

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA *GOUT* *ARTHRITIS* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAYAMAN KABUPATEN MOJOKERTO

OLEH: PUTRI AMALIA R.K

Gout arthritis merupakan penyakit inflamasi sendi yang sering menimbulkan nyeri sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Terapi relaksasi genggam jari merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita *gout arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Gayaman Kabupaten Mojokerto. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Populasi penelitian berjumlah 132 penderita *gout arthritis*, dengan sampel sebanyak 32 responden yang memenuhi kriteria inklusi, dipilih menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *consecutive sampling* selama satu bulan. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah pemberian terapi relaksasi genggam jari. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 17 responden (53,1%), sedangkan setelah diberikan terapi sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 23 responden (71,9%). Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan *effect size* (r) = 0,829 yang termasuk kategori efek besar, sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita *gout arthritis*. Terapi relaksasi genggam jari dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan pelepasan endorfin, dan membantu mengurangi persepsi nyeri. Terapi relaksasi genggam jari dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada penderita *gout arthritis*.

Kata kunci: *gout arthritis*, nyeri, terapi relaksasi genggam jari

ABSTRACT

THE EFFECT OF FINGER-HOLDING RELAXATION THERAPY ON THE REDUCTION OF PAIN INTENSITY IN PATIENTS WITH GOUT ARTHRITIS IN THE WORKING AREA OF THE PUSKESMAS GAYAMAN KABUPATEN MOJOKERTO

BY: PUTRI AMALIA R.K.

Gout arthritis is an inflammatory joint disease that frequently causes pain, thereby interfering with daily activities. Finger-hold relaxation therapy is a non-pharmacological method that can be used to alleviate pain. This study aimed to analyze the effect of finger-hold relaxation therapy on reducing pain intensity in patients with gout arthritis within the working area of the Gayaman Community Health Center (Puskesmas), Mojokerto Regency. The study employed a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The study population consisted of 132 patients with gout arthritis, with a sample of 32 respondents selected via non-probability sampling using the consecutive sampling method. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the administration of finger-hold relaxation therapy. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that prior to the therapy, the majority of respondents (17 or 53.1%) experienced moderate pain, whereas after the therapy, the majority (23 or 71.9%) experienced mild pain. The Wilcoxon test yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and an effect size (r) of 0.829 categorized as a large effect demonstrating a significant influence of finger-hold relaxation therapy on the reduction of pain intensity in gout arthritis patients. Finger-hold relaxation therapy can induce relaxation, increase endorphin release, and help reduce pain perception. Finger-hold relaxation therapy can serve as an effective non-pharmacological nursing intervention to reduce pain intensity in patients with gout arthritis.

Keywords: gout arthritis, pain, finger-hold relaxation therapy