitian menggunakan <i>pre-experimental</i> dengan pendekatan <i>Non-equivalent Control Group Design</i>	Sampling menggunakan total Sampling. Sampel sebanyak 36 responden.	Ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasiapendisitis dan hasil <i>independent t test</i> ada perbedaan skala nyeri dengan p value = $0,000 \leq \alpha = 0,05$
5.	Neila Sulung, 2017	Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada pasien Post Apendiktomi	Metode penelitian menggunakan desain <i>Quasy Experiment</i> dengan rancangan <i>One Group Pre-test Post-test</i> .	Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik <i>Purposive sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 4,80 dan hasil rata-rata sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari adalah 3,87.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis kelima jurnal penelitian yang telah dilakukan *literature review* diatas, terdapat persamaan dan ketidaksamaan pada masing-masing jurnal penelitian. Topik penelitian pada *literature* ini mempunyai

persamaan baik penelitian yang dilakukan oleh Ahmad (2020), Asni (2019), Abdul (2020), Ria (2019), Neila (2017). Kelima jurnal yang telah dilakukan *literature review* ini yaitu pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan

nyeri pada klien post operasi apendiktomi.

Metode penelitian yang penulis review semuanya menggunakan metode penelitian eksperimental. Terdapat dua metode penelitian yang dilakukan oleh Ahmad (2020), dan Neila (2017), keduanya sama-sama menggunakan metode *Quasy-Eksperiment* dan ada tiga penelitian yang sama dilakukan oleh Asni (2019), Abdul (2020), Ria (2019), ketiganya sama-sama menggunakan metode *Pre-Eksperimental*. Rukminingsih (2020), mengatakan desain yang diklarifikasikan sebagai *Pre-Eksperimental* adalah eksperimen hanya melibatkan satu kelompok dan tidak ada kelompok perbandingan atau kontrol. Desain ini dikategorikan desain eksperimen yang paling lemah karena tidak ada kelompok pengontrolnya dari variabel asing. Sehingga, tidak ada jaminan untuk menentukan jika perlakuan mempunyai efek pada hasil. Selain memiliki kelemahan metode ini memiliki kelebihan yaitu diberi tes awal dan tes akhir disamping perlakuan terhadap

kelompok tersebut. Sedangkan, metode penelitian *Quasy Eksperiment* merupakan bentuk desain yang melibatkan dua kelompok paling sedikitnya. Satu kelompok sebagai kelompok eksperimen dan satu kelompok lainnya sebagai kelompok kontrol. Kelebihan metode penelitian ini yaitu tidak mempunyai batasan yang ketat terhadap pemilihan sampel dan dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas.

Teknik genggam jari tersebut disebut juga *finger hold*. Teknik relaksasi genggam jari, yang dimana teknik ini mudah digunakan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan dan aliran energy didalam tubuh, terdapat kombinasi yaitu relaksasi nafas dalam, menggunakan waktu yang relatif singkat.

Menggenggam jari sambil mengatur nafas (relaksasi) dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggaman jari akan menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energy meridian (*energy channel*) yang terletak pada jari tangan kita. Titik-titik refleksi pada

tangan akan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggaman. (Sulung pengontrolnya dari variabel asing. Sehingga, tidak ada jaminan untuk menentukan jika perlakuan mempunyai efek pada hasil. Selain memiliki kelemahan metode ini memiliki kelebihan yaitu diberi tes awal dan tes akhir disamping perlakuan terhadap kelompok tersebut. Sedangkan, metode penelitian *Quasy Eksperiment* merupakan bentuk desain yang melibatkan dua kelompok paling sedikitnya. Satu kelompok sebagai kelompok eksperimen dan satu kelompok lainnya sebagai kelompok kontrol. Kelebihan metode penelitian ini yaitu tidak mempunyai batasan yang ketat terhadap pemilihan sampel dan dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas.

Pendekatan yang dilakukan oleh Ahmad (2020), menggunakan pendekatan *Pretest-Posttest* tanpa kelompok kontrol yang artinya jenis ini tidak terdapat kelompok control dan hanya satu kelompok yang diukur dan diamati gejala-gejala

yang muncul setelah diberi perlakuan (postes). Berbeda dengan pendekatan yang dilakukan pada penelitian Asni (2019), Abdul (2020), Neila (2017), menggunakan pendekatan *one group pre-post test design* dimana dalam penelitian ini tidak ada kelompok perbandingan dengan melakukan pengukuran sebelum dan setelah perlakuan. Ria (2019), juga menggunakan pendekatan yang berbeda dengan pendekatan *non-equivalent group design* yaitu desain yang terdapat satu kelompok yang dipilih secara acak atau random, desain ini melibatkan satu objek, satu diberikan relaksasi genggaman jari (kelompok eksperimen). Dua kelompok yang ada diberi *pre test* kemudian satu kelompok eksperimen diberi perlakuan dan terakhir dua kelompok diberi *post test*.

Mekanisme relaksasi genggaman jari ini dijelaskan melalui teori *gatecontrol* yang menyatakan bahwa stimulasi kutaneous mengaktifkan transmisi serabut saraf sensori A-beta yang lebih besar dan lebih cepat.

Penelitian yang dilakukan oleh Neila Sulung dkk, (2017) pada pasien *post appendiktomy* di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi menunjukkan hasil bahwa pelaksanaan tehnik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri insisi *post appendiktomy*.

Hasil yang sama juga diperoleh dalam penelitian yang dilakukan oleh Asni Hasaini (2019) yang melakukan relaksasi genggam jari di ruang Bedah Al-Muizz RSUD Ratu Zalecha Martapura dengan hasil ada penurunan nyeri pasien post op appendicitis. Pada tahun yang sama juga dilakukan penelitian oleh Ria Ariani dkk, (2019) bahwa tehnik relaksasi genggam jari juga pengukuran sebelum dan setelah perlakuan. Ria (2019), juga menggunakan pendekatan yang berbeda dengan pendekatan *non-equivalent group design* yaitu desain yang terdapat satu kelompok yang dipilih secara acak atau random, desain ini melibatkan satu objek, satu diberikan relaksasi genggam jari (kelompok eksperimen). Dua kelompok yang ada diberi *pre test*

kemudian satu kelompok eksperimen diberi perlakuan dan terakhir dua kelompok diberi *post test*.

Teknik pengambilan sampling pada kelima jurnal ini terdapat ketidaksamaan. Penelitian yang dilakukan oleh ahmad (2020), yaitu menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah sampel 32 responden. Sugiyono (2009), mengatakan bahwa *accidental sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu konsumen yang secara kebetulan atau insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Asni (2019), menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan keputusan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen. Abdul (2020), Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan pendekatan *consecutive*

sampling dengan jumlah sample 19 orang. Sastroasmoro (2014), mengatakan bahwa *consecutive sampling* adalah teknik penentuan sampling dimana semua subyek yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subyek yang diperlukan terpenuhi. Ria (2019), yaitu menggunakan total sampling. Sehingga, sampel dalam penelitian ini berjumlah 36 responden. Sugiyono (2014), mengatakan bahwa teknik total sampling adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Neila (2017), menggunakan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* yaitu didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang sesuai dengan kriteria sebanyak 20 orang yang terdiri dari 10 orang kelompok kontrol dan 10 orang kelompok perlakuan. Menurut Sugiyono (2014), teknik *Non probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling* adalah teknik penarikan sampel yang tidak memberikan peluang bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik ini

didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat yang sudah diketahui sebelumnya. Kelebihan teknik sampling ini adalah dapat digunakan apabila *probability sampling* tidak dapat digunakan sama sekali dan bila pengetahuan peneliti tentang topik yang dihadapi sangat memadai. Adapun kekurangan dari teknik sampling ini yaitu perlu kejelian peneliti dalam mendefinisikan populasi dan membuat pertimbangannya.

Hasil penelitian yang ditelaah dalam *literature review* ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada klien post operasi apendiktomi (Ahmad (2020), Asni (2019), Abdul (2020), Ria (2019), dan Neila (2017). Penurunan skala nyeri ini terjadi karena dengan menggegam jari sambil menarik nafas dalam relaksasi dapat mengurangi nyeri dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi. Sebelum dilakukan relaksasi genggam terhadap penurunan tingkat nyeri post op apendiktomi, dikategorikan nyeri

sedang 4 dan setelah dilakukan relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri post op apendiktomi, dikategorikan nyeri ringan 1,73. Teknik relaksasi *Finger Hold* dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada median (*energy channel*) yang terletak pada jari tangan, sehingga mampu memberikan rangsangan secara *reflex* atau spontan pada saat genggaman. Rangsangan yang diperoleh nantinya akan mengalirkan gelombang menuju ke otak, kemudian dilanjutkan ke saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan dan sumbatan dijalur energi menjadi lancar. Dengan pengaturan nafas melalui genggaman jari, ketegangan serta kecemasan pasien dapat dikontrol, pasien akan merasa rileks dan santai yang selanjutnya akan menimbulkan tingkat kenyamanan yang lebih baik sehingga intensitas nyeri dapat menurun. Perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non nosiseptor. Serabut saraf non nosiseptor mengakibatkan “pintu gerbang” tertutup sehingga stimulus

nyeri terhambat dan berkurang. Gerbang dapat ditemukan di sel-sel agar-agar diujung sumsum tulang belakang, thalamus, dan otak kecil. Maka dari itu teknik relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan nyeri post operasi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan literatur review yang dijelaskan oleh (Ahmad Muzaki, Basuki Widiyanto, 2021) meunjukkan bahwa ada pengaruh efek relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post op apendiktomy.

Kesimpulan

Berdasarkan kelima jurnal penelitian yang telah di review terdapat persamaan dan perbedaan setiap penelitian. Metode penelitian yang penulis review semuanya menggunakan metode penelitian eksperimental. Terdapat dua metode penelitian yang menggunakan metode *Quasy-Eksperiment* dan ada tiga penelitian yang menggunakan metode *Pre-Eksperimental*.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akper Pemkab Purworejo dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian publikasi ini.

Daftar Pustaka

- Ahmad Muzaki, Basuki Widiyanto, W. E. Y. (2021). Literatur review : penerapan tehnik relaksasi genggam jari dalam Mengurangi intensitas nyeri pada klien Post appendiktomy. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(1), 39–45.
- Aini, Dwi Nur, Tamrin., & Rilasadi. (2017). *Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomy Di RSUD Dr. H. Soewondo Kendal*. Diakses pada tanggal 04 Juni 2020, pukul 22.00 WIB.
- Andriyani, Elma R. (2018). *Penerapan Mobilisasi Dini Pada Pasien Gangguan Pemenuhan Activities Daily Living Post Appendiktomy Di RSUD Sleman, Yogyakarta*. Diakses pada 7 Oktober 2019, pukul 21.48 WIB.
- Fatkan, Moch, Yusuf, Ah., & Herisanti, Wesiana. (2018). *Pengaruh Kombinasi Mobilisasi Dini Dan Relaksasi Spiritual Terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Operasi Apendektomi, Surabaya. Vol 5*. Diakses pada 7 Oktober 2019, pukul 22.20 WIB.
- Hasaini, Asni. (2019). *Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi Di Ruang Bedah (Al-Muizz) RSUD Ratu Zalecha Martapura*. Diakses pada tanggal 02 Mei 2020 pukul 20.00 WIB.
- Hayat, Abdul, Ernawati & Aryanti, (2020). *Pengaruh Tehnik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri di RSUD P3 Gerung Lombok Barat. Vol 2 (1)*. Diakses pada tanggal 02 Mei 2020, pukul 21.00 WIB.
- Jamaludin, Ulya, Nur.K. (2017). *Pengaruh Terapi Guided Imagery Dan Iringan Musik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Apendiktomi Hari I di Ruang*

Cempaka RSUD Sunan Kalijaga Demak. Vol 4 (2).
Diakses pada 25 Februari 2020, pukul 21.00 WIB.

Rasyid, Ria Ariani, Norma., & Samaran Elisabet. (2019). *Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendicitis. Vol XIII (02).*
Diakses pada tanggal 02 Mei 2020, pukul 21.00 WIB. Sulung, Neila., & Rani, Sarah Dian. (2017).

Sutandi, Aan., & Siamboton, Flora.R. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Mobilisasi terhadap kemampuan mobilisasi pada pasien post operasi appendiktomi, vol 3.* Diakses pada 20 Desember 2019, pukul 22.30 WIB.