



---

---

## EFEKTIFITAS TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI (FINGER HOLD) DAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POST OPERASI SECTIO CAESAREA

---

---

Suci Ferikawati\*), Rusmiyati \*\*), Agnes Isti Harjanti \*\*\*)

\*) Alumni Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

Email: [117103@stikestelogorejo.ac.id](mailto:117103@stikestelogorejo.ac.id) (No Hp: 089685729959)

\*\*) Dosen Program Studi D-3 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

\*\*\*) Dosen Program Studi D-3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang

### ABSTRAK

Sectio caesarea adalah suatu proses persalinan buatan yang dilakukan melalui pembedahan dengan cara melakukan insisi pada dinding perut dan dinding rahim ibu. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perbedaan efektifitas teknik relaksasi genggam jari (finger hold) dan teknik relaksasi benson terhadap perubahan intensitas nyeri pada pasien post operasi Sectio Cesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Quasy Experimental Pre test and Post test without control*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang melakukan post operasi section caesarea sebanyak 42 responden, dengan jumlah sampel yang telah memenuhi kriteria inklusi sebanyak 30 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi, skala NRS (*Numeric Rating Scale*) dan lembar SOP tindakan relaksasi genggam jari dan relaksasi benson. Hasil penelitian menggunakan analisis *Man-Whitney* menunjukkan bahwa *p value* 0,036 ( $<0,05$ ) yang mempunyai makna bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok responden yang diberikan relaksasi *Finger Hold* dan kelompok yang diberikan relaksasi *Benson*. Hasil penelitian menggunakan uji *NGain Score* mendapatkan bahwa teknik relaksasi genggam jari lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri post SC dengan hasil 84,00 atau 84% yang termasuk dalam kategori efektif. Simpulan dari penelitian ini ada perbedaan efektifitas teknik relaksasi genggam jari (finger hold) dan relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

Kata Kunci : Relaksasi Genggam Jari, Relaksasi Benson, Sectio Caesarea

### ABSTRACT

Sectio caesarea is an artificial birth process that is carried out surgically by making an incision in the abdominal wall and the mother's uterine wall. The purpose of this study was to determine the differences in the effectiveness of finger hold relaxation techniques and Benson relaxation techniques on changes in pain intensity in patients with postoperative Sectio Cesarea at Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang. This research method uses a





quantitative method with a Quasy Experimental Pre test and Post test without control design. The population in this study were all mothers who performed postoperative caesarean section as many as 42 respondents, with the number of samples that had met the inclusion criteria as many as 30 respondents. The instruments used in this study were observation sheets, NRS (Numeric Rating Scale) scales and SOP sheets for finger grip relaxation and Benson relaxation. The results of the study using Man-Whitney analysis showed that the p value was 0.036 ( $<0.05$ ), which means that there is a significant difference between the group of respondents who were given Finger Hold relaxation and the group that was given Benson relaxation. The results of the study using the NGain Score test found that the finger grip relaxation technique was more effective in reducing the intensity of post SC pain with a result of 84.00 or 84% which was included in the effective category. The conclusion of this study is that there are differences in the effectiveness of finger hold relaxation techniques and Benson relaxation on reducing pain intensity in postoperative sectio caesarea patients at RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

Keywords: Finger Clasp Relaxation, Benson Relaxation, Sectio Caesarea

## PENDAHULUAN

Sectio caesarea merupakan proses persalinan bayi melalui pembedahan dengan melakukan insisi pada abdomen dan uterus ibu dengan syarat rahim harus dalam keadaan utuh, serta janin memiliki bobot badan diatas 500 gram. Jika bobot janin di bawah 500 gram, maka tidak perlu tindakan persalinan seksio caesarea (Solehati, 2015, hlm.79). Sectio caesarea dapat menjadi alternatif persalinan, dengan penyebab dari ibu maupun janin. Indikasi dari ibu antara lain: gagal proses persalinan, distosia, *Cephalo Pelvis Disporportion* (CPD), preeklamsi berat dan eklamsia, seksio ulang, solutio plasenta, ruptura uteri, disfungsi uterus, plasenta previa, usia ibu lebih dari 35 tahun, sedangkan indikasi dari janin antara lain: gawat janin, letak janin, kehamilan ganda, adanya bobot badan bayi yang ukurannya lebih dari normal, kelainan janin dan indikasi yang paling umum untuk proses SC (Solehati, 2015).

WHO (2018) menetapkan data terbaru dari 150 negara sebanyak 18,6% dari semua kelahiran terjadi melalui sectio caesarea, mengalami peningkatan dari 1,4% menjadi 56,4%, Amerika latin yang saat ini menduduki peringkat pertama yaitu sebanyak 40,5% serta di Asia sebanyak 19,2%. Di Indonesia kasus kelahiran dengan sectio caesarea masih cukup tinggi menurut survey demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) sebanyak 12% dari total 17.091 kelahiran sepanjang tahun

(SDKI 2017). Jumlah persalinan sectio caesarea di kota jauh lebih banyak dibandingkan di desa dengan presentasi 11% dibanding 3,9% (SDKI 2017). Hasil Riskesdas 2018, proporsi metode persalinan dengan operasi SC mencapai rata-rata 17,6%. Proporsi metode persalinan dengan operasi SC di Jawa Tengah mencapai 17,1%.

Peningkatan angka SC ini disebabkan karena masalah-masalah maternitas saat ini, diantaranya CPD, gagal nya proses persalinan, mengalami placenta previa, ibu mengalami rupture uteri, gawat janin dan letak janin. Selain karena masalah-masalah maternitas, SC juga banyak diminati pada ibu saat ini dikarenakan ibu takut menjalani persalinan normal, proses persalinan yang cepat dan juga melalui SC, ibu dapat memilih tanggal ataupun hari baik bagi kelahiran bayinya.

Pembedahan SC dapat menimbulkan rasa nyeri karena adanya luka insisi. Pasien bedah dapat mengalami nyeri sedang sampai berat setelah dilakukan tindakan operasi. Durasi nyeri dapat bertahan selama 24 sampai 48 jam, akan tetapi nyeri bisa bertahan lebih lama tergantung pada kondisi pasien tersebut dapat menahan dan menanggapi rasa nyeri atau tidaknya. Pasien akan merasakan nyeri yang hebat rata-rata pada 2 jam pertama sesudah dilakukan tindakan operasi karena pengaruh hilangnya efek obat anastesi.

Pasca pembedahan 75% penderita mempunyai





pengalaman yang kurang menyenangkan akibat pengelolaan nyeri yang tidak adekuat. Nyeri merupakan pengalaman sensasi dan emosi yang tidak menyenangkan, keadaan yang memperlihatkan ketidaknyamanan secara subjektif/individual, menyakitkan tubuh, dan kapan pun individu mengatakannya adalah nyata (Solrhati, 2015, hlm.131). Nyeri post sectio caesarea merupakan nyeri akibat adanya luka tau insisi pada dinding abdomen dari prosedur pembedahan. Rasa nyeri tersebut akan menyebabkan pasien menunda pemberian ASI sejak awal pada bayinya, karena rasa tidak nyaman selama proses menyusui berlangsung atau peningkatan nyeri setelah operasi. Kondisi pasien tersebut yang mengalami infeksi, distensi, spasmu otot sekitar daerah torehan. Post SC akan menimbulkan nyeri hebat dan proses pemulihannya berlangsung lebih lama dibandingkan dengan persalinan normal. Persalinan SC memiliki nyeri lebih tinggi yaitu sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9%. Bentuk nyeri post sectio caesarea termasuk kedalam nyeri akut. Nyeri akut pada pasien dapat mengganggu dan menimbulkan masalah pada pasien salah satunya dapat mengganggu aktifitas pasien, seperti duduk, atau mobilisasi pada pasien. Menurut penelitian Risna (2020) mengatakan bahwa pasien tidak ingin melakukan mobilisasi dikarenakan takut jahitannya lepas dan lukanya semakin membesar. Penatalaksanaan yang dilakukan dengan dua cara yaitu penatalaksanaan farmakologi dan non-farmakologi.

Penatalaksanaan nyeri secara farmakologi menggunakan obat analgetik. Penatalaksanaan non-farmakologis menurut Gondo yang dikutip oleh Yuslana (2015) antara lain menggunakan sentuhan afektif, sentuhan terapeutik, akupresur, relaksasi dan teknik imajinasi, distraksi, hipnosis, kompres dingin atau kompres hangat, stimulasi atau message kutaneus, TENS (transcutaneous electrical nerve stimulation), relaksasi genggam jari dan relaksasi benson. Penatalaksanaan non-farmakologis yang dapat dilakukan pada penelitian ini untuk mengatasi nyeri adalah teknik relaksasi genggam jari dan teknik relaksasi benson.

Metode relaksasi benson merupakan pengembangan respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien menurunkan beban yang dirasakan atau dapat meningkatkan kesehatan (Solehati & Kosasih, 2015). Pemberian relaksasi benson merupakan tindakan yang dilakukan secara sadar dengan cara nafas dalam dan lambat. Nafas dalam dan lambat menstimulasi respon saraf otonom

yaitu dengan menggunakan respon saraf simpatik dan meningkatkan parasimpatis. Stimulasi saraf simpatik meningkatkan aktifitas tubuh sedangkan saraf parasimpatis lebih banyak menurunkan aktifitas tubuh. Metode ini dibuktikan dari hasil penelitian Warsono (2019) yang mendapatkan hasil penelitian setelah perlakuan teknik relaksasi benson mengalami penurunan nyeri pada ibu post section caesarea yang sangat signifikan dengan hasil sebelum perlakuan mendapatkan rata-rata 6,63 (nyeri sedang) setelah perlakuan turun menjadi 4,20 (nyeri ringan). Penelitian Mohammad Mehdi Mohammadi, Shima Paradin (2019) juga membuktikan bahwa relaksasi benson dapat menurunkan nyeri pada wanita hamil.

Metode relaksasi genggam jari merupakan tehnik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan yang melibatkan tangan (jari dan telapak tangan) sebagai alat bantuan sederhana dan ampuh untuk membawa tubuh menjadi seimbang (Purwati, 2012). Metode ini dibuktikan dalam penelitian Fany Lili (2018) yang mendapatkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap tingkat nyeri pada pasien post sectio caesarea yang dilakukan pada 32 responden. Sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan Novalia (2017) setelah dilakukan pemberian tehnik relaksasi genggam jari selama 10 menit terdapat keefektivitasan dalam menurunkan intensitas nyeri pasca seksio cesarea dengan 30 responden.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RS Roemani Muhammadiyah Semarang setiap bulan terdapat 30 pasien yang melakukan proeses persalinan dengan sectio caesarea. Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah



Semarang belum pernah menerapkan teknik relaksasi genggam jari dan relaksasi benson pada ibu hamil yang telah selesai di lakukan Sectio cesarea, penanganan nyeri yang masih menggunakan metode farmakologi biasanya dengan diberikan analgetik (injeksi ketorolac 1 amp).

Dalam hal ini sangatlah penting bagi perawat untuk menerapkan terapi non farmakologis yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pasien sendiri untuk mengontrol nyerinya dan memiliki efek jangka panjang seperti gangguan pada ginjal. Sehingga dibutuhkan kombinasi farmakologi dan non farmakologi agar sensasi nyeri dapat berkurang serta masa pemulihan tidak memanjang (Nasuha dkk, 2016).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian deskriptif korelasi secara *Quasy Experimental*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami nyeri post operasi secsio sesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental sampling*, dengan menggunakan seluruh populasi sebagai sampel sebanyak 30 responden. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini lembar observasi skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*) dan lembar SOP relaksasi genggam jari dang benson. Lembar observasi skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale* dimodikasi oleh Ovan (2020) dengan penilaian instrumen ini menggunakan 5 macam poin skala NRS yaitu 0=tidak nyeri, 1-3=nyeri ringan, 4-6=nyeri sedang, 7-9=nyeri berat, 10=nyeri yang paling berat/ nyeri tak tertahankan. Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas karena instrumen yang digunakan peneliti adalah skala nyeri NRS yang sudah baku dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas sebelumnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Diah Mardekawati (2018) yang membandingkan validitas skala ukur nyeri VAS dan NRS terhadap penilaian nyeri. Pada skala nyeri NRS hasil uji validitas menunjukkan p-value  $(0,00) < \alpha (0,05)$  dan uji reliabilitas menunjukkan bahwa NRS lebih baik digunakan sebagai alat ukur nyeri

dikarenakan nilai sensitivnya lebih besar dari skala ukur nyeri VAS.

## HASIL PENELITIAN

### a. Analisa Univariat

Analisis univariat yang akan digambarkan meliputi usia ibu, pekerjaan dan jumlah kehamilan dengan distribusi frekuensi, sedangkan respon nyeri sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi *finger hold* dan relaksasi *benson*

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia ibu, jumlah Kehamilan dan Pekerjaan Pada Pasien Post Sectio Caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang (n=30)

| Karakteristik Responden | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|-------------------------|---------------|----------------|
| a. Usia Ibu             |               |                |
| Umur (20-25 tahun)      | 4             | 13,3%          |
| Umur (26-35 tahun)      | 19            | 63,3%          |
| Umur (36-45 tahun)      | 7             | 23,3%          |
| b. Paritas              |               |                |
| Nullipara               | 10            | 33,3%          |
| Primipara               | 12            | 40,0%          |
| Multipara               | 8             | 26,7%          |
| c. Pekerjaan            |               |                |
| Bekerja                 | 15            | 50%            |
| Tidak Bekerja           | 15            | 50%            |

Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan bahwa hasil penelitian ini sebagian besar responden yang menjalani section caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang adalah kelompok usia ibu, pada umur (20-25 tahun) sebanyak 4 responden (13,3%) , kelompok presentase tertinggi pada umur (26-35 tahun) sebanyak 19 responden (63,3%). Dan pada kelompok umur (36-45 tahun) sebanyak (23,3%). Jumlah responden terbanyak pada kategori Paritas yaitu pada Primipara ada 12 responden dengan presentase (40,0%), pada Nulipara terdapat 10 respondeng dengan





presentase (33,3%), dan terendah pada Multipara terdapat 8 responden dengan presentase (26,7%),. Jumlah responden yang bekerja dan tidak bekerja masing-masing sebanyak 15 responden dengan presentase masing 50%) dalam karakteristik pekerjaan kelompok presentase tertinggi pada dewasa awal (26-35 tahun) sebanyak 19 responden (63,3%).

Tabel 2  
Gambaran Respon Nyeri Pre dan Post  
Relaksasi Finger Hold Pada Pasien Post Sectio  
Caesarea di RS Roemani Muhammadiyah  
Semarang

| Variabel           | Pre           |                | Post          |                |
|--------------------|---------------|----------------|---------------|----------------|
|                    | Frekuensi (f) | Presentasi (%) | Frekuensi (f) | Presentasi (%) |
| Tidak Nyeri        | 0             | 0,0            | 0             | 0,0            |
| Nyeri Ringan       | 0             | 0,0            | 15            | 100,0          |
| Nyeri Sedang       | 15            | 100,0          | 0             | 0,0            |
| Nyeri Berat        | 0             | 0,0            | 0             | 0,0            |
| Nyeri Paling Berat | 0             | 0,0            | 0             | 0,0            |
| <b>Total</b>       | <b>15</b>     | <b>100,0</b>   | <b>15</b>     | <b>100,0</b>   |

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data bahwa mayoritas responden sebelum diberikan relaksasi finger hold mengalami nyeri sedang sebanyak 15 responden (100%). Sedangkan setelah diberikan terapi relaksasi finger hold mayoritas responden mengalami nyeri ringan sebanyak 15 responden (100%)

Tabel 3  
Gambaran Respon Nyeri Pre dan Post  
Relaksasi Benson Pada Pasien Post  
Sectio Caesarea di RS Roemani

Muhammadiyah Semarang.

| Variabel           | Pre           |                | Post          |                |
|--------------------|---------------|----------------|---------------|----------------|
|                    | Frekuensi (f) | Presentasi (%) | Frekuensi (f) | Presentasi (%) |
| Tidak Nyeri        | 0             | 0,0            | 0             | 0,0            |
| Nyeri Ringan       | 0             | 0,0            | 12            | 80,0           |
| Nyeri Sedang       | 15            | 100,0          | 3             | 20,0           |
| Nyeri Berat        | 0             | 0,0            | 0             | 0,0            |
| Nyeri Paling Berat | 0             | 0,0            | 0             | 0,0            |
| <b>Total</b>       | <b>15</b>     | <b>100,0</b>   | <b>15</b>     | <b>100,0</b>   |

Berdasarkan tabel 3 didapatkan data bahwa sebelum diberikan relaksasi benson responden mengalami nyeri sedang sebanyak 15 responden (100%). Sedangkan setelah diberikan terapi relaksasi benson semua responden mengalami nyeri ringan sebanyak 15 responden (100%).

Tabel 4  
Gambaran respon nyeri pre dan post diberikan teknik relaksasi finger hold (nilai mean, modus, median )

| Variabel | Mean | Median | Modus | Min-Max   |
|----------|------|--------|-------|-----------|
| Pre      | 5,53 | 6,00   | 6,00  | 5,00-6,00 |
| Post     | 1,73 | 2,00   | 2,00  | 1,00-3,00 |

Berdasarkan data pada tabel 4 didapatkan data bahwa rerata skala nyeri pre relaksasi finger hold responden sebesar 5,53, data yang skala sering muncul 6, minimal skala yang muncul 5 dan maksimal 6. Sedangkan pada skala nyeri post relaksasi finger hold responden didapatkan rerata sebesar 1,73 dengan skala yang sering muncul 2, minimal skala yang muncul 1 dan maksimal 3.

Tabel 5  
Gambaran respon nyeri Pre dan Post diberikan teknik relaksasi benson (nilai mean, modus, median)



| Variabel | Mean | Median | Modus | Min-Max   |
|----------|------|--------|-------|-----------|
| Pre      | 5,60 | 5,00   | 5,00  | 5,00-6,00 |
| Post     | 2,60 | 3,00   | 3,00  | 5,00-1,00 |

Berdasarkan tabel 5 didapatkan data bahwa rerata skala nyeri pre relaksasi benson responden sebesar 5,60 dengan data yang skala yang sering muncul 5, minimal skala yang muncul 5 dan maksimal 6. Sedangkan pada skala nyeri post relaksasi benson responden didapatkan rerata sebesar 2,60 dengan skala yang sering muncul 3, minimal skala yang muncul 1 dan maksimal 5, yang berarti bahwa teknik relaksasi benson dapat menurunkan intensitas nyeri pada post SC.

#### b. Analisa Bivariat

Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis perbedaan antara efektifitas teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dan relaksasi *benson* terhadap penurunan intensitas nyeri post operasi section caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Mann Whitney*. Hasil uji *Mann Whitney* dengan pengolahan data disajikan sebagai berikut:

Tabel 6  
Analisis Perbedaan Skor Post Relaksasi Finger Hold dan Relaksasi Benson (n=30)

| Variabel              | N  | Median (Minimum – Maximum) | P value |
|-----------------------|----|----------------------------|---------|
| Skor Post Finger Hold | 15 | 2,00(1,00-3,00)            | 0,036   |
| Skor Post Benson      | 15 | 3,00(1,00-5,00)            |         |

Berdasarkan table 6 didapatkan hasil dari uji statistic menggunakan *Man-Whitney* menunjukan bahwa *p value* 0,036 (<0,05) yang mempunyai makna bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara

kelompok responden yang diberikan relaksasi genggam jari (*Finger Hold*) dan kelompok yang diberikan relaksasi *Benson* terhadap penurunan intensitas nyeri post operasi section caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

## PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

#### Usia

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar responden yang menjalani section caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang adalah kelompok umur (20-25 tahun) sebanyak 4 responden (13,3%) , kelompok presentase tertinggi pada dewasa awal (26-35 tahun) sebanyak 19 responden (63,3%). Dan pada kelompok dewasa akhir (36-45 tahun) sebanyak (23,3%).

Usia ibu dapat mempengaruhi tindakan operasi section caesarea. Dari 30 responden sebanyak 4 responden usia (20-25 tahun) termasuk kategori usia beresiko atau sangat rawan untuk dilakukan tindakan SC, hal ini dapat disebabkan karena pada usia <25 tahun organ-organ yang terbentuk belum sempurna dan belum siap untuk melahirkan secara spontan, sedangkan usia (>35) tahun, organ-organ yang membantu proses kelahiran normal sudah melemah dan pada umur tersebut, kemungkinan ibu sudah memiliki penyakit/kelainan, sehingga sangat beresiko dilakukan persalinan secara normal. Sedangkan 19 (63,3%) dari 30 responden yang memiliki usia (25-35 tahun) yang tidak beresiko dilakukan tindakan SC, hal ini disebabkan karena adanya kelainan atau gangguan, baik pada ibu ataupun bayi, sehingga tindakan SC menjadi salah satu alternatif persalinan agar ibu dan bayi tetap selamat. Sejalan dengan yang disampaikan diatas, menurut



Misnawati (2019) didapatkan hasil bahwa kehamilan diusia (<25 tahun) akan mengakibatkan rasa takut terhadap kehamilan dan persalinan, hal ini disebabkan pada usia tersebut ibu mungkin belum siap untuk mempunyai anak dan alat reproduksi ibu belum siap untuk hamil.

### Paritas

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui jumlah responden terbanyak pada kategori paritas yaitu pada Primipara ada 12 responden dengan presentase (40,0%), pada nullipara terdapat 10 responden dengan presentase (33,3%), dan terendah pada multipara terdapat 8 responden dengan presentase (26,7%). Hasil peneliti ini menyatakan bahwa responden lebih memilih persalinan SC dikarenakan kelahiran anak 1 hingga anak ke 3 memang melalui persalinan SC tanpa indikasi dan ada pula yang tanpa indikasi atau responden lebih nyaman dengan memilih persalinan SC dikarenakan takut akan persalinan normal. Hal tersebut dilatar belakangi oleh faktor usia ibu, namun ada juga yang disebabkan oleh keadaan patofisiologis. Terlihat dari data observasi banyak responden yang memiliki jumlah anak lebih dari 1. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Endang Mayangsari (2019), menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara paritas dengan persalinan SC tanpa indikasi.

### Pekerjaan

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa mayoritas ibu bersalin *section caesarea* di RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada responden yang bekerja dan tidak bekerja masing-masing sebanyak 15 responden dengan masing-masing presentase (50%), usia tertinggi pada karakteristik pekerjaan terdapat 19 (63,3%) dari 30 responden yang memiliki usia (25-35 tahun). Pekerjaan merupakan salah satu penyebab dilakukannya tindakan *Caesar* dalam proses persalinan, ibu yang memiliki pekerjaan berat selama kehamilan, besar

kemungkinan akan mengalami komplikasi pada kehamilannya. Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dengan latar belakang pendidikan yang rendah dapat mempengaruhi proses persalinan, ibu dengan pengetahuan yang kurang tentang deteksi dini faktor resiko pada saat bersalin, misalnya ketuban pecah dini, tanda gawat janin, dan TD yang dapat menyebabkan berbagai faktor yang berperan sehingga harus dilakukannya tindakan *sectio caesarea*. Pekerjaan wiraswasta dengan intensitas waktu yang padat dapat menyebabkan ibu hamil mengalami kelelahan dan stress sehingga berpengaruh pada saat proses persalinan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Risna (2013) dengan judul hubungan umur dan pekerjaan ibu hamil dengan rencana proses persalinan caesarea di RSUD Hasan Sadikin Bandung Jawa Barat Tahun 2013. Hasil penelitian yang didapatkan adalah responden yang melakukan persalinan dengan tindakan SC adalah responden yang tidak bekerja dengan jumlah responden sebanyak 89 responden (31%). Responden yang tidak bekerja adalah responden yang memiliki aktivitas sebagai ibu rumah tangga, pekerjaan mengurus rumah, anak dan suami dapat menyebabkan ibu bekerja terlalu berat apabila tidak memiliki seseorang yang membantu ibu dalam masa kehamilan sehingga kemungkinan dapat terjadi masalah pada kehamilannya yang menyebabkan ibu harus dilakukan tindakan pada persalinan dengan tindakan caesarea.

### Nyeri pre relaksasi *finger hold* dan relaksasi benson

Dari hasil penelitian menunjukan bahwa kelompok intervensi semua responden sebelum perlakuan (pretest) teknik relaksasi genggam jari dan relaksasi benson memiliki nyeri sedang. Persepsi nyeri yang dirasakan berbeda-beda pada setiap responden tergantung pada mekanisme koping masing-masing individu, adanya pemberian anestesi sesaat sebelum dilakukannya operasi dan faktor pengalaman operasi sebelumnya menyebabkan persepsi nyeri yang dirasakan



pasien rata-rata adalah skala nyeri berat. Obat anastesi akan hilang setelah pasien merasakan nyeri yang berulang-ulang. Pada saat pasien merasakan nyeri kembali, penatalaksanaan teknik relaksasi genggam jari dan relaksasi benson diberikan pada pasien. Pada saat pemberian teknik ini pada responden selama 2x sehari dengan rentan waktu 4 jam post pemberian obat analgetik. Apabila setelah responden diberikan obat analgetik pada pukul 07.00 maka pemberian terapi relaksasi genggam jari dan benson dilakukan pada pukul 11.00. Hal ini dilakukan karena oksidasi dan metabolitnya dieliminasi melalui urin dengan kurung waktu paruh eliminasi 3-4jam. Sehingga pada saat obat sudah dieliminasi maka mekanisme kerja obat tersebut akan hilang sehingga menimbulkan rasa nyeri.

Pada nyeri post sectio caesarea merupakan nyeri akibat adanya luka atau insisi pada dinding abdomen dari prosedur pembedahan, dalam proses pembedahan juga akan dilakukan tindakan insisi pada dinding abdomen sehingga menyebabkan terputusnya inkontinuitas jaringan, pembuluh darah, dan saraf-saraf di sekitar daerah insisi. Hal ini akan merangsang pengeluaran histamin dan prostaglandin yang akan menimbulkan rasa nyeri (nyeri akut).

Menurut Zakiah A (2015) nyeri merupakan kondisi yang mempengaruhi seseorang berupa perasaan tidak nyaman secara fisik maupun mental bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri pada setiap individu berbeda dalam skala atau tingkatannya, dimana nyeri timbul ketika adanya kerusakan jaringan menyebabkan individu bereaksi untuk menghilangkan rangsangan nyeri.

### **Nyeri post relaksasi *finger hold* dan relaksasi *benson***

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa kelompok intervensi sebagian besar responden sesudah perlakuan (posttest) pada teknik relaksasi genggam jari dan relaksasi benson memiliki nyeri ringan. Terjadinya penurunan nyeri sesudah dilakukan teknik relaksasi dan genggam jari selama 2 hari dipengaruhi oleh kemampuan setiap responden memfokuskan

perhatiannya pada nyeri yang timbul, sehingga dapat mempengaruhi perasaan nyeri yang dirasakan dan menyebabkan persepsi nyeri yang akan dirasakan pasien rata-rata adalah nyeri ringan. Hasil penelitian ini menunjukkan  $p\text{ value} < 0,05$  yang mempunyai makna bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara rerata pre test dan post test relaksasi genggam jari dan relaksasi benson, dimana rerata nyeri sebelum (nyeri sedang) diberikan genggam jari dan relaksasi benson lebih besar dari pada sesudah (nyeri ringan) diberikan teknik relaksasi gengga jari dan relaksasi benson.

Hasil penelitian ini sama halnya dengan penelitian (Novalia 2017) dan (Warsono 2019) yang mendapatkan kesimpulan terdapat penurunan nyeri (ringan) setelah dilakukan intervensi relaksasi genggam jari maupun relaksasi benson.

### **Analisa Bivariat**

#### **Perbedaan antara efektifitas teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dan relaksasi *benson* terhadap penurunan intensitas nyeri post operasi section caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang.**

Hasil uji statistic dengan uji *Man-Whitney* didapatkan nilai  $p\text{ value}$  0,036 ( $<0,05$ ) yang mempunyai makna bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok responden yang diberikan relaksasi *Genggam Jari* dan kelompok yang diberikan relaksasi *Benson* terhadap penurunan intensitas nyeri post operasi section caesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Relaksasi *genggam jari* dan relaksasi *benson* terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu post operasi section caesarea.

### **SIMPULAN**





Berdasarkan uraian dari hasil penelitian dan pembahasan “perbedaan efektifitas teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dan relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri pasien post operasi sectio cesarea di RS Roemani Muhammadiyah Semarang” pada bulan Mei-Juni 2021 meliputi:

1. Karakteristik responden setelah menjalani section caesarea sebagian besar kelompok umur 26-35 tahun sebanyak 63,3% (19) responden. Jumlah responden yang bekerja dan tidak bekerja masing-masing sebanyak 15 responden dengan masing-masing presentase (50%).
2. Gambaran rerata skala nyeri didapatkan data bahwa mayoritas responden sebelum diberikan relaksasi *finger hold* dan benson mengalami nyeri sedang sebanyak 15 responden (100%) dan setelah diberikan terapi relaksasi *finger hold* mayoritas responden mengalami nyeri ringan sebanyak 15 responden (100%).
3. Berdasarkan dari uji statistik yang telah dilakukan menggunakan *Man-Whitney* menunjukkan bahwa *p value* 0,036 ( $<0,05$ ) yang mempunyai makna bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok responden yang diberikan relaksasi *Finger Hold* dan kelompok yang diberikan relaksasi *Benson*. Serta mendapatkan hasil bahwa teknik relaksasi genggam jari lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri post SC dengan hasil 84,00 atau 84% yang termasuk dalam kategori efektif dengan nilai N-Gain Score minimal 60% dan maksimal 100%.

## SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan  
Hasil dari penelitian ini dapat sebagai sumber literatur keperawatan di perpustakaan dan bahan informasi terutama mengenai teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dan relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pasien post operasi sectio sesarea. Hal ini juga

sangat berpengaruh meningkatkan kenyamanan pasien.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan  
Pertimbangan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan teknik relaksasi relaksasi genggam jari (*finger hold*) untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi sectio sesarea.
3. Bagi penelitian selanjutnya  
Hasil dari penelitian mengenai teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dan relaksasi benson ini dapat dijadikan referensi dalam proses pembelajaran. Bagi peneliti selanjutnya dapat dikembangkan dengan menghomogenkan usia kehamilan dan faktor-faktor janin yang meningkatkan angka kejadian SC. Tentunya dapat mempertimbangkan teknik relaksasi yang didapat, nyeri pasien, dengan menggunakan alat ukur yang bersifat lebih obyektif agar faktor kejujuran pernyataan pasien pada saat diukur skala nyeri yang dirasakan dapat dikendalikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariyani, P. (2014). *Aplikasi metodologi penelitian kebidanan dan kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Nuha medika
- Aspiani, Reny, Yuli. (2017). *Buku Ajar Keperawatan maternitas, Aplikasi NANDA NIC dan NOC*. Jakarta Timur: CV TRANS INFO MEDIA
- Dewi, L.M. (2010). *Tehnik relaksasi: Genggam jari untuk keseimbangan emosi*. <http://www.pembelajar.com> diperoleh 23 januari 2021
- Dr.Sandu Siyoto, SKM,M.Kes. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Lisensi Media Publishing
- Dr.Irfannuddin, Sp.KO,M.Mp.Ked. (2019). *Cara Sistematis Berlatih*



- Meneliti. Jakarta Timur: Rayyana Komunikasindo
- Fany Lairin Djala, dkk. (2018). Journal of Islamic Medicine Volume 2 (4) "Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Poso". Poso: Stikes Husada Mandiri Poso
- Hartatik (2013). *Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Kejadian Sectio Caesarea di RSUD Panembahan Senopati Bantul*. AKBID Yogyakarta
- Manuaba. (2012). *Buku Ajar Patologi Obstetri untuk Mahasiswa Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Marmi. (2012). *Asuhan kebidanan pada masa nifas "puerperium care"*. Yogyakarta: Pustaka medika
- Martha. (2011). *Panduan Relaksasi dan Reduksi Stress*. Jakarta: EGC
- Mayangsari, E. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Pemilihan Persalinan SC Tanpa Indikasi pada Ibu Postpartum di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau*. Vol 3 No 1 Th 2019
- Misnawati. (2019). Jurnal Indonesia Ilmu Kesehatan 13 (1)
- Mohammad Mehdi. (2019). Jurnal of Education and Health Promotion 8 (1) DOI:10.4103/jehp.jehp\_286\_18
- Nasuha, Widodo, D., & Widiani, E. (2016). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia 1*, 53–62
- Notoadmodjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Novalia, Dede, dan Diyah. (2017). *Efektivitas Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Jari Genggam Pasca Operasi Caesar Di Dr. H. Moch. Rumah Sakit Ansari Saleh Di Banjarmasin*. Banjarmasin: Atlantis Press
- Noviyani, dkk. (2019). Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia "Hubungan Paritas dan Mur Ibu Terhadap Persalinan SC di Rumah Sakit Umum Bahagia Makasar Tahun 2019 Vol 3, No 2
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika
- Ovan & Andika, S. (2020). *Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web*. Sulawesi selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia
- Pinandita, Purwanti, & Utoyo. (2012). *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan. Vol 8 No. 1. <http://www.digilib.stikesmuhgombong.ac.id>. Diakses Pada Tanggal 10 Maret 2021



- Potter & Perry. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses Dan Praktik*. Edisi 5. Jakarta: EGC
- Prof. Dr. Buchari Lapau, dr.MPH. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan: Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Jakarta : Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan
- Risna. (2013). *Hubungan umur dan pekerjaan ibu hamil dengan rencana proses persalinan caesarea di RSUD Hasan Sadikin Bandung Jawa Barat Tahun 2013*. Jurnal Kesehatan. Universitas Padjajaran Bandung.
- Rohmawati., Nur & Fibriana., ika. A. (2017). *Ketuban Pecah Dini di Rumah Sakit Umum Daerah Ungaran*. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php> diperoleh bulan januari 2018
- Sari. (2014). *Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Dengan Anestesi Umum di Rsud Dr. Moewardi Surakarta*. VOL. 3 NO.1, Februari 2013. Surakarta: STIKES Aisyiyah
- SDKI. (2017). *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
- Solehati & Kosasih.(2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Uliyah Musrifatul dan Hidayat, A.A. (2021). *Keperawatan Dasar 2 Untuk Pendidikan Vokasi*. Surabaya: Health Books Publishing
- Waluyo. (2010). *Psikologi Kesehatan Pengantar Untuk Perawat dan Profesional Kesehatan Lain*. Yogyakarta: EGC
- Yusliana dkk. (2015). Efektivitas relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pada ibu post partum section caesarea. Diperoleh dari <http://download.portalgaruda.org/article>. Diakses pada tanggal 25 Februari 2021

