

**PENERAPAN RELAKSASI GENGAM JARI PADA IBU
POST *SECTIO CAESAREA* DENGAN NYERI AKUT
DI RSUD DR SOEKARDJO TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**INDI MARDIYANA PUTRI
NIM: 11025122080**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025

Indi Mardiyana Putri

**Penerapan Relaksasi Genggam Jari Pada Ibu Post *Sectio Caesarea* Dengan Nyeri Akut Di Rsud
Dr. Soekardjo Tasikmalaya**

xiv + 94 halaman + 9 tabel + 16 lampiran

ABSTRAK

Sectio caesarea (SC) adalah prosedur pembedahan yang umum dilakukan untuk membantu proses persalinan ketika persalinan normal tidak memungkinkan. Namun, tindakan ini dapat menimbulkan nyeri akut pasca operasi yang mengganggu kenyamanan, proses pemulihan, dan interaksi ibu dengan bayinya. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri adalah relaksasi genggam jari. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran respon subyek sebelum dan setelah diberikan tindakan relaksasi genggam jari pada ibu post SC dengan nyeri akut. Studi kasus ini menggunakan metode studi kasus pada dua subyek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Intervensi dilakukan dengan menggenggam setiap jari tangan secara bergantian selama 3–5 menit disertai latihan napas dalam. Data diperoleh melalui wawancara, observasi. Hasil menunjukkan bahwa ada perubahan respon intensitas nyeri sebelum intervensi pada kedua subyek berada pada skala 4-6 (nyeri sedang), dan menurun menjadi skala 1-3 (nyeri ringan) setelah dilakukan relaksasi genggam jari. Ditemukan pula penurunan gejala fisiologis dan emosional seperti meringis dan perasaan tertekan. Relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada ibu post SC dan dapat menjadi intervensi keperawatan yang mudah diterapkan. Penulis merekomendasikan teknik ini sebagai bagian dari penatalaksanaan nyeri nonfarmakologis di layanan kesehatan.

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

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper. June 2025

Indi Mardiyana Putri

The Application of Finger Hold Relaxation in Post Cesarean Mothers with Acute Pain at Dr. Soekardjo Regional Hospital, Tasikmalaya

xiv + 94 pages + 9 tables + 16 attachment

ABSTRACT

Cesarean section (CS) is a common surgical procedure performed to assist childbirth when vaginal delivery is not possible. However, this procedure can cause acute postoperative pain that interferes with comfort, recovery, and the mother's interaction with her baby. One non-pharmacological method that can be applied to reduce pain is finger-holding relaxation. This study aims to describe the response of subjects before and after the application of finger-holding relaxation in postpartum CS mothers experiencing acute pain. This case study used a case study method involving two subjects who met the inclusion and exclusion criteria. The intervention was carried out by sequentially holding each finger of the hand for 3–5 minutes, accompanied by deep breathing exercises. Data were collected through interviews and observations. The results showed a change in pain intensity responses: before the intervention, both subjects experienced moderate pain (scale 4–6), which decreased to mild pain (scale 1–3) after the finger-holding relaxation was performed. There was also a decrease in physiological and emotional symptoms, such as grimacing and feelings of distress. Finger-holding relaxation was effective in reducing pain levels in postpartum CS mothers and can serve as a simple and applicable nursing intervention. The author recommends this technique as part of non-pharmacological pain management in healthcare settings.

Keywords: acute pain, cesarean section, finger hold relaxation, nonpharmacological