



# LAMPIRAN

**SURAT KESEDIAAN MENJADI PASIEN KELOLAAN**  
**(Inform Consent)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Alamat :

Pekerjaan :

Dengan ini saya bersedia menjadi pasien kelolaan studi kasus yang dilakukan oleh Ika Nur Sawendah, S. Kep mahasiswa universitas alirsyad cilacap (UNAIC) yang berjudul “ Asuhan Keperawatan Maternitas Pada Ny. M P2a0 *Post Sectio Caesarea (Sc)* Hari Ke-1 Indikasi Letak Sungsang Dengan Penerapan Teknik Genggam Jari Untuk Mengurangi Nyeri Di Ruang Arafah 3 Rumah Sakit Islam Cilacap “ saya mengerti dan memahami bahwa studi kasus ini tidak akan berakibat negatif pada saya. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi pasien kelolaan pada studi kasus ini.

Cilacap,.....2024

Saksi

Pemohon

( )

(Ika Nur Sawendah, S. Kep)

## **SOP**

### **Pelaksanaan Teknik Relaksasi Genggam Jari**

#### **1. Pengertian**

Teknik relaksasi genggam jari merupakan intervensi non-farmakologis dalam manajemen nyeri, teknik ini dapat dilakukan oleh siapa saja, dan dimana saja. Teknik relaksasi ini adalah kombinasi dari relaksasi nafas dalam dan genggam jari. Sensasi yang dirasakan ini memberikan rasa kenyamanan, menghilangkan rasa stress pada fisik dan peningkatan toleransi terhadap rasa sakit.

#### **2. Tujuan**

- a. Mengurangi nyeri, takut dan cemas
- b. Mengurangi perasaan panik, khawatir dan terancam
- c. Memberikan sensasi rasa nyaman pada tubuh
- d. Menenangkan pikiran dan mengendalikan emosi

#### **3. Prosedur**

Prosedur teknik relaksasi genggam jari yang dilaksanakan 15 menit dari satu persatu beralih ke jari selanjutnya dengan rentang waktu yang sama menurut (Astutik & Kurlinawati, 2017).

- a. Tahap Orientasi
  - 1) Memberikan salam dan memperkenalkan diri
  - 2) Menjelaskan tujuan dan manfaat
  - 3) Menjelaskan prosedur pelaksanaan
  - 4) Menanyakan persetujuan responden

## Gambar 2.2 Pelaksanaan Relaksasi Genggam Jari

- a) Posisi duduk atau berbaring dengan nyaman



Gambar 1. Posisi supinasi sumber : Anonim, (2018)

## Langkah- langkah teknik genggam jari

- a) Gerakan menggenggam ibu jari dengan telapak tangan sebelahnya.



Gambar 2. genggam ibu jari

Sumber :keys2harmony (2015)

- b) Gerakan menggenggam jari telunjuk dengan telapak tangan sebelahnya



Gambar 3. genggam jari telunjuk

Sumber : keys2harmony (2015)

- c) Gerakan menggenggam jari tengah dengan telapak tangan sebelahnya.



Gambar 4. genggam jari tengah

Sumber : keys2harmony (2015)



- d) Gerakan menggenggam jari manis dengan telapak tangan sebelahnya.

Gambar 5. genggam jari manis

Sumber : keys2harmony (2015)

- e) Gerakan menggenggam kelingking dengan telapak tangan sebelahnya



Gambar 6. genggam jari kelingking

Sumber : keys2harmony (2015)



- f) Tutup mata, fokus, tarik nafas dengan hidung serta keluarkan melalui mulut.
- g) Katakan semakin rileks hingga benar-benar menjadi rileks
- h) Apabila keadaan sudah rileks bisa dilakukan dengan kata memberi motivasi kepada diri sendiri seperti saya pasti bisa, saya ingin masalah saya cepat selesai, maafkan, lepaskan, saya ingin nyeri cepat turun dan sebagainya sesuai permasalahannya
- i) Gunakanlah perintah yang berlawanan untuk menormalisasikan pikiran alam bawah sadar seperti mata aku perintah untuk normal dan buka kembali.
- j) Lepaskan menggenggam jari serta usahakanlah menjadi lebih santai.

**TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI UNTUK MENURUNKAN  
NYERI PADA IBU POST OP SECTIO CAESAREA HARI 1-7**

***(Finger Hold Method In Reducing Pain Of Sectio Caesarea Post Op Mother  
Day 1 To 7)***

**Ika Lasati\*, Utami\***

\* Program Studi Ilmu Keperawatan Artha Bodhi Iswara Surabaya,  
email korespondensi: tami\_ola@yahoo.com

**ABSTRAK**

Persalinan dipersepsikan sebagai proses kelahiran janin melalui jalan lahir, baik secara fisiologis, maupun patologis yang normalnya terjadi pada usia 36-40 minggu kehamilan. Persalinan tidak selalu dilakukan secara normal, banyak hal dapat mempengaruhi terjadinya persalinan, termasuk adanya penyulit-penyulit, sehingga proses persalinan hanya dapat dilakukan dengan *sectio caesarea*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri pada ibu *Post Op sectio caesarea* hari 1-7.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quassy* eksperimental. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 38 orang. Variabel independen penelitian ini adalah teknik relaksasi genggam jari, dengan variabel dependen yaitu nyeri pada ibu *post op sectio caesarea* hari 1-7.

Hasil penelitian ini diuji dengan uji statistik *Mann Whitney*, yang menghasilkan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yaitu ada teknik relaksasi berpengaruh pada nyeri ibu *post op sectio caesarea*. Relaksasi merupakan cara membangun pikiran positif yang diharapkan dapat menstimulus otak untuk menghasilkan hormon-hormon positif, dan menurunkan sekresi kortisol. Sehingga nyeri berkurang, dan rasa nyaman pada tubuh meningkat.

**Kata kunci: relaksasi genggam jari, nyeri, *sectio caesarea***

**ABSTRACT**

*Laboring is a child birth process from the reproduction system, which normally happen in 36-40 weeks pregnancy old. Labor is not always happen in normal way, many things influence labor, including presence of many risk factors prevent normal laboring of a mother. So the process has to do in an unnormally way, such as sectio caesarea. This research aimed to indentify the influence of Finger Hold Method in reducing pain of sectio caesarea post op mother day 1 to 7.*

*The method used in this research is quassy experiment, with 38 samples. Independent variable of this research is finger hold method relaxation, thru dependent variable pain of sectio caesarea post op mother pain day 1 to 7.*

*The result of this reserach is analysed by Mann Whitney, which concluded as an influence found in reducing pain of sectio caesarea mother day 1-7. Relaxation is a way of constructing positive mind, which expected to stimulate brain in secreting positive hormones, dan reduce cortisol. In order to reduce pain, dan increasing body comfort.*

**Keywords: Finger Hold Method, pain, *sectio caesarea***

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu proses terjadinya kelahiran janin yang usia kehamilannya cukup atau mendekati cukup, dapat dilakukan secara pervaginam maupun dengan cara *sectio caesarea*. *Sectio caesarea* adalah tindakan mengeluarkan janin dan plasenta dengan melakukan insisi pada dinding perut dan dinding rahim.

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka persalinan dengan metode *sectio caesarea* cukup besar yaitu sekitar 10% sampai 15% dari semua proses persalinan di negara – negara berkembang (WHO, 2010).

*Sectio caesarea* dapat menjadi alternatif persalinan, dengan penyebab dari ibu maupun janin. Indikasi dari ibu antara lain : induksi persalinan gagal, proses persalinan tidak maju, disproporsi sefalopelvik, diabetes, kanker serviks, riwayat *section caesarea* sebelumnya, riwayat ruptur uterus, obstruksi jalan lahir, plasenta previa, sedangkan indikasi dari janin antara lain : gawat janin, prolaps tali pusat, posisi melintang, mal presentasi janin, kelainan janin dan indikasi yang paling umum untuk proses *section caesarea*.

Komplikasi *post section caesarea* juga terjadi pada ibu. Komplikasi yang timbul setelah dilakukannya SC pada ibu seperti nyeri pada daerah insisi, potensi terjadinya thrombosis, potensi terjadinya penurunan kemampuan fungsional, penurunan elastisitas otot perut dan otot dasar panggul, perdarahan, luka kandung kemih, infeksi, bengkak pada extremitas bawah dan gangguan laktasi (Kurniawati, 2008). Pasien post SC akan mengeluh nyeri pada daerah insisi yang disebabkan oleh robeknya jaringan pada dinding perut dan dinding uterus. *Post section caesarea* akan menimbulkan nyeri hebat dan proses pemulihannya berlangsung lebih lama dibandingkan dengan persalinan normal (Sari,

2014). Pernyataan ini didukung oleh Hestiantoro (2009), persalinan *section caesarea* memiliki nyeri lebih tinggi yaitu sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9%. Prosedur pembedahan yang menambah rasa nyeri seperti infeksi, distensi, spasmus otot sekitar daerah torehan. Dampak rasa nyeri yang dirasakan post SC akan menimbulkan berbagai masalah, salah satunya masalah laktasi. Rasa nyeri tersebut akan menyebabkan pasien menunda pemberian ASI sejak awal pada bayinya, karena rasa tidak nyaman/ peningkatan intensitas nyeri setelah operasi (Purwandari, 2009).

Keadaan nyeri post operasi *sectio caesarea* pada ibu akan menjadi gangguan yang menyebabkan terjadi terbatasnya mobilisasi, *bonding attachment* (ikatan kasih sayang) terganggu/ tidak terpenuhi, *Activity of Daily Living* (ADL) terganggu, Inisiasi Menyusu Dini (IMD) tidak dapat terpenuhi secara optimal karena peningkatan intensitas nyeri pada luka post operasi *sectio caesarea* apabila ibu bergerak, sehingga respon ibu terhadap bayi kurang, dan pada akhirnya ASI sebagai makanan terbaik bagi bayi dan mempunyai banyak manfaat bagi bayi maupun ibunya tidak dapat diberikan secara optimal (Afifah, 2009).

Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang bersifat subjektif (Mutaqqin, 2008). Menurut Solehati & Rustina (2013), 75% dari 5 pasien bedah mengalami nyeri sedang sampai berat setelah operasi. Nyeri yang dirasakan ibu post operasi *sectio caesarea* ini dapat bertahan antara 24 sampai 48 jam, dan dapat bertahan lebih lama tergantung pada kemampuan dan adaptasi klien terhadap nyeri, serta persepsi klien terhadap nyeri itu sendiri.

Upaya - upaya untuk mengatasi nyeri pada ibu post SC adalah



dengan menggunakan farmakologis dan non farmakologis. Pemberian farmakologi efektif untuk nyeri sedang dan berat, dan dapat diturunkan dengan waktu yang cepat. Namun demikian pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyeri yang dirasakan. Terapi non farmakologis dibutuhkan untuk membantu tubuh individu beradaptasi dan resisten terhadap nyeri yang dirasakan, sehingga tubuh dapat menginterpretasikan nyeri tersebut dengan skala lebih rendah.

METODE DAN ANALISA

Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain *quassy experiment*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik: observasi untuk skala nyeri pada ibu *post op sectio caesarea*. Pemberian teknik relaksasi genggam jari menggunakan standar prosedur operasional.

Besar sampel penelitian ini adalah 38 responden, yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Penelitian ini memiliki kriteri inklusi yaitu:

- a. Ibu *post op sectio caesarea* hari 1-7 dengan bayi yang dinyatakan normal, tanpa gangguan fisik dan mental
- b. Ibu tidak pernah mengalami gangguan jiwa
- c. Ibu yang tidak sedang dalam masalah keluarga

Sedangkan Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Wanita yang memiliki kelainan pada organ reproduksi.
- b. Wanita yang pernah atau sedang merokok atau mengkonsumsi alkohol.
- c. Seseorang dengan *overweight/* obesitas.
- d. Wanita yang menggunakan obat – obatan anti prostaglandin non

steroid seperti : asam mefenamat, naproksen dan ibuprofen atau obat penghilang nyeri lainnya.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian teknik relaksasi genggam jari. Variabel dependennya adalah nyeri pada ibu *post op sectio caesarea* hari 1-7.

Teknik pengambilan data:

1. Melakukan pre test dengan mengukur intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pengukuran dilakukan dengan lembar penilaian nyeri yaitu *numeric rating scale*.
2. Memberikan tindakan teknik genggam jari sesuai SPOTerhadap kelompok intervensi.
3. Melakukan post test dengan mengukur perubahan intensitas nyeri pada kelompok intervensi
4. Melakukan post test dengan mengukur intensitas nyeri kelompok kontrol.
5. Hasil pengukuran kemudian dicatat.

Uji yang dipergunakan adalah uji 2 *mean independent* yaitu uji *Mann Whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Nyeri ibu *post op sectio caesarea* sebelum & sesudah pada kelompok kontrol

Nyeri	Sebelum	Setelah
Ringan	7 (36,84)%	6 (31,58%)
Sedang	12 (63,16%)	13 (68,42%)
	100%	100%

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nyeri pada ibu *post op sectio caesarea* kelompok kontrol sebanyak 7 (36,84%) ibu mengalami nyeri ringan pada *pretest*, dan 12 ibu (63,16%) ibu mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan *posttest*, sebanyak 6 ibu (31,58%) mengalami nyeri ringan dan, 13 ibu (68,42%) mengalami nyeri sedang.

Nyeri merupakan sensasi yang dihasilkan oleh terstimulasinya *nociceptor* yang menyebabkan

beberapa karakteristik, yaitu seperti nyeri tajam, nyeri tumpul dan rasa terbakar. Nyeri yang dirasakan pada ibu *post op sectio caesarea* merupakan nyeri dengan rasa yang tajam, yang menyebar diseluruh area perlukaan bedah.

Nyeri dapat menimbulkan trauma pada individu. Semakin tubuh kita menyadari rangsang nyeri, semakin banyak bagian tubuh yang mengalami rasa tidak nyaman pula (Levine&Phillips, 2012). Sehingga dibutuhkan fokus lain pada pikiran, sehingga dapat relaks dan mereduksi sensasi nyeri yang dirasakan.

Tabel 2. Nyeri ibu *post op sectio caesarea* sebelum & sesudah pada kelompok perlakuan

Nyeri	Sebelum	Setelah
Tidak nyeri	0(0%)	15 (78,95%)
Ringan	3 (15,79%)	4(21,05%
Sedang	16 (84,21%)	0%
	100%	100%

Nyeri pada ibu *post op sectio caesarea* kelompok perlakuan sebagai berikut: berdasarkan hasil penelitian didapatkan nyeri pada ibu *post op sectio caesarea* kelompok kontrol sebanyak 3(15,79 %) ibu mengalami nyeri ringan pada *pretest*, dan 16 ibu (84,21%) ibu mengalami nyeri sedang. Setelah diberi perlakuan kemudian dilakukan *posttest*, sebanyak 15 ibu (78,95%) nyerinya menjadi tidak ada dan, 4 ibu (21,05%) mengalami nyeri ringan.

Relaksasi Genggam jari adalah dalam Tranmusi (2007) dalam Zees (2012), relaksasi adalah tindakan relaksasi otot rangka yang dapat dipercaya dapat menurunkan nyeri dengan merelaksasikan ketegangan otot yang mendukung rasa nyeri. Menurut Liana (2008) dalam Panandita (2011), teknik relaksasi genggamj ari (*finger hold*) merupakan teknik relaksasi dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh.

Relaksasi genggam jari menghasilkan *implus* yang dikirim melalui serabut saraf *aferen non-nosisepteron*. Serabuat saraf *non-nosisepteron* mengakibatkan “gerbang” tertutup sehingga stimulus pada kortek serebri dihambat atau dikurangi akibat *counter* stimulus relaksai dan menggenggam jari. Sehingga intensitas nyeri akan berubah atau mengalami modulasi akibat stimulus genggam jari yang lebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak.

Tabel 3. Tabulasi silang Nyeri ibu *post op sectio caesarea* sebelum & sesudah pada kelompok kontrol dan perlakuan

Berdasarkan data tersebut di atas, didapatkan hasil tabulasi sebagai berikut:

Nyeri	Kontrol		Perlakuan	
	sebelum	setelah	sebelum	setelah
Tidak nyeri	0	0	0	15 (39,47 %)
Ringan	7 (18,42%)	6 (15,79 %)	3 (7,89%)	4 (10,53 %)
Sedang	12 (31,58%)	13 (34,21 %)	16 (42,10%)	0
Total	38 (100%)		38 (100%)	
Mann Whitney	p= 0,000			

Hasil penelitian tersebut diuji dengan menggunakan Uji statistik Mann Whitney, yang menghasilkan  $p=0,000$  dengan  $\alpha<0,005$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Yaitu ada pengaruh teknik genggam jari dengan nyeri ibu *post op sectio caesarea* hari 1-7.

Relaksasi genggam jari dapat membantu mengendalikan dan mengembalikan emosi dalam diri individu, yang akan membuat tubuh menjadi lebih tenang. Adanya stimulus nyeri pada luka beda menyebabkan keluarnya mediator nyeri yang akan menstimulus *transmisiimplus*di sepanjang serabut *aferen nosiseptor* ke subtansi gelatinosa (pintu gerbang) di medula spinalis untuuk selanjutnya melewati thalamus kemudian disampaikan ke

korteks serebri dan diinterpretasikan sebagai nyeri.

Perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan implus yang dikirim melalui serabut saraf *afere* *nosiseptor-non nesiseptor*. Serabut non neseptor mengakibatkan “pintu gerbang” tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Teori *two gate control* menyatakan bahwa terdapat satu pintu “pntu gerbang” lagi di *thalamus* yang mengatur implusnyeri dari venus *trigeminus* akan dihambata dan mengakibatkan tertutupnya “pintu gerbang” di *thalamus* mengakibatkan stimulus yang menuju korteks serebri terhambat sehingga intensitas nyeri berkurang untuk kedua kalinya (Pinandita, 2012).

Relaksasi merupakan cara membangun pikiran positif yang diharapkan dapat menstimulus otak untuk menghasilkan hormon-hormon positif, dan menurunkan sekresi kortisol. Sehingga nyeri berkurang, dan rasa nyaman pada tubuh meningkat.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Sebagian besar ibu *post op sectio caesarea* dalam kelompok kontrol tidak mengalami penurunan nyeri
2. Sebagian besar ibu *post op sectio caesarea* yang dalam kelompok perlakuan mengalami penurunan nyeri
3. Ada pengaruh teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan nyeri ibu *post op sectio caesarea*

### Saran

1. Bagi Profesi Keperawatan  
Sebagai referensi dan sumber informasi bagi peneliti untuk pemberian asuhan keperawatan pada pasien post operasi Sectio Caesarea, dengan menerapkan tindakan mandiri perawat berupa relaksasi genggam jari sebagai salah satu upaya menurunkan nyeri pada pasien post operasi.

### 2. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan rumah sakit sebagai salah satu tindakan non farmakologi yaitu pemberian teknik relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri pada asuhan keperawatan dengan pasien post operasi Sectio Caesarea ataupun pada pasien lain.

### 3. Bagi pasien

Diharapkan dapat menerapkan pada pasien post operasi Sectio caesarea untuk melakukan teknik relaksasi genggam jari secara rutin sebagai alternative untuk menurunkan tingkat nyeri post operasi Sectio Caesarea selain terapi farmakologis dan bias melakukan secara mandiri.

## KEPUSTAKAAN

Andarmayo, S., & Suharti. 2013. *Konsep dan aplikasi manajemen nyeri persalinan(persalinan tanpa nyeri berlebihan)*. Yogyakarta: Ar-ruzz media

Andarmoyo Sulistyo, 2013. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz Media. Jakarta

Anggraini, Yetti. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Rihama

Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., & Jensen, M.D. 2004. *Buku ajar keperawatanmaternitas*. Jakarta: EGC

Butler, David, S., Meseley, G. Lorimer., 2013. *Explain pain* (Revised and updated, 2nd ed). China: Noigroup Publications

Jitowiyono, Sugeng dan WeniKristiyanasari. 2010. *Asuhan Keperawatan Post Operasi*. Yogyakarta : Nuha Medika

Levine, Peter, A., Phillips, Maggie. 2012. *Freedom from pain: Discover your body’s powwer to*

- overcome physical pain.  
Colorado: Sounds True Inc.
- Mitayani. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta : Salemba Medika
- Nugroho, Taufan. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah, Penyakit Dalam*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Oxorn, Harry dan William R. Forte. 2010. *Ilmu Kebidanan : Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta : Yayasan Essentia Medica (YEM)
- Rosyidi Kholid Mn. 2013. *Buku Prosedur Praktik Keperawatan*. Tim. Jakarta
- Schwartz. 200). *Nursing management of postoperative pain: Use of relaxation techniques*
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. 2001. *Keperawatan medical bedah*. Edisi 8volume 2. Jakarta: EGC
- Tamsuri, A. 2007. *Konsep & Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta EGC
- Tarwoto. 2012. *Pengaruh Latihan Relaksasi Benson terhadap Intensitas Nyeri*. Jakarta
- Trisnayati, M. 2010. *Pengaruh relaksasi benson terhadap gangguan pola tidur lansia diunit rehabilitasi social wening wardoyo unggaran*. Semarang
- Vaughn, F., Wichowski, H., & Bosworth, G. 2007. *Does preoperative anxiety level predict postoperative pain*. *AORN Journal*, 85 (3), 589-604.
- Yakobus. M. 2007. *Gangguan system reproduksi & seksualitas*. Buku Kedokteran. EGC

## PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PASIEN PASCA OPERASI UNTUK PENURUNAN NYERI *SECTIO CAESAREA*

Erni Hernawati<sup>1</sup>, Anita Sukmawati<sup>2</sup>, Irma Mulyani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali  
ernihernawatie@gmail.com

### ABSTRAK

Sayatan setelah operasi *caesar* terasa sakit, mengubah kontinuitas jaringan. 12 jam setelah operasi, rasa tidak nyaman ini masih ada sehingga membuatnya sulit untuk bergerak lebih awal dan menyusui. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana relaksasi genggam jari mempengaruhi tingkat nyeri pasien *Sectio Caesarea* (SC) di Rumah Sakit Advent Bandung pada tahun 2023. Desain *pre-test* dan *post-test* digunakan dalam penelitian semacam ini, yang merupakan *quasi-eksperimental* untuk satu kelompok. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu yang menjalani operasi *caesar* pada hari ke 1-2 di RS Advent Bandung dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Februari 2023. Sampel berjumlah 30 orang. Relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri ibu *sectio caesarea* memiliki nilai signifikan *p-value* sebesar 0,000 dimana nilai probabilitas 0,000 kurang dari 0,05. kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi SC di RS. Advent Bandung tahun 2023.

**Kata Kunci :** nyeri, relaksasi genggam jari, *sectio caesarea*

### ***THE EFFECT OF FINGER GRIP RELAXATION ON PATIENTS POST-OPERATION FOR REDUCTION OF CESAREAN SECTION PAIN***

#### ***Abstract***

*The incision after a cesarean section is painful, changing tissue continuity. Twelve hours after surgery, this discomfort still made it challenging to move early and breastfeed. This study aims to determine how finger grip relaxation affects the pain level of Sectio Caesarea (SC) patients at Bandung Adventist Hospital in 2023. This kind of research uses a pre-test and post-test design, which is quasi-experimental for one group. The samples used in this study were mothers who underwent caesarean section on days 1-2 at Bandung Adventist Hospital and met the inclusion and exclusion criteria. This study used a purposive sampling technique. This research was conducted in January-February 2023. The sample consisted of 30 people. Relaxation of finger grip to reduce pain in caesarean section mothers has a significant p-value of 0.000 where the probability value of 0.000 is less than 0.05. This study concludes that there is an effect of finger grip relaxation on reducing pain in post-SC surgery patients at the hospital. Advent Bandung in 2023.*

**Keywords:** *finger grip relaxation, pain, sectio caesarea*

## PENDAHULUAN

Istilah persalinan mengacu pada proses janin dan plasenta yang dikeluarkan selama kehamilan, yang biasanya berlangsung antara 37 dan 42 minggu. Pekerjaan dapat terdiri dari dua jenis: operasi *caesar* dan persalinan pervaginam. Dinding perut dan dinding rahim dimanipulasi dengan pembedahan selama persalinan *caesar*. Indikasi medis untuk ibu dan janin memandu metode persalinan ini, seperti *plasenta previa*, penampilan janin yang tidak biasa dan efek samping yang dapat membahayakan keberadaan ibu dan embrio (Cunningham et al., 2012).

Pada awal 2019, 395.000 kelahiran tercatat di seluruh dunia, menurut UNICEF. Diperkirakan India, Cina, Nigeria, India, Amerika Serikat, dan Kongo menyumbang setengah dari kelahiran ini. 46,1% dari semua kelahiran adalah operasi *caesar*, menurut *Global Maternal and Perinatal Survey* 2011. Pada 3509 kasus SC, penyebab paling umum adalah disproporsi panggul janin (21 persen), diikuti oleh krisis anjing (14 persen), *plasenta previa* (11 persen), SC sebelumnya (11 persen), kelainan posisi janin (10 persen), preeklampsia, dan tekanan darah tinggi (WHO *Regional Office for the Western*, 2019).

Pada tahun 2018, terdapat 17,6% persalinan caesar pada wanita usia 10-54 tahun di Indonesia. menurut RISKESDAS, dengan angka kejadian tertinggi di Provinsi Bali sebesar 30,2%. Di Indonesia, ibu berusia 10 hingga 54 tahun mengalami 23,2% komplikasi kebidanan saat persalinan, antara lain janin melintang/telentang (3,1%), perdarahan (2,4%), kejang (0,2%), ketuban pecah (5,6%), dan partus lama. 4,3%, keterlibatan tali pusat 2,9%, plasenta previal 0,7 persen, retensi plasenta 0,8 persen, dan hipertensi 2,7 persen (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Sementara itu, angka kelahiran *caesar* mencapai 8,7% di Jawa Barat (Badan

penelitian dan pengembangan kesehatan, 2013).

Badan Pusat Statistik (BPS) memprediksi angka kesakitan Indonesia turun menjadi 13,04 persen pada 2021, turun dari 14,46 persen tahun sebelumnya (Badan Pusat Statistik, 2019). Angka kematian di Jawa Barat adalah 15,96%. Angka kesakitan Kota Bandung tahun 2020 sebesar 14,43%. Nilai tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2019 yang sebesar 14,13%. Pada tahun 2019, Kota Bandung memiliki angka kesakitan terendah ke-254 di antara kabupaten/kota di Indonesia. Setelah Kabupaten Karawang, Kabupaten Bekasi, Kota Depok, Kota Bekasi, dan Kota Sukabumi, angka kesakitan Kota Bandung menempati urutan keenam di antara kabupaten/kota di Provinsi Jawa Barat. (Dinkes Kota Bandung, 2020). Operasi *caesar* menyebabkan rasa sakit dari sayatan, mengakibatkan perubahan kontinuitas jaringan. Nyeri pasca operasi adalah respons tubuh terhadap kerusakan jaringan, penarikan atau peregangan organ (Andika et al., 2020).

Kelahiran SC mempengaruhi ibu dan anak. Misalnya, nyeri akibat operasi dinding perut dan dinding rahim yang tidak kunjung sembuh dalam sehari, berdampak pada mobilitas yang terbatas, perlekatan dan aktivitas ligamen yang rusak/tidak terasa. Kehidupan sehari-hari ibu (ADL) terganggu dan ini mempengaruhi pemberian makan bayi karena keterlambatan menyusui. Hal ini juga berpengaruh pada Inisiasi Menyusu Dini (IMD) yang berdampak pada daya tahan tubuh bayi yang dilahirkan melalui operasi caesar (Erina & Widia, 2016).

Memanfaatkan aliran energi tubuh dan jari-jari, Terapi Relaksasi Genggaman Jari (*Fingerhold*) adalah sebuah metode relaksasi. Memegang secara alami merangsang titik refleksi di tangan. Gelombang listrik dihasilkan oleh rangsangan ini dan dikirim ke otak melalui serabut saraf *aferen non-nociceptive*. Serabut saraf non-nociceptif menutup "gerbang" dan



mencegah masuknya rangsangan nyeri. Rasa sakit berkurang dengan terus digunakan (Pinandita et al., 2012).

Liana (2008) menjelaskan bahwa teknik relaksasi genggam jari merupakan metode non-farmakologis pereda nyeri yang dapat dilakukan oleh siapa saja dengan menyentuhkan jari dan mengalirkan arus energi tubuh.

Teknik relaksasi menggenggam jari melibatkan memegang jari dan mengendalikan nafas. Setiap anggota memiliki aliran energi, dengan aliran energi dirasakan sebagai rangsangan untuk relaksasi saat jari memegang. Stimulasi ini mengurangi transmisi rasa sakit yang disebabkan oleh serat C dan delta-A berdiameter lebih kecil dengan mengaktifkan transmisi serat beta-A yang lebih besar dan lebih cepat. Rangsangan yang menyakitkan diblokir oleh proses ini. Tidak ada sensasi nyeri saat otak tidak menerima informasi nyeri. Ketegangan dan kecemasan klien dapat dikontrol dengan mengontrol pernapasannya dengan tekanan jari, dan pasien merasa rileks dan tenang yang pada gilirannya mengarah pada kesejahteraan yang lebih baik dan pada saat yang sama intensitas nyeri dapat dikurangi (Pinandita et al., 2012).

Untuk melakukan genggam jari, pegang ibu jari selama sekitar 3 menit sambil terus bernapas dan beralih ke jari berikutnya secara berkala. Setelah sekitar 15 menit, beralihlah ke tangan yang berlawanan dan lanjutkan selama 15 menit (Evrianasari et al., 2019). Pada penelitian Djala & Tahulending (2018), teknik relaksasi genggam jari dilakukan selama 10 menit kemudian diulang 3 kali setelah dinilai tingkat nyerinya.

Penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit A. Yan Kota Metro terhadap ibu usia 20-30 tahun pasca operasi caesar menunjukkan rata-rata nyeri setelah teknik relaksasi posisi jari menurun dari skala 6,30 menjadi 4,25 (Evrianasari, 2019). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa relaksasi jari

tangan suami menghasilkan penurunan skala nyeri dari 5,6 menjadi 3,4 (Saputra et al., 2019).

Untuk mengurangi nyeri ibu pasca operasi caesar, teknik finger gripping disarankan sebagai pengobatan alternatif. Sebelum berpindah ke jari lainnya secara bersamaan, pengobatan dilakukan dengan memegang jari ibu selama kurang lebih 3 menit dengan tetap menjaga pernapasan teratur. Setelah 15 menit, lakukan di sisi yang lain (Sariaty, 2022). Studi lain juga menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami pengurangan nyeri berat hingga sedang pada skala nyeri *Burbanis*, dengan responden menerima terapi relaksasi 10 menit yang diulang 3 kali (Djala & Tahulending, 2018).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah relaksasi genggam jari dapat mengurangi nyeri pada pasien pasca operasi *caesar* di Rumah Sakit Advent Bandung tahun 2023.

## METODOLOGI

*Pre-test* dan *pos-test* diberikan kepada satu kelompok dalam penelitian kuasi-eksperimental ini. Desain ini tidak memasukkan kelompok kontrol atau pembanding. Sebelum dilakukan intervensi seluruh sampel dilakukan pengukuran awal untuk mengetahui nilai nyeri yang dirasakan, Kemudian diberikan intervensi dengan pemberian terapi relaksasi genggam jari seperti selama 30 menit. setelah dilakukan intervensi kemudian dilakukan evaluasi nyeri atau pengukuran kembali pasca intervensi menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS).

Populasi penelitian ini adalah populasi rujukan yang teridentifikasi pada bulan November sampai Desember 2022 di Ruang Akasia RS Advent Bandung sebanyak 30 orang dari jumlah total pasien pasca operasi *caesar*. Penelitian ini merupakan penelitian jenis *Quasy Eksperimen* dengan rancangan *one group pretest posttest design*.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung yaitu dengan mengukur nyeri sebelum dilakukan intervensi dengan skala nyeri *Numerical Rating Scale* (pasien diberitahukan skala nyeri *Numerical Rating Scale* sebelum dilakukan pengukuran nyeri) selanjutnya dilakukan intervensi Teknik relaksasi genggam jari pada seluruh jari di kedua tangan. Nyeri pasca operasi

kemudian dievaluasi dengan menggunakan skala satu sampai sepuluh. Sebelum dan sesudah pengumpulan data dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital. *Numerical Rating Scale* (NRS), yang mengukur nyeri pada skala 0 sampai 10, merupakan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini.

## HASIL

**Tabel 1. Skala Nyeri Sebelum dilakukan Relaksasi Genggam Jari pada Pasien Post-Operasi *Sectio Caesarea* di Ruang Akasia RSA Bandung tahun 2023**

Variabel	n	Median	Min	Max
Sebelum dilakukan relaksasi genggam jari	30	5	3	7
Sesudah dilakukan relaksasi genggam jari	30	3	1	5

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari jumlah responden sebanyak 30 orang memiliki nilai nyeri paling tinggi sebelum dilakukan intervensi berada pada skala 7 dan nyeri paling rendah berada pada skala 3. Adapun setelah

dilakukan intervensi relaksasi genggam jari nyeri pasca *sectio caesarea* menjadi berkurang, nilai maksimum nyeri setelah dilakukan intervensi adalah skala 5 dan nyeri paling minimum berada pada skala 1.

**Tabel 2. Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Relaksasi Genggam Jari pada Pasien Post Operasi *Sectio Caesarea* di Ruang Akasia RSA Bandung 2023**

Relaksasi Genggam Jari	n	Median	Min	Max	p-value
Pretest	30	5	3	7	0.000
Posttest	30	3	1	5	

Berdasarkan tabel 2, median skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* sebelum dilakukan relaksasi genggam jari tangan berada pada skala 5 kemudian menurun pada skala 3. Hal ini menunjukkan adanya penurunan yang signifikan terhadap nyeri pasca *sectio caesarea* setelah ibu nifas mendapatkan intervensi relaksasi genggam jari.

## PEMBAHASAN

### Skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi relaksasi genggam jari pada ibu *Post Sectio Caesarea*

Skala nyeri sebelum relaksasi genggam sebagian besar sedang, dengan 26 responden (86,7%) menerima skor antara 3 dan 7, menurut temuan penelitian. Sebelum relaksasi, skor nyeri

rata-rata adalah 5.

Adapun setelah dilakukan intervensi relaksasi genggam jari 18 responden (60%) mendapatkan skor antara 1 dan 5 pada skala nyeri setelah memegang jari, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami nyeri ringan.

Responden yang melakukan operasi sesar rata-rata mengalami nyeri sedang. Hal ini wajar karena melibatkan sayatan pada dinding perut dan rahim sehingga menimbulkan nyeri sedang hingga berat.

Zwelling (2006) menjelaskan dalam Lowdermilk (2013) bahwa nyeri berbeda pada setiap wanita. Sejumlah faktor fisik, emosional, psikososial, budaya, dan lingkungan memengaruhi bagaimana dia merasakan dan menginterpretasikan rasa sakit.

Perry & Potter (2005) menjelaskan dalam Judha & Sudarti (2012) bahwa budaya sosial menentukan perilaku psikologis manusia. Sistem budaya dan keyakinan agama menentukan bagaimana wanita memandang, menafsirkan, menanggapi, dan memproses rasa sakit. Orang-orang belajar dari budaya mereka bagaimana mereka harus menanggapi rasa sakit, misalnya di suatu daerah di mana mereka percaya bahwa rasa sakit harus diterima agar tidak terasa saat sakit (Batbual, 2010).

Di ruang Delima RS Kertosono, Astutik & Kurlinawati (2017) melakukan penelitian tentang pengaruh relaksasi ujung jari terhadap pereda nyeri pasca operasi *caesar*. Hasil penelitian menunjukkan 13 dari 21 responden mengalami nyeri sedang sebelum dilakukan relaksasi ujung jari.

Pada penelitian yang dilakukan Djala tahun 2018 tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada pasien pasca operasi *caesar* pasca operasi *caesar* di ruang bersalin RSUD Poso, sebanyak 12 subjek

(75%) kelompok kontrol mengalami nyeri sedang. Sebagian besar responden 16 orang bahkan 9 orang (56,2%) mengalami nyeri hebat.

Penelitian Evrianasari et al. (2019) di Rumah Sakit A. Yan Kota Metro mengenai teknik relaksasi jari pada nyeri pasca operasi *caesar* rata-rata skor nyeri pra prosedur adalah 6,30, sedangkan skor median adalah 6,00. Rata-rata terendah atau minimum adalah 6, sedangkan angka tertinggi atau maksimum adalah 8, dan standar deviasinya adalah 0,657. Saputran dan rekan. Skor nyeri pra-operasi operasi *caesar* menunjukkan bahwa skor nyeri rata-rata kelompok kontrol adalah skala nyeri, menurut sebuah studi tahun 2019 tentang efek teknik relaksasi memegang jari laki-laki pada nyeri pasca operasi.

Berdasarkan penelitian yang Penelitian Astutik & Kurlinawati (2017) menemukan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah tekanan jari direlaksasikan. Sebelum relaksasi tangan, 13 (65%) dari 20 subjek mengalami nyeri sedang. Pada saat yang sama, hingga 12 (60%) dari mereka yang disurvei mengalami nyeri ringan setelah relaksasi dengan panduan tangan. Perbedaan sebelum dan sesudah sidik jari adalah 5%.

Menurut penelitian Djala tahun 2018, mayoritas responden pada kelompok kasus 16 orang merasakan nyeri ringan setelah mendapatkan perlakuan relaksasi genggam (post-test). Pada kelompok kontrol, nyeri ringan dialami oleh 12 orang (75 %). Mayoritas dari 16 responden, termasuk sebanyak delapan orang, melaporkan mengalami nyeri sedang.

Berdasarkan penelitian Evrianasari et al. (2019) menunjukkan rerata nyeri setelah relaksasi posisi jari 4,25, median 4,00, standar deviasi 0,639, rerata terendah atau skor minimal 4, dan jumlah skor tertinggi atau hasil maksimal 6.

## Perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari pada pasien post operasi sectio caesar RS Advent Bandung tahun 2023

Berdasarkan temuan penelitian, pengaruh relaksasi genggam tangan terhadap skala nyeri ibu sebelum operasi *caesar* adalah median 5 dengan skor minimal 3, dan skor maksimal 46 dengan skor 7. sedangkan , median Setelah relaksasi, skala nyeri memiliki nilai 3, dengan minimal satu dan maksimal lima. Signifikansi variabel pre-test lebih besar dari 0,003 ketika hasil penelitian dianalisis menggunakan uji normalitas dan metode Shapiro-Wilk. Lanjutkan dengan uji non parametrik, uji Wilcoxon, jika data tidak berdistribusi normal.

*Wilcoxon Signed Rank Test* digunakan untuk menganalisis pengaruh relaksasi genggam jari terhadap pengurangan nyeri pada pasien yang menjalani operasi *caesar* di Rumah Sakit Advent Bandung antara Januari dan Februari 2023, berdasarkan temuan penelitian. 30 orang dipilih, dan sebelum dan sesudah intervensi, mereka diuji. Dari hari pertama hingga hari kedua dilakukan *pre-test*. Ibu setelah melahirkan diukur skala nyerinya menggunakan *numeric rating scale* kemudian diberikan relaksasi *finger grip* selama 15 menit pada kedua tangan, dan setelah prosedur dilakukan *post-test*. dilakukan dengan pengukuran skala nyeri ibu nifas, setelah itu data dimasukkan ke dalam tabel pendataan. Uji *Wilcoxon Signed Rank* digunakan untuk melihat data apakah ada perbedaan skor nyeri sebelum dan sesudah relaksasi genggam jari. Ketika probabilitas 0,000 kurang dari 0,05, diperoleh nilai *p* signifikan 0,000,  $H_0$  ditolak, dan relaksasi genggam jari meningkatkan pereda nyeri pasca operasi pada pasien operasi caesar di RS Advent Bandung tahun 2023.

Berdasarkan gambaran ini, para ilmuwan berpendapat bahwa metode pelepasan jari efektif dalam mengurangi rasa sakit saat melahirkan

pasca operasi *caesar*. Saat Anda memegang jari dan menarik napas dalam-dalam, tubuh menjadi rileks dan endorfin dilepaskan. Menggunakan dengan memblokir neurotransmitter nyeri, nyeri dapat dikendalikan melalui teknik relaksasi seperti memegang jari. Selain itu, teknik relaksasi jari mudah diterapkan. Akibatnya, pasien yang menjalani operasi *caesar* dapat memanfaatkan teknik relaksasi cengkeraman jari sebagai alternatif, metode non-farmakologi untuk menghilangkan rasa sakit.

## SIMPULAN DAN SARAN

Di Ruang Akasia RS Advent Bandung tahun 2023, pasien yang telah menjalani operasi *caesar* diberikan intervensi relaksasi genggam jari. Dari 18 pasien, 60% dilaporkan mengalami nyeri ringan, dengan skor mulai dari satu sampai lima. Median skala nyeri yang dirasakan adalah 3. Hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi relaksasi genggam jari dengan nilai *p-value* 0,000 ( $0,000 < 0,05$ ).

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai suatu kebijakan yang dapat diimplementasikan dalam pelayanan kesehatan di fasilitas rumah sakit untuk mengurangi nyeri pasca operasi *caesar*. Serta dapat dijadikan prosedur penanganan nyeri non-farmakologis oleh seluruh bidan dan tenaga kesehatan lain dalam penatalaksanaan nyeri *post-operasi caesar*.

## DAFTAR PUSTAKA

Andika, M., Nurleny, N., Desnita, R., Alisa, F., & Despitasari, L. (2020). Penyuluhan Pemberian Foot Massage Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruangan Bedah Wanita Rsup. Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Abdimas Saintika*, 2(2), 73–77.

- Astutik, P., & Kurlinawati, E. (2017). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea: Di Ruang Delima RSUD Kertosono. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 30–37.
- Badan penelitian dan pengembangan kesehatan. (2013). Badan penelitian dan pengembangan kesehatan. *Riset Kesehatan Dasar*.
- Badan Pusat Statistik. (2019). Laporan Statistik. *Diakses Tanggal 1 Agustus 2023*, 26.
- Batbual, B. (2010). Hypnosis hypnobirthing nyeri persalinan dan berbagai metode penanganannya. *Yogyakarta: Gosyen Publishing*.
- Cunningham, F., Leveno, K., Bloom, S., Hauth, J., Rouse, D., & Spong, C. (2012). *Obstetrícia de Williams*. 23<sup>a</sup>. São Paulo: *Artmed*.
- Dinkes Kota Bandung. (2020). Profil Kesehatan Kota Bandung Tahun 2020. *Bandung: Dinas Kesehatan Kota Bandung*.
- Djala, F. L., & Tahulending, D. Y. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruangan Kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Poso. *Journal of Islamic Medicine*, 2(2), 1–7.
- Erina, S., & Widia, L. (2016). Hubungan antara teknik pernafasan dalam dengan skala nyeri ibu post sectio caesaria 24 jam pertama di rsud dr. H. Andi abdurahman noor tanah bumbu. *Jurnal Darul Azhar*, 1(1), 1–7.
- Evrianasari, N., Yosaria, N., & Ermasari, A. (2019). Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea. *Jurnal Kebidanan*, 5(1), 86–91.
- Hariyanto, A., & Sulistyowati, R. (2015). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah I Dengan Diagnosis Nanda Internasional. *Yogyakarta: Ar-Ruzz Media*.
- Judha, M., & Sudarti, F. A. (2012). Teori pengukuran nyeri dan nyeri persalinan. *Yogyakarta: Nuha Medika*, 31, 38.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. In *Kementrian kesehatan RI* (pp. 1–582).
- Liana, E. (2008). Teknik Relaksasi: Genggam Jari untuk Keseimbangan Emosi. *Tersedia Pada: <https://www.pembelajar.com/> Teknikrelaksasi-Genggam Jari Untuk Keseimbangan Emosi*. (Diakses: 16 Desember 2019).
- Lowdermilk. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* (4th ed.). EGC.
- Pinandita, I., Purwanti, E., & Utoyo, B. (2012). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparatomi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 8(1).
- Saputra, D., Asmawati, A., & Septiyanti, S. (2019). Teknik Relaksasi Genggam Jari Oleh Suami Berpengaruh Terhadap Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Media Kesehatan*, 12(1), 11–20.
- Sariaty, S. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 751–761.
- WHO Regional Office for the Western. (2019). *Maternal health care: Policies, technical standards and services accessibility in eight countries in the western Pacific region*. World Health Organization.





## **PENGARUH RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP SKALA NYERI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA**

**Yayutrisnawati\*, Priharyanti Wulandari, Windyastuti**

Program Studi Ners STIKES Widya Husada Semarang, Jl. Subali Raya No.12 Krapyak – Semarang, Indonesia,  
50146

\*[yayutrisnawati03@gmail.com](mailto:yayutrisnawati03@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Pasien post section caesarea sering mengalami nyeri dikarenakan insisi pembedahan. Relaksasi genggam jari adalah teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri. Hasil wawancara dengan beberapa ibu post section caesarea, mengatakan jika merasa nyeri pasien hanya menahan dan meringis kesakitan sambil menunggu obat penurun rasa nyeri yang diberikan oleh tenaga medis. Populasi adalah 169 pasien dan Sampel sebanyak 20 responden. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada ibu post sectio caesarea di ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang. Desain penelitian menggunakan quasi – eksperimen pre and post test without control. Pengambilan sampel dengan consecutive sampling sebanyak 49 responden, skala nyeri diukur dengan menggunakan numerik rating scales, dianalisa menggunakan uji statistik wilcoxon. Hasil penelitian yang mengalami nyeri terbanyak sebelum relaksasi genggam jari adalah nyeri sedang yaitu (71,4 %), sedangkan nyeri terbanyak setelah dilakukan relaksasi genggam jari yaitu nyeri ringan yaitu (63,3 %), dengan hasil uji statistik p value  $0,000 \leq 0,05$  dan nilai Z hitung -6,260. Ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pada ibu post sectio caesarea di Ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang.

Kata kunci: sectio caesarea, nyeri, relaksasi genggam jari

### ***THE EFFECT OF FINGER RELAXATION OF PAIN SCALES IN POST SECTIO CAESAREA MOTHER***

#### **ABSTRACT**

*Cesarean section post patients often experience pain due to a surgical incision. Finger-hand relaxation is a non-pharmacological technique to reduce pain. The results of interviews with several mothers post section caesarea, said if they felt pain the patient only held back and grimaced in pain while waiting for pain-relieving drugs provided by medical personnel. The population was 169 patients and a sample of 20 respondents. The purpose of this research is to know the effect of finger hand relaxation on the level of pain in patient of post sectio caesarea in Baitunnisa 2 room of RSI Sultan Agung Semarang. The research design used quasi – eksperimen pre and post test without control. Sampling techniques is consecutive sampling as many as 49 respondents pain scale was measured using numerical scales rating and analyzed using wilcoxon statistical test. The results of the study that experienced the most pain before finger hand relaxation were moderate pain, namely (71,4 %), while the most pain finger hand relaxation was mild pain ie (63,3 %), with the results of statistical test p value  $0,000 \leq 0,05$  and  $Z = -6,260$ . There is an effect of finger hand relaxation on pain scale on post sectio caesarea mothers in Baitunnisa 2 Room, Sultan Agung Hospital, Semarang.*

*Keywords: sectio caesarea, pain, finger hand relaxation*

### **PENDAHULUAN**

Persalinan *sectio caesarea* didefinisikan sebagai kelahiran janin melalui insisi dinding abdomen (laparotomi) dan dinding uterus (histerektomi). Angka kematian ibu akibat *sectio caesarea* kurang dari 1:1000 prosedur. Angka mortalitas operasi yang relatif rendah ini harus dianggap berlebihan karena sebagian besar dari kematian ini terjadi pada perempuan muda sehat yang menjalani suatu proses fisiologik normal. Ancaman terbesar bagi perempuan yang

menjalani *sectio caesarea* adalah anastesi, sepsis berat, dan serangan tromboembolik. (Gant Norman F & F. Garry Cunningham, 2013).

Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan kelahiran *sectio caesarea* sebesar 9,8 % dengan proporsi tertinggi di DKI Jakarta (19,9%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (3,3%) dan secara umum pola persalinan melalui *sectio caesarea* menurut karakteristik menunjukkan proporsi tertinggi pada indeks kepemilikan teratas (18,9%), tinggal di perkotaan (13,8%), pekerjaan sebagai pegawai (20,9%) dan pendidikan tinggi/lulus PT (25,1%). Proporsi metoda persalinan menurut provinsi dan karakteristik secara lengkap (Depkes, 2013).

Nyeri adalah pengalaman pribadi, subjektif, berbeda antara satu orang dengan orang yang lain dan dapat juga berbeda pada orang yang sama diwaktu berbeda. Sebagian besar wanita setidaknya memiliki sedikit kekhawatiran mengenai nyeri dalm persalinan (Caffery dan Green dalam Reeder, 2013). Ibu post *sectio caesarea* akan merasakan nyeri dan dampak dari nyeri akan mengakibatkan terganggunya aktifitas ibu menjadi terbatas, *Activity of Daily Living* (ADL) terganggu, *bonding attachment* (ikatan kasih sayang) dan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) tidak dilakukan karena adanya peningkatan intensitas nyeri apabila ibu bergerak. Respon ibu terhadap bayi sangat berkurang, sehingga ASI sebagai asupan pertama bagi bayi dan mempunyai banyak manfaat bagi bayi maupun ibunya tidak dapat diberikan secara optimal (Purwandari, dalam Setyawati, 2016).

Penanganan yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri post *sectio caesarea* berupa penanganan farmakologi. Pengendalian nyeri secara farmakologi efektif untuk nyeri sedang dan berat. Pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyerinya (Van Kooten dalam Sulisty, 2013). Menurut Sulisty (2013) manajemen nyeri farmakologi yaitu analgesik merupakan metode yang paling umum untuk mengatasi nyeri. Analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, perawatan dan dokter masih cenderung tidak melakukan upaya analgesik dalam penanganan nyeri karena informasi obat yang tidak benar, karena adanya kekhawatiran pasien akan mengalami ketagihan obat, cemas akan melakukan kesalahan dalam menggunakan analgesik narkotik dan pemberian obat yang kurang dari yang diresepkan.

Manajemen nyeri nonfarmakologi merupakan tindakan menurunkan respons nyeri tanpa menggunakan agen farmakologi dan dapat dilakukan dengan cara tehnik relaksasi, terapi musik, *guided imagery* dengan aromaterapi dan terapi benson merupakan terapi yang sudah terbukti dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien post *sectio caesarea* karena dapat merilekskan dan dapat beradaptasi dengan nyeri yang dirasakan oleh seseorang (Sujatmiko dan Lestari dalam Kuswandari, 2016). Teknik relaksasi merupakan salah satu teknik non farmakologi yang digunakan untuk mengurangi nyeri dengan merelaksasikan ketegangan otot yang mendukung rasa nyeri. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri menggunakan teknik relaksasi genggam jari. Relaksasi genggam jari (*finger hold*) merupakan teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh. Banyak yang belum mengaplikasikan teknik relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri baik di lingkungan rumah sakit maupun Institusi kesehatan sebagai media pembelajaran (Tamsuri dan Liana). Genggam jari merupakan metode penawar nyeri, sehingga hal ini sesuai dengan HR Bukhari sebagaimana yang disabdakan Rasulullah SAW, “tidaklah Allah menurunkan penyakit kecuali Dia juga menurunkan penawarnya“ ( HR Bukhari ), sehingga peneliti tertarik untuk meneliti penelitian tersebut.

Berdasarkan wawancara dengan perawat dan pasien diruangan Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang pada tanggal 16 April 2018 didapatkan hasil yang persalinan dengan *sectio caesarea* dari bulan Januari - Maret 2018 sebanyak 169 pasien dan rata-rata jumlah kasus *sectio caesarea* bulan Januari - Maret sekitar 56 responden. Hasil yang didapatkan diruang Baitunnisa 2 dalam mengatasi nyeri post *sectio caesarea* adalah dengan cara distraksi nafas dalam dan pemberian analgetik saja, belum pernah dilakukan relaksasi genggam jari pada pasien post *sectio caesarea*. Penyebab dilakukannya tindakan *sectio caesarea* karena beberapa indikasi yaitu, CPD (*cephalopelvic disporpotion*) atau kepala bayi dianggap terlalu besar, Pre Eklampsia Berat (PEB), kehamilan gemeli atau kehamilan kembar, Ketuban Pecah Dini (KPD) dan letak janin dengan menggunakan jenis *sectio caesarea* yang berbeda – beda tergantung kondisi ibu dan janin tetapi yang sering digunakan adalah *sectio caesarea* melintang. Rata – rata pasien merasakan nyeri berat sampai nyeri sedang dengan jenis nyerinya yaitu nyeri akut. Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada ibu post *section caesarea* di ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semara. Tujuan untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimental* dengan rancangan *pre and post test without control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post operasi *sectio caesarea* di Ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang yang sedang menjalani rawat inap. Bulan Januari sampai Maret 2018 rata-rata jumlah kasus *sectio caesarea* sekitar 56 responden. Sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan rumus *slovin* yaitu sebanyak 49 responden. Tehnik sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *consecutive sampling*. Instrument pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*) dan standar operasional prosedur (SOP) Relaksasi Genggam Jari. Data diperoleh secara langsung dari responden dengan memberikan lembar observasi skala nyeri NRS pada pasien post *section caesarea*. Analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui adanya pengaruh diantara variabel.

## HASIL

Hasil penelitian dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 1  
 Karakteristik responden Berdasarkan Pekerjaan dan pendidikan (n=49)

Karakteristik	f	%
Pekerjaan		
PNS	2	4,1
Swasta	15	30,6
Wiraswasta	15	30,6
IRT	17	34,7
Pendidikan		
SD	10	20,4
SMP	15	30,6
SMA	21	42,9
S1	3	6,1

Tabel 1 dapat dilihat bahwa berdasarkan pekerjaan responden sebagian besar sebagai IRT dan sebagian besar tingkat pendidikan SMA

Tabel 2.  
 Tingkat nyeri ibu post *sectio caesarea* sebelum dilakukan relaksasi genggam jari (n=49)

Nilai	Skala nyeri	F	Sebelum	Sesudah	
			%	f	%
0	Tidak Nyeri	0	0	0	0
1-3	Nyeri Ringan	0	0	31	63,3
4-6	Nyeri Sedang	35	71,4	18	36,7
7-10	Nyeri Berat	14	28,6	0	0

Tabel 2 dapat diperoleh bahwa hasil dari 49 responden dengan tingkat nyeri sedang sebelum dilakukan pemberian relaksasi genggam jari dan nyeri ringan setelah pemberian relaksasi genggam jari.

Tabel 3.  
 Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* (n=49)

Skala Nyeri	Frekuensi	Z Hitung	P value
Negative Ranks	49		
Positive Ranks	0	-6,235	0,000
Ties	0		

Tabel 3 dapat diperoleh hasil dari uji statistik *wilcoxon* bahwa analisa dengan pengaruh pemberian terapi relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri dari 49 responden mengalami penurunan setelah di lakukan relaksasi genggam jari, dengan Z hitung -6,235 dan nilai p-value = 0,000 ( $\alpha = 0,05$ ). Dengan demikian  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya bahwa ada pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di Ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Pekerjaan

Hasil penelitian yang dilakukan di Ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang, didapatkan hasil dari 49 responden yaitu responden yang bekerja sebagian besar sebagai IRT adalah sebanyak 17 orang (34.7 %) dan PNS sebanyak 2 responden (4,1 %). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sumelung dkk (2014), didapatkan jenis pekerjaan terbanyak adalah mayoritas responden tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 36 %. Menurut penelitian Chandra (2013) pekerjaan memiliki peran penting dalam tingkat kesehatan seseorang. Beban berat yang dilakukan oleh seseorang sesuai dengan pekerjaannya dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit maupun kelainan – kelainan. Pekerjaan dan aktifitas seseorang menuntut beban kerja berat yang semakin beresiko untuk mengalami penyakit dan pekerjaan seseorang yang kurang memperhatikan kehati – hatian akan beresiko untuk mengalami cedera. Cedera seseorang kadang – kadang menyebabkan seseorang harus menjalani operasi.

#### b. Pendidikan

Hasil dari penelitian yang dilakukan di Ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang didapatkan hasil data frekuensi dari 49 responden meunjukkan, sebagian besar responden yang berpendidikan SMA adalah sebanyak 21 orang (42.9 %). Hasil penelitian responden sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 21 responden (42.9 %). Pendidikan terakhir ibu terbanyak adalah pendidikan SMA. Tingkat pendidikan SMA sudah memenuhi wajib belajar yang di tetapkan pemerintah yaitu pendidikan dasar 9 tahun (Dipdeknas, 2007). Menurut

Notoatmojo (2003), pendidikan adalah suatu yang dapat membawa seseorang untuk memiliki maupun meraih wawasan dan pengetahuan seluas – luasnya. Orang yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi akan memiliki wawasan dan pengetahuan yang lebih luas jika dibandingkan dengan orang – orang yang memiliki pendidikan yang lebih rendah. Menurut penelitian Chandra (2013) tingkat pendidikan, responden paling banyak berpendidikan SMA yaitu (90,0%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Indrawati (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden pendidikan menengah (SMA, SMK) sebanyak 61,9%. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak ada hubungan antara pendidikan dengan perubahan persepsi nyeri responden  $p$  value  $0,584 > 0,05$ . Hasil ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini homogen. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang mendukung peningkatan pengetahuan yang berkaitan dengan daya serap informasi.

## **2. Analisa Univariat**

### **a. Tingkat Nyeri Ibu Post *Sectio Caesarea* Sebelum Dilakukan Relaksasi Genggam Jari**

Hasil penelitian ini yang dilakukan pada nyeri menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 35 responden (71,4 %)respondendan yang mengalami nyeri berat yaitu sebanyak 14 responden (28,6 %). Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa setiap responden mengalami tingkat nyeri yang berbeda – beda. Perbedaan nyeri yang dirasakan responden juga didukung oleh teori yang dijelaskan oleh Hidayat dan Uliyah (2008) menyatakan bahwa nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan. Sifatnya sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebut yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya.

Nyeri adalah sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan, baik sensorik maupun emosional yang berhubungan dengan resiko atau aktualny akerusakan jaringan tubuh (Andarmoyo, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Mustafa (2016) mengatakan bahwa tingkat nyeri sebelum diberikan perlakuan tehnik relaksasi genggam jari pada pasien post operasi *appendiktomy* berada pada kategori sedang. Hal ini dikarenakan beberapa faktor seperti perhatian responden terhadap nyeri dengan cara responden tidur untuk mengurangi nyerinya dan dukungan dari keluarga. Teknik relasasi genggam jari adalah cara yang mudah untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional dan Potter dan Perry menyatakan bahwa ternik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri kita ketika terjadinya rasa tidak nyama pada diri seseorang atau nyeri, stess fisik dan emosi pada nyeri.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian dari Rilasadi (2017) dengan judul pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap penurunan tingkat nyeri pasien post operasi *appendiktomy*. Peneliti yang dilakukan terhadap 30 responden bahwa yang mengalami penurunan tingkat nyeri dengan hasil penelitian yaitu  $p$ -value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) bahwa relaksasi genggam jari berpengaruh positif terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi *appendiktomy* di RSUD dr. H. Soewonde Kendal. Relaksasi genggam jari dapat dijadikan salah satu cara untuk menurunkan atau mengatasi nyeri yang sering di alami oleh seseorang terutama nyeri yang dirasakan oleh pasien post operasi, karena terapi ini sangat mudah dan sederhana, maka sangat mudah untuk dilakukan semua usia dan dengan melakukan terapi relasasi genggan jari ini pasien dapat mengatasi nyeri yang dialaminya terutama pasien post *sectio caesarea* dan dapat berubah pada setiap responden sebelum dan sesudah dilakukan relasasi genggam jari, hal ini menadakan bahwa setiap orang memiliki respon tubuh yang berbeda tergantung skala nyeri yang dialami masing – masing individu.

Hasil penelitian yang dilakukan Mar'atus (2016), Efektifitas teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri post *sectio caesarea* di RSUD Ajibarang, di dalam penelitian tersebut didapatkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa nilai rata-rata nyeri pada ibu Post Operasi *Sectio Caesarea* sebelum dilakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari adalah 7,09 dan menurun setelah dilakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari menjadi 5,63. Diketahui pula bahwa mayoritas nyeri pada Post Operasi *Sectio Caesarea* sebelum dilakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari adalah nyeri berat (90,9%) dan sesudah dilakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari semuanya mengalami nyeri sedang sebanyak (100%). Teknik relaksasi genggam jari adalah cara yang mudah untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Emosi adalah seperti gelombang energi yang mengalir di dalam tubuh, pikiran, dan jiwa. Saat kita merasakan perasaan yang berlebihan, aliran energi di dalam tubuh kita menjadi tersumbat atau tertahan, sehingga akan menghasilkan rasa nyeri. Sepanjang jari-jari tangan kita terdapat saluran atau meridian energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi.

Menurut penelitian Kurlinawati (2017) nyeri yang terjadi pada pasien pasca operasi *sectio caesarea* diketahui dalam kategori sedang dikarenakan luka akibat dari bekas operasi yang menimbulkan trauma pada jaringan. Trauma tersebut mengirimkan impuls syaraf yang kemudian direspon otak sehingga nyeri yang terjadi dapat dirasakan. Pengalaman menghadapi nyeri akibat operasi yang kurang menjadikan seseorang kurang adaptif terhadap nyeri, sehingga respon yang ditunjukkan akan tidak adaptif. Perasaan takut terhadap luka yang diderita akan membuat nyeri diinterpretasikan lebih hebat sehingga kecenderungan hasil pengkajian nyeri setelah operasi memiliki skor yang tinggi.

#### **b. Tingkat Nyeri Ibu Post *Sectio Caesarea* Setelah Dilakukan Relaksasi Genggam Jari**

Hasil penelitian yang diperoleh didapatkan data bahwa dari 49 responden dengan tingkat nyeri ringan setelah dilakukan pemberian relaksasi genggam jari yaitu sebanyak 31 responden (63,3 %), serta nyeri sedang adalah sebanyak 18 responden (36,7 %). Menurut penelitian Kurlinawati (2017) mengatakan bahwa relaksasi genggam jari merupakan cara yang mudah untuk dilakukan sehingga responden dengan usia dan pendidikan menengah akan mudah mengikutinya. Selain itu kesadaran yang tinggi bahwa nyeri yang dialami merupakan proses yang wajar setelah operasi akan membantu seseorang lebih adaptif terhadap nyeri yang dirasakan. Hasilnya setelah dilakukan pengkajian ulang terhadap intensitas nyeri setelah diberikan relaksasi genggam jari maka skala nyeri menjadi turun ke dalam kategori nyeri ringan.

Menurut Teori Liana, (2010) yang menyatakan bahwa menggenggam jari disertai dengan menarik nafas dalam – dalam dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena menggenggam menghangatkan titik – titik masuk dan keluarnya energi pada meridian (saluran energi) yang berhubungan dengan organ – organ didalam tubuh yang terletak pada jari – jari tangan seseorang. Menurut Teori Stuart di dalam jurnal Sari (2015), tehnik relaksasi membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Tehnik relaksasi juga merupakan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari keterangsan dan stress, sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Berbagai metode relaksasi digunakan untuk menurunkan kecemasan dan ketegangan otot, sehingga didapat penurunan denyut jantung, penurunan respirasi serta penurunan ketegangan otot.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pinandita, Purwanti, dan Utoyo (2012) tentang pengaruh teknik genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi laparotomi. Penelitian tersebut dilakukan pada 34 pasien post operasi laparotomi hari pertama, dengan melakukan relaksasi genggam jari selama 15 menit, menunjukkan bahwa responden



yang melakukan relaksasi genggam jari mengalami penurunan intensitas nyeri yang signifikan. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa dengan menggenggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen *non nosiseptor*. Serabut saraf *non nosiseptor* akan mengakibatkan tertutupnya pintu gerbang di thalamus sehingga stimulus yang menuju korteks serebri terhambat sehingga intensitas nyeri dapat berkurang.

### 3. Analisa Bivariat

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 49 responden, menunjukkan bahwa nyeri sebelum diberikan relaksasi genggam jari terdapat 35 responden (71,4 %) yang mengalami nyeri sedang dan setelah diberikan relaksasi genggam jari terdapat 31 responden (63,3 %) yang mengalami nyeri ringan. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada penurunan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan relaksasi genggam jari. Berdasarkan hasil analisa dengan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui pengaruh relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada ibu post *section caesarea* di ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang diperoleh nilai *p value* sebesar 0,000 dengan taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$ ), dapat disimpulkan bahwa  $p \text{ value} \leq \alpha$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak yang berarti ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di Ruang Bitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan dilakukan oleh Kurlinawati (2017) Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post *Sectio Caesarea* Di Ruang Delima RSUD Kertosono dengan hasil tehnik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri insisi post *Sectio Caesarea*. Ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di ruang Delima RSUD Kertosono sebelum dan setelah pemberian tehnik relaksasi genggam jari, hal tersebut berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan  $p \text{ value} = 0,000 \leq \alpha = 0,05$ . Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi, dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri akan berkurang. Pada saat fase inflamasi akibat luka bekas operasi, manifestasi yang sering dirasakan adalah nyeri. Nyeri tersebut apabila dibiarkan akan membuat pasien post *sectio caesarea* menjadi tidak nyaman. Teknik relaksasi genggam terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri. Apabila relaksasi tersebut dilaksanakan secara rutin maka hasil yang diharapkan akan lebih baik dengan turunnya nyeri yang terjadi.

Teknik relaksasi genggam jari merupakan cara yang mudah untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Di sepanjang jari – jari tangan kita terdapat saluran energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi (Puwahang, 2011). Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju otak. Gelombang tersebut diterima otak dan diproses dengan cepat diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar (Kurlinawati, 2017). Pernyataan tersebut didukung oleh penelitians Sofiyah (2014) tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Sectio Caesarea* di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto sebelum diberikan tehnik relaksasi genggam jari didapatkan 56,2 % responden berada dalam kategori nyeri sedang dan setelah diberikan tehnik relaksasi genggam jari sebagian besar mengalami nyeri ringan 50 % responden. Ada perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok eksperimen dengan nilai *p value* sebesar 0,001 ( $p < \alpha$ ). Hal tersebut juga sesuai dengan teori Hill (2011) dengan menggenggam jari dipercaya dapat membuka aliran energi yang terkunci yang disebut *safety energy locks* sehingga aliran energi menjadi lancar.

Menurut penelitian Chandra (2013) respon nyeri yang dirasakan oleh setiap pasien berbeda-beda sehingga perlu dilakukan eksplorasi untuk menentukan nilai nyeri tersebut. Perbedaan tingkat nyeri yang dipersepsikan oleh pasien disebabkan oleh kemampuan sikap individu dalam merespon dan mempersepsikan nyeri yang dialami. Sensasi yang sangat nyeri bagi seseorang mungkin hampir tidak terasa bagi orang lain. Salah satu upaya untuk menurunkan nyeri adalah dengan menggunakan teknik farmakologis dan teknik nonfarmakologis. Relaksasi genggam jari dapat mengendalikan dan mengembalikan segala macam emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks dan nyaman. Stimulasi pada luka bedah menyebabkan keluarnya mediator nyeri yang dapat menstimulasi transmisi impuls disepanjang serabut aferen nosiseptor ke substansi gelatinosa (pintu gerbang) di medula spinalis untuk selanjutnya melewati thalamus kemudian disampaikan ke kortek serebri dan di interpretasikan sebagai nyeri (Indrawati, 2017).

### **SIMPULAN**

Skala nyeri pada pasien post *sectio caesarea* sebelum diberikan perlakuan relaksasi genggam jari sebagian besar adalah tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 35 orang (71.4 %). Skala nyeri pada pasien pada pasien post *sectio caesarea* setelah diberikan perlakuan relaksasi genggam jari sebagian besar adalah tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 31 orang (63.3 %). Ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap sakala nyeri pada ibu post *sectio caesarea* di Ruang Baitunnisa 2 RSI Sultan Agung Semarang ( $p\text{-value} = 0,000/p\text{-value} < 0,05$  dan nilai Z Hitung - 6.235 < Z tabel 1,96 ).

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andarmoyo, Sulisty. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Andriana, (2010). *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Chandra. (2013). *Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesare Di Irina D Blu Rsup Prof. Dr. R. D. Kandou Manado*. Ejurnal keperawatan (e-Kp) Volume 1, Nomor 1 tahun 2013, (Online). Tersedia dalam. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/2169>. Diakses tanggal 02 Mei 2018
- Departemen Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Gant, Norman F & F. Garry Cunningham. (2013). *Dasar-Dasar Genokologi dan Obstetri*. Jakarta: EGC
- Hidayat, Aziz. (2017). *Metode Penelitian keperawatan dan kesehatan*. Jakarta: Selemba Medika
- \_\_\_\_\_. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Selemba Medika
- Hidayat dan Uliyah.(2008). *Ketrampilan Dasar Praktik Klinik Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Hill, R. Y. (2011). *Nursing From The Inside-Out: Living And Nursing From The Highest Point Of Your Consciousness*. London: Jones And Barlett Publishers.
- Indrawati, Ucik. (2017). *Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Kompres Dingin Terhadap Perubahan Persepsi Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Fraktur Di Rsud Jombang*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (Tesis), (Online), Hlm 1-17 Tersedia dalam <http://repository.umsida.ac.id/bitstream/handle/123456789/10822/12.%20NASKAH%20PUBLIKASI.pdf?sequence=12&isAllowed=y>. Diakses tanggal 12 April 2017
- Kurlinawati. 2017. *Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea*. STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan p-ISSN: 2252-3847 Volume 6, Nomor 2 Desember 2017 e-ISSN: 2614-350X, (Online). Tersedia dalam <http://jurnal.strada.ac.id/sjik/index.php/sjik/article/view/6>. Diakses tanggal 11 Agustus 2017.
- Liana, Emmy. (2010). *Teknik Relaksasi Genggam Jari Untuk Keseimbangan*. Tersedia dalam Emosi. <https://www.pembelajar.com/teknik-relaksasi-genggam-jari-untuk-keseimbangan-emosi>. Diakses tanggal 12 April 2017.
- Mochtar, Rustam. (2011). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC
- Notoatmojo S, (2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. (2016). *Metode Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Pinandita, 2012. *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparotomi*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 8, Nomor 1, Februari 2012, (Online). Tersedia dalam <file:///C:/Users/BAMBANG%20COM/Downloads/ipi65820.pdf>. Diakses tanggal 11 Agustus 2017
- Puwahang. (2011). *Jari Jari Tangan Pada Tangan (Diakses 29 Juli 2018)*
- Rasjidi, Imam. (2009). *Manual Seksio Sesarea & Laparotomi Kelainan Adneksa*. Jakarta : CV Sagung Seto
- Rilasadi. 2017. *Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Appendiktomy*, (Skripsi). Tidak dipublikasikan (Online).
- Reeder (2011). *Keperawatan Maternitas : Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Jakarta: ECG
- Sari. 2015. *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea*. Universitas Muhamadiyah Surakarta (Tesis), (Online), Hlm 1-13, Tersedia dalam <https://core.ac.uk/download/pdf/148611792.pdf>. Diakses tanggal 11 Agustus 2017.
- Setyawati. (2016). *"Efektifitas Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang"*. MUSWIL IPEMI Jateng, 17 September 2016 hlm233-239, (Online). Tersedia dalam <https://docplayer.info/69453674-1-2-3-rsud-ajibarang-abstrak.html>. Diakses tanggal 11 Agustus 2017

- Smeltzer & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Dan Suddarth*. Jakarta. Vol 2
- Sofiyah. (2014). “*Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di RSUD Prof. DR. Margono Soekardjo Purwokerto*”. Jurnal Keperawatan ‘Aisiyah, Volume 2, Nomor 1 hlm 63-67, (Online). Tersedia dalam <https://www.scribd.com/document/328761977/1474-pdf>. Diakses tanggal 11 Agustus 2018
- Sumelung. 2014. *Faktor – Faktor Yang Berperan Meningkatkan Angka Kejadian Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Umum Daerah Liun Kendage Tahuna Veibymiaty. Ejournal Keperawatan, Volume 2, Nomor 1 hlm 1-7, (Online). Tersedia dalam file:///C:/Users/BAMBANG%20COM/Downloads/4052-7674-1-SM.pdf. Diakses tanggal 11 Agustus 2017*
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- Sujarweni, Wiratna. (2014). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru
- Wiknjaosastro H, Saifuddin AB, Rachimhadhi T. (2009). *Buku Ajar Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo



## **Penerapan Terapi *Finger Hold* (Genggam Jari) Dengan Media Bola Squishy Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Akut Pasien Dengan Diagnosa Medis Post Sectio Caesarea Di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri**

**Dinamiyanti<sup>1\*</sup>, Susi Erna Wati<sup>1</sup>, Siti Aizah<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi D-III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri

<sup>1</sup>Email Korespondensi: [miyantidina@gmail.com](mailto:miyantidina@gmail.com)

**Diterima:**

7 Agustus 2024

**Dipresentasikan:**

10 Agustus 2024

**Disetujui Terbit:**

08 Oktober 2024

### **ABSTRAK**

Operasi sectio caesarea adalah persalinan yang dilakukan melalui sayatan pada bagian tengah dinding perut bagian bawah atau yang disebut dinding rahim. operasi caesar akan menimbulkan rasa nyeri akibat serabut syaraf yang terputus serta tekanan akibat luka jahitan operasi. Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik berkaitan dengan kerusakan jaringan yang berlangsung kurang dari 3 bulan. Terapi *Finger Hold* merupakan salah satu teknik relaksasi yang menghasilkan sensasi rileks dari dalam tubuh untuk mengatasi nyeri. Tujuan penelitian ini menganalisis tingkat nyeri pada pasien post sectio caesarea sebelum dan sesudah dilakukan terapi *finger hold* dengan media bola squishy. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 responden yang mengalami nyeri akut 6-8 jam pasca persalinan dengan diagnosa medis post sectio caesarea. Analisis skala nyeri pada dua responden menggunakan NRS atau numerical rating scale untuk mengetahui skala nyeri pasien. Pengukuran dilakukan selama 10 menit sebelum dan sesudah dilakukan terapi. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan terdapat penurunan tingkat nyeri pada kedua responden dengan nyeri berat dengan skala nyeri 9 sebelum dilakukan terapi menjadi nyeri ringan dengan skala 2 setelah dilakukan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy. Dapat disimpulkan terapi *finger hold* dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien post op sectio caesarea dengan mendistraksi rasa nyeri pasien saat tubuh pasien dalam keadaan rileks. Diharapkan terapi ini bisa diimplementasikan kepada pasien post SC sebagai alternatif tindakan farmakologis dalam mengatasi rasa nyeri.

**Kata Kunci :** Terapi *Finger Hold*, Nyeri Akut, Post Sectio Caesarea.

### **PENDAHULUAN**

Operasi sectio caesarea adalah persalinan yang dilakukan melalui sayatan pada bagian tengah dinding perut bagian bawah atau lebih tepatnya yang biasa disebut dinding rahim. Tindakan sectio caesarea dilakukan untuk menyelamatkan ibu dan janin yang dikandungnya (Sitorus FE. 2019). Sayatan yang dilakukan pada dinding perut dan uterus untuk melahirkan bayi serta placenta dari operasi caesar akan menimbulkan rasa nyeri (nyeri superfisial) akibat serabut syaraf yang terputus serta tekanan akibat luka jahitan operasi. Post sectio caesarea akan menimbulkan rasa nyeri dan membutuhkan waktu pemulihan yang lebih lama dibandingkan dengan persalinan normal (Morita et al., 2020).

Menurut World Health Organization (WHO, 2021) operasi caesar terus meningkat secara global dan melebihi angka ideal operasi caesar di dunia yang berkisar 10-15%. Operasi caesar meningkat secara drastis dari 7% pada tahun 1990 menjadi 21% saat ini. Jumlah operasi caesar diperkirakan akan terus meningkat hingga 29% dari seluruh kelahiran pada tahun 2030. Selain itu menurut WHO prevalensi sectio caesarea meningkat 15,9% di Asia Tenggara. Sedangkan prevalensi sectio caesarea di Indonesia berdasarkan data dari Kemenkes RI sebanyak 927.000 dari 4.039.000 persalinan. Sehingga jumlah persalinan dengan sectio caesarea di Indonesia mencapai sekitar 30% sampai dengan 80% dari total persalinan (Kemenkes RI, 2020). Jumlah persalinan dengan metode sectio caesarea di Jawa Timur sebanyak 22,36 % dengan Indikasi medis posisi janin melintang atau sungsang 3,46%, kejang 0,11%, perdarahan 2,37%, partus lama 4,98%, ketuban pecah dini 8,37%, lilitan tali pusat 2,82%, placenta previa 0,95%, placenta tertinggal 0,51%, hipertensi 3,56 %, lainnya 6,97% (Riskesdas, 2018). Angka nyeri pada pasien post SC mencapai sebanyak 60% pada ibu post SC yang mengalami nyeri berat, 25% nyeri sedang dan 15% nyeri ringan. (Santoso et.,al, 2022). Jumlah persalinan dengan metode sectio caesarea di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan terdata pada tahun 2021 sebanyak 405, pada tahun 2022 sebanyak 587, pada tahun 2023 sebanyak 572, sedangkan pada tahun 2024 hingga bulan Juni sebanyak 254. (Tim Riset Data Rumah Sakit Muhammadiyah Kota Kediri, 2024).

Sectio Caesarea dilakukan pada ibu antara lain karena kehamilan pada usia lanjut, preeklamsia, eklamsia, riwayat operasi SC, memiliki riwayat penyakit tertentu dan lain-lain. (Kartilah et.,al 2022). Post SC akan menyebabkan ibu hamil setelah melahirkan menahan rasa sakit akibat terputusnya kontinuitas jaringan. Nyeri merupakan fenomena yang dialami manusia yang dipengaruhi oleh interaksi antara emosi, perilaku, kognitif dan faktor sensori fisiologi. Nyeri adalah mekanisme protektif tubuh yang menimbulkan kesadaran terhadap kenyataan bahwa sedang atau akan terjadi kerusakan jaringan (Kemenkes RI, 2022). Nyeri persalinan merupakan perasaan tidak nyaman yang timbul karena disebabkan oleh rangsangan saraf sensorik. Nyeri terdiri dari dua komponen yaitu komponen fisiologis yaitu proses penerimaan impuls ke sistem saraf pusat dan komponen psikologis yang meliputi persepsi sensasi, interpretasi nyeri dan reaksi terhadap nyeri. Akibat dari persalinan sectio caesarea berdampak pada terbatasnya mobilitas ibu, terganggunya aktivitas sehari-hari (ADL), bonding attachment (ikatan emosi) dan inisiasi menyusui dini (IMD) tidak terpenuhi secara optimal yang disebabkan oleh meningkatnya intensitas nyeri saat ibu bergerak. Akibatnya respon ibu terhadap bayinya kurang, sehingga pemberian ASI yang merupakan makanan terbaik bagi bayi dan membawa banyak manfaat bagi bayi dan ibu tidak dapat diberikan secara maksimal (Morita et al., 2020).

Rasa nyeri dapat diatasi dengan penatalaksanaan nyeri untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan klien sampai menuju tingkat kenyamanan. Terdapat dua cara penatalaksanaan nyeri yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Ada beberapa teknik non farmakologis untuk meringankan atau mengurangi rasa nyeri



seperti sentuhan afektif, sentuhan terapeutik, akupresur, relaksasi dan teknik imajinasi, distraksi, hipnosis, kompres dingin atau kompres hangat, stimulasi/massage kutaneus, TENS (transcutaneous electrical nerve stimulation) (Morita et al., 2020). Teknik relaksasi *finger hold* atau genggam jari adalah cara yang mudah untuk mengurangi nyeri dengan mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Titik titik pada tangan memberikan rangsangan secara reflek (spontan) saat menggenggam jari tangan yang membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah tubuh akan mengeluarkan hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri akan berkurang (Nita, Evrianasari et al., 2019). Relaksasi genggam jari akan meningkatkan toleransi terhadap nyeri, membuat nyaman dan rileks sehingga nyeri berkurang sehingga terapi *finger hold* efektif terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post op SC. (Sari et.,al 2020).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi *Finger Hold* Dengan Media Bola Squishy Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Akut Pasien Dengan Diagnosa Medis Post Sectio Caesarea Di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri.”

## METODE

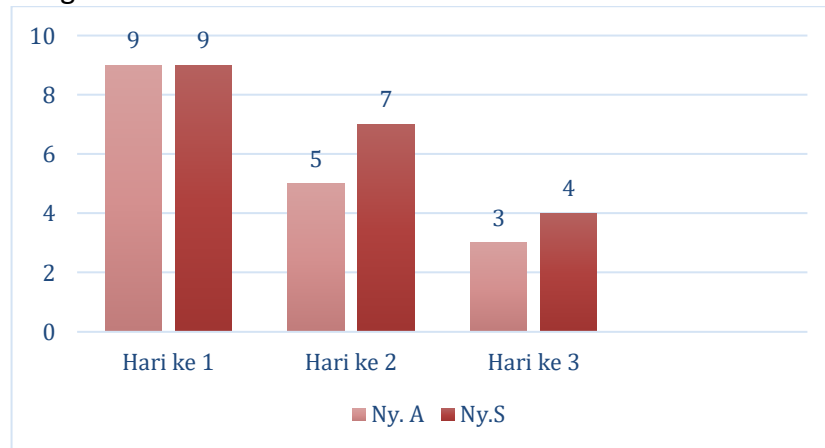
Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat nyeri pada pasien yang mengalami masalah nyeri akut dengan diagnosa medis post sectio caesarea sebelum dan sesudah dilakukan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy. Penelitian ini dilakukan di ruang nifas RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri pada tanggal 21 s.d 26 Juni 2024 3 hari kunjungan tiap pasien. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 responden yang mengalami nyeri akut 6-8 jam pasca persalinan dengan diagnosa medis post sectio caesarea. Pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara, pengukuran NRS, implementasi terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy. Analisis skala nyeri pada dua responden menggunakan NRS atau numerical rating scale untuk mengetahui skala nyeri pasien. Pengukuran dilakukan selama 10 menit sebelum dan sesudah dilakukan terapi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Tingkat Nyeri Setelah Dilakukan Terapi *Finger Hold* (Genggam Jari) Dengan Media Bola Squishy.

No.	Subyek	Hari	Numerik	Tingkat Nyeri
1.	Ny.A	1	9	Berat
		2	5	Sedang
		3	3	Ringan
2.	Ny.S	1	9	Berat
		2	7	Berat
		3	4	Sedang

Selanjutnya untuk memperjelas perbedaan dapat diketahui subyek sebelum pemberian terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy dapat digambarkan sebagai berikut.



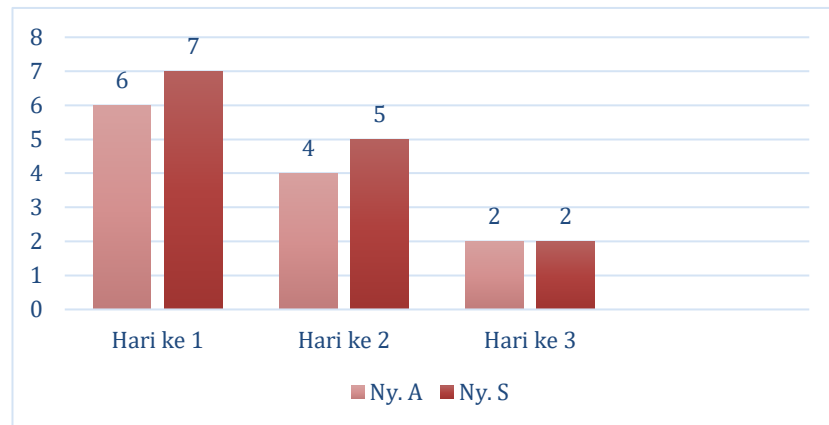
**Diagram 1. Hasil Tingkat Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi *Finger Hold* (Genggam Jari) Dengan Media Bola Squishy.**

Tabel 1 menunjukkan hasil dari tingkat nyeri selama 3 hari pada Ny.A dan Ny.S sebelum diberikan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy. Hari pertama skala nyeri pada Ny.A 9, sedangkan Ny.S skala nyeri 9. Pada hari kedua skala nyeri Ny.A 5, sedangkan Ny.S 7. Pada hari ketiga skala nyeri Ny.A 3, sedangkan skala nyeri Ny.S 4. Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa tingkat nyeri yang dialami klien dalam kategori tingkat nyeri berat sampai nyeri sedang.

**Tabel 2 Hasil Tingkat Nyeri Setelah Dilakukan Terapi *Finger Hold* (Genggam Jari) Dengan Media Bola Squishy.**

No.	Subyek	Hari	Numerik	Tingkat Nyeri
1.	Ny.A	1	6	Sedang
		2	4	Sedang
		3	2	Ringan
2	Ny.S	1	7	Berat
		2	5	Sedang
		3	2	Ringan

Selanjutnya untuk memperjelas perbedaan dapat diketahui subyek sebelum pemberian terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy dapat digambarkan sebagai berikut.



**Diagram 2 Hasil Tingkat Nyeri Setelah Dilakukan Terapi *Finger Hold* (Genggam Jari) Dengan Media Bola Squishy.**

Tabel 2 menunjukkan hasil dari tingkat nyeri selama 3 hari pada Ny.A dan Ny.S setelah diberikan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy. Hari pertama skala nyeri pada Ny.A 6, sedangkan skala nyeri Ny.S 7. Pada hari kedua skala nyeri Ny.A 4, sedangkan pada Ny.S 5. Pada hari ketiga skala nyeri Ny.A 2, begitu pula pada Ny.S skala 2. Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa tingkat nyeri pada Ny.A dan Ny.S mengalami penurunan dalam kategori nyeri sedang hingga nyeri ringan setelah dilakukan penerapan terapi *finger hold*.

Dari hasil penelitian tentang perubahan tingkat nyeri pada klien post SC diperoleh hasil adanya perubahan penurunan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy yaitu pada hari pertama skala nyeri Ny.A 9 setelah mendapatkan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy menjadi skala 6, sedangkan skala nyeri pada Ny.S yang awalnya skala 9 juga mengalami penurunan setelah mendapatkan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy menjadi skala 7. Pada hari kedua dilakukan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy mendapatkan hasil dengan skala nyeri Ny.A yang awalnya skala 5 menurun menjadi skala 4, sedangkan pada Ny.S dari skala 7 menjadi skala 5. Pada hari ketiga skala nyeri Ny.A 3 mengalami penurunan menjadi skala 2 setelah mendapatkan terapi, begitu pula pada Ny.S yang awalnya skala nyeri 4 sebelum dilakukan terapi mengalami penurunan menjadi skala nyeri 2 setelah dilakukan terapi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tasya Atalla Rizky Amalia, Wahyu Nuraisya yang menggunakan metode *case study* menunjukkan adanya perubahan skala nyeri sebelum dilakukan dan setelah dilakukan penerapan terapi *finger hold* (genggam jari) pada pasien post op sectio caesarea hari pertama. Penerapan terapi yang diberikan pada 1 responden yang dilakukan selama 2 hari dengan frekuensi 5 sampai 6 kali dan durasi waktu 20 sampai 30 detik didapatkan hasil terjadinya perubahan penurunan skala nyeri menjadi lebih baik. (Nuraisya, W., & Amalia, T. A.R., 2022).

Penelitian lain yang dilakukan Dini Ika Mawarni, Ika Silvitasari, Panggah Widodo yang menggunakan metode penelitian deskriptif menggunakan

pendekatan studi kasus kepada 2 responden dengan diagnosa post op sectio caesarea, penerapan terapi dilakukan selama 3 hari dengan frekuensi 1 kali sehari dengan durasi waktu 15 menit setelah diberikan terapi *finger hold* (genggam jari) menunjukkan hasil terjadi penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. (Mawarni et al., 2023).

Penelitian lain yang juga dilakukan oleh Triana Dewi Utaminingsih, Rika Agustina, Zuli Misnawati, Puput Sandiana yang menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi dengan diagnosa medis post op sectio caesarea. Rancangan yang digunakan berdasarkan penerapan *edvince based practice* dengan jumlah sampel 2 orang selama 3 hari berturut turut. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini terjadi adanya penurunan skala nyeri dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. (Utaminingsih et al., 2023).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Danar Puspitowati, Eka Widiastuti, Faiq Aji Kurniawan, Tin Utami yang menggunakan metode deskriptif studi kasus pada 1 responden selama kurun waktu 3 hari juga menunjukkan hasil yang signifikan adanya penurunan skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 3. (Puspitowati et al., 2023).

Peneliti juga mendukung teori dari peneliti lain bahwa terapi *finger hold* (genggam jari) dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi yang dapat meredakan nyeri saat tubuh relaksasi. Teknik *finger hold* (genggam jari) dapat menghangatkan titik-titik keluar dan masuknya energi pada median yang terletak pada jari tangan kita, sehingga mampu memberikan rangsangan secara pada saat genggamannya sehingga nyeri berkurang. (Utami et al., 2021).

Pemberian terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy dilakukan sehari 1 kali oleh peneliti dengan durasi waktu 10 menit dan dilakukan oleh responden secara mandiri apabila rasa nyeri pada pasien muncul. Terapi *finger hold* dengan media bola squishy yang lunak akan memudahkan pasien dalam menggenggam jari jari tangan untuk mengatasi nyeri dan akan meningkatkan kenyamanan sehingga mencapai kenyamanan yang optimal.

## KESIMPULAN

Bedasarkan pemaparan studi kasus penelitian yang dilakukan di RS Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri mengenai perubahan tingkat nyeri pada pasien post op sectio caesarea sebelum dilakukan dan setelah dilakukan terapi *finger hold* menunjukkan perubahan tingkat nyeri sebagai berikut:

1. Tingkat nyeri sebelum dilakukan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy pada ny.A dan ny. S pada tingkat nyeri berat.
2. Tingkat nyeri setelah dilakukan terapi *finger hold* (genggam jari) dengan media bola squishy pada ny.A dan ny.S pada tingkat nyeri ringan. Bagian ini dituliskan dalam bentuk deskriptif dan tidak mengandung angka.



## DAFTAR RUJUKAN

- Aswad, A. (2020). *Relaksasi Finger Hold Untuk Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi Appendektomi*. Jambura Health and Sport Journal, 2(1), 1-6.
- Ananta. (2020). Profil RS Muhammadiyah Kediri. <https://fliphtml5.com/yllms/ifdi>. Diakses tanggal 24 Juni 2024
- Fardila Yuliningrum, F. (2023). *Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum Sectio Caesarea: Nyeri Akut dengan Intervensi Genggam Jari* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Kartilah, T., Cahyati, P., Februanti, S., Kusmyati, K., & Kamila, S. (2022). *Gambaran pelaksanaan mobilisasi dini dalam penurunan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea di RSUD Ciamis*. Journal Medika Cendikia, 9(02), 147-155.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Kemenkes RI. [https://www.kemkes.go.id/app\\_asset/file\\_content\\_download/Profil-Kesehatan-Indonesia-2020](https://www.kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/Profil-Kesehatan-Indonesia-2020). Diakses tanggal 25 Oktober 2023
- Kementerian Kesehatan RI. (2022) Manajemen Nyeri [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1052/manajemen-nyeri](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1052/manajemen-nyeri). Diakses tanggal 25 Oktober 2023
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Skala Nyeri Pada Anak Usia Sekolah.Dan Remaja. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/67/skala-nyeri-pada-anak-usia-sekolah-dan-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/67/skala-nyeri-pada-anak-usia-sekolah-dan-remaja) Diakses pada tanggal 1 Juli 2024
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Hasil Utama Risesdas Provinsi Jawa Timur (2018). <https://dinkes.kedirikab.go.id/konten/uu/22033-hasil-risesdas-jatim2018.pdf> Diakses pada tanggal 18 Oktober 2023.
- Mawarni, D. I., Silvitasari, I., & Widodo, P. (2023). *Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea di Ruang Adas Manis RSUD Pandan Arang Boyolali*. Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2(4), 471-482.
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). *Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi*. Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan, 5(2), 106-115.
- Murliana, R., & Tahun, O. D. (2022). *Efektifitas Mobilisasi Dini Terhadap Penyembuhan Luka Sectio Caesarea (Sc) Di Rs Dr. Drajat Prawiranegara (Rsdp)*. Journals Of Ners Community, 13(2), 241-247.
- Narayana, I. (2022). *Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Belimbing Rsud Klungkung*.



- Nita, Evrianasari, dkk. 2019. *Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Postsectio Caesarea*. Jurnal Kebidanan. Vol 5 (1): 86-91
- Nuraisya, W., & Amalia, T. A. R. (2022). *Asuhan Kebidanan Ibu Post SC dengan Teknik Relaksasi Genggam Jari pada Masalah Nyeri Luka Jahitan di RS Amelia Pare-Kediri*. Jurnal Vokasi Kesehatan, 1(2), 59-64.
- Pittara. (2022). Operasi Caesar. <https://www.alodokter.com/operasi-caesar-ini-yang-harus-anda-ketahui>. Diakses tanggal 20 Maret 2023
- Puspitowati, D., Widiastuti, E., Kurniawan, F. A., & Utami, T. (2022). *Analisis Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Ny. W Post Sectio Caesarea Dengan Relaksasi Genggam Jari di Ruang Gayatri RST Wijayakusuma Purwokerto*. Jurnal Pengabdian Mandiri, 1(7), 1155-1162.
- Rachmania, F., Huda, N., & Huriani, E. (2023). *Pengurangan Nyeri dan Cemas dengan Teknik Relaksasi Genggam Jari pada Pasien Pasca Intervensi Koroner Perkutan: Studi Non-randomized Controled Trial*. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, 16(1), 12-21.
- Rosmawati, N., Sulistyowati, P., & Puspasari, F. D. (2022). TA: Literature Review *Asuhan Keperawatan Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Keperawatan Nyeri*.
- RSPAD Gatot Soebroto. (2017) *Draf SPO Teknik Genggam Jari SPO Pemberian Teknik Genggam Jari* <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Undergraduate-5803-DRAF%20SPO%20TEKNIK%20GENGGAM%20JARI.pdf> Diakses tanggal 20 Februari 2024
- Santoso, A. I., Firdaus, A. D., & Mumpuni, R. Y. (2022). *Penurunan skala nyeri pasien post operasi sectio caesarea dengan teknik mobilisasi dini*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada, 11, 97-104.
- Sari, R. F. T., Supriadi B, S. B., & Wijayanti, E. (2020). *Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesaria 6 Jam Di Ruang Mawar Rsud Dr Kanujoso Djatiwibowo Balikpapan Tahun 2020*.
- Santiasari, R. N., Mahayati, L., & Sari, A. D. (2021). *Tekhnik Non Farmakologi Mobilisasi Dini Pada Nyeri Post Sc*. Jurnal Kebidanan, 10(1), 21-28.
- Sitorus FE. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Tindakan Sectio Caesarea Tanpa Indikasi di RSU Sembiring Delitua*. Sumatera Utara: Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)* (Edisi 1). Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia



- Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia
- Utaminingsih, T. D., Agustina, R., Misnawati, Z., & Sandiana, P. (2023). *Pengaruh Kombinasi Genggam Jari dan Aromaterapi Jasmine Terhadap Nyeri Pasien Post Operasi Sectio Caesarea*. *COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 2(12), 3122-3130.
- Utami, A. S., Fajriyah, N. N., & Faradisi, F. (2021, December). Literature Review: Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* (Vol. 1, pp. 1254-1259).
- World Health Organization (WHO). (2021). Angka operasi caesar terus meningkat, di tengah meningkatnya kesenjangan akses, WHO. <https://www.who.int/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access>. Diakses tanggal 16 Oktober 2023
- Wijayanti, E., Ts, R. F., & Supriyadi, B. (2022). *Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien 6 Jam Postoperasi Sectio Caesaria Di Rsud Dr Kanujoso Djatiwibowo Balikpapan Tahun 2020*. *Journal Of Midwifery*, 10(1), 83-90.





# **LOG BOOK**

## **BIMBINGAN KIAN**

NAMA

Ika Nur Sawendah

NIM

41121241055

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD**  
**CILACAP**  
**TAHUN AKADEMIK 2024-2025**

“Orang yang beriman hati mereka tentram dengan mengingat Allah.  
Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram”.

**(QS. Ar-Ra'd : 28)**

“... Ya Tuhanku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan.”

**(QS. Thaahaa : 114)**

“Barangsiapa menempuh jalan untuk menuntut ilmu, maka Allah  
Akan memudahkan baginya jalan menuju surga”

**(HR. Muslim)**

“Allah akan menolong seorang hamba, selama hamba itu  
senantiasa menolong saudaranya”

**(HR. Muslim)**

“Wahai Allah Tuhan manusia, hilangkanlah rasa sakit ini, sembuhkanlah, Engkaulah  
Yang Maha Penyembuh, tidak ada kesembuhan yang sejati kecuali  
kesembuhan yang datang dari-Mu. Yaitu kesembuhan yang tidak meninggalkan  
komplikasi rasa sakit dan penyakit lain”.

**(HR Bukhari dan Muslim)**

## REKAPITULASI KONSULTASI KIANI




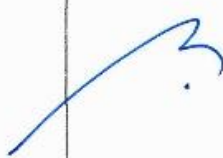


[illegible]

Ketua Program Studi  
Profesi Ners

esi Ners

## LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa :  
 NIM :  
 Judul KIAN :

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
1.	13/5/25	konsul jurnal dan Asker	
2.	14/5/25	konsul jurnal dan Asker	
3.	15/5/25	konsul BAB I, II, III	
4.	19/5/25	konsul BAB III, IV, V, VI - Isilah angket cetak ming - Sistematisa penulisan diperbaiki - Disesuaikan dengan jurnal yang sudah ada - Daftar pustaka diterskapp	
5	20/5 - 2025	Konsul bab 1 - 5 revisi	
6	21/5 - 2025	Acc seminar KIAN	

Pembimbing,





