

Penerapan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri pada Pasien *Pasca Operasi Sectio Caesarea* di Kelurahan Pucangsawit

Desi Nurhidayah¹, Ika Silvitasari²

^{1,2} Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Alamat Kampus: Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, 57146

Korespondensi penulis: Desihnr19@gmail.com

Abstract. Based on Riskesdas, the rate of cesarean delivery in Indonesia is 20-25% in government hospitals and 30-38% in private hospitals. *Sectio Caesarea* section is a non-surgical procedure that will injure tissue, so the mother's complaint after caesarean section surgery is pain. One of the non-pharmacological pain management is finger grip relaxation to describe the results of pain scale measurements with finger grip relaxation. This application uses a case study method with a descriptive design and uses a Numeric Rating Scale (NRS) pain measurement sheet, carried out for 30 minutes and for 2 days. After the application was carried out on 2 respondents, there was a decrease in the pain scale, Mrs. A from a scale of 4 to 3 and Mrs. D from a pain scale of 5 to 3 including the mild category. Finger grip relaxation has an effect on reducing pain scale in patients after *sectio caesarean* section.

Keywords: Finger grip relaxation, Pain, *Sectio caesarea*

Abstrak. Berdasarkan Riskesdas angka persalinan *Cesarea* di Indonesia sebesar 20-25% dirumah sakit pemerintah dan 30-38% dirumah sakit swasta. *Sectio Caesarea* adalah tindakan pembedahan yang akan melukai jaringan, sehingga keluhan ibu pasca operasi *sectio caesarea* adalah nyeri. Penatalaksanaan nyeri salah satunya secara nonfarmakologi yaitu relaksasi genggam jari untuk mendiskripsikan hasil pengukuran skala nyeri dengan relaksasi genggam jari. Penerapan ini menggunakan metode studi kasus dengan desain deskriptif dan menggunakan lembar pengukuran nyeri *Numeric Rating Scale (NRS)*, dilakukan selama 30 menit dan selama 2 hari. Setelah dilakukan penerapan pada 2 responden menunjukkan adanya penurunan skala nyeri, Ny. A dari skala 4 turun menjadi 3 dan Ny. D dari skala nyeri 5 turun menjadi 3 termasuk kategori ringan. Relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *pasca* operasi *sectio caesarea*.

Kata Kunci : Nyeri, Relaksasi genggam jari, *Sectio caesarea*

1. LATAR BELAKANG

Persalinan merupakan proses alami bagi seorang ibu, berupa pengeluaran janin dan plasenta yang cukup (37-42 minggu) melalui jalan lahir. Terdapat dua cara persalinan yaitu dengan pervagina atau secara normal, serta melalui operasi *sectio caesarea*. Metode *Sectio Caesarea* merupakan tindakan pembedahan atau penanganan medis secara *invasive* yang akan melukai jaringan sehingga menimbulkan perubahan fisiologis tubuh dan mempengaruhi organ tubuh lainnya. Pembukaan bagian tubuh ini umumnya dilakukan dengan metode sayatan melalui tindakan operasi. (Utami et al., 2023). Tindakan persalinan secara *sectio caesarea* dilakukan ketika proses persalinan normal tidak memungkinkan karena beresiko terhadap adanya komplikasi medis lainnya yang dapat berdampak pada keselamatan ibu dan bayi (Sekariwati & Rahmawati, 2020).

Menurut Manafe D. dalam Astuti et al. (2023) persalinan dengan *sectio caesarea* menjadi salah satu metode persalinan yang paling sering dipilih, sehingga jumlah tindakan persalinan dengan metode *sectio caesarea* meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan *Global Survey on*

Maternal and perinatal Health tahun 2021 mengungkapkan bahwa 46,1% ibu melahirkan dengan operasi caesar. Survei Kesehatan Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa 17,6% kelahiran dilakukan melalui operasi caesar di Indonesia. Jumlah kelahiran caesar adalah 20-25% dari total jumlah kelahiran terutama di rumah sakit pemerintah, dan sekitar 30-80% di rumah sakit swasta. Prevalensi operasi *caesar* tertinggi sebesar 31,3% terdapat di DKI Jakarta dan terendah sebesar 6,7% di Papua. Khusus di Jawa Tengah, persalinan caesar sebesar 17,1% (Riskesdas Jawa Tengah, 2018).

Nyeri dalam persalinan dengan metode *sectio caesarea*, membuat reaksi fisik psikologis ibu seperti mobilisasi yang terganggu, sulit tidur, tidak nafsu makan, aktivitas terganggu, hingga mengakibatkan *bounding attachment* antara ibu dan bayi sehingga proses menyusui dini tidak maksimal (Tyas & Sadanoer, 2019). Penatalaksanaan nyeri pada ibu *post sectio caesarea* adalah dengan menggunakan teknik farmakologi dan nonfarmakologi. Prosedur secara farmakologi dengan pemberian analgesik, sedangkan secara nonfarmakologi dapat dilakukan dengan teknik distraksi, kompres panas dingin, dan teknik relaksasi seperti terapi relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari merupakan cara yang efektif untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional yang dapat membantu menurunkan nyeri pasca operasi (Indriyanti *et al.*, 2022).

Terapi Relaksasi Genggaman Jari (*Fingerhold*) adalah sebuah metode relaksasi. Memegang secara alami merangsang titik refleksi di tangan. Efektivitas tindakan terapi relaksasi genggam jari terhadap berkurangnya intensitas nyeri pernah dilakukan oleh Hernawati (2023). Penelitian ini dilakukan kepada 30 pasien *post setio caesarea* dengan hasil rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi genggam jari yaitu 5 (sedang). Setelah dilakukan relaksasi genggam jari rata-rata skala nyeri menurun menjadi 3 (ringan). Hal ini menunjukkan adanya penurunan yang signifikan terhadap nyeri *post setio caesarea*, dengan $p\text{ value } 0,000 \leq 0,05$, disimpulkan bahwa ada pengaruh relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pada ibu *post sectio caesarea* (Sutisna *et al.*, 2023).

Penelitian lain juga dilakukan oleh Furry, (2020) terhadap 26 pasien *post setio caesarea* yang mengalami nyeri, sebagian besar skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi genggam jari yaitu 4 (sedang). Setelah dilakukan relaksasi genggam jari. Sebagian besar skala nyeri menurun menjadi 2 (ringan), dan diperoleh hasil nilai $p\text{ value } 0,000$, hal tersebut menunjukkan bahwa adanya perubahan skala nyeri setelah dilakukan relaksasi genggam jari.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan, peneliti melakukan pengamatan di Puskesmas Pucangsawit dengan perolehan data pada tahun 2024 pasien dengan persalinan secara *sectio caesarea* sebanyak 77 orang dari bulan April-Mei. Serta hasil wawancara dengan

bidan di Puskesmas Pucangsawit kepada 2 pasien yang melakukan kontrol luka *post sectio caesarea*. Adapun alasan dilakukannya penelitian di Puskesmas Pucangsawit dikarenakan pasien dengan *sectio caesarea* banyak ditemukan pada Puskesmas tersebut dan diketahui pasien post partum belum pernah diajarkan terapi non farmakologis berupa relaksasi genggam jari berdasarkan hasil wawancara dengan bidan.

Berdasarkan uraian di atas metode teknik relaksasi genggam jari belum pernah digunakan, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan “Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri *Pasca Operasi Sectio Caesarea* di Kelurahan Pucangsawit”.

2. KAJIAN TEORITIS

Sectio caesarea merupakan operasi atau pembedahan dan bentuk terapi pengobatan yang dapat mendatangkan ancaman terhadap integritas tubuh dan jiwa seseorang. Tindakan operasi yang direncanakan dapat menimbulkan respon fisiologi dan psikologi pada pasien (Yulyana et al., 2020). Nyeri merupakan keadaan tidak menyenangkan yang disebabkan karena adanya kerusakan jaringan. Nyeri pada pasien *post operasi* disebabkan oleh rangsangan mekanik luka yang menyebabkan tubuh menghasilkan mediator-mediator kimia nyeri Sugiyanto, (2020). Teknik genggam jari merupakan cara genggam jari-jari tangan menggunakan waktu yang relative singkat. Sensasi yang dirasakan ketika melakukan teknik ini memberikan perasaan nyaman, lebih rileks sehingga mampu membebaskan mental dan fisik dari ketegangan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Wati & Ernawati, 2020). Teknik Relaksasi genggam jari merangsang meridian jari yang meneruskan gelombang ke dalam otak. Mengasilkan implus yang dikirim melalui serabut saraf aferen nonnosiseptor, mengakibatkan pintu gerbang tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Apabila relaksasi dilakukan secara rutin maka hasil yang diharapkan akan lebih baik dengan turunya nyeri yang terjadi (Evrianasari & Yosaria, 2019).

3. METODE PENELITIAN

Rancangan penerapan ini menggunakan metode studi kasus. Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 2 (dua) orang ibu *post sectio Caesarea* dengan nyeri dan tidak tahu cara mengatasinya yang bertempat tinggal di Pucangsawit dengan kriteria inklusi ibu *post sectio caesarea*, skala nyeri 4-6 (sedang), bersedia menjadi responden dan dengan kriteria eksklusif gangguan komunikasi serta verbal dan gangguan pendengaran, tidak mau mengikuti penerapan hingga akhir. Penerapan pemberian teknik relaksasi mengenggam selama 30 menit, dengan masing-masing tangan selama 15 menit dan setiap jari jari selama 3 menit, dilakukan selama 2

hari. Instrument penelitian menggunakan SOP teknik relaksasi genggam jari dan *Numeric Rating Scale* (NRS).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari.

Tabel 1. Hasil skala nyeri sebelum dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Tanggal	Nama	Usia	Skala Nyeri	Keterangan
06/06/24	Ny. A	24 tahun	5	Sedang
06/06/24	Ny. D	31 tahun	6	Sedang

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan Tabel 1 diatas, sebelum dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari didapatkan data bahwa hasil skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Pada Ny. A didapatn hasil skala nyeri 5 dan Ny. D dengan skala nyeri 6, kedua responden termasuk kedalam kategori skala nyeri sedang.

2. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Tabel 2. Hasil skala nyeri sesudah dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari

Tanggal	Nama	Usia	Skala Nyeri	Keterangan
07/06/24	Ny. A	24 tahun	3	Ringan
07/06/24	Ny. D	31 tahun	3	Ringan

Sumber : Data primer, 2024

Berdasarkan Tabel 2 diatas, menunjukkan hasil pengamatan hasil skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) pada Ny A dan Ny D mengalami perubahan sesudah dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari. Dengan hasil Ny. A dengan skala nyeri 3 dan Ny. D skala nyeri 3 kedua responden sama-sama dalam kategori skala nyeri ringan.

3. Perbandingan Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Tabel 3. Perkembangan penerapan relaksasi genggam jari

No	Nama	Tanggal	Jam	Nyeri Sebelum	Jam	Nyeri Sesudah	Keterangan
1.	Ny. A	6 Juni 2024	09.00 WIB	5	09.30 WIB	5	Belum terdapat perubahan pada nyeri responden kategori termasuk nyeri sedang
		6 Juni 2024	12.00 WIB	5	12.30 WIB	5	Belum terdapat perubahan pada nyeri responden kategori termasuk nyeri sedang

2.	Ny. D	7 Juni 2024	08.00 WIB	5	08.30 WIB	4	Terdapat perubahan nyeri sebanyak 1 skor masih dalam kategori nyeri sedang
		7 Juni 2024	13.00 WIB	4	13.30 WIB	3	Terdapat perubahan nyeri sebanyak 1 skor termasuk dalam kategori nyeri ringan
		6 Juni 2024	10.00 WIB	6	10.30 WIB	6	Belum terdapat perubahan pada nyeri responden kategori termasuk nyeri sedang
		6 Juni 2023	13.00 WIB	6	13.30 WIB	6	Belum terdapat perubahan pada nyeri responden kategori termasuk nyeri sedang
		7 Juni 2024	09.00 WIB	6	09.30 WIB	5	Terdapat perubahan nyeri sebanyak 1 skor masih dalam kategori nyeri sedang
		7 Juni 2024	14.00 WIB	5	14.30 WIB	3	Terdapat perubahan nyeri sebanyak 2 skor kategori nyeri ringan

Berdasarkan tabel 3 diatas, penerapan relaksasi genggam jari yang dilakukan selama 2 hari di Pucangsawit. Didapatkan hasil rata-rata penurunan skala nyeri antara kedua responden adalah menurun 1-2 skor. Tabel perkembangan skala nyeri di atas menunjukkan terdapat perbedaan penurunan skala nyeri antara Ny. A dan Ny. D, yang dapat dilihat perbandingannya pada tabel 4.

Tabel 4. Perbandingan Sebelum Sesudah Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Tanggal	Nama	Usia	Sebelum	Sesudah	Keterangan
07/06/24	Ny. A	24 tahun	5	3	Skala nyeri turun 2 skor
07/06/24	Ny. D	31 tahun	6	3	Skala nyeri turun 3 skor

Berdasarkan Tabel 4 diatas, Penerapan Relaksasi Genggam Jari dilakukan selama $\pm$ 30 menit dengan menggenggam jari-jari secara bergantian. Menunjukan penurunan hasil pada Ny. A skala nyeri 5 (sedang) menjadi 3 dengan skala nyeri ringan. Sedangkan Ny. D didapatkan hasil skala nyeri 6 (sedang) menjadi skala nyeri 3 ringan, Perbandingan penurunan intensitas nyeri antara kedua responden berdasarkan data tabel 4 adalah penurunan nyeri diantara kedua responden yaitu 2:3.

PEMBAHASAN

1. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Berdasarkan hasil pengkajian Ny. A berusia 24 tahun, riwayat persalinan Ny. A dengan status P2A0, anak pertama lahir secara caesarea dengan jenis klamin laki-laki, berat badan 2.900 gram. Telah lahir anak kedua, berjenis kelamin Perempuan, berat badan 3.200 gram persalinan secara *caesarea* dengan diagnosa medis *post date*. Setelah dilakukan pengkajian didapatkan hasil skala nyeri sebelum dilakukan relaksasi genggam jari pada Ny. A adalah 5

termasuk dalam nyeri sedang. Ny. D berusia 31 tahun, riwayat persalinan Ny. D dengan status P2A0, anak pertama lahir secara normal berjenis kelamin laki-laki berat badan 3.100 gram dan anak keduanya berjenis kelamin laki-laki lahir dengan berat badan 3.300 gram secara *caesarea* dengan diagnosa medis kelainan letak bayi. Responden mengatakan merasa cemas karena nyeri yang dirasakan setelah operasi *caesarea*. Pengkajian intensitas nyeri yang dilakukan pada Ny. D didapatkan hasil skala nyeri 6 termasuk dalam kategori nyeri sedang. Ny. D saat dilakukan wawancara pengkajian menuturkan telah melakukan mobilisasi dini untuk membantu menurunkan nyeri yang di rasakan pasca operasi.

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 (Hernawati et.al., 2023).

Tindakan prosedur dalam pengukuran nyeri dilakukan menggunakan instrumen *Numeric Rating Scale* (NRS) sebagai alat pengukur intensitas nyeri. Tindakan pengukuran nyeri menggunakan NRS dilakukan dengan mengurutkan tingkat nyeri yang dialami oleh responden dan membantu menentukan langkah penatalaksanaan selanjutnya demi kenyamanan pasien. Cara untuk mengukur intensitas nyeri dengan NRS dapat mengandalkan kemampuan kognitif pasien yang mampu berkomunikasi dengan menyampaikan terkait informasi tentang nyeri dimana 0 (tidak ada nyeri), 1-4 (nyeri ringan), 5-6 (nyeri sedang), 7-10 (nyeri berat).

Nyeri yang terjadi pada ibu post operasi *sectio caesarea* dikarenakan tindakan operasi pembedahan yang mengakibatkan terputusnya kontinuitas jaringan kulit karena adanya insisi pada dinding perut sehingga memunculkan sensasi yang tidak menyenangkan akibat stimulasi saraf sensorik Novita, (2022). Berdasarkan teori yang telah diuraikan dapat di simpulkan bahwa pasien post operasi kecenderungan mengalami nyeri berat akibat adanya luka insisi yang di peroleh dari tindakan pembedahan pengeluaran janin, maupun dari proses hilangnya efek anastesi yang digunakan. Namun derajat nyeri yang di rasakan pasien tergantung dengan keadaan psikologis pasien terhadap repon nyeri yang dirasakan (Desi et al., 2021)

Faktor lain yang mempengaruhi peningkatan nyeri pada pasien pasca operasi *caesarea* diantaranya adalah faktor usia, paritas, pengalaman nyeri sebelumnya dan faktor kecemasan yang dialami pasien sendiri. Kedua responden memiliki usia yang berbeda Ny. A berusia 24 tahun dan Ny. D berusia 31 tahun. Dari penelitian ini didapatkan bahwa Ny. A mengatakan nyeri berada di skala nyeri 5 (sedang) dan Ny. D mengatakan nyeri berada di skala 6 (sedang).

Bahwa bisa dijelaskan usia seseorang bisa mempengaruhi tingkat nyeri. Sejalan dengan penelitian Rohman, (2022) yang menyatakan faktor yang menonjol dalam penurunan nyeri adalah faktor usia, yang mana semakin bertambahnya usia maka bertambah pula penafsiran nyeri yang dirasakan dan usaha untuk mengatasi nyeri tersebut.

Berdasarkan penelitian Syarifah *et.,al* (2019), seseorang yang pernah berhasil mengatasi nyeri pada masa lampau, dan sekarang mengalami nyeri yang sama, maka ia akan lebih mudah mengatasi nyerinya. Pengalaman melahirkan di masa lalu bisa mempengaruhi ambang nyeri seorang ibu. Ibu primipara yang melahirkan anak pertama akan merasakan nyeri yang lebih sakit daripada ibu multipara. Hal ini bisa dipengaruhi karena kematangan psikologis dan juga pengalaman melahirkan dimasa lalu.

Faktor terakhir adalah kecemasan, sesuai dengan pengkajian Ny. D mengatakan bahwa merasa cemas, dengan skala nyeri 6 berbeda dengan Ny. A yang tidak merasa cemas dalam skala nyeri 5. Respon psikologi seorang tidak hanya akan mempengaruhi tingkat kecemasan namun akan mempengaruhi komplikasi selanjutnya. Salah satu komplikasi pada pasien dengan luka SC adalah nyeri Desi *et al*, (2021). Teori tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Noviyanti, (2023) bahwa kecemasan kadang meningkatkan persepsi terhadap nyeri, tetapi nyeri juga menyebabkan perasaan cemas.

2. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sesudah dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Berdasarkan hasil penerapan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari pada dua responden yaitu Ny. A yang berusia 24 tahun dan Ny. D berusia 31 tahun, sama-sama menunjukan adanya penurunan skala nyeri. Didapatkan hasil pada Ny A yang dengan skala nyeri 5 termasuk kategori sedang menjadi 3 termasuk dalam skala nyeri ringan, sedangkan pada responden kedua Ny. D skala nyeri sebelumnya 6 yang termasuk dalam kategori sedang menjadi 3 dengan skala nyeri ringan. Sesuai dengan penerapan yang dilakukan selama 2 hari relaksasi genggam jari berpengaruh dalam menurunkan skala nyeri. Sejalan dengan penelitian Thalib, (2023) “Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Op Sectio Caesarea di RSIA Sitti Khadijah Kota Gorontalo”. Bahwa terdapat pengaruh signifikan dari penerapan relaksasi genggam jari pada pasien post op sectio caesarea dalam perubahan tingkat nyeri.

Manajemen nyeri dapat dilakukan dengan beberapa tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Prosedur non farmakologis dapat dilakukan dengan relaksasi genggam jari untuk menghangatkan titik keluar dan masuknya energi yang ada pada tangan (Evrianasari & Yosaria, 2019). Titik-titik pada tangan akan memberikan refleksi spontan

pada saat jari-jari digenggam, lalu rangsangan tersebut mengalirkan energi ke otak. Rangsangan itu mengalir seperti gelombang kejutan dan listrik ke otak lalu diproses dengan cepat, selanjutnya akan diteruskan menuju syaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan sehingga sumbatan di jalur ebergi menjadi lancer dan nyeri dapat berkurang Norman *et al.*, (2020). Sejalan dengan penelitian Saputra *et al.*, (2019) bahwa teknik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi *caesarea*.

Selain pemberian tindakan relaksasi genggam jari untuk mengurangi nyeri pada pasien yang melakukan *sectio caesarea*, tindakan lain yang dapat dilakukan adalah pemberian analgesik untuk mengurangi nyeri secara farmakologis. Beberapa analgesik yang dapat diberikan pada ibu pasca *sectio caesare* ialah Ibuprofen digunakan sebagai obat tambahan untuk rasa nyeri yang dirasakan pasien jika tidak terlalu berat, umumnya diberikan setelah hari pertama operasi. Asam mefenamat yang diberikan umumnya selama 2-4 hari setelah operasi, tergantung pada lama timbulnya gejala nyeri (Harnis & Murdiani, 2019).

3. Perbandingan Antara Kedua Responden Sebelum dan Sesudah dilakukan Penerapan Relaksasi Genggam Jari

Perbandingan sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi genggam jari. Sebelum dilakukan relaksasi genggam jari antara 2 responden 1:2 walaupun keduanya sama dalam kategori nyeri ringan. Ny. A berusia 24 skala nyeri 5 termasuk dalam nyeri sedang dan menurun setelah pemberian relaksasi genggam jari dengan skala nyeri 3 termasuk kategori nyeri ringan. Sedangkan pada Ny. D skala nyeri 6 dengan kategori sedang menurun dengan skala 3 termasuk nyeri ringan.

Berdasarkan data hasil penerapan relaksasi genggam jari terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri antara 2 responden. Hasil penurunan skala nyeri pada Ny. D lebih signifikan dibandingkan Ny. A. Salah satu faktor lain yang mempengaruhi perbedaan penurunan skala nyeri walaupun telah diberikan tindakan relaksasi genggam jari antara kedua reponden adalah mobilisasi dini yang dilakukan oleh Ny. D. Berdasarkan data hasil pengkajian Ny. D juga melakukan mobilisasi dini untuk menurunkan nyeri. Pemberian teknik relaksasi genggam jari yang diberikan pada kedua responden dapat membantu menurunkan nyeri operasi. namun terdapat perbandingan penurunan nyeri pada Ny. A dan Ny. D dikarenakan Ny. D juga melakukan teknik mobilisasi dini untuk membantu menurunkan skala nyerinya, sehingga perubahan nyeri pada Ny.D lebih signifikan dibandingkan Ny. A.

Pada pemberian tindakan terapi relaksasi genggam jari pada kedua responden, didapat hasil setelah pemberian tindakan pada hari ke empat dimana Ny. A mendapat skor nyeri 5 (nyeri sedang) dan Ny.D mendapat skor nyeri 4 (nyeri sedang). Perbedaan perbandingan antara

kedua skor nyeri tersebut ialah skala 5 dapat diperoleh apabila saat diberikan rangsangan yang berupa sentuhan ibu merasakan sentuhan dan menunjukkan reaksi terhadap sentuhan seperti terdapat tekanan, sedangkan pada skala 4 apabila ibu diberikan rangsangan berupa sentuhan, ibu merasakan bagian tubuh yang disentuh seperti kaku/kram. Panca indra yang paling peka terhadap rasa nyeri persalinan ini biasanya ialah penglihatan, ketika ibu yang melakukan operasi sc menahan nyeri sambil menutup mata maka skala 5 ini dapat ditegakkan apabila ibu bersalin menahan nyeri tetapi masih membuka mata maka skala 4 yang harus ditegakan. Karakteristik lain yang menjadi penentu indikator skala nyeri 5 dan 4 ialah komunikasi yang terganggu. Hal ini dapat ditandai dengan ibu yang masih mampu berkomunikasi dengan baik atau mampu menjawab dengan baik dari setiap pertanyaan singkat yang diajukan skala 4 yang ditegakkan, sedangkan apabila ibu tidak dapat menjawab pertanyaan dan sering kali hanya berfokus pada rasa nyeri dan ketidaknyaman serta dapat menjawab pertanyaan tetapi masih sesuai dengan pernyataan yang ditanyakan maka skala 5 yang ditegakkan (Fitriawati et.al., 2020).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Larasati & Hidayati, (2022) pada penerapan genggam jari pada pasien pasca Operasi *sectio saesarea* menunjukkan adanya pengaruh relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi yang terjadi akibat relaksasi genggaman jari yang meneruskan gelombang ke dalam otak dan dikirim melalui serabut saraf sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Penelitian Jasri et al., (2023) menyatakan bahwa pemberian relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penerapan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Pada Pasien *Pasca Operasi Sectio Caesarea* di Pucangsawit selama 2 hari, dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri pada kedua responden setelah diberikan relaksasi genggam jari, dengan hasil Ny. A skor penurunan skala nyeri 2 dan Ny. D skor penurunan nyeri 3, untuk kategori skala nyeri kedua responden setelah mengalami penurunan yaitu skala nyeri ringan. Dalam penelitian ini terdapat kelemahan yang disebabkan karena keterbatasan penelitian, yaitu : 1) dalam pengambilan dokumentasi penelitian responden sempat merasa khawatir terkait privasi yang dimiliki, tetapi peneliti meyakinkan responden terhadap privasi yang dimiliki bahwa peneliti akan melakukan penelitian dengan menjaga kerahasiaan (*confidentiality*) data dan diri pasien sesuai etik keperawatan dan *informed consent* yang telah disetujui, 2) ada beberapa faktor yang tidak bisa dikendalikan oleh peneliti yaitu aktivitas yang meningkatkan nyeri,

kecemasan dan sosial budaya, 3) pada pelaksanaan tindakan terapi relaksasi genggam jari, terdapat keterbatasan dimana hari post op sc terhadap masing-masing responden berbeda, 4) pada pelaksanaan tindakan, terdapat keterbatasan waktu pengukuran pada salah satu responden. Saran bagi penelitian selanjutnya diharapkan hasil penelitian dapat digunakan sebagai literature tambahan dalam mengontrol atau mengurangi rasa nyeri menggunakan teknik-teknik yang mudah dilakukan.

DAFTAR REFERENSI

- Andriani, D. (2021). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri disminore pada siswi SMP Pondok Pesantren Nurul Muhsinin Desa Punggur. *Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak*, 7(3), 6.
- Ariawan, I. G. G. (2021). Gambaran penanganan nyeri post operasi pada pasien sectio caesarea di ruang IBS RSUD Klungkung. *Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*, 7(3), 1–83.
- Astuti, S. A. P., Nadya, E., Putri, C. Y. N., Veriyani, F., & Handini, R. S. (2023). Pengaruh pijat endorphen terhadap tingkat nyeri pada ibu post partum pasca persalinan sectio caesarea di RSUD Sungai Dareh Kabupaten Dharmasraya 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.56667/jikdi.v3i1.790>
- Ayudita, A. (2023). *Buku Anjar Asuhan Kebidanan Managemmen nyeri persalinan Kala I-IV S1 Kebidanan*. Mahakarya Citra Utama.
- Ekawati, et al. (2022). Penerapan relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri post operasi laparotomi pada pasien kista cokelat bilateral. 14.
- Evrianasari, N., & Yosaria, N. (2019). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri postsectio caesarea. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(1), 86–91. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i1.802>
- Fitriawati, et al. (2020). Perbedaan tingkat nyeri persalinan sebelum dan sesudah terapi acupressure point for location pada ibu bersalin kala 1 di Rumah Sakit Jember Klinik Kabupaten Jember. 7, 34–42. https://jks-fk.ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/98
- Gerald, Y. (2020). Profil persalinan seksio sesarea pada hipertensi dalam kehamilan berdasarkan hasil luaran ibu di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Makassar periode Desember 2018 – November 2019. *Universitas Hasanuddin*, 2(1), 1–9.
- Harnis, & Murdiani. (2019). Frekuensi penggunaan obat analgesik pada pasien pasca bedah sesar di Rumah Sakit Umum Tanjung Pura Kabupaten Langkat periode Januari sampai Juni 2018. 2(2), 51–58.
- Haryani, F., Banyumas, P. Y., Sulistyowati, P., Banyumas, P. Y., Ajiningtiyas, E. S., & Banyumas, P. Y. (2021). Literature review pengaruh teknik relaksasi. 28, 15–24.
- Hernawati, et al. (2023). Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap pasien pasca operasi untuk penurunan nyeri. 8(February), 89–95.

- Indriyanti, S., Sariaty, S., & Ferina. (2022). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea: Evidence based case report. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 751–761.
- Juliathi, N. L. P., Marhaeni, G. A., & Dwi Mahayati, N. M. (2020). Gambaran persalinan dengan sectio caesarea di instalasi gawat darurat kebidanan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal of Midwifery)*, 9(1), 19–27.
- Ningtyas, N. W. R., Manueke, I., & Ainurrahmah, Y. (2023). *Menejemen nyeri* (Vol. 01). PT Media Pustaka Indo.
- Oktaverina, D. I. N. (2020). Pengaruh terapi music klasik terhadap penurunan skala nyeri post operasi sectio caesarea pada ibu nifas di Gema II RS. Dirgahayu Samarinda. *Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur*, 33(1), 1–84.
- Roslina, F. (2021). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea. 7(3), 6.
- Sari, R. F. T. (2020). Efektifitas teknik relaksasi genggam jari (finger hold) terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea 6 jam di ruang Mawar RSUD Dr. Kanujoso Djatiwibowo Balikpapan. *Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur*, 1(1), 1–104.
- Sartika, N. L. P. M. P. (2023). Hubungan antara nyeri luka post SC terhadap motivasi ibu dalam pemberian ASI di RSU Garbmed. *Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*, 1(2), 1–78.
- SDKI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi dan indikator diagnostik (III)*. DPP PPNI.
- Sutisna, E. H., Sukmawati, A., & Mulyani, I. (2023). Pengaruh relaksasi genggam jari terhadap pasien pasca operasi untuk penurunan nyeri sectio caesarea. *Jurnal Asuhan Ibu dan Anak*, 8(2), 89–95. <https://doi.org/10.33867/jaia.v8i2.400>
- Utami, D. W., Widodo, P., & Silvitasari, I. (2023). Penerapan pemberian aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri post sectio caesarea di ruang Adas Manis RSUD Pandan Arang Boyolali. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan*, 2(4), 471–482. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i4.1992>
- Wahyuni, A. K. (2019). Pengaruh teknik relaksasi Benson terhadap penurunan skala nyeri pasien post sectio caesarea di RS Bhayangkara Polda Bengkulu. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu*, 26(1), 1–106.
- Wati, F., & Ernawati, E. (2020). Penurunan skala nyeri pasien post-op appendectomy menggunakan teknik relaksasi genggam jari. *Ners Muda*, 1(3), 200. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6232>
- Yulyana, N., Liansyi, Y., & Savitri, W. (2020). Pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri ibu post operasi sectio caesarea. *Kebidanan Besurek*, 5(1), 36–43.
- Zuhair, M. N. (2021). Hubungan intensitas nyeri dengan status fungsional penderita low back pain (LBP) di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo. *Universitas Hasanuddin*, 1, 11–38.