

Asuhan Kebidanan Ibu Post SC dengan Teknik Relaksasi Genggam Jari pada Masalah Nyeri Luka Jahitan di RS Amelia Pare-Kediri

Tasya Atalla Rizki Amalia¹, Wahyu Nuraisya²

^{1,2} Prodi D3 Kebidanan Stikes Karya Husada, Kediri

*Corresponding Author: w.nuraisya@gmail.com

ABSTRAK

Sejarah artikel:

Diterima 29 Agustus 2022

Revisi 11 September 2022

Diterima 14 Oktober 2022

Kata kunci:

Relaksasi Genggam Jari, Nyeri Jahitan, Post Sectio Caesarea

Persalinan melalui tindakan *Sectio Caesarea* (SC) memberikan dampak yang sangat serius terutama pada post SC menimbulkan efek nyeri pada luka pembedahan yang mengakibatkan pasien kesulitan untuk melakukan mobilisasi dini. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post SC di RS Amelia Pare-Kediri. Desain penelitian yang digunakan adalah *case study*, dengan subjek Ny. R P1001 usia 20 tahun dengan nyeri luka jahitan post SC di RS Amelia Pare-Kediri. Dengan menggunakan metode pengumpulan data anamnesa, observasi dan dokumentasi. Hasil studi kasus pada Ny. R ditemukan masalah yaitu nyeri pada luka bekas operasi. Sehingga diberikan asuhan kebidanan dengan cara teknik relaksasi genggam jari. Penurunan rasa nyeri dapat terjadi ketika seseorang melakukan teknik relaksasi genggam jari untuk mengendalikan nyeri yang dirasakan maka tubuh akan meningkatkan komponen saraf parasimpatik secara stimulan, maka ini menyebabkan terjadinya kadar hormon adrenalin dalam tubuh yang mempengaruhi tingkat stress hingga dapat meningkatkan konsentrasi tubuh, mempermudah mengatur ritme pernafasan yang membuat peningkatan kadar oksigen di dalam darah memberi rasa tenang yang mampu mengatasi nyeri. Asuhan yang dilakukan menunjukkan keberhasilan dengan hasil ibu lebih cepat dalam melakukan aktivitas miring kanan kiri, duduk dan berjalan setelah masalah nyeri teratasi.

ABSTRACT

Keywords:

Finger Grip Relaxation, Heacting Pain, Post Sectio Caesarea

Childbirth through SC procedures has a very serious impact, especially on post SC causing pain effects in surgical wounds which results in patients having difficulty mobilizing early. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving finger-clasp relaxation techniques against reducing post Sectio Caesarea pain at Amelia Pare-Kediri Hospital. The research design that has been used is a case study, with the subject Mrs. R P1001 aged 20 years with post SC suture wound pain at Amelia Pare-Kediri Hospital. have used methods of anamnesis data collection, observation and documentation. The results of the case study obtained on Mrs. R found a problem, namely pain in the surgical scar wound. So that obstetric care is given by means of a finger-holding relaxation technique. Decreased pain can occur when a person performs a finger-holding relaxation technique to control the pain felt, the body will increase the parasympathetic nerve component stimulantly, then this causes the occurrence of adrenaline hormone levels in the body which affects the level of stress to increase the body's

concentration, making it easier to regulate breathing rhythms which makes the increase in oxygen levels in the blood give a sense of calm that can overcome pain. The upbringing that has been done shows success with the results of the mother being faster in doing activities at the right left angle, sitting and walking after the pain problem is resolved.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah Rangkaian peristiwa keluarnya bayi yang sudah cukup bulan (37-40 minggu) dari dalam rahim ibu dilanjutkan oleh keluarnya plasenta dan membran dari dalam rahim melalui jalan lahir. Proses ini di mulai dari pembukaan serviks yang diakibatkan oleh kontraksi uterus secara terus menerus dengan frekuensi dan durasi yang semakin cepat (Fitriana, 2020).

Sectio caesarea (SC) merupakan suatu cara untuk melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding perut depan tindakan persalinan ini hanya dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan (dokter). Tindakan SC dilakukan untuk mencegah kematian janin maupun ibu yang dikarenakan bahaya atau komplikasi yang akan terjadi apabila ibu melahirkan secara pervaginam. Ada beberapa indikasi sehingga dilakukan tindakan persalinan SC, ada dua indikasi yaitu pada ibu dan pada janin. Indikasi pada ibu meliputi panggul sempit, partus lama, preeklamsia, hipertensi, persalinan sebelumnya dengan SC, ketuban pecah dini. Sedangkan faktor indikasi pada janin meliputi letak lintang, lilitan tali pusar, bayi terlalu besar dan bayi kembar (Juliathi,2020).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan peningkatan persalinan dengan metode SC. Hasil Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan kelahiran dengan metode persalinan SC di Indonesia sebesar 17,6% dari seluruh jumlah kelahiran.

Berdasarkan data Sampling Registration System (SRS) 2018, sekita 76% kematian ibu terjadi di fase persalinan dan pasca persalinan dengan proporsi 24% terjadi saat hamil, 36% saat persalinan dan 40% pasca persalinan, yang mana lebih dari 62% Kematian Ibu dan Bayi terjadi di rumah sakit. Tingkat kematian ini disebabkan oleh berbagai faktor resiko yang terjadi mulai dari fase sebelum hamil yaitu kondisi wanita usia subur yang anemia, kurang energi kalori, obesitas, mempunyai penyakit penyerta. Pada saat hamil ibu juga mengalami berbagai penyulit seperti hipertensi, perdarahan, anemia, diabetes, infeksi, penyakit jantung dan lain-lain. Selain itu, jumlah kematian ibu juga terjadi pada saat pandemi COVID-19. Berdasarkan data direktorat Kesehatan Keluarga per 14 September 2021 tercatat sebanyak 1086 ibu meninggal dengan hasil swab PCR/antigen positif. Sementara dari data Pusdatin jumlah bayi meninggal tercatat sebanyak 302 orang (Kemenkes, 2021).

Cakupan pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan untuk Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020 mencapai 97,03%, angka ini mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2019 yang mencapai 97,00%. Cakupan pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan (Pi) adalah termasuk indikator SPM (Standar Pelayanan Minimal) yang diharapkan target 100%. (Dinas Kesehatan Provindi Jawa Timur)

Pada proses persalinan SC akan terlebih dahulu dilakukan anastesi pada bagian yang akan di lakukan pembedahan, hal ini dilakukan untuk meminimalisir munculnya rasa nyeri, namun nyeri akan tetap terasa setelah selesainya tindakan operasi dan pasien akan mulai merasakan nyeri saat pasien mulai sadar, nyeri yang dirasakan pasien pada bagian tubuh yang mengalami proses pembedahan saat operasi SC yang membuat pasien tidak nyaman saat melakukan mobilisasi dini. Pada pasien pasca *sectio caesarea* akan muncul dampak fisik atau fisiologis yaitu nyeri, kejadian ini muncul pasca *sectio caesarea* karena diakibatkan adanya torehan jaringan saat pembedahan. Saat kontinuitas jaringan terputus Hal ini yang akan menimbulkan rasa ketidak nyamanan nyeri yang mengakibatkan pasien merasa sangat kesakitan (Megawahyuni & Hasnah 2018).

Nyeri merupakan pengalaman sensorik yang dibawa oleh stimulus sebagai akibat adanya kerusakan jaringan. Nyeri persalinan merupakan sensasi yang tidak menyenangkan akibat stimulasi safar sensorik. Nyeri tersebut terdiri dari 2 komponen yaitu komponen fisiologis dan komponen psikologis. Komponen fisiologis merupakan proses penerimaan implus tersebut menuju saraf pusat. Sementara komponen psikologis meliputi rekognisi sensasi, interpretasi rasa nyeri dan reaksi terhadap hasil interpretasi nyeri tersebut. Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap orang mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda terhadap stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya ((Sofiyah dan Ma'rifah, 2019).

Keadaan Nyeri post SC pada ibu akan menjadi gangguan yang menyebabkan terjadi terbatasnya mobilisasi, bonding attachment (ikatan kasih sayang) terganggu/tidak terpenuhi, Activity of Daily Living (ADL) terganggu, Inisiasi Menyusu Dini (IMD) tidak dapat terpenuhi secara optimal karena peningkatan intensitas nyeri pada luka post SC apabila ibu bergerak, sehingga respon ibu terhadap bayi kurang dan pada akhirnya ASI sebagai makanan terbaik bagi bayi dan mempunyai banyak manfaat bagi bayi maupun ibunya tidak dapat diberikan secara optimal (Lasati dan Utami, 2018).

Manajemen nyeri mempunyai beberapa tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Prosedur secara farmakologis dilakukan dengan pemberian analgesic yaitu untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri (Astutik dan Kurlinawati, 2017). Sedangkan, dalam dunia non farmatologi dalam mengurangi efek nyeri pasca operasi dapat dilakukan dengan berbagai teknik yang dapat meringankan ketegangan otot dan emosi serta dapat mengurangi nyeri yaitu teknik nafas dalam, pemberian essensial oil daun melati, teknik relaksasi genggam jari, kompres hangat dan teknik self healing (Djala, 2018).

Salah satu pengobatan non farmatologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri adalah teknik relaksasi genggam jari. Teknik menggenggam jari merupakan bagian dari teknik *Jin Shin Jyutsu*. Jin Shin Jyutsu adalah akupresur Jepang. Bentuk seni yang menggunakan sentuhan sederhana tangan dan pernafasan untuk menyeimbangkan energi di dalam tubuh. Tangan (jari dan telapak tangan) adalah alat bantu sederhana dan ampuh untuk menyelaraskan dan membawa tubuh menjadi 2 seimbang. Setiap jari tangan berhubungan dengan sikap sehari-hari. Ibu jari berhubungan dengan perasaan khawatir, jari telunjuk berhubungan dengan ketakutan, jari tengah berhubungan dengan kemarahan, jari manis berhubungan dengan kesedihan dan jari kelingking berhubungan dengan rendah diri dan kecil hati (Djala, 2018).

Berdasarkan latar belakang peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian “Asuhan Kebidanan Ibu Post SC dengan Terapi Relaksasi Genggam Jari pada Masalah Nyeri Luka Jahitan di RS Amelia Pare-Kediri”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post *Sectio Caesarea* di RS Amelia Pare-Kediri. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi genggam jari dan untuk menganalisis pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri post *Sectio Caesarea*.

METODE

Pendekatan/ desain penelitian yang digunakan adalah *case study*. *Case study* adalah bentuk penelitian yang mendalam tentang suatu aspek lingkungan sosial termasuk manusia di dalamnya. *Case study* dapat mengenai perkembangan sesuatu (ibu hamil) dan dapat pula memberi gambaran tentang keadaan yang ada (Mulyadi, 2012). *Case study* dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal yang berarti satu orang. *Case study* termasuk tipe pendekatan dalam penelitian yang fokus hanya kepada satu kasus yang dilakukan secara intensif, mendalam, mendetail dan komprehensif (Notoatmodjo, 2010), sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui asuhan kebidanan yang tepat terhadap ibu post SC dengan teknik relaksasi genggam jari pada masalah nyeri luka jahitan di RS Amelis Pare-Kediri.

Metode pengumpulan data adalah cara peneliti untuk mengumpulkan data yang akan dilakukan dalam penelitian. Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam mencapai sebuah tujuan penelitian. Metode yang digunakan adalah dengan wawancara, observasi (pengamatan) dan dokumentasi (SOAP). Data disajikan dengan hasil fakta, hasil pemeriksaan dan tindakan yang dilakukan sampai catatan perkembangan. Dari data yang telah disajikan kemudian dibahas dan dibandingkan antara teori dan penatalaksanaan yang telah dilakukan kemudian ditarik kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data ibu secara subyektif diawali dengan anamnesa terhadap Ny. R dengan hasil ibu berusia 20 tahun pendidikan terakhir SMA, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, dengan keluhan nyeri pada luka post SC. Ibu mengatakan tidak memiliki riwayat kesehatan menurun, menahun dan menular baik dari ibu maupun dari keluarga. Melahirkan anak yang pertama dan saat ini adaptasi fisiologis ibu masih pada fase *taking in* yaitu ibu masih belum bisa melewati rasa ketidknyamanan fisik yang dialaminya dan untuk melakukan perawatan diri dan bayinya masih bergantung kepada suami atau keluarga.

Selanjutnya tersajikan hasil dari data Obyektif dengan hasil keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis, tekanan darah 120/70 mmHg, denyut nadi 66x/menit, pernafasan 18x/menit, suhu 35,7°C, lila 40 cm dan BB/TB 105kg/162 cm kategori obesitas dengan IMT 40, terdapat pengeluaran kolostrum pada mammae kanan/kiri, abdomen ibu terdapat luka bekas operasi yang masih belum kering TFU 2 jari di bawah pusat, uterus berkontraksi baik teraba keras dengan nyeri luka derajat 6. Kemudian didapatkan hasil Analisis data yaitu P1001 Post SC hari ke 1 dengan Nyeri Luka Jahitan

Data dari Subyektif, Obyektif dan Analisis dapat dilakukan asuhan penatalaksanaan dalam mengurangi keluhan nyeri luka jahitan pada ibu yaitu melakukan komunikasi terapeutik tentang kondisi ibu secara umum dan nyeri akibat luka jahitan post SC, melakukan kolaborasi dengan dokter dan melaksanakan advis dokter. Advis yang diberikan pada hari pertama yaitu penyuntikan obat secara IV yaitu Taxegram 2 gram dioplos aquabides 5 cc, Tofadex 3 cc di oplos dengan PZ 100 cc, Plasminex 100 mg dan ODR 5 mg melalui selang infus. Memberitahu ibu bahwa keadaan umum ibu baik sehingga ibu tidak perlu khawatir akan keadaannya, melatih ibu cara melakukan relaksasi yaitu genggam jari untuk mengurangi rasa nyeri dengan frekuensi minimal 5-6 kali atau saat terasa/timbul nyeri dengan durasi 20-30 x/detik, memberitahu ibu untuk tetap melatih mobilisasi diri miring kanan/kiri, duduk dan berjalan. Mengevaluasi TFU 2 jari di bawah pusat, uterus berkontraksi baik dan perdarahan 2 pembalut penuh. Jumlah BAK 450 ml terpasang kateter, ibu belum bisa BAB tetapi sudah mengeluarkan flatus. Pada hari kedua dilanjutkan pemberian advis dokter yaitu penyuntikan obat secara oral Cefat 500 mg dan Mefinter 500 mg melalui selang infus, evaluasi yang didapatkan pada hari kedua ibu sudah bisa BAB.

Pembahasan

Hubungan Teknik Relaksasi Genggam Jari dengan Masalah Nyeri Luka Jahitan Post SC

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. R Post SC ibu mengeluhkan nyeri pada luka bekas jahitan derajat nyeri 6 dan dilakukan perbandingan sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi genggam jari di RS Amelia Pare-Kediri. Hasil dari perbandingan ini ditemukan bahwa setelah ibu menerapkan anjuran untuk menggenggam jari ketika terasa sakit cukup berhasil dan ibu merasa lebih nyaman dimantikan hanya dengan teknik relaksasi biasa.

Teknik relaksasi genggam jari adalah cara yang mudah untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Emosi itu seperti gelombang energi di dalam tubuh, pikiran dan jiwa disaat kita merasakan perasaan yang berlebihan, aliran energi dalam tubuh akan seperti tersumbat dan tertahan sehingga akan menghasilkan rasa nyeri (Cane,2013). Di sepanjang jari tangan kita terdapat saluran atau meridian energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi (Puwuhang,2011).

Penurunan rasa nyeri dapat terjadi ketika seseorang melakukan teknik relaksasi genggam jari untuk mengendalikan nyeri yang dirasakan maka tubuh akan meningkatkan komponen saraf parasimpatik secara stimulan, maka ini menyebabkan terjadinya kadar hormone adrenalin dalam tubuh yang mempengaruhi tingkat stress hingga dapat meningkatkan konsentrasi tubuh, mempermudah mengatur ritme pernafasan yang membuat peningkatan kadar oksigen di dalam darah memberi rasa tenang yang mampu mengatasi nyeri (Prasetyo,2010).

Menurut teori akupuntur, setiap jari merupakan jalur keluar masuknya energi dan berhubungan dengan emosi tertentu, terdapat banyak titik-titik disekitar jari tangan serta telapan tangan. Dengan Teknik sentukan serta pijatan ringan dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh dengan memicu perasaan nyaman melalui titik

akupuntur di permukaan jari. Teknik ini memfasilitasi distraksi dan menurunkan transmisi sensorik stimulasi dari dinding abdomen sehingga mengurangi ketidaknyamanan pada area yang sakit (Haniyah, 2016).

Teknik relaksasi genggam jari merupakan salah satu teknik relaksasi yang efektif untuk mengatasi masalah nyeri luka jahitan Post SC sehingga dapat membantu ibu yang melahirkan secara SC dapat melakukan mobilisasi secara dini untuk mempercepat penyembuhan luka jahitan post SC. Berdasarkan fakta dan teori tidak ditemukan adanya kesenjangan karena dibuktikan dengan adanya Teknik relaksasi genggam jari rasa nyeri pada ibu post SC berkurang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada Ny. R tentang pengaruh Teknik relaksasi genggam jari pada masalah nyeri luka jahitan post SC di RS Amelia Pare-Kediri dapat disimpulkan bahwa Teknik relaksasi sangat berpengaruh terhadap masalah nyeri dimana ibu yang telah menerapkan Teknik ini keadaan lebih membaik dengan waktu kurun waktu yang tidak lama. Sehingga hal ini dapat diterapkan pada ibu-ibu post SC agar keadaannya dalam menyesuaikan pola hidup pasca operasi lebih cepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden, pihak RS Amelia Pare-Kediri dan Program Studi D3 kebidanan Stikes Karya Husada Kediri yang telah membantu selama proses studi kasus berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik dan Kurlinawati, 2017. *Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Delima RSUD Kertosono*
- Cane, P 2013. *Hidup Sehat dan Selaras Penyembuhan Trauma*. Yogyakarta: Capacitar Internasional, INC
- Dinas Kesehatan Jawa Timur. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Surabaya : Dinas Kesehatan
- Djala dan Tahulending, 2018. *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Poso*
- Fitriana, Y dan Nurwianda, W. 2020. *Asuhan Persalinan Konsep Persalinan Secara Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Buku Press
- Haniyah dan Setyawati, 2016. *Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang*
- Juliathi, 2020. *Gambaran Persalinan dengan Sectio Caesarea di Instalasi Gawat Darurat Kebidanan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Tahun 2020*.
- Kemendes, 2021. *Perkuat Upaya Penyelamatan Ibu dan Bayi*. <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20210914/3738491/kemendes-perkuat-upaya-penyelamatan-ibu-dan-bayi/> diakses pada 16 Agustus 2022
- Lasati dan Utami, 2018. *Teknik Relaksasi Genggam Jari Untuk Menurunkan Nyeri pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea Hari 1-7*
- Megawahyuni, A., Hasnah, H 2018. *Pengaruh Relaksasi dalam Teknik Meniup Balon Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasca Operasi Sectio Caesarea di RSIA Bahagia Makasar*.
- Multadi, 2012. *Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Serta Praktek Kombinasinya dalam Penelitian Sosial*. Jakarta : Publica Institute
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta

Prasetyo, 2010. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Graha Ilmu

Puwuhang, 2011. *Jari-jari tangan*. <http://titikrefleksi-pada-tangan> Diakses pada 16 Agustus 2022

Sofiyah dan Ma'rifah. 2019. *Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekrdjo Purwokerto*