

**Pengaruh *Finger Hold* (Genggam Jari) Terhadap Skala Nyeri
Pada Ibu Nifas 7 Jam Post Operasi Sectio Caesarea (SC)
Di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan**

Dina Lutfia Sari¹, Hj. Zakiah², Yuniarti³, Rafidah⁴

^{1,2,3,4} Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

Email Penulis Korespondensi: dinazainuddin.dl@gmail.com

Article History:

Received May 30th, 2026

Accepted Jun 28th, 2026

Published Aug 28th, 2026

Abstrak

Sectio Caesarea (SC) dapat menyebabkan nyeri pasca operasi setelah efek anestesi hilang. Di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan, angka SC pada tahun 2024 sebesar 64,2% (481 pasien). Studi awal menunjukkan manajemen nyeri masih bersifat farmakologis, dari 6 orang ibu pasca SC, sebanyak 66 % diantaranya mengalami tingkat nyeri sedang pada 7 jam setelah tindakan operasi SC. untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi finger hold (genggam jari) dalam mengurangi skala nyeri pada ibu nifas 7 jam pasca SC di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan tahun 2025. Penelitian merupakan studi kuantitatif. desain pre-eksperimental pre dan post test tanpa kontrol. Sampel sebanyak 30 responden dengan teknik total sampling. Variabel independen teknik relaksasi finger hold, variabel dependen adalah skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Pengumpulan data menggunakan Numerical Rating Scale (NRS), analisis dilakukan dengan uji Wilcoxon. Sebelum intervensi finger hold, 50% responden mengalami nyeri sedang. Setelah intervensi, 83,33% mengalami nyeri ringan. Rerata nyeri menurun dari 3,77 menjadi 2,10, dengan penurunan sebesar 1,67 poin. Terdapat perbedaan signifikan antara skor nyeri sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0,000$), ditunjukkan dengan meningkatnya kemampuan mobilisasi responden. Edukasi tentang teknik finger hold diperlukan sebagai metode nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri pasca operasi SC.

Kata Kunci: *Sectio Caesaria, Operasi Caesar, Nyeri, Finger Hold, Ibu Nifas.*

Abstract

Caesarean sections (CS) can cause postoperative pain after the effects of anesthesia wear off. At Brigjend H. Hasan Basry Kandangan Hospital, the Cesarea Section rate in 2024 was 64.2% (481 patients). Preliminary studies indicate that pain management is still pharmacological. Among six post cesarean section mothers, 66% experienced moderate pain 7 hours after the procedure. To determine the effect of the finger-hold relaxation technique on reducing pain levels in postpartum mothers 7 hours after Cesarea Section at Brigjend H. Hasan Basry Kandangan Hospital in 2025. This research is a quantitative study using a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest without a control group. The sample consisted 30 respondents using a total sampling technique. The finger-hold relaxation technique was the independent variable, and the pain scale before and after the intervention was the dependent variable. Data were collected using the Numerical Rating Scale (NRS), and analysis was using the Wilcoxon test. Before the finger-hold intervention, 50% of respondents experienced moderate pain. After the intervention, 83.33% experienced mild pain. The average pain score decreased from 3.77 to 2.10, a decrease is about 1.67 points. There was a significant difference in pain scores before and after the intervention ($p = 0.000$), indicated by increased mobility among respondents. Education about finger hold relaxation technique is needed as a non-pharmacological method to reduce post Cesarean Section pain.

Keywords: *Sectio Caesaria, Caesarean Operation, Pain, Finger Hold, Postpartum Mother.*

1. PENDAHULUAN

Sectio Caesaria (SC) adalah sebuah proses kelahiran buatan bagi janin, dengan cara membuat sayatan pada dinding abdomen dan uterus dengan syarat dinding rahim dalam keadaan utuh dan berat janin diatas 500 gram. Tindakan ini dilakukan untuk mencegah kematian ibu dan bayi karena kemungkinan komplikasi yang timbul apabila persalinan tersebut berlangsung secara pervaginam. Operasi atau pembedahan adalah semua jenis tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh untuk diobati, menggunakan sayatan untuk perbaikan dan penutupan luka (Syaiful & Fatmawati, 2020; Ningtyas *et al.*, 2023).

Penelitian terbaru dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa penggunaan operasi *caesar* secara global terus meningkat dan pada tahun 2021 mencakup lebih dari 1 dari 5 (21%) dari seluruh kelahiran. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat dalam 10 tahun mendatang, dengan temuan penelitian menunjukkan bahwa pada tahun 2030, hampir sepertiga (29 %) dari seluruh kelahiran akan dilakukan melalui operasi caesar.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, sejalan dengan penelitian terbaru dari WHO tingkat persalinan dengan operasi *caesar* di Indonesia tercatat sebesar 25,9%. Di Provinsi Kalimantan Selatan, angka persalinan dengan metode operasi *caesar*, yaitu 19,8% dan menurut laporan Dinas Kesehatan kabupaten Hulu Sungai Selatan tahun 2024 angka kejadian persalinan melalui metode operasi *caesar*, yaitu 57% dan khususnya di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan, tercatat ada 481 pasien yang mengalami SC dari 749 total persalinan atau 64,2% ibu yang melahirkan melalui operasi *caesar*.

Menurut Ningtyas *et al.* (2023) Pengelolaan nyeri setelah operasi tetap menjadi salah satu tantangan medis yang signifikan. Nyeri *pasca* operasi yang tidak ditangani dengan tepat dapat memperlambat proses pemulihan dan perawatan pasien, sehingga menghambat kemampuan pasien untuk beraktivitas seperti biasa. Nyeri yang dirasakan *pasca* operasi dapat menghambat *bounding attachment* atau ikatan kasih sayang antara ibu dan anak sehingga proses inisiasi menyusui dini (IMD) tidak dapat terpenuhi secara optimal.

Untuk mengurangi nyeri setelah operasi, dapat dilakukan pengelolaan nyeri yang melibatkan pendekatan farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen nyeri dengan pendekatan farmakologi dapat diberikan dengan Non-narkotik dan anti inflamasi non-steroid (NSAID), analgesik narkotik atau opioid, dan obat tambahan atau adjuvant (koanalgesik). Adapun metode non-farmakologi dalam manajemen nyeri adalah upaya-upaya yang dilakukan untuk mengatasi nyeri dengan pendekatan tanpa menggunakan obat-obatan. Upaya-upaya tersebut dapat dilakukan dengan teknik relaksasi, distraksi, *Guided imagery*, *massage* (pijatan), terapi es dan panas, terapi akupuntur, terapi musik, *TENS* dan hipnosis (Nurhanifah & Sari, 2022). Menurut Ningtyas *et al.* (2023) selain penatalaksanaan non farmakologi tersebut di atas, manajemen nyeri non farmakologi lain yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi dengan genggam jari (*finger hold*).

Teknik *finger hold* (genggam jari) merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat mengurangi rasa nyeri dengan cara menggenggam ibu jari dan beralih ke jari-jari lainnya secara bergantian satu per satu dengan bernafas secara teratur. Relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi dalam tubuh kita [4]. Teknik genggam jari dapat mengendalikan emosi serta mengembangkan kecerdasan emosional. Pada bagian jari ada saluran energi yang tersambung ke bermacam organ dan emosi. Relaksasi alami dapat memicu pelepasan endorfin, atau hormon pereda nyeri alami, dari tubuh, sehingga dapat meredakan nyeri (Lutfitawaliyah & Aprina, 2023). Luka operasi menstimulasi mediator rasa nyeri, yang kemudian membawa impuls stimulus melalui serabut saraf aferen non-reseptor ke zat seperti gel di sumsum tulang belakang, melalui thalamus, dan akhirnya ke korteks serebral di mana impuls tersebut diterjemahkan sebagai rasa nyeri.

Dari studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di RSUD Brigjend H Hasan Basry Kandangan, diketahui bahwa manajemen nyeri yang digunakan *pasca* operasi *caesar* di RSUD Brigjend H Hasan Basry Kandangan masih terbatas pada metode farmakologi dan belum menggunakan manajemen nyeri dengan metode nonfarmakologi. Setelah itu, hasil wawancara yang dilakukan terhadap 6 pasien *pasca* operasi, menunjukkan bahwa terdapat 4 diantaranya menggambarkan nyeri yang dirasakan 7 jam *pasca* operasi seperti sakit gigi dan seperti kaki yang keseleo dengan skala nyeri 4 dan 5. Oleh karena itu, manajemen nyeri sangat diperlukan untuk pasien *pasca* operasi *caesar*. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *finger hold* (genggam jari) terhadap skala nyeri pada ibu nifas 7 jam *post operasi* SC di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan tahun 2025.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah *pre eksperimental* dengan rancangan *Pre-Posttest Design One Group* yaitu dengan memberikan kuesioner pretest kemudian peneliti memberikan penyuluhan dengan media video, setelah dilakukan penyuluhan peneliti memberikan kuesioner posttest untuk membandingkan pengetahuan dan minat responden. Populasi adalah seluruh ibu nifas *post sectio caesarea* di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan yang berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel *Total Sampling*. Data yang diperoleh diolah dengan tahapan *editing, coding, tabulating, entry data*. Setelah itu data diolah melalui analisis univariat dan bivariat. Pada penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* karena data tidak terdistribusi normal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Intensitas Nyeri sebelum dilakukan teknik *Finger hold* (genggam jari) pada ibu nifas 7 jam *post operasi* SC

<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Median</i>	<i>Min – Max</i>	<i>N</i>
3,77	1,223	3,50	2 – 6	30

Sumber: Data prime (2025)

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Brigjen H. Hasan Basry pada tahun 2025 terhadap 30 orang responden menunjukkan bahwa rerata intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas 7 jam sebelum dilakukan teknik *Finger hold* (genggam jari) adalah sebesar 3,77. Nilai ini mengindikasikan bahwa secara umum, tingkat nyeri yang dialami berada dalam kategori nyeri sedang. Standar deviasi sebesar 1,223 menunjukkan adanya variasi tingkat nyeri antar responden, di mana sebagian besar intensitas nyeri berada satu tingkat di atas atau di bawah rata-rata, yakni pada kisaran 2,5 hingga 5. Nilai median sebesar 3,50 mengindikasikan bahwa 50% responden mengalami nyeri dengan skor kurang dari atau sama dengan 3,5, sedangkan 50% sisanya merasakan nyeri dengan skor lebih dari 3,5. Adapun nilai minimum dan maksimum yang didapatkan adalah 2 dan 6, yang berarti intensitas nyeri yang dirasakan oleh responden berkisar antara nyeri ringan hingga nyeri sedang.

Tabel 2. Intensitas Nyeri sesudah dilakukan teknik *Finger hold* (genggam jari) pada ibu nifas 7 jam post operasi SC

Mean	SD	Median	Min – Max	N
2,10	1,094	2,00	1 – 4	30

Sumber: Data prime (2025)

Berdasarkan tabel 2, hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Brigjen H. Hasan Basry tahun 2025 terhadap 30 responden menunjukkan bahwa rerata intensitas nyeri pada ibu nifas 7 jam post operasi sectio caesarea setelah dilakukan teknik *Finger hold* (genggam jari) mengalami penurunan menjadi 2,10, standar deviasi sebesar 1,094 menunjukkan tingkat keragaman atau sebaran data terhadap nilai rata-rata. Nilai median sebesar 2,00 menunjukkan bahwa separuh responden memberikan skor nyeri ≤ 2 , dan separuh lainnya > 2 , yang mengindikasikan distribusi data yang cukup seimbang atau mendekati simetris. Sedangkan nilai minimum 1 serta nilai maksimum 4, yang berarti intensitas nyeri yang dirasakan oleh responden berkisar antara nyeri ringan hingga nyeri sedang. Hasil ini menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan intervensi *Finger hold*, yang mengindikasikan adanya perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah perlakuan.

Tabel 3. Analisis perbedaan skala nyeri pre dan post dilakukan terapi *Finger hold* pada Ibu Nifas 7 Jam Post Operasi Sectio Caesarea (SC) di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandungan

Jenis Data	<i>n</i>	Mean Rank	Sum of Ranks	<i>P</i>
Pre-Post Test Terapi <i>Finger hold</i>	Negative Ranks	30	15,50	465,00
	Positif Rank	0	,00	,00
	Ties	0		
	Total	30		

Sumber: Data prime (2025)

Berdasarkan tabel 3, hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test pada ibu nifas 7 jam post operasi SC di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandungan, dengan nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini berarti bahwa perlakuan/intervensi yang diberikan kepada responden menunjukkan bahwa ada pengaruh berupa penurunan skor dari pre-test ke post-test.

Pembahasan

1) Gambaran intensitas nyeri sebelum dilakukan teknik *finger hold* (genggam jari) pada ibu nifas 7 jam post operasi SC di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandungan Tahun 2025.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Brigjen H. Hasan Basry pada tahun 2025 terhadap 30 responden, diperoleh gambaran bahwa rata-rata intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas 7 jam pasca operasi sectio caesarea sebelum dilakukan intervensi teknik *finger hold* (genggam jari) adalah sebesar 3,77 dengan standar deviasi 1,223. Nilai median sebesar 3,50 menunjukkan bahwa setengah dari responden mengalami nyeri dengan intensitas sedang. Adapun nilai minimum dan maksimum berkisar antara 2 hingga 6, yang mengindikasikan adanya variasi tingkat nyeri yang dirasakan oleh responden. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri pada tingkat ringan hingga sedang sebelum dilakukan intervensi.

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar tergolong dalam usia 20-35 tahun sebesar 27 orang (90%). Salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri pada pasien *sectio caesarea* adalah usia [6]. Semakin matang usia seseorang maka semakin mampu mentoleransi rasa nyeri. Ibu melahirkan yang memiliki usia lebih tua berisiko tidak dapat melahirkan secara normal.

Selain itu, usia juga dapat mengganggu tahap penyembuhan luka karena seiring bertambahnya usia dapat terjadi perubahan frekuensi penggunaan sel epidermis, respon inflamasi terhadap cedera termasuk rasa nyeri yang dirasakan, persepsi sensoris, serta fungsi barier kulit (Ainiyah & Ratnawati, 2024).

Berdasarkan dari karakteristik tingkat pendidikan, didapatkan dari 30 responden yaitu mayoritas berpendidikan dasar sekitar 12 orang (40%) dan berpendidikan menengah yaitu 12 orang (40%). Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam memahami proses pemulihan *pasca* operasi dan penerapan manajemen nyeri secara mandiri. Pasien dengan tingkat pendidikan dasar sampai menengah memiliki tingkat nyeri sedang *pasca* operasi karena keterbatasan pengetahuan dalam merespon dan mengontrol rasa nyeri, serta cenderung pasif dalam bertanya atau mengikuti saran tenaga medis (Ainiyah & Ratnawati, 2024).

Berdasarkan karakteristik riwayat operasi sebelumnya dari 30 responden terdapat sebanyak 23 orang (76,7%) yang tidak ada memiliki riwayat operasi sebelumnya dan sebanyak 7 orang (23,3%) yang ada riwayat operasi sebelumnya. Ada pengaruh positif yang signifikan antara persalinan dengan tindakan *sectio caesarea* (SC) berdasarkan riwayat operasi sebelumnya. Ibu hamil yang pernah melakukan kelahiran secara SC harus mempertimbangkan manfaat dan risiko dalam memutuskan antara percobaan persalinan normal (Ainiyah & Ratnawati, 2024).

Penulis menyimpulkan bahwa diperlukan pendekatan tambahan yang bersifat nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri tersebut secara lebih efektif. Salah satu alternatif yang dapat diterapkan adalah teknik *Finger hold* karena bersifat sederhana, tidak menimbulkan efek samping, serta dapat dilakukan secara mandiri. Dengan begitu, teknik ini berpotensi besar untuk diterapkan dalam praktik keperawatan sebagai bagian dari asuhan komplementer pada ibu post operasi *Sectio Caesarea*.

2) Gambaran intensitas nyeri sesudah dilakukan teknik *finger hold* (genggam jari) pada ibu nifas 7 jam post operasi SC di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandangan Tahun 2025.

Hasil penelitian setelah dilakukan teknik *Finger hold* (genggam jari) menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri pada ibu nifas 7 jam post operasi *sectio caesarea* mengalami penurunan menjadi 2,10 dengan standar deviasi sebesar 1,094, nilai median sebesar 2,00 dan nilai minimum 1 serta nilai maksimum 4. Pada pengukuran awal sebelum penerapan intervensi teknik relaksasi *Finger Hold* (genggam jari), dari 30 responden terdapat 15 orang (50%) yang mengalami intensitas nyeri dalam kategori sedang dengan skala nyeri 4-6. Dari kelompok ini, mayoritas berpendidikan tingkat dasar sebanyak 7 responden (23,3%) dan 6 responden (20%) memiliki riwayat operasi *Sectio Caesarea* (SC) sebelumnya. Setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi *Finger Hold*, terjadi penurunan intensitas nyeri pada sebagian besar responden, yaitu sebanyak 25 orang (83,33%) melaporkan nyeri ringan dengan skala 1-3. Temuan ini menunjukkan efektivitas teknik *Finger Hold* dalam mengurangi tingkat nyeri, serta mengindikasikan perbedaan signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi.

Menurut Ningtyas *et al.* (2023) Pengelolaan nyeri setelah operasi tetap menjadi salah satu tantangan medis yang signifikan. Nyeri *pasca* operasi yang tidak ditangani dengan tepat dapat memperlambat proses pemulihan dan perawatan pasien, sehingga menghambat kemampuan pasien untuk beraktivitas seperti biasa.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Tarwiyah, Maulani & Rasyidah, 2022) tentang pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap skala nyeri pasien *post* operasi menunjukkan pada kelompok eksperimen ada pengaruh pada skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi genggam jari. Penelitian Lutfitawaliyah and Aprina (2023) mengatakan ada pengaruh pemberian terapi kombinasi *finger hold* dan *classical music therapy mozart* terhadap skala nyeri pada pasien *post* operasi laparatomi. Hal ini disebabkan karena kedua terapi tersebut memberikan efek rileks,

tenang, nyaman dan focus.

3) Perbedaan skala nyeri pre dan post dilakukan terapi *Finger hold* pada Ibu Nifas

Seluruh responden ($n = 30$) menunjukkan perubahan skor yang mengarah ke perbaikan setelah intervensi, yang terlihat dari 30 responden mengalami penurunan skor (*negative ranks*) dengan rata-rata peringkat (*mean rank*) sebesar 15,50 dan jumlah total peringkat (*sum of ranks*) sebesar 465,00. Tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan skor (*positive ranks* = 0), maupun nilai yang tidak berubah (*ties* = 0). Berdasarkan data pada Tabel 4.5 dan 4.6, terlihat bahwa terdapat penurunan rerata skala nyeri setelah pemberian intervensi teknik relaksasi *finger hold*. Rerata skala nyeri sebelum intervensi tercatat sebesar 3,77, sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 2,10. Dengan demikian, terjadi penurunan rerata skala nyeri sebesar 1,67 poin, yang diperoleh dari selisih antara rerata sebelum dan sesudah intervensi ($3,77 - 2,10 = 1,67$). Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum terdapat penurunan hampir 2 poin pada tingkat nyeri setelah diberikan intervensi teknik relaksasi *finger hold*, yang mengindikasikan bahwa intervensi tersebut memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada responden. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh antara teknik *Finger hold* (genggam jari) terhadap penurunan skala nyeri pada ibu nifas 7 jam *post* operasi SC di ruang An-Nisa RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandungan Tahun 2025, sebagaimana terlihat dari penurunan skor yang konsisten pada seluruh partisipan setelah pelaksanaan terapi.

Dari hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test teknik *finger hold* (genggam jari) pada ibu nifas 7 jam *post* operasi SC di RSUD Brigjend H. Hasan Basry Kandungan dengan nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini berarti bahwa perlakuan/intervensi yang diberikan kepada responden menunjukkan ada pengaruh berupa penurunan skor dari pre-test ke post-test.

Seluruh responden ($n = 30$) menunjukkan perubahan skor yang mengarah ke perbaikan setelah intervensi, yang terlihat dari 30 responden mengalami penurunan skor (*negative ranks*) dengan rata-rata peringkat (*mean rank*) sebesar 15,50 dan jumlah total peringkat (*sum of ranks*) sebesar 465,00. Tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan skor (*positive ranks* = 0), maupun nilai yang tidak berubah (*ties* = 0). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi *Finger hold* (genggam jari) efektif dalam memberikan perubahan yang signifikan terhadap kondisi responden, sebagaimana terlihat dari penurunan skor yang konsisten pada seluruh partisipan setelah pelaksanaan terapi. Hal ini sejalan dengan penelitian Susiyanti & Ninsah Mandala Putri Sembiring (2023) mengatakan Mobilisasi dini direkomendasikan bagi ibu pasca persalinan dalam rentang waktu dua hingga enam jam setelah melahirkan, karena memberikan berbagai manfaat terhadap proses pemulihan. Intervensi ini berkontribusi dalam mempercepat pengeluaran lochea, menurunkan risiko infeksi masa nifas, serta mendukung fungsi normal sistem gastrointestinal dan organ reproduksi. Selain itu, mobilisasi dini juga meningkatkan sirkulasi darah, yang berdampak positif terhadap produksi ASI dan pengeluaran sisa metabolisme. Secara keseluruhan, hal ini membantu ibu merasa lebih bugar, kuat, dan memperbaiki fungsi usus serta kandung kemih secara optimal.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa penurunan skala nyeri pada semua responden dikarenakan beberapa faktor yang dapat menyebabkan penurunan skala nyeri diantaranya yaitu dari teknik genggam jari yang diberikan, waktu dan cara melakukannya dengan tepat, adanya penjelasan tentang manfaat dan tujuan dari teknik relaksasi genggam jari sehingga responden yakin bahwa menggunakan teknik relaksasi genggam jari dapat menurunkan skala nyeri, selain itu juga teknik relaksasi genggam jari tidak memiliki efek samping, sehingga teknik relaksasi genggam jari sangat baik untuk diterapkan bagi pasien yang mengalami nyeri. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa efektivitas teknik genggam jari untuk menurunkan skala nyeri dapat dirasakan setelah diberikan intervensi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pengaruh *finger hold* (genggam jari) terhadap skala nyeri pada ibu nifas 7 jam post operasi sectio caesarea pada 30 ibu nifas, maka dapat dibuat kesimpulan bahwa ada pengaruh teknik *finger hold* (genggam jari) pada ibu nifas 7 jam post operasi SC dengan $P < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Lutfitawaliyah, R. and Aprina (2023) 'Pengaruh Kombinasi Finger Hold dan Classical Music Therapy Mozart Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi', *Media Informasi*, 19(2), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.37160/mijournal.v19i2.354>.
- [2] Ningtyas, N.W.R. et al. (2023) Bunga Rampai Manejemen Nyeri. Cilacap: PT. Media Pustaka Indo. Available at:
- [3] Nurhanifah, Dewi & Sari, R.T. (2022) Manajemen Nyeri Nonfarmakologi - Google Play Buku, Urban Green Central Media. Available at: <https://play.google.com/books/reader?id=K0ahEAAQBAJ&pg=GBS.PA54> (Accessed: 6 March 2025).
- [4] Purnama, R. et al. (2024) Implementasi terapi non farmakologi dengan masalah post operasi appendektomi. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management (NEM-Anggota IKAPI). Available at: <https://play.google.com/books/reader?id=Z6MUEQAAQBAJ&pg=GBS.PR4> (Accessed: 11 March 2025).
- [5] Syaiful, Y. and Fatmawati, L. (2020) ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU BERSALIN - Google Buku, CV. Jakad Media Publishing. Available at: <https://doi.org/ISBN : 978-623-6551-21-9>.
- [6] Tarwiyah, T., Maulani, M. and Rasyidah, R. (2022) 'PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAM TERHADAP SKALA NYERI PASIEN POST OPERASI', *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(1), pp. 27–32. Available at: <https://doi.org/10.51771/jintan.v2i1.216>.