

**KOMBINASI PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM
JARI DAN AROMATERAPI TERHADAP MASALAH NYERI
AKUT PADA IBU *SECTIO CAESAREA* DI
RSUD dr.HARYOTO LUMAJANG**

KARYA ILMIAH AKHIR



Oleh:

Indri Safitri Iswandani

NIM. 25101111

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

2026

HALAMAN PENGESAHAN

KOMBINASI PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DAN AROMATERAPI TERHADAP MASALAH NYERI AKUT PADA IBU *SECTIO CAESAREA* DI RSUD dr.HARYOTO LUMAJANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh :

Indri Safitri Iswandani, S.Kep

25101111

Telah berhasil di pertahankan di hadapan Dewan penguji dalam ujian ilmiah akhir ners pada tanggal 6 Agustus 2026 dan telah di terima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns.) pada program studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

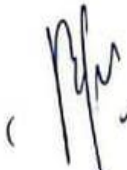
Penguji 1 : (Wike Rosalini, S.Kep.,Ns.,M.Kes)
NIDN. 0708059102

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

Penguji 3 : (Ainul Hidayati, S.kep., Ns., M.KM)
NIDN. 0431128105

Ketua Program Studi Profesi Ners,

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

()
()
()

ABSTRAK

KOMBINASI PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DAN AROMATERAPI TERHADAP MASALAH NYERI AKUT PADA IBU *SECTIO CAESAREA* DI RSUD DR.HARYOTO LUMAJANG

Iswandani, Indri Safitri*, Hidayati Ainul**

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

Email info@uds.ac.id

*Korespondensi Penulis: indisafitriiswandani14@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Nyeri *Sectio Caesarea* (SC) yang tidak ditangani secara optimal dapat menghambat mobilisasi, mengganggu aktivitas, proses menyusui, dan memperlambat pemulihan. Selain dari terapi farmakologis, terapi nonfarmakologis seperti relaksasi genggam jari dan aromaterapi dapat mengurangi intensitas nyeri. Dengan mengkombinasikan dua intervensi tersebut diharapkan dapat membantu meningkatkan relaksasi, menurunkan kecemasan mengalihkan perhatian terhadap rangsangan nyeri, serta memberikan rasa nyaman sehingga intensitas nyeri yang dirasakan ibu pasca *sectio caesarea* dapat berkurang secara optimal. **Tujuan:** Untuk mengetahui penerapan teknik relaksasi genggam jari dan aromaterapi terhadap masalah nyeri akut pada ibu *sectio caesarea*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan pada 2 responden post *Sectio Caesarea* pada hari ke-1 yang ditegakkan dengan diagnosa keperawatan nyeri akut. Penerapan dilakukan dalam 3 hari dengan durasi 10–15 menit sebanyak sekali sehari setelah 4 jam pemberian analgesik. Pengumpulan data dilakukan melalui asuhan keperawatan mulai dari tahap assessment, implementasi, hingga evaluasi dengan menggunakan skala *Numeric Rating Scale (NRS)* sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri pada 2 responden dengan rata-rata sedang. Pada Ny. H rata-rata nyeri menurun dari 4 (sedang) ke 3 (ringan), dan pada Ny. F rata-rata nyeri dari 5 (sedang) menurun ke 4 (sedang). **Kesimpulan:** Penerapan terapi relaksasi genggam jari dan aromaterapi pada kedua responden menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri, sehingga intervensi ini dapat digunakan sebagai terapi komplementer dalam asuhan keperawatan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post *sectio caesarea*

Kata Kunci: Nyeri Post Op *Sectio Caesarea*, Relaksasi genggam jari, Aromaterapi