



## PENGARUH TEHNIK RELAKSASI GENGGAM JARI TERHADAP PERUBAHAN SKALA NYERI PADA IBU POST SEKSIO SESAREA DI RSUD DR.M.M DUNDA LIMBOTO

<sup>1</sup>Rizky Nikmathul Husna Ali, <sup>2</sup>Fatmah Zakaria, <sup>3</sup>Sintia Tilahunga,.

<sup>1,2,3</sup>Program Studi DIV Bidan Pendidik Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Gorontalo

Gorontalo, Jl. Prof Dr. Mansoer Pateda Pentadio Timur Gorontalo, Indonesia 96212

<sup>1</sup>rizkynikmathulali@umgo.ac.id, <sup>2</sup>fatmahzakaria@umgo.ac.id, <sup>3</sup>sintiatilehunga@email.com

### **Abstract**

*This study aims to determine the effect of finger gripping relaxation technique on changes in scale of pain in the mother of post sectio Caesarea. The design of this study was observational analytic with a pre-experimental approach with the design of one group pretest and posttest design. With a total population of 282 people. To determine the sample is using the Arikunto formula, so that the sample was 28 people. Data collection is done by giving a questionnaire. The results of the study based on bivariate analysis using the Wilcoxon test obtained a P value for self-care that is 0,000 where  $P = \text{value} < \alpha 0,05$  showed an association of the effect of Finger Grip Relaxation Technique on Changes in Scale of Pain in Post Sectio Saesarea Hospital Dr. M.M Dunda Limboto. Patients are advised to maintain behavior that supports finger-held relaxation techniques so that the incidence of postoperative pain can be prevented.*

**Keywords :** Sectio Caesarea, Finger Handheld Relaxation

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu Post Section Saesarea. Desain penelitian ini adalah *observasional analitik* dengan pendekatan *pre eksperimen* dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Sampel sejumlah 28 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner. Hasil penelitian berdasarkan analisa bivariat yang menggunakan uji *Chi Square Test*

---

---

diperoleh nilai  $P$  untuk perawatan mandiri yaitu 0,000 dimana  $Pvalue < \alpha$  0,05 yang menunjukkan adanya hubungan Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu Post Section Saesarea Di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto. Disarankan kepada pasien untuk mempertahankan perilaku yang mendukung Teknik Relaksasi Genggam Jari supaya kejadian nyeri paska operasi dapat dicegah.

**Kata Kunci:** *section caesarea*, Relaksasi Genggam Jari

## PENDAHULUAN

*Sectio caesarea* adalah sebuah bentuk melahirkan anak dengan melakukan sebuah irisan pembedahan yang menembus abdomen seorang ibu (*laparotomi*) dan uterus (*histerotomi*) untuk mengeluarkan satu bayi atau lebih, yang disebabkan karena adanya kelainan gaya ekspulsif, kelainan tulang panggul ibu, kelainan persentasi, posisi atau perkembangan janin dan kelaian jaringan lunak saluran reproduksi yang membentuk penghalang bagi turunnya janin (Dewi Y dalam Hastuti, 2015).

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO). China menduduki urutan pertama sebagai negara dengan tingkat bedah *caesar*

sampai 46%. Sebuah studi *American Journal of Obstetrics and Gynecology* bekerja sama dengan konsorsium *safe labor*. Berdasarkan data dari 19 rumah sakit, sebanyak 30,5% dari semua kelahiran dilakukan melalui operasi *caesar*. Sedangkan menurut RISKESDAS tahun 2013 tingkat persalinan *sectio caesarea* di Indonesia sudah melewati batas maksimal standar WHO dan peningkatan ini merupakan masalah kesehatan masyarakat (*public health*). Tingkat persalinan *sectio caesarea* di Indonesia 15,3% sampel dari 20.591 ibu yang melahirkan pada kurun 5 tahun terakhir disurvey dari 33 provinsi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, (2016) menunjukkan pada kelompok *control* sebelum dilakukan

---

---

perlakuan sebagian besar dengan tingkat kecemasan ringan dan setelah dilakukan perlakuan sebagian besar dengan tingkat kecemasan ringan dan sedang. Pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan pemberian tehnik relaksasi genggam jari, sebagian besar dengan tingkat kecemasan ringan dan sedang dan setelah perlakuan sebagian besar pasien dengan tingkat kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan.

Menurut Hadiyah, (2016) dapat diketahui bahwa nilai rata-rata nyeri pada ibu post operasi *section caesarea* sebelum dilakukan tehnik relaksasi genggam jari adalah 7,09% dan menurun setelah dilakukan tehnik relaksasi genggam jari menjadi 5,63%. Dapat diketahui pula bahwa semua nyeri pada post operasi *section caesarea* sebelum dilakukan tehnik relaksasi genggam jari adalah nyeri berat sebanyak 10 responden atau 90,9% dan sesudah dilakukan tehnik relaksasi genggam jari semuanya mengalami nyeri sedang sebanyak 11 responden atau 100%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto, didapatkan informasi bahwa jumlah pasien operasi *sectio caesarea* pada tahun 2014 tercatat sebanyak 478 (45%) pasien, sedangkan pada tahun 2015 sebanyak 709 (65%) pasien, pada tahun 2016 sebanyak 949 (85%) pasien sedangkan pada tahun 2017 berjumlah 649 (54%) pasien dan pada 6 bulan terakhir tahun 2018 tercatat sebanyak 282 (30%) pasien. data tersebut menunjukkan bahwa setiap tahunnya angka persalinan dengan tindakan *sectio caesarea* meningkat (RSUD MM Dunda Limboto, 2018).

Hasil observasi awal peneliti di ruang nifas RSUD Dr. M.M Dunda Limboto. Melalui wawancara dengan tenaga kesehatan bahwa belum diterapkannya metode non farmakologis tentang tehnik relaksasi genggam jari untuk mengurangi skala nyeri pada pasien post operasi *section caesarea*. Karena mereka belum mendengar tehnik relaksasi genggam jari yang dapat

---

---

menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi *section caesarea*.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merasa terdorong untuk meneliti tentang pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea di RSUD Dr. MM.Dunda Limboto.

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu *pre experimental* dengan *the one group pretest-posttest*. *Pre experimental design* ini belum merupakan eksperimen sungguhan. Dalam desain ini, masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya *variable dependent*. Sehingga hasil dari eksperimen yang merupakan *variable dependen* itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh *variable independent*. Sedangkan *one group pretest-posttest* pada desain ini dilakukan pre tes untuk mengetahui keadaan awal subjek sebelum diberi perlakuan sehingga

peneliti dapat mengetahui kondisi subjek yang diteliti sebelum atau sesudah diberi perlakuan yang hasilnya dapat dibandingkan atau dilihat perubahannya (Setiawan & Prasetyo, 2015).

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dan dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Hidayat, 2010). Populasi yang diteliti adalah ibu post sectio caesarea di RSUD MM Dunda pada 6 bulan terakhir tahun 2018 berjumlah 282 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiono, 2017). Sampel dalam penelitian ini adalah ibu post secto caesareayang ada di ruangan nifas RSUD Dr. M.M Dunda Limboto. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian yaitu *accidental sampling*. Menurut (Sugiono, 2017). *Accidental sampling* yaitu pengambilan sampel yang di lakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia,

serta sampel dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria inklusi.

1. Kriteria Inklusi

- a. Ibu post *sectio caesarea* yang berada di RSUD MM Dunda Limboto.
- b. Ibu post *sectio caesarea* hari ke-1
- c. Bersedia menjadi responden
- d. Ibu yang tidak memiliki riwayat penyakit kronik

2. Kriteria Eksklusi

- a. Ibu post *sectio caesarea* yang berada di luar RSUD MM Dunda Limboto.
- b. Tidak bersedia menjadi responden.
- c. Ibu yang memiliki riwayat penyakit kronik

Variabel adalah karakteristik yang dimiliki oleh subjek yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok tersebut, yang merupakan variable *independent* (bebas) adalah relaksasi genggam jari, sedangkan variable dependent (terikat) adalah perubahan skala nyeri post *sectio caesarea*. Pengumpulan data dan analisis data sebagai berikut :

- a. Instrument penelitian ini adalah kuisioner.

- b. Lokasi penelitian dilakukan di ruang nifas, rumah sakit Dr. M.M Dunda Limboto. Penelitian telah dilakukan selama bulan Oktober tahun 2018. Analisis data yang digunakan adalah analisis Univariat dan Bivariat dengan uji statistic wlicoxon.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia dan tingkat pendidikan responden yang dilakukan pengelompokan sebagai berikut :

**Tabel 1 Karakteristik Responden**

Karakteristik Sampel	n	%
<b>Usia (Tahun)</b>		
<20	3	10,7
20-35	12	42,9
>35	13	46,4
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>
<b>Pendidikan</b>		
Dasar	15	53,6
Tinggi	13	46,4
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>
<b>Paritas</b>		
Primipara (≤1)	9	32,1
Multipara (2-4)	19	67,9
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer Tahun  
2018

Tabel diatas menunjukkan dari semua jumlah responden, yaitu sebanyak 13 orang (46,5%) berusia >35 tahun, sebanyak 9 orang (32,1%) yang memiliki tingkat pendidikan SMP, dan sebanyak 19 orang (67,9%) responden memiliki jumlah paritas 2-4 kali kelahiran (Multipara).

### Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini adalah untuk melihat perubahan skala nyeri pada ibu *post section caesarea* sebelum dan sesudah melakukan tehnik relaksasi genggam jari.

1. Distribusi responden berdasarkan perubahan skala nyeri pada ibu *post section caesarea* melakukan tehnik relaksasi genggam jari.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu *Post Section Caesarea*

	Sebelum Tehnik Genggam Jari.	Melakukan Relaksasi
Perubahan Skala Nyeri	n	%
Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	0	0
Nyeri Berat	28	100
Total	28	100

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum melakukan tehnik relaksasi genggam jarisemuaibu *post section caesarea* merasakan nyeri berat yaitu sebanyak 28orang(100%).

2. Distribusi responden berdasarkan perubahan skala nyeri pada ibu *post section caesarea* sudah melakukan tehnik relaksasi genggam jari.

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu *Post Section Caesarea* Sesudah Melakukan Tehnik Relaksasi Genggam Jari.

Perubahan Skala Nyeri	n	%
--------------------------	---	---

Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	17	60,7
Nyeri Berat	11	39,3
Total	28	100

Sumber : Data Primer 2017

Tabel 3 menunjukkan bahwa sesudah melakukan tehnik relaksasi genggam jari semua ibu *post section caesarea* merasakan nyeri sedang yaitu sebanyak 17 orang (60,7%) dan yang merasakan nyeri berat sebanyak 11 orang (39,3%).

### Analisis Bivariat

1. Pengaruh tehnik relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada ibu *post sectio caesarea* RSUD Prof Dr. M.M Dunda Limboto.

Tabel 4 Distribusi Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Tehnik Relaksasi genggam jari

Variabel	Sebelum		Sesudah	
	n	Persen tasi (%)	N	Persent asi (%)
Nyeri Ringan	0	0	0	0
Nyeri Sedang	17	60,7	17	60,7
Nyeri Berat	11	39,3	11	39,3
Total	28	100	28	100

Variabel	Sebelum		Sesudah	
	n	Persen tasi (%)	N	Persent asi (%)
Nyeri Ringan	0	0	0	0
Nyeri Sedang	17	60,7	17	60,7
Nyeri Berat	11	39,3	11	39,3
Total	28	100	28	100

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi relaksasi genggam jari, seluruh responden mengalami nyeri berat yaitu sebanyak 28 orang (100%) dan setelah melakukan tehnik relaksasi genggam jari, dari semua responden yaitu sebanyak 17 orang (60,7%) yang mengalami perubahan dari nyeri berat menjadi nyeri sedang.

Tabel 5 Analisis Pengaruh Tehnik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* RSUD Prof Dr. M.M Dunda Limboto

Skala Nyeri	<i>P-value</i>	N
Sebelum Melakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari	0,000	28
Sesudah Melakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari		

*Sumber : Olahan Data Primer 2018*

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan teknik relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada ibu *post sectio caesarea* RSUD Prof Dr. M.M Dunda Limbotodilihat dari nilai  $Pvalue=0,000$  ( $Pvalue < \alpha 0,05$ ) dalam hal ini  $H_a$  diterima,  $H_0$  ditolak.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan sebelum melakukan teknik relaksasi genggam jarisemuaibu *post section caesarea* merasakan nyeri berat yaitu sebanyak 28orang(100%). Hal ini dikarenakan oleh banyak faktor salah satunya adalah perhatian responden terhadap nyeridengan

cara responden tidak melakukan tehnik apapun untuk mengurangi nyerinya dan kurangnya dukungan keluarga seperti keluarga jarang menemani ketika pasien mengeluh nyeri dengan meninggalkan pasien diruangan sendiri serta hanya fokus pada bayi pasien.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan 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.

### Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu *Post Section Caesarea* Sesudah Melakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari.

Hasil penelitian menunjukkan sesudah melakukan teknik relaksasi genggam jarisemuaibu *post section caesarea* merasakan nyeri sedang yaitu sebanyak 17orang(60,7%) dan yang merasakan nyeri berat sebanyak

---

11 orang (39,3%). Hasil penelitian menggambarkan tingkat nyeri pasien cenderung berubah dari berat menjadi sedang atau menurun. Hal ini memberikan informasi bahwa tehnik relaksasi genggam jari mampu memberikan efek yaitu menurunkan tingkat nyeri.

Berdasarkan uraian diatas, maka, dapat disimpulkan bahwa jika tehnik relaksasi genggam jari dilakukan secara benar maka akan menimbulkan penurunan nyeri yang dirasakan sangat berkurang/optimal dan pasien sudah merasa nyaman dibanding sebelumnya, sebaliknya jika tehnik relaksasi nafas dalam dilakukan dengan tidak benar, maka nyeri yang dirasakan sedikit berkurang namun masih terasa nyeri dan pasien merasa tidak nyaman dengan keadaannya. Hal ini dapat mempengaruhi intensitas nyeri, karena jika tehnik relaksasi nafas dalam yang dilakukan secara berulang akan dapat menimbulkan rasa nyaman yang pada akhirnya akan meningkatkan toleransi persepsi dalam menurunkan rasa nyeri yang dialami. Jika seseorang

mampu meningkatkan toleransinya terhadap nyeri maka seseorang akan mampu beradaptasi dengan nyeri, dan juga akan memiliki pertahanan diri yang baik pula.

### **Pengaruh Tehnik Relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada ibu post section caesarea RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tehnik relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada ibu *post section caesarea* RSUD Dr. M.M Dunda Limbotodilihat dari nilai  $p$   $value=0,000$  ( $Pvalue < \alpha 0,05$ ) dalam hal ini  $H_a$  diterima,  $H_0$  ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka dapat dilihat bahwa skala nyeri sebelum dilakukan tehnik relaksasi genggam jari lebih tinggi dari skala nyeri sesudah relaksasi tehnik genggam jari. Hasil dari perbedaan tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan secara signifikan antara hasil sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan melihat hasil

---

---

penelitian maka berarti keduanya berada dalam tingkatan yang berbeda. Sebelum dilakukan tehnik relaksasi genggam jari semua pasien masih merasakan nyeri berat. Adapun nilai yang menunjukkan skala berat adalah 7-9. Adanya perbedaan nilai rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan tehnik relaksasi genggam jari menunjukkan bahwa terdapat perubahan nyeri. Dalam hal ini, tingkat nyeri yang dirasakan pasien berubah sesuai dengan efektifnya tindakan tersebut. Artinya, pasien benar-benar melakukan genggam jari sesuai dengan SOP yang telah diajarkan dan mengulanginya secara mandiri karena berdasarkan tingkat kenyamanan pasien itu sendiri.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan tehnik relaksasi genggam jari merupakan salah satu cara untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea. Karena tehnik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil penelitian menunjukkan sebelum melakukan tehnik relaksasi genggam jari semua ibu *post section caesarea* merasakan nyeri berat yaitu sebanyak 28 orang (100%).
2. Hasil penelitian menunjukkan sesudah melakukan tehnik relaksasi genggam jari semua ibu *post section caesarea* merasakan nyeri sedang yaitu sebanyak 17 orang (60,7%) dan yang merasakan nyeri berat sebanyak 11 orang (39,3%).
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tehnik relaksasi genggam jari terhadap perubahan skala nyeri pada ibu *post section caesarea* RSUD Dr. M.M Dunda Limboto dilihat dari nilai sig  $Pvalue=0,000$  ( $Pvalue < \alpha 0,05$ ) dalam hal ini  $H_a$  diterima,  $H_o$  ditolak.

## Saran

1. Bagi Pelayanan Kesehatan  
Agar dapat memberikan tindakan non farmakologis untuk mengurangi skala nyeri pasien, seperti tindakan tehnik relaksasi genggam jari untuk pasien post operasi.
2. Bagi peneliti  
Penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, salah satunya adalah tidak adanya perilaku kontrol sehingga peneliti tidak mengetahui sejauh mana tingkat efektivitas terapi dan seberapa besar pengaruhnya.
3. Bagi institusi pendidikan  
Di harapkan penelitian ini dapat berguna sebagai bahan bacaan dan referensi belajar khususnya tentang cara menurunkan tingkat nyeri dengan tehnik relaksasi genggam jari sehingga dapat meningkatkan mutu pembelajaran untuk menghasilkan tenaga kesehatan yang lebih

professional, inovatif, terampil dan bermutu.

4. Bagi peneliti Selanjutnya  
Penelitian selanjutnya diharapkan mampu meneliti dengan berbagai tehnik relaksasi, sehingga dapat ditemukan jenis terapi yang paling efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- 1) Setiawan, D. & Prasetyo, H. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- 2) Notoatmodjo. S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
- 3) Hani, Wiyana. (2016). *Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang*. Jurnal Kesehatan. Volume 1(1), 1-7
- 4) Hidayat, A. A. (2010). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika. Jakarta

---

---

5) Ma'rifat, AR., Handayani, RN., Dewi, P. (2015). Efektifitas Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di Rsud Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto. *Jurnal Keperawatan 'Aisyah*, vol 2, no 1 ; 63-67

*Daerah dr. Soebandi Jember*. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Jember. Sur

6) Oxorn, Harry & Forte, William.(2010). *Ilmu Kebidanan Patologi & Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta :C.V ANDI

7) Sari, Kurnia, Revi, Diana.(2016). *Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea*. *Jurnal Keperawatan*. Volume 2(5), 1-17

8) Sucipto, Yayang, Aditya. (2012). *Pengaruh Relaksai Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit*