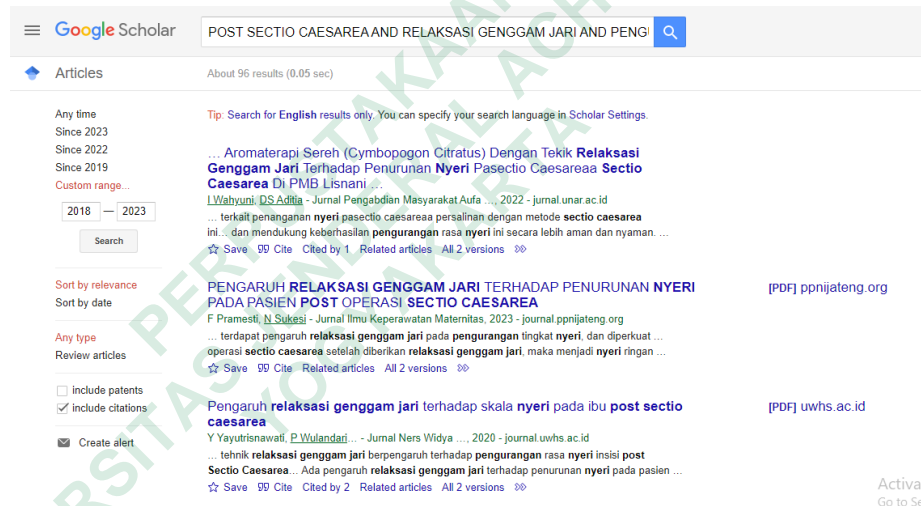


## BAB IV

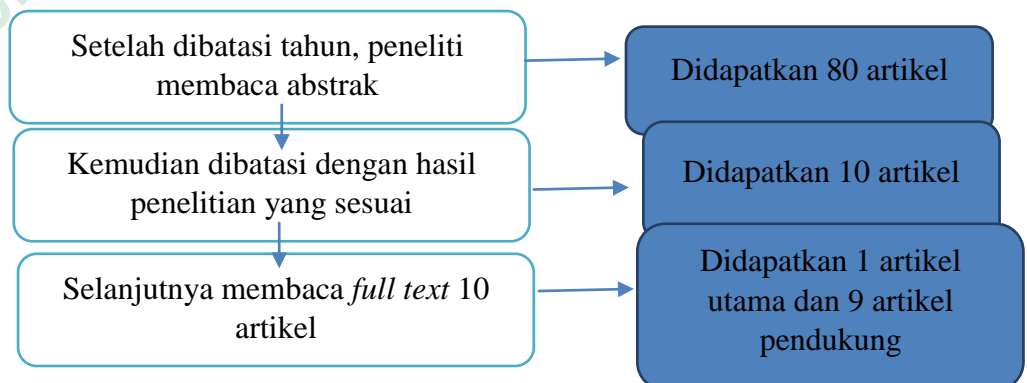
### TEKNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

#### A. Cara Mencari Jurnal

Situs database jurnal yang digunakan adalah *google scholar* dengan menggunakan keyword awal dengan kriteria PICO meliputi P (*post sectio caearea*); I (relaksasi genggam jari); C (-); O (pengurangan tingkat nyeri). Dalam fitur pencarian penulis memfilter tahun dari 2018-2023. Dengan menggunakan *keyword* tersebut muncul 96 jurnal. Berikut dapat dilihat pada gambar :



#### Hasil Telaah Jurnal



Penulis memilih salah satu artikel yang sesuai dengan kriteria PICO, yaitu artikel penelitian dengan judul “Teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri *post sectio caearea*” dan di dapatkan di situs <https://core.ac.uk/reader/230555340> . Selanjutnya artikel yang telah dipilih dirangkum dan di setujui oleh pembimbing sebagai intervensi pada karya ilmiah akhir ini.

## B. Resume Jurnal

### 1. *Introduction*

Persalinan normal adalah persalinan yang dimulai secara spontan, berisiko rendah pada awal persalinan, dan tetap demikian selama proses persalinan, bayi lahir secara spontan dalam presentasi belakang kepala pada usia kehamilan 37-42 minggu lengkap dan setelah persalinan ibu maupun bayi berada dalam kondisi sehat. Banyak jenis persalinan seperti persalinan normal dan melalui *sectio caesarea*, dimana setiap persalinan pasti mengalami nyeri baik pervaginam maupun persalinan secara operasi seperti *sectio caesarea* (SC). Persalinan SC dapat menimbulkan sensasi nyeri yang bukan lagi nyeri fisiologis dari persalinannya tetapi juga nyeri dari luka sayatan pada area yang dibedah.

Salah satu manajemen nyeri secara non- farmakologis yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari merupakan cara yang mudah untuk mengelola emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional. Di sepanjang jari-jari tangan terdapat saluran atau meridian energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut atau listrik menuju otak. Gelombang tersebut diterima otak dan diproses dengan cepat diteruskan menuju saraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan di jalur energi menjadi

lancar. Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri akan berkurang.

## 2. *Method*

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan pra eksperimen dengan rancangan one group pretest-posttest design. Prosedur penelitian ini dengan memberikan intervensi kepada responden yang akan dilakukan tindakan perlakuan dan membandingkan hasil dari pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2017 s.d. Februari 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin dengan *sectio caesarea* di RSUD A. Yani Kota Metro pada periode bulan Oktober 2017. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi 1) 7-8 Jam post pemberian analgetik 2) Mendapat analgetik asam mefenamat dan kriteria eksklusi 1) Pasien dengan kaku otot. Didapatkan sampel sebanyak 20 responden.

Teknik genggam jari dilakukan dengan cara genggam ibu jari selama kurang lebih 3 menit dengan bernapas secara teratur, untuk kemudian seterusnya satu persatu beralih ke jari selanjutnya dengan rentang waktu yang sama, setelah kurang lebih 15 menit, alihkan tindakan untuk tangan yang lain dan lakukan juga selama 15 menit. Pengukuran tingkat nyeri dengan menggunakan skala nyeri numerik (0-10).

## 3. *Result*

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nyeri sebelum intervensi 6,30, rata-rata nyeri setelah intervensi 4,25. Ada pengaruh teknik relaksasi jari tangan terhadap nyeri *post sectio caesarea* di RSUD A. Yani Kota Metro Tahun 2018 berdasarkan hasil uji t diperoleh nilai p

$0,000 < \alpha (0,05)$ . Disarankan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan untuk melakukan teknik relaksasi jari tangan sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi nyeri pada ibu *post SC*.

#### 4. *Discussion*

Hasil ini memiliki kesesuaian dengan teori relaksasi genggam jari yang menyebutkan bahwa tehnik relaksasi genggam jari menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non-nosiseptor. Serabut saraf aferen non-nosiseptor mengakibatkan “gerbang” tertutup sehingga stimulus pada kortek serebri dihambat atau dikurangi akibat counter stimulasi relaksasi dan mengenggam jari. Sehingga intensitas nyeri akan berubah atau mengalami modulasi akibat stimulasi relaksasi genggam jari yang lebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak.

Relaksasi genggam jari dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks. Adanya stimulasi nyeri pada luka bedah menyebabkan keluarnya mediator nyeri yang akan menstimulasi transmisi impuls disepanjang serabut afaren nosiseptor ke substansi gelatinosa (pintu gerbang) di medula spinalis untuk selanjutnya melewati thalamus kemudian disampaikan ke kortek serebri dan di interpretasikan sebagai nyeri. Perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen nosiseptor - non nosiseptor. Serabut saraf non nosiseptor mengakibatkan “pintu gerbang” tertutup sehingga stimulus nyeri terhambat dan berkurang. Teori *two gate control* menyatakan bahwa terdapat satu pintu “pintu gerbang” di thalamus mengakibatkan stimulasi yang menuju konteks serebri terhambat sehingga intensitas nyeri berkurang untuk kedua kalinya.

Berdasarkan teori *gate-control* menjelaskan bahwa *teori gate control* bahwa stimulasi kulit akan mengaktifkan tranmisi serabut saraf sensori A-Beta yang lebih besar dan lebih cepat. Apabila

terdapat impuls yang ditransmisikan oleh selaput berdiameter besar karena adanya stimulasi kulit, sentuhan, getaran, hangat dan dingin serta sentuhan halus, maka impuls ini akan menghambat impuls dari serabut berdiameter kecil di area substansia gelatinosa, sehingga tubuh tidak akan merasakan nyeri.

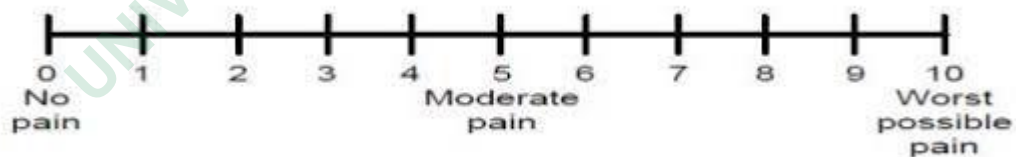
### C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus

#### 1. Mengidentifikasi Nyeri Pasien

Pasien dilakukan pengkajian nyeri dengan mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri. Pasien dilakukan pengkajian nyeri sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi. Pasien dilakukan pengkajian selama 2 hari. Identifikasi dilakukan kepada pasien bertujuan untuk mengevaluasi keberhasilan terapi genggam jari dalam menurunkan intensitas nyeri.

#### LEMBAR OBSERVASI SKALANYERI

Nama Pasien :  
 TTL :  
 Tanggal Observasi :



Gambar 1. Instrumen Skala Nyeri

Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
Skala	Interpretasi	Skala	Interpretasi
0	Tidak Nyeri	0	Tidak Nyeri
1-3	Nyeri Ringan	1-3	Nyeri Ringan (3)
4-6	Nyeri Sedang (5)	4-6	Nyeri Sedang (5)
7-10	Nyeri Hebat	7-10	Nyeri Hebat

## 2. Mengajarkan Teknik Nonfarmakologis Relaksasi Genggam Jari

Pasien diajarkan terapi relaksasi genggam jari selama 2 hari. Selama intervensi pasien diberikan penjelasan terlebih dahulu bagaimana prosedur yang dilakukan. Relaksasi yang dilakukan pada pasien bertujuan dapat menyeimbangkan dan menyelaraskan energi di seluruh tubuh. Pasien telah di posisikan pada posisi berbaring, serta dengan menganjurkan pasien untuk mengatur nafas dan merilekskan semua otot. Kemudian menginstruksikan pasien dengan merelaksasi dimulai dengan menggenggam ibu jari dengan tekanan lembut, genggam sampai nadi terasa berdenyut.

Tahapan berikutnya dengan menganjurkan pasien untuk mengatur pola nafas dengan hitungan teratur. Setelah mengatur nafas, pasien di instruksikan untuk menggenggam ibu jari kurang lebih selama 3-5 menit dengan tambahan nafas dalam, kemudian lanjutkan ke jari jari yang lain satu persatu dengan durasi yang sama. Setelah kurang lebih 15 menit, lakukan relaksasi genggam jari ke jari tangan yang lain. Setelah diberikan intervensi pasien dilakukan evaluasi terhadap penurunan nyeri.

Tabel 11. Standar Prosedur Penerapan Relaksasi Genggam Jari

<b>RELAKSASI GENGAM JARI</b>	
<b>Definisi</b>	Menggenggam jari merupakan suatu teknik non farmakologis dengan menyeimbangkan dan menelaraskan energi di seluruh tubuh.
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyeimbangkan dan menelaraskan energi di seluruh tubuh.</li> <li>2. Dapat mengurangi ketegangan fisik dan emosi, karena genggaman jari akan menghangatkan titik titik meridian (jalan energi dalam tubuh), yang berhubungan langsung dengan organ-organ tubuh yang terletak di jari tangan.</li> <li>3. Dapat mengendalikan dan mengembangkan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks.</li> <li>4. Dapat mengurangi kecemasan pada pasien tersebut.</li> </ol>
<b>Indikasi</b>	Pasien dengan masalah nyeri, kecemasan, tegang dan rasa tidak nyaman.
<b>Kontraindikasi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien dengan Fraktur area jari tangan</li> <li>2. Pasien dengan penurunan kesadaran</li> </ol>
<b>Pelaksanaan</b>	
<b>Tahap Pra Interaksi</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menyiapkan alat /Lembar Observasi</li> <li>2) Melihat data atau status klien</li> <li>3) Menyiapkan ruangan yang nyaman</li> <li>4) Mencuci tangan 6 langkah menggunakan <i>handrub</i></li> </ol>	
<b>Tahap Orientasi</b>	

- 1) Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri
- 2) Menanyakan identitas klien (nama, umur dan alamat)
- 3) Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan
- 4) Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien
- 5) menutup tirai

#### **Tahap Kerja**



- 1) Mengidentifikasi skala nyeri pasien
- 2) Posisikan pasien pada posisi berbaring, serta anjurkan pasien untuk mengatur nafas dan merilekskan semua otot.
- 3) Perawat duduk di samping pasien, relaksasi dimulai dengan menggenggam ibu jari pasien dengan tekanan lembut, genggam sampai nadi pasien terasa berdenyut.
- 4) Anjurkan pasien untuk mengatur pola nafas dengan hitungan teratur.
- 5) Genggam ibu jari kurang lebih selama 3-5 menit dengan tambahan nafas dalam, kemudian lanjutkan ke jari jari yang lain satu persatu dengan durasi yang sama.
- 6) Setelah kurang lebih 15 menit, lakukan relaksasi genggam jari ke jari tangan yang lain
- 7) Mengevaluasi skala nyeri pasien

#### **Tahap Terminasi**

- 1) Melakukan evaluasi tindakan dan perasaan klien
- 2) Menganjurkan klien melakukan sendiri terapi genggam jari



- 3) Reinforcement positif pada klien
- 4) Mendoakan klien
- 5) Mengucapkan salam penutup
- 6) Mencuci tangan 6 langkah menggunakan *handrub*
- 7) Mendokumentasikan tindakan yang dilakukan

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA