



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**PENERAPAN TEKNIK DISTRAKSI 5 JARI TERHADAP SKALA NYERI
PASIEN POST OPERASI *HEMOROIDEKTOMY* DI RUANG ANGGREK 2
RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO: *CASE REPORT***

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Profesi Ners**

OLEH:

Angela Merici Arum Ningtyas

2404105

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

NASKAH PUBLIKASI

PENERAPAN TEKNIK DISTRAKSI 5 JARI TERHADAP SKALA NYERI PASIEN
POST OPERASI HEMOROIDEKTOMY DI RUANG ANGGREK 2
RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO: CASE REPORT

Oleh :

Angela Merici Arum Ningtyas

NIM 2404105

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 3 September 2025

Ketua Program Studi Pendidikan

Profesi Ners



Irwan Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

Pembimbing

Nimsi Melati, S.Kep., Ns., MAN

**PENERAPAN TEKNIK DISTRAKSI 5 JARI TERHADAP SKALA NYERI
PASIENT POST OPERASI *HEMOROIDEKTOMY* DI RUANG ANGGREK 2
RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO: *CASE REPORT***

Angela Merici Arum Ningtyas¹, Nimsi Melati², Agustina Lafindasari³

ABSTRAK

ANGELA MERICI ARUM NINGTYAS. "Penerapan Teknik Distraksi 5 Jari Terhadap Skala Nyeri Pasien Post Operasi *Hemoroidektomy* Di Ruang Anggrek 2 Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro: *Case Report*."

Latar Belakang: Hemoroid merupakan jaringan yang dimiliki oleh semua orang¹. Pasien yang menjalani prosedur hemoroidektomi akan mengalami nyeri akibat operasi. Nyeri dapat diturunkan dengan teknik nonfarmakologi distraksi 5 jari. Pasien mengalami hemoroid grade 3-4 akan dilakukan tindakan hemoroidektomi. Studi Dokumentasi di ruang Anggrek 1 dan 2 tanggal 04–07 Agustus 2025 terdapat 5 pasien hemoroidektomi, 2 dari 5 pasien mengalami nyeri berat, sehingga dirawat 2 hari.

Gejala Utama, Intervensi Terapeutik Dan Outcome: Pada Tn. A mengalami nyeri post operasi hemoridektomy dengan skala nyeri 7. Setelah diberikan intervensi distraksi 5 jari, didapatkan penurunan skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 2 secara bertahap.

Kesimpulan: Teknik distraksi 5 jari dapat menurunkan skala nyeri.

Kata kunci: Hemoroid, Hemoroidektomi, Teknik Distraksi 5 Jari

xii+58 Halaman+10 Tabel+4 Gambar+8 Lampiran

Kepustakaan: 18, 2018-2024

**APPLICATION OF 5 FINGER DISTRACTION TECHNIQUE ON PAIN SCALE
OF POST HEMORRHOIDECTOMY PATIENTS IN ANGGREK 2 ROOM MARDI
WALUYO METRO HOSPITAL: CASE REPORT.**

Angela Merici Arum Ningtyas¹, Nimsi Melati², Agustina Lafindasari³

ABSTRACT

ANGELA MERICI ARUM NINGTYAS. " *Application of 5 Finger Distraction Technique on Pain Scale of Post Hemorrhoidectomy Patients in Anggrek 2 Room, Mardi Waluyo Metro Hospital: Case Report.*"

Background: Hemorrhoids are a tissue found in all humans (Silaban, 2024). Patients undergoing a hemorrhoidectomy will experience pain due to the surgery. Pain can be reduced with the non-pharmacological technique of 5-finger distraction. Patients with grade 3-4 hemorrhoids will undergo a hemorrhoidectomy. A documentation study in Orchid Rooms 1 and 2 from August 4–7, 2025, included 5 hemorrhoidectomy patients. Two of the five patients experienced severe pain, requiring 2 days of hospitalization.

Main Symptoms, Therapeutic Interventions and Outcomes: Mr. A experienced post-hemorrhoidectomy pain with a pain scale of 7. After being given a 5-finger distraction intervention, there was a gradual decrease in the pain scale from 7 to a pain scale of 2

Conclusion: The 5 finger distraction technique can reduce the pain scale.

Key words: Hemorrhoids, Hemorrhoidectomy, 5 Finger Distraction Technique

xii + 58 Pages + 10 Tables + 4 Figures + 8 Attachments

Bibliography: 18, 2018-2024.

PENDAHULUAN

Hemoroid atau yang dikenal sebagai wasir atau ambien oleh masyarakat awam merupakan pelebaran dan inflamasi pembuluh darah vena di daerah anus yang berasal dari plexus hemorrhoidalis¹. Menurut data dari badan kesehatan dunia World Health Organization (WHO) hemoroid diderita oleh 5% seluruh penduduk dunia dan angka kejadian hemoroid terjadi di seluruh negara, dengan presentasi 54% mengalami gangguan hemoroid seperti perdarahan dan nyeri saat buang air besar². Hemoroid dapat disembuhkan dengan pembedahan atau non bedah. Teknik pembedahan yang biasa dilakukan adalah dengan hemoroidektomi. Hemoroidektomi adalah prosedur operasi yang melibatkan pemotongan jaringan yang melebar pada area saluran anal yang dilakukan pada kasus hemoroid derajat III dan IV atau semua derajat yang tidak merespon pengobatan medis. Karena hasilnya yang sangat baik, hemoroidektomi masih menjadi gold standar penyembuhan saat ini menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia³.

Pasien yang menjalani prosedur hemoroidektomi akan mengalami nyeri akibat operasi. Rasa nyeri pada pasien pasca hemoroidektomi disebabkan oleh rangsangan mekanis akibat kerusakan jaringan akibat luka sayatan⁴. Metode farmakologi dapat digunakan untuk mengatasi nyeri pasca hemoroidektomi. Obat golongan Opioid dan non-opioid dapat digunakan dalam manajemen nyeri pada pasien pasca operasi hemoroidektomi. Metode non farmakologi dapat digunakan oleh perawat dalam manajemen nyeri pada pasien pasca operasi hemoroidektomi yaitu dengan teknik relaksasi, pijat, terapi musik, *guided imagery*, akupuntur, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) dan distraksi⁵. Distraksi merupakan tindakan yang mengalihkan perhatian pasien pada sesuatu selain nyeri. Distraksi dapat dibagi menjadi distraksi visual, distraksi audio, distraksi sentuhan maupun distraksi intelektual, salah satu nya adalah distraksi 5 jari⁶.

Berdasarkan hasil studi dokumentasi rekam medis untuk jumlah pasien hemoroid di Rumah Sakit Mardi Waluyo dari bulan Juni-Juli 2025 terdapat 76 pasien, yang melakukan hemoroidektomi sebanyak 41 pasien. Ruang Anggrek 2 dan 2 pada tanggal 04 – 07 Agustus 2025 berjumlah 5 pasien dan saat dilakukan pemeriksaan fisik didapatkan 2 dari 5 pasien mengalami nyeri berat dan lama perawatan

menjadi 2 hari. Pada Tn. A mengalami nyeri dengan skala nyeri 7 pasien sudah mendapat terapi farmakologis yaitu injeksi Tramadol 50 mg namun baru 2 jam pemberian obat pasien masih mengalami nyeri dengan skala nyeri 6, pasien mengatakan sakit sekali di luka operasi pada anus, wajah terlihat meringis saat menah nyeri. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai “teknik distraksi 5 jari terhadap skala nyeri pasien post operasi Hemoroidektomi di Ruang Anggrek 2 Rumah Sakit mardiy Waluyo Metro.

LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA (CASE DESCRIPTION)

a. Informasi Terkait pasien

Pasien Tn. A berumur 39 tahun beragama Islam, pasien sudah menikah memiliki 1 istri dan 2 orang anak. Pasien bekerja sebagai pegawai swasta, pasien berpendidikan sarjana, suku Lampung, alamat Pakuan Ratu. pasien masuk rumah sakit pada tanggal 13 Agustus 2025 pukul 18.00 WIB. pasien dirawat di Ruang Anggrek 2 kamar 3 dengan diagnosis medis post operasi hemoroidektomi hari ke 0. Pasien kesakitan di luka operasi pada anus skala nyeri 7. O (*Onset*): pasien mengatakan nyeri di luka operasi, P (*Provocation*): pasien mengatakan nyeri bertambah berat bila untuk bergerak, Q (*Quality*): pasien mengatakan nyeri seperti tersayat, R (*Region*): pasien mengatakan nyeri luka operasi di anus, S (*Severity*): pasien mengatakan nyeri dengan skala 7, T (*Time*): pasien mengatakan nyeri menetap, U (*Understanding*): pasien mengatakan nyeri berasal dari luka operasi, V (*Values*): pasien mengatakan setelah minum obat berharap nyeri berkurang. Tekanan Darah: 110/70 mmHg, Nadi: 92 Kali/menit, Suhu: 36 °C, Pernafasan: 20 kali/menit, Spo2: 97%. Tingkat Kesadaran Pasien composmentis GCS 15 E4V5M6. Pasien belum bisa melakukan aktivitas secara mandiri karena anastesi spinal, skrining resiko jatuh dengan total skoring 30 (resiko jatuh sedang). Pasien memiliki riwayat penyakit pada keluarga hipertensi.

b. Manifestasi / Temuan Klinis

Manifestasi klinis terkait dengan karya ilmiah akhir ini menunjukkan bahwa pasien dalam kondisi sadar penuh (*compos mentis*) Maksimal 15 (E4, V5, M6). Data subyektif pasien mengatakan nyeri di luka operasi pada anus skala nyeri 7, nyeri menetap terasa seperti tersayat. Data obyektif pasien meringis menahan nyeri. Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan Berat Badan 65 kg tinggi badan 167 cm, menghasilkan Indeks Massa Tubuh (IMT) sebesar 23,38 yang mengindikasikan berat badan normal. Pengukuran tanda-tanda vital pasien mencatat: Tekanan Darah: 110/70 mmHg, Nadi: 92 Kali/menit, Suhu: 36 °C, Pernafasan: 20 kali/menit, Spo2: 97%.

c. Perjalanan Penyakit

Pasien mengatakan memiliki benjolan di anus sejak 2 tahun yang lalu. tanggal 10 Juni 2025 benjolan di anus terasa nyeri kemudian berobat ke klinik tempat pasien bekerja, setelah benjolan dimasukkan kedalam anus oleh dokter dan diberikan obat, nyeri berkurang dan pasien hanya berobat jalan.

Pada tanggal 12 Agustus 2025 pagi nyeri kambuh kembali dianus, pasien dibawa ke Klinik, oleh dokter diperiksa dan benjolan tidak bisa dimasukkan kedalam anus lagi, oleh dokter pasien di rujuk. Pada tanggal 13 Agustus 2025 pasien datang ke poli bedah dr. P, Sp.B, di poli dilakukan pemeriksaan pada anus dengan hasil hemoroid grade 3. kemudian oleh dr. P, Sp.B pasien direncanakan operasi hemoroidektomi. Persiapan Pasien operasi hemoroidektomi sudah dilakukan kemudian pasien di kirim ke ruang operasi pukul 14.00 WIB. kemudian pukul 17.30 WIB pasien di jemput dari ruang operasi dengan diagnosa medis Post Operasi hemoroidektomi dengan anastesi spinal.

Pada pengkajian tanggal 13 Agustus 2025 Pukul 18.00 WIB, pasien kesakitan menetap di luka operasi pada anus skala nyeri 7, nyeri seperti tersayat. Tekanan Darah: 110/70 mmHg, Nadi: 92 Kali/menit, Suhu: 36 °C, Pernafasan: 20 kali/menit, Spo2: 97%. kedua kaki sulit digerakkan, pasien berpindah dari stretcher ke tempat tidur dibantu oleh 2 orang perawat dan 1 keluarga.

d. Etiologi, Faktor Resiko Penyakit dan Patofisiologi

Tn. A memiliki riwayat benjolan di anus sejak 2 tahun yang lalu, hasil pengkajian yang dilakukan pada Tn. A memiliki kebiasaan kurang minum sehingga BAB keras dan bila BAB sering jongkok terlalu lama sambil main game. Menurut Dadang & Rabbinu (2020) salah satu penyebab hemoroid adalah kurang minum sehingga menyebabkan feses keras. Kurang minum menyebabkan tinja menjadi keras, dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan degenerasi jaringan pendukung di saluran anus dan perpindahan bantal anus ke distal. degenerasi yang dapat memperlemah jaringan penyokong, usaha pengeluaran feses yang keras dan mengedan secara berulang menyebabkan tekanan terhadap bantalan anal meningkat dan terjadi prolapsus. Akibatnya aliran balik vena yang ada pada bantalan mengalami gangguan. Berlama-lama ketika buang air besar, meningkatkan tekanan intra abdominal yang akan memperparah kondisi bantalan dan bantalan menjadi semakin membesar menurut ⁷.

e. Pemeriksaan Diagnostik

Hasil pemeriksaan laboratorium tanggal 13 Agustus 2025: Hemoglobin 14.0 gr%, Lekosit 7.000 /uL, Trombosit 326.000 ribu/uL, Ureum 29 mg/dL, Kreatinin 0.8 mg/dL, Gula Darah Sewaktu 120 mg/dL. Hasil pemeriksaan Elektrokardiografi: sinus Rhythm.

f. Intervensi Terapeutik

1. Tipe Intervensi Terapeutik

intervensi terapeutik yang diterapkan pada Tn. A meliputi pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis.

2. administrasi Intervensi Terapeutik (Dosis dan Durasi)

a. Farmakologis

- 1) Cefixime 2x100mg secara oral
- 2) Paracetamol 3x500mg secara oral
- 3) Ketoprofen 3x50mg secara oral
- 4) Lactulosa sirup 1x10cc secara oral
- 5) Tramadol 3x50mg secara intra vena (iv)

b. Non Farmakologis

Intervensi yang dilakukan adalah memberikan terapi Distraksi 5 jari selama 6-10 menit dan boleh di ulangi selama nyeri datang. Intervensi dilakukan sebanyak 2 kali.

g. Tindak lanjut / Outcome

Outcome dan hasil pengkajian yang telah dilakukan terhadap pasien Tn. A
Pengkajian terhadap pasien dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) untuk mengukur tingkat nyeri. Sebelum dilakukan intervensi dengan mengajarkan teknik Distraksi 5 jari, peneliti mencatat bahwa pasien merasakan nyeri dengan skala nyeri 6. Jenis skor Numeric Rating Scale (NRS) adalah sebagai berikut; Skor 0 : tidak nyeri, skor 1-3 : nyeri ringan, skor 4-6 : nyeri sedang, skor 7-9 : nyeri berat terkontrol, dan 10 : nyeri berat tidak terkontrol. Sebelum pelaksanaan intervensi, peneliti meminta persetujuan

pasien sebagai subjek kelolaan dengan menandatangani formulir Informed Consent. Intervensi berupa mengajarkan teknik distraksi 5 jari untuk mengalihkan nyeri pasien post operasi hemoroidektomi sesuai pedoman Standard Operating Procedure (SOP) sebagaimana dijelaskan oleh (Ridwan, 2024).

Tabel Nyeri Saat Pasien Dirawat

Tanggal Dan Jam	Skala Nyeri	Frekuensi	Keterangan
13/08/2025 jam :18.10	7	menetap	pasien diberikan tramadol injeksi 50mg
13/08/2025 jam: 20.10	6	menetap	pasien diberikan latihan teknik Distraksi 5 jari
13/08/2025 jam: 20.30	4	hilang timbul	-
14/08/2025 jam: 09.00	4	hilang timbul	pasien diberikan ulang latihan teknik Distraksi 5 jari
14/08/2025 jam 09.10	2	hilang timbul	-

PEMBAHASAN

Intervensi tindakan keperawatan dalam penelitian ini menggunakan *Standar Intervensi Keperawatan* (SIKI), dengan fokus pada manajemen nyeri melalui tindakan memberikan teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri. Tindakan keperawatan yang dilakukan adalah mengajarkan Teknik Distraksi 5 jari selama 6-10 menit, dilakukan selama pasien merasa nyeri.

Sebelum dilakukan intervensi teknik distraksi 5 jari, pasien mengalami nyeri dengan skor 6 yang termasuk dalam nyeri sedang. Pemberian intervensi teknik distraksi 5 jari dilakukan 6-10 menit. Selama distraksi impuls nyeri dapat diatur atau dihambat oleh mekanisme pertahanan disepanjang sistem saraf pusat.

Berdasarkan teori *gate control*, Perry dan Potter (2012) dalam⁸ teori ini mengatakan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan impuls dihambat saat sebuah pertahanan tertutup. Upaya menutup pertahanan tersebut merupakan dasar teori menghilangkan nyeri. Suatu keseimbangan aktivitas dari neuron sensori dan serabut kontrol desenden dari otak mengatur proses pertahanan. Neuron delta-A dan C melepaskan substansi P untuk mentransmisi impuls melalui mekanisme pertahanan. Pesan yang akan menstimulasi mekanoreseptor, apabila masukan yang dominan berasal dari delta A dan serabut C, akan membuka pertahanan tersebut dan klien mempersepsikan sensasi nyeri. Bahkan jika impuls nyeri dihantarkan ke otak yang memodifikasi nyeri. Alur saraf desenden melepaskan opiat endogen, seperti endorfin dan dinorfin, suatu pembunuh nyeri alami berasal dari tubuh. Distraksi 5 jari merupakan upaya untuk melepaskan endorfin, sehingga nyeri yang dirasakan pasien akan menurun.

Hasil dari tindakan yang dilakukan menunjukkan bahwa pasien mengalami penurunan skala nyeri. Intervensi dengan distraksi 5 jari dilakukan selama pasien merasa nyeri selama 6-10 menit berhasil menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi hemoroidektomi dari skala 6 menjadi 4 di hari pertama dan skala nyeri 4 menjadi 2 di hari ke dua pemberian intervensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Asna Afifah et al (2024) yang menunjukkan bahwa pemberian teknik distraksi 5 jari pada pasien post operasi sebelum diberi distraksi 5 jari adalah 5,86. Setelah diberi distraksi 5 jari rata-rata nyeri menurun menjadi 4,78. Terdapat perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah diberi distraksi 5 jari dengan $p = 0,001$. Menurut

penelitian⁹ teknik distraksi dapat menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi hemoroid.

Peneliti berpendapat bahwa pasien dengan post operasi hemoroidektomi akan mengalami nyeri sedang sampai berat. Pemberian intervensi teknik distraksi 5 jari dapat menurunkan nyeri pada pasien. Oleh karena itu, selain terapi farmakologi untuk mengurangi nyeri teknik non farmakologi distraksi 5 jari dapat dikombinasikan dalam intervensi manajemen nyeri pada pasien post operasi hemoroidektomi.

PATIENT PERSPECTIVE

Berdasarkan *perspektif* pasien, pemberian intervensi teknik distraksi 5 jari merupakan terapi baru yang didapatkan oleh pasien. pasien mengatakan terapi distraksi 5 jari sangat efektif untuk membantu menurunkan nyeri yang dirasakan. Pasien ingin mengulangi terapi saat merasa nyeri. Saat intervensi, pasien tidak memiliki kendala dalam melakukan distraksi 5 jari untuk menurunkan nyeri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil Penelitian pada Tn A, pemberian intervensi teknik distraksi 5 jari dapat menurunkan nyeri post operasi hemoroidektomi, dari skala nyeri 6 menurun menjadi skala nyeri 2 setelah 2 kali pemberian intervensi.

SARAN

Teknik distraksi 5 jari merupakan salah satu terapi nonfarmakologi dimana pasien dapat mendistraksi nyeri sehingga nyeri yang dirasakan pasien dapat menurun. Terapi distraksi 5 jari hanya membutuhkan ruangan yang

tenang, tidak membutuhkan biaya dan fasilitas pendukung lainnya sehingga diharapkan Terapi distraksi 5 jari ini dapat diterapkan sebagai salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri pasien post operasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. RS Mardi Waluyo Metro yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian penerapan teknik distraksi 5 jari untuk menurunkan nyeri pasien post operasi hemoroidektomi di ruang Anggrek 2.
2. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas dan izin bagi peneliti untuk melaksanakan proses penelitian.
3. Pembimbing akademik dan klinik yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun bagi peneliti.
4. Tn. A yang telah bersedia menjadi pasien kelolaan untuk dilakukan intervensi teknik distraksi 5 jari
5. Seluruh pihak yang terlibat dan membantu dalam proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Silaban, J. *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah. Journal of Chemical Information and Modeling* vol. 53 (2024).
2. Dwinta, T. Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Hemoroid Dengan Intervensi Kompres Dingin Dan Aromaterapi Jasmine Essential Oil Di Rsu Muhammadiyah Metro Tahun 2024. *Skripsi* **15**, 133–158 (2024).
3. Ridwan. Implementasi terapi pemberian tehnik relaksasi otot progresif pada tn. a post op hemoroid grade iv dengan gangguan rasa aman nyaman di rumah sakit islam sultan agung semarang. (2024).
4. Annisa, B. W. & Yuliansyah, L. F. A. Diagnosis Dan Tatalaksana Hemoroid. *Unram Med. J.* **11**, 1085–1093 (2022).
5. Ediyanto, A. K. Studi Kasus: Upaya Penurunan Nyeri pada Klien Post Hemoroidektomi di RSK Ngesti Waluyo Parakan Temanggung. *J. Ilmu*

- Keperawatan Med. Bedah* **1**, 32 (2019).
6. Nurhanifah, D. Manajemen Nyeri, Non-Farmakologi, Nyeri, Manajemen Nyeri Non-Farmakologi, Keperawatan. (2022).
 7. Dadang & & Rabbinu. Implementasi Kompres Dingin Pada Asuhan Keperawatan Nyeri Post Operasi Hemoroid Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro. 5 (2020).
 8. Asna Afifah, V., Lusiati Cahyarini, L., Juliandari, D., Estu Utomo, S. & Studi Sarjana Keperawatan, P. Pengaruh Teknik Distraksi 5 Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Di Bangsal Rawat Inap Rsu Mulia Hati Wonogiri. *J. Cakrawala Keperawatan* **01**, 146–144 (2024).
 9. Nurjani. Asuhan Keperawatan Pada Nn. K Post Op Hemoroid Dengan Implementasi Teknik Relaksasi Genggam Jari Di Ruang Anggrek RSUD Kabupaten Rejang Lebong (2023).