

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 6 No. 2	Edition: April 2024 – Oktober 2024
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R</a>	
Received : 26 Maret 2024	Revised: -----	Accepted: 02 April 2024

## **PENGARUH TEKNIK RELAKSASI *FINGER HOLD* TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI SECTIO CAESAREA DI RUANG BERSALIN RSU LATERZIA BINJAI**

**Megawati Sinambela<sup>1</sup> ,Vera Wati Tamba<sup>2</sup>**

Institut Kesehatan Deli Husada

Email: [megawatisinambela@gmail.com](mailto:megawatisinambela@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Sectio Caesarea is a way of giving birth to a fetus by making an incision in the uterine wall through the front wall of the abdomen. WHO in 2016 set the average standard for sectio caesarea in a country to be 5-15% per 1000 births in the world. Latin America and the Caribbean region contributed the highest caesarean method rates, namely 40.5%, followed by Europe 25%, Great Britain 20%, Asia 19.2%, Africa 7.3%, Indonesia 15.3% above the standard issued by WHO. At Laterzia Hospital, the number of sectio caesarea deliveries in 2022 was 1058 cases.*

*The purpose of this study was to identify the effect of the finger hold relaxation technique on pain intensity in postoperative sectio caesarea patients in the delivery room of RSU Laterzia in 2023. This research is a quantitative research with a quasi-experimental research design with a one group pretest-posttest design without a control group. The sampling technique uses probability sampling which is taken by purposive sampling with a total sample of 46 respondents. The results of the wilcoxon showed that there was an effect of the finger hold relaxation technique on reducing pain intensity in postoperative sectio caesarea patients ( $p$  value = 0.000 < 0.05). Most of the respondents had a moderate pain scale before the finger hold relaxation technique was carried out, and most had a mild pain scale after the finger hold relaxation technique was carried out, so it can be concluded that the finger hold relaxation technique is effective for reducing pain in postoperative sectio caesarea patients in the delivery room of RSU Laterzia 2023.*

**Keywords:** *finger hold relaxation, pain intensity, sectio caesare*

### **1. PENDAHULUAN**

Pengeluaran janin dapat dilakukan dengan melakukan pembuatan sayatan pada dinding

depan perut ibu yang disebut dengan operasi sectio caesarea. Dalam kebidanan, ini menunjukkan operasi pembedahan yang dirancang untuk menginduksi persalinan dengan

melebarkan rahim dan dinding perut (Nasriani, 2021). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, frekuensi sectio caesarea adalah 15,3%, lebih tinggi dari standar yang ditetapkan WHO. Angka persalinan secara sectio caesarea rumah sakit swasta >30%, di rumah sakit pemerintah 20-25% dari total persalinan. (Pusdatin, 2017). Persalinan sectio caesarea terbanyak di Bali dengan proporsi nasional 30,2% dari 67.385 kelahiran. Kemudian di DKI Jakarta mencapai (27,2%), Kepulauan Riau (24,7%), DI Yogyakarta (20,8%), terendah di Papua 6,7%. Pada tahun 2015 di Provinsi Sumatera Utara sebanyak 6,4% meningkat pesat pada tahun 2016 hingga mencapai 16,1%. Di kota Medan, di RSUD Dr Pirngadi persalinan dengan sectio caesarea pada tahun 2018 sebanyak 290 (31,90%) dari 909 total persalinan, dan meningkat di

tahun 2019 menjadi 437 (55,88%) dari 782 total persalinan, sehingga terjadi peningkatan sebesar 23,98% (Riskasdas, 2018). Di RSUD Latersia total persalinan sectio caesarea tahun 2022 sebanyak 1058 kasus.

## 2. METODE

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan one group pretest - posttest tanpa kelompok pembanding. Sebelum diberikan perlakuan, kelompok terlebih dahulu diukur intensitas nyeri pretest, kemudian dilakukan intervensi sebanyak tiga kali pertemuan lalu diukur intensitas nyeri posttest. Penelitian ini dilakukan di RSUD Latersia Tahun 2023, pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik propability sampling yang diambil secara purposive sampling dengan rumus lemeshow.

## 3. HASIL

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase %
Umur		
20 - 35 tahun	46	100
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>
Pendidikan		
SD	1	2.2
SMP	3	6.5
SMA	31	67.4
Sarjana	11	23.9
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	32	69.6
Bekerja	14	30.4
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>
Nyeri <i>Pretest</i>		
Ringan (2)	7	15.2
Ringan (3)	11	23.9
Sedang (4)	7	15.2
Sedang (5)	13	28.3
Sedang (6)	8	17.4
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>
Nyeri <i>Posttest</i>		

Ringan (1)	11	23.9
Ringan (2)	13	28.3
Ringan (3)	12	26.1
Sedang (4)	8	17.4
Sedang (5)	2	4.3
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>

**Tabel 2** Rata-rata Skala Nyeri

<b>Kelompok</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
<i>Pretest</i>	4,087	1,363
<i>Posttest</i>	2,500	1,169

**Tabel 3** Penurunan Rerata Skala Nyeri *Pretest* dan *Posttest*

		<b>Rank</b>		
		<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>	<b>Sum of Ranks</b>
Nyeri <i>Posttest</i> -	<i>Negative Ranks</i>	46 <sup>a</sup>	23.50	1081.00
Nyeri <i>Pretest</i>	<i>Positive Ranks</i>	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	<i>Ties</i>	0 <sup>c</sup>		
	Total	46		

**Tabel 4** Pengaruh Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Intensitas Nyeri

	<b>Nyeri <i>Pretest</i> - <i>Posttest</i></b>
<b>Z</b>	-6.057 <sup>b</sup>
<b>Asymp. sig (2- tailed)</b>	.000

#### 4. PEMBAHASAN

##### a. Intensitas Nyeri *Pretest*

Sebelum diajarkan teknik relaksasi *finger hold*, terlebih dahulu dilakukan pengukuran skala nyeri (*nyeri pretest*) dengan hasil yang paling dominan ialah nyeri sedang sebanyak 28 responden (60,9%), dan paling sedikit nyeri ringan berjumlah 18 responden (39,1%). Nyeri adalah perasaan tidak nyaman baik nyeri ringan, sedang hingga berat. International Association for the Study of Pain mendefinisikan nyeri sebagai sebuah pengalaman emosional yang tidak nyaman dikarenakan

adanya kerusakan jaringan pada organ tubuh. Juga dapat disebabkan oleh cedera, salah satunya adalah nyeri setelah dilakukans pembedahan yang menyebabkan perubahan secara berkelanjutan pada jaringan tubuh (Amran, 2019)

Nyeri pasca pembedahan *sectio caesarea* sebenarnya merupakan hal yang wajar karena dinding perut dan dinding rahim melalui insisi. Pada selama operasi, pasien menerima anestesi sehingga tidak merasakan sakit selama operasi. Namun, saat operasi *sectio* selesai dan pasien mulai bangun, pasien mulai merasakan

nyeri. Dalam penelitian ini pengukuran skala nyeri pretest dilakukan pada hari kedua pasca operasi sectio caesarea, saat pasien diruang rawatan biasa. Penelitian ini lebih didominasi oleh intensitas nyeri sedang, digambarkan oleh pasien yang dapat mendesis, meringis, mendeskripsikan nyeri mulai dari penyebab nyeri, kualitas nyeri, tingkat keparahan, lokasi nyeri, waktu munculnya nyeri serta berapa lama nyerinya muncul, dan pasien juga dapat mengikuti arahan dengan baik.

Menurut peneliti, nyeri merupakan bentuk ketidaknyamanan baik sensorik maupun emosional yang tidak menyenangkan dimana ketidaknyamanan ini dapat diakibatkan oleh berbagai hal, misalnya setelah terjadi kerusakan jaringan tubuh, seperti kerusakan dinding perut yang dilakukan insisi untuk persalinan secara sectio caesarea terdapat kerusakan jaringan ringan, sedang hingga berat yang menyebabkan seseorang berusaha untuk menghilangkan ketidaknyamanan tersebut. Dalam hal ini yang menjadi responden adalah pasien dengan nyeri ringan hingga sedang. Selama dalam perawatan, pasien hanya mengunggu diberikan terapi farmakologis padahal obat memiliki jam dan dosis pemberian. Maka dari itu pasien membutuhkan terapi non farmakologis yang bisa dilakukan

sesuai keinginan atau kapanpun membutuhkannya.

Pada penelitian ini usia yang menjadi kriteria responden adalah wanita yang pertama kali hamil dan melahirkan secara sectio caesarea pertama kali diusia 20-35 tahun, dimana pada range usia 20-35 tahun Wanita sudah dewasa atau sehat, usia reproduksi dan merupakan batas usia yang dianjurkan bagi wanita untuk hamil dan melahirkan karena sudah siap secara fisik dan mental. Usia <20 tahun dan >35 tahun merupakan usia dengan risiko tinggi untuk hamil serta melahirkan. Di usia reproduksi ini Ibu juga akan lebih mudah memahami dan mengikuti teknik relaksasi genggam jari yang diajarkan untuk mengontrol nyeri. Menurut Perry (2012) usia juga mempengaruhi kepekaan saat nyeri terjadi, terutama pada anak-anak dan orang dewasa. Berdasarkan tingkat pendidikan, SMA paling dominan dengan 31 responden (67,4%). Salah satu faktor yang mempengaruhi teknik relaksasi untuk mengontrol intensitas nyeri adalah pola hidup yang sangat bergantung pada taraf pendidikan, semakin tinggi taraf pendidikan seseorang maka akan diikuti perilaku yang meningkatkan kesehatannya, demikian pula sebaliknya.

Berdasarkan pekerjaan mayoritas tidak bekerja atau bekerja dirumah sebagai IRT sebanyak 32 responden (69,6%). Novita (2022) Pekerjaan

memegang peranan sangat penting dalam status kesehatan setiap orang. Pasien yang memiliki stres emosional tampaknya memiliki risiko efek samping pasca operasi yang lebih besar.

### **b. Intensitas Nyeri Posttest**

Sesudah diajarkan dan dilakukan teknik relaksasi finger hold sebanyak tiga kali pertemuan pada hari kedua post operasi sectio caesarea maka didapat intensitas nyeri yang paling dominan adalah intensitas nyeri ringan sebanyak 36 responden (78,3%). Terdapat perbedaan skala nyeri pretest dan posttest. Tujuan relaksasi cengkeraman jari ini adalah untuk meningkatkan daya tahan terhadap rasa sakit, sehingga nyeri dapat dikontrol, pasien merasa nyaman, rileks, ketegangan tubuh dapat berkurang hingga intensitas nyeri juga dapat menurun. Respons relaksasi adalah bagian dari penurunan perilaku psikologis, fisiologis, dan rangsangan secara umum. Proses relaksasi juga melibatkan pengurangan rangsangan yang menyakitkan.

Menurut peneliti, teknik relaksasi finger hold ini adalah salah satu cara pengurangan rasa nyeri dengan melakukan genggam pada ibu jari dan pengaturan teknik nafas pelan dan dalam yang sangat sederhana, mudah dilaksanakan, mudah dipahami dan

dipraktekkan kapanpun pasien menginginkannya. Setelah diajarkan teknik relaksasi finger hold, pasien dapat lebih relaks karena dapat mengendalikan/mengembangkan emosinya. Saat tubuh dalam keadaan rileks, otot-otot tubuh akan mengendur kemudian kecemasan juga berkurang, intensitas nyeri menurun. Sehingga Pasien yang awalnya enggan untuk bergerak, setelah diajarkan teknik relaksasi finger hold menjadi lebih percaya diri untuk melakukan mobilisasi atau belajar berjalan perlahan bangun dari tempat tidur, pergi ke toilet dan belajar menyusui bayinya.

### **c. Pengaruh Relaksasi Finger Hold Terhadap Intensitas Nyeri**

Berdasarkan perhitungan uji statistik yang dilakukan terhadap 46 responden dengan menggunakan uji wilcoxon maka didapatkan hasil nilai asymp. Sig (2-tailed) = 0,000. Karena  $0,000 < \alpha 0,05$  maka ada perbedaan skala nyeri pretest dan posttest, dapat ditarik kesimpulan ada pengaruh teknik relaksasi finger hold terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di ruang bersalin RSU Latersia.

Maka disimpulkan bahwa intervensi teknik relaksasi finger hold efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarea hari kedua diruang keperawatan.

Setelah diajarkan dan melakukan relaksasi finger hold sebanyak tiga kali pertemuan, nyeri berkurang. Teknik relaksasi finger hold ini melepaskan ketegangan mental dan fisik serta stres untuk meningkatkan ketahanan terhadap rasa nyeri. Teknik relaksasi finger hold adalah salah satu cara untuk mengurangi stimulus terhadap rasa nyeri dengan cara mengistirahatkan atau mengendurkan otot-otot tubuh. Teknik relaksasi finger hold membantu pikiran, jiwa, serta tubuh untuk rileks. Saat dalam keadaan rileks, tubuh akan secara alami dirangsang untuk melepaskan endorfin. Hormon inilah yang meredakan rasa nyeri pada tubuh secara alami, hingga rasa nyeri dapat berkurang dan tubuh terasa nyaman dan relaks. Hal ini mengacu pada aksi finger hold di ujung ibu jari, karena setiap ujung jari merupakan saluran keluar serta masuknya energi yang berhubungan dengan organ tubuh dan emosi. Teknik relaksasi finger hold juga memungkinkan emosi dikendalikan dan dipulihkan, menyebabkan tubuh rileks sehingga rangsangan nyeri terhalang dan nyeri menurun.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Wijayanti (2020) terhadap 32 responden dengan menggambarkan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi genggaman pada ibu jari, dimana nyeri yang paling

dominan adalah nyeri sedang dan minimal dengan nyeri berat. Sesudah dilakukan intervensi teknik relaksasi finger hold, intensitas nyeri berkurang. Perbedaan skala nyeri responden berhubungan dengan persepsi individu terhadap penilaian rasa nyeri itu sendiri. Rata-rata rasa nyeri pada pasien mulai meningkat setelah efek anestesi berhenti 6 jam setelah operasi.

Hasil ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nikmathul (2020) tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Genggaman Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu Post Operasi Caesar Di RSUD DR.M.M Dunda Limboto. Ditunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari berpengaruh signifikan terhadap perubahan skala nyeri. pada ibu post sectio caesar dilihat dari P-value = 0,000 ( $p\text{-value} < \alpha 0,05$ ). Skala nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam pada ibu jari lebih tinggi dibandingkan skala nyeri setelah dilakukan teknik relaksasi genggam pada ibu jari, keduanya menunjukkan tingkat nyeri yang berbeda. Sebelum dilakukan teknik relaksasi genggaman dengan ibu jari, pasien merasakan nyeri berat dengan skala nyeri 7-9. Dalam hasil penelitian ini, tingkat nyeri yang dirasakan klien berubah sesuai dengan tindakan efektif teknik relaksasi genggaman jari.

Penelitian yang dilakukan oleh Ayuningtyas (2019) tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarea disimpulkan bahwa teknik relaksasi genggam jari berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarea di ruang rawatan kebidanan RSUD Pariaman dengan nilai ( $p$ -value =  $0,000 < 0,05$ ). Pada studi ini menemukan bahwa teknik finger hold terbukti dapat membantu pasien dalam mengurangi nyeri pasca operasi sectio caesarea. Diketahui dari kelompok yang diajarkan dan diberikan perlakuan terbukti semakin lama pasien merasakan penurunan nyeri karena teknik relaksasi yang dilakukan pasien dapat menghambat stimulus nyeri ke otak.

Menurut peneliti, teknik relaksasi finger hold sangat berpengaruh untuk menurunkan intensitas nyeri karena pada teknik ini dilakukan genggam jari dan pengaturan nafas yang dalam sehingga bisa lebih relaks. Di sepanjang jari-jari terdapat saluran energi yang terhubung dengan berbagai organ tubuh serta emosi. Oleh karena itu, memegang jari sambil menarik napas dalam dan perlahan dapat mempercepat aliran energi emosi dan emosi serta membantu mengendalikan dan menyembuhkan fisik. Ketika

memejamkan mata, menggenggam tangan, dan bernafas dalam dan pelan, pasien diberikan sugesti atau afirmasi positif untuk ditanamkan dalam diri masing-masing. Pasien diajarkan menarik nafas pelan dan dalam untuk menghirup energi positif dan menghembuskan nafas perlahan untuk membuang energi negatif pada saat teknik relaksasi.

## **5. KESIMPULAN**

Dari penelitian yang dilakukan di RSUD Latersia dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik relaksasi finger hold terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarea hari kedua. Hal ini terjadi karena teknik relaksasi genggam jari dapat mencegah rangsangan nyeri ke otak, sehingga mengurangi nyeri yang dirasakan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amran et al. (2019). Pengaruh Pelatihan Manajemen Nyeri terhadap Peningkatan Kompetensi Perawat. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2)
- Ayuningtyas, 2019. Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Bidan Komunitas Vol. III No. 2*
- International Association for the Study of Pain (IASP). 2017. *Pain Terms*. IASP.

- Nasriani, 2021. Penerapan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Pasca Operasi Seksio Sesarea Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas. *Alauddin Scientific Journal of Nursing, 2021, 2(1)*
- Nikmathul, Rizky. (2020). Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu Post Seksio Sesarea di RSUD DR.M.M Dunda Limboto. *Jurnal Ilmiah Media Publikasi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi. Volume 9 nomor 2 tahun 2020.*
- Novita, Nesi. 2022. Pengaruh Teknik Benson Relaxation Terhadapintensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesareadi RSUD Dr. H.M. Rabain Muara Enim. (JPP) *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang Vol. 17, No. 1*
- Perry, P. &., 2010. Fundamental Of Nursing: Consep, Proses and Practice Edisi 7. Vol. 3. Jakarta: EGC.*
- Rekam Medis RSU Latersia Binjai Tahun 2022-2023
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Persalinan Bedah Sectio Caesarea. Badan Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kemetrian Kesehatan.
- Wijayanti, 2020. Effektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeripada Pasien 6 Jam Postoperasi Sectio Caesaria Di Rsud Dr Kanujoso Djatiwibowo Balikpapan Tahun 2020. *Journal Of Midwifery Vol. 10 No. 1*