

**PENERAPAN RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI
SECTIO CAESAREA DI RUANG TERATAI
RSUD HARYOTO LUMAJANG**

KARYA ILMIAH AKHIR



Oleh:

Devy Mareta Priyanti Sukma, S.Kep

NIM. 25101110

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER**

2026

LEMBAR PENGESAHAN
PENERAPAN RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN
NYERI PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RUANG
TERATAI RSUD HARYOTO LUMAJANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Devy Mareta Priyanti Sukma, S.Kep

NIM. 25101110

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian Ilmiah Akhir Ners Pada Tanggal 29 Juli 2026 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 Firdha Novitasari, S.Kep., Ns., MM., M.Kep
NUPTK. 9435764665230263

Penguji 2 Nora Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197503141998032007

Penguji 3 Umi Sukowati, S.Kep., Ns., M.Kep. Sp.Mat
NIDN. 08894401019

()

()

()

Ketua Program Studi Profesi Ners


(Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIDN. 0720028703

ABSTRAK

PENERAPAN RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RUANG TERATAI RSUD HARYOTO LUMAJANG

Devy Mareta Priyanti Sukma, S.Kep¹, Umi Sukowati, S.Kep., Ns., M.Kep.
Sp. Mat²

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Email : info@uds.ac.id

Korespodensi Penulis : maretadevy5@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Sectio caesarea (SC) merupakan tindakan persalinan melalui pembedahan dengan membuat sayatan pada dinding uterus yang masih utuh untuk melahirkan bayi. Angka persalinan dengan metode SC terus meningkat di berbagai negara dan telah melebihi batas rekomendasi World Health Organization (WHO), yaitu 10–15%. Salah satu masalah yang sering dialami ibu post sectio caesarea adalah nyeri pada daerah insisi akibat kerusakan jaringan setelah pembedahan. Nyeri yang tidak ditangani dapat menyebabkan penurunan kemampuan fungsional, keterbatasan mobilisasi, gangguan menyusui, serta memperlambat proses pemulihan. **Tujuan:** Membandingkan intensitas nyeri pasien sebelum dan setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan menelaah berbagai artikel ilmiah dan hasil penelitian yang membahas penerapan teknik relaksasi genggam jari pada ibu post sectio caesarea. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi pengaruh intervensi terhadap penurunan intensitas nyeri. **Hasil dan Kesimpulan:** Hasil kajian menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari mampu menurunkan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea. Teknik ini memberikan efek relaksasi, mengurangi ketegangan otot, dan merangsang pelepasan hormon endorfin sebagai analgesik alami tubuh. Oleh karena itu, teknik relaksasi genggam jari dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis yang aman, sederhana, dan mudah diterapkan dalam manajemen nyeri pada ibu post sectio caesarea.

Kata kunci: sectio caesarea, nyeri, teknik relaksasi genggam jari, intervensi non-farmakologis.