

**EFEKTIVITAS TEKNIK *FINGER HOLD* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI
PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI KLINIK PURI MEDIKA CENDEKIA,
KEMBANGAN, JAKARTA BARAT****Lilik Hartini^{1*}, Feva Tridiyawati²**¹⁻²Fakultas Ilmu Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: lilikhartini97@gmail.com

Disubmit: 25 Juli 2023

Diterima: 13 Maret 2024

Diterbitkan: 01 April 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11195>**ABSTRACT**

Labor pain is an extraordinary physiological process and the intensity of pain felt is very different. Even in the same mother, the degree of pain that is felt in each delivery or during labor is not the same. Pain in labor is caused by stretching and tearing during cervical contractions. Contractions during childbirth will cause a feeling of pain arising from cervical contractions and dilatation (dilation) of the cervix and lower uterine segment much feared by mothers. To Know the Effectiveness of the Finger Hold Technique on Reducing the Active Phase I Labor Pain Scale at Puri Medika Cendekia Clinic, Kembangan, West Jakarta. This study The method used in this study was the One Group Pretest Posttest to see the average difference in the scale of labor pain in the first stage of the active phase. The population in this study were all mothers who gave birth at the Puri Medika Cendekia Clinic, Kembangan, West Jakarta, as many as 30 mothers. There is an average value of decreasing the pain scale in the first active phase of labor after the Finger Hold was carried out. The average value of the decrease is from 3.53 to 2.33. there is a difference in the decrease in the pain scale before and after the Finger Hold is performed with a significant value of $p = 0.000$. There is the Effectiveness of the Finger Hold Technique on Reducing the Pain Scale of Labor in the Active Phase I.

Keywords: *Finger Hold Technique, Labor Pain, Active Phase I Phase***ABSTRAK**

Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang luar biasa dan intensitas nyeri yang dirasakan sangat berbeda-beda. Bahkan pada ibu yang sama pun derajat nyeri yang dirasakan pada setiap persalinan atau kala persalinan tidak serupa. Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena peregangan dan robekan selama kontraksi serviks. Kontraksi pada saat melahirkan akan menimbulkan perasaan nyeri yang timbul akibat kontraksi servik serta dilatasi (pelebaran) mulut rahim dan segmen bawah rahim banyak ditakuti oleh para ibu. Untuk Mengetahui Efektivitas Teknik *Finger Hold* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat. Penelitian ini Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest Posttest* untuk melihat rata-rata perbedaan skala nyeri persalinan kala I fase aktif Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat sebanyak 30 ibu bersalin

dan Sampel pada penelitian ini yaitu ibu bersalin yang ada di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat Sebanyak 30 orang. Terdapat nilai rata-rata penurunan skala nyeri persalinan kala 1 fase aktif setelah dilakukan *Finger Hold*. Adapun nilai rata-rata penurunannya adalah dari 3,53 menjadi 2,33. ada perbedaan penurunan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan *Finger Hold* dengan nilai signifikan $p = 0,000$. Terdapat Efektivitas Teknik *Finger Hold* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.

Kata Kunci: Teknik *Finger Hold*, Nyeri Persalinan, Kala I Fase Aktif

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) setiap hari di tahun 2017, sekitar 810 wanita meninggal karena penyebab yang dapat dicegah terkait kehamilan dan persalinan. Rasio kematian ibu AKI per 100.000 kelahiran hidup turun sekitar 38% di seluruh dunia. 94% dari semua kematian ibu terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah ke bawah. Wanita meninggal akibat komplikasi selama dan setelah kehamilan dan persalinan. komplikasi utama yang menyebabkan hampir 75% dari semua kematian ibu adalah perdarahan hebat, infeksi, tekanan darah tinggi selama kehamilan (pre-eklampsia dan eklampsia), komplikasi dari persalinan dan aborsi yang tidak aman (WHO, 2019).

Kementerian Kesehatan (Kemenkes) mencatat sebanyak 7.389 ibu di Indonesia meninggal pada tahun 2021. Jumlah tersebut meningkat 59,69% dibandingkan tahun sebelumnya yang sebanyak 4.627 orang. Sebanyak 1.320 ibu meninggal akibat pendarahan pada tahun lalu. 1.077 ibu yang meninggal akibat hipertensi dalam kehamilan, penyakit jantung 335 orang, infeksi dan gangguan metabolik masing-masing sebanyak 207 orang dan 80 orang, sebanyak 65 ibu meninggal akibat gangguan sistem peredaran darah, 14 ibu lainnya meninggal akibat abortus, dan penyebab lainnya 1.309 ibu (Kementerian

Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Jumlah Kematian Ibu di Kabupaten Bekasi Tahun 2017 - 2021 memperlihatkan ada kenaikan jumlah kematian ibu di tahun 2021 dibanding 2020 di 44 Puskesmas yaitu pada tahun 2017 terdapat 31 kasus kematian dibanding tahun 2018 terdapat 28 kasus. Adanya kecenderungan penurunan kasus kematian dibanding tahun 2019 menjadi 22 kasus, pada tahun 2020 terjadi kenaikan kasus kembali sebesar 29 dan di tahun 2021 terjadi kenaikan kembali menjadi 33 kasus dibanding tahun 2020. Adanya kenaikan kasus kematian ibu di Kabupaten Bekasi disebabkan karena adanya pandemi Covid-19 karena Ibu maternal sebagai kelompok yang paling rentan terpapar Covid-19. Adapun Faktor penyebab kematian ibu di Kabupaten Bekasi disebabkan karena Covid-19, hipertensi karena kehamilan dan Perdarahan (Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi, 2022).

Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang luar biasa dan intensitas nyeri yang dirasakan sangat berbeda-beda. Bahkan pada ibu yang sama pun derajat nyeri yang dirasakan pada setiap persalinan atau kala persalinan tidak serupa. Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena peregangan dan robekan selama kontraksi serviks. Kontraksi pada saat melahirkan akan menimbulkan perasaan nyeri yang timbul akibat kontraksi servik serta

dilatasi (pelebaran) mulut rahim dan segmen bawah rahim banyak ditakuti oleh para ibu (Alam, 2020).

Penanganan nyeri secara non farmakologis dalam kehamilan dan persalinan merupakan suatu metode relaksasi yang lebih murah, efektif, sederhana dan tanpa efek samping. Metode non farmakologis tidak membahayakan bagi ibu maupun fetus, tidak memperlambat persalinan jika diberikan kontrol nyeri yang adekuat, dan tidak mempunyai efek alergi maupun efek negatif. Tindakan tersebut mempunyai tujuan untuk distraksi yang dapat menghambat otak untuk mengeluarkan sensasi nyeri (Solehati, 2018).

Metode non-farmakologis sangat bervariasi yang dapat diterapkan untuk membantu mengurangi rasa nyeri persalinan antara lain distraksi, terapi musik, akupresure, massage counterpressure, hipnobirthing, waterbirth, relaksasi, akupuntur, murottal Al-Quran dan lain sebagainya (Hasnah et al., 2018).

Salah satu pengobatan 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. Teknik relaksasi Finger Hold adalah teknik sederhana yang menggabungkan pernafasan dan pegangan pada setiap jari sehingga membantu dalam mengelola emosi dan stres.

Teknik relaksasi genggam jari membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Tubuh yang dalam keadaan relaksasi secara alamiah memicu pengeluaran hormon endorfin. Hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri dapat berkurang. Individu dengan endorfin yang banyak merasakan nyeri yang

lebih sedikit sedangkan individu dengan sedikit endorfin merasakan nyeri lebih besar (Laila et al., 2021).

Melalui pemberian terapi relaksasi genggam jari dapat merespon rangsangan yang dikirim melewati saraf aferen non nosiseptor yang menyebabkan pintu gerbang menjadi tertutup serta rangsangan nyeri menjadi berkurang (Pinandita et al., 2019). Sedangkan menurut Astutik & Kurlinawati (2017) pemberian teknik relaksasi genggam jari dapat membantu tubuh serta pikiran dalam kondisi rileks dan secara alamiah mengakibatkan proses keluarnya hormon endorfin, hormon tersebut adalah analgesik alami dari dalam tubuh sehingga nyeri berkurang.

Dari data diatas, maka penulis berasumsi bahwa teknik relaksasi genggam jari atau *finger hold* memiliki manfaat untuk mengurangi nyeri. Karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Teknik Finger Hold Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat".

TINJAUAN PUSTAKA

Persalinan

Persalinan merupakan suatu proses alamiah yang akan dialami oleh setiap ibu hamil. Pada proses ini terjadi peregangan dan pelebaran mulut rahim sebagai akibat dari kontraksi otot-otot rahim untuk mendorong bayi keluar. Kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri persalinan pada kala I fase aktif, pada fase ini ibu merasakan sakit yang hebat karena rahim berkontraksi semakin lama semakin sering untuk mengeluarkan hasil konsepsi. Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui

jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan (Pohan, 2022).

Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan persentasi belakang kepala berlangsung dalam 18-24 jam tanpa komplikasi, baik pada ibu maupun pada janin (Aji et al., 2022).

Nyeri pada Persalinan Kala I

Nyeri saat persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Nyeri persalinan mulai timbul pada kala I fase laten dan fase aktif, pada fase laten terjadi pembukaan serviks sampai 3 cm bisa berlangsung selama 8 jam. Nyeri disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Dengan seiring bertambahnya intensitas dan frekuensi kontraksi uterus nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif dimana pembukaan lengkap sampai 10 cm dan berlangsung sekitar 4,6 jam untuk primipara dan 2,4 untuk multipara (Wahyuni et al., 2020).

Nyeri adalah rasa tidak enak akibat perangsangan ujung-ujung saraf khusus. Selama persalinan dan kelahiran pervaginam, nyeri disebabkan oleh kontraksi rahim, dilatasi serviks, dan distensi perenium. Rasa nyeri pada persalinan adalah nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas system saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernafasan dan warna kulit dan apabila tidak ditangani akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut, dan stress (Astutik & Kurlinawati, 2017).

Teori gate control menyatakan bahwa selama proses persalinan impuls nyeri berjalan dari uterus sepanjang serat-serat syaraf besar kearah uterus ke substansia

gelatinosa di dalam spinal kolumna, sel-sel transmisi memproyeksikan pesan nyeri ke otak. Adanya stimulasi (seperti vibrasi, menggosok-gosok atau masase) mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang saraf saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup gate di substansia gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri tersebut (Harwijayanti et al., 2022).

Finger Hold

Relaksasi genggam jari adalah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun dan dimanapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh kita. Teknik genggam jari adalah bagian dari teknik Jin Shin Jyutsu. Jin Shin Jyutsu adalah akupresur seni Jepang yang menggunakan sentuhan sederhana tangan dan pernapasan untuk menyeimbangkan energi didalam tubuh. Perasaan yang tidak seimbang seperti khawatir, marah, cemas, dan kesedihan dapat menghambat aliran energi yang mengakibatkan rasa nyeri (Damayanti et al., 2019).

Teknik relaksasi genggam jari adalah metode yang sederhana untuk dilakukan dalam mengontrol emosi serta kecerdasan emosional menjadi berkembang karena sepanjang jari-jari yang berkaitan dengan organ serta emosi ada saluran tenaga (Sari, 2020).

Relaksasi genggam jari disebut juga *Finger Hold* merupakan suatu terapi relaksasi yang dapat dipakai buat meredakan nyeri setelah operasi (Murniasih et al., 2021).

Teknik relaksasi genggam jari adalah teknik terapi relaksasi menggunakan jari jemari serta gelombang tenaga yang ada di dalam tubuh (Larasati & Utami, 2018).

Rumusan masalah

Penerapan terapi nonfarmakologis untuk mengatasi nyeri pada persalinan merupakan metode yang harus dikembangkan oleh semua penolong persalinan. Hal ini secara tidak langsung akan membantu ibu bersalin dalam mengatasi nyeri akibat persalinan yang terjadi dan menekan resiko terjadinya komplikasi akibat persalinan yang terjadi. Prinsip metode ini adalah mengurangi ketegangan ibu sehingga ibu merasa nyaman, rileks dan meningkatkan stamina menghadapi persalinan. Maka Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Efektivitas Teknik *Finger Hold* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat”.

Adapun pertanyaan penelitian ini adalah Bagaimana Gambaran penurunan skala nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan teknik *Finger Hold* di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat?; Bagaimanakah Efektivitas Teknik *Finger Hold* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat?

Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas Teknik *Finger Hold* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis *quasi eksperimen*. Penelitian eksperimen yang dilakukan dalam penelitian ini, menggunakan pendekatan rancangan *pra-experimental design*. Desain penelitian ini menggunakan pengukuran (observasi) atau *posttest* yaitu *One Group Pretest Posttest*. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April - Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat sebanyak 30 ibu bersalin. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *total sampling* yaitu semua anggota populasi dijadikan sebagai penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah Ibu bersalin yang di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat; yang mengalami nyeri dengan skala 4-10; Ibu yang tidak diberikan obat pereda nyeri; dan Ibu yang kooperatif serta dapat diajak kerjasama. Adapun kriteria eksklusi berupa Ketuban Pecah Dini (KPD); Riwayat perdarahan; dan Taksiran Berat Janin (TBJ) Berat/> 4000 gram. Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer yang dikumpulkan langsung dari responden dengan menggunakan lembar observasi dan lembar NRS. Pengolahan data *editing, coding, scoring*, dan tabulasi. Analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sample-test*.

HASIL PENELITIAN

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat

Karakteristik	F	%
Usia		
<18 Tahun	3	10.0
18-25 Tahun	18	60.0
26-35 Tahun	9	30.0
Pendidikan Orang Tua		
SD	9	30.0
SMP	11	36.7
SMA	10	33.3
Finger Hold		
Sesuai SOP	21	70.0
Tidak Sesuai SOP	9	30.0

Berdasarkan tabel 1 diatas diperoleh bahwa dari 30 responden terdapat 3 (10.0%) responden dengan umur <18 tahun, terdapat 18 (60.0%) responden dengan umur 18-25 tahun, dan terdapat 9 (30.0%) responden dengan umur 26-35 tahun, terdapat 9 (30.0%) responden dengan pendidikan SD, terdapat 11

(36.7%) responden dengan pendidikan SMP, dan terdapat 10 (33.3%) responden dengan pendidikan SMA, terdapat 21 (70.0%) pelaksanaan *Finger Hold* sesuai dengan SOP, dan terdapat 9 (30.0%) pelaksanaan *finger hold* tidak sesuai dengan SOP.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan sebelum dan sesudah dilakukan *Finger Hold* Di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat

Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif	Jumlah	Persentase	
Pre Test	Nyeri Sedang	14	46.7
	Nyeri Hebat	16	53.3
Pos Test	Sedikit Nyeri	20	66.7
	Nyeri Sedang	10	33.3
Total	30	100	

Berdasarkan tabel 2 diatas diperoleh bahwa dari 30 responden terdapat 14 (46.7%) responden yang mengalami nyeri sedang sebelum dilakukan *Finger Hold*, dan terdapat 16 (53.3%) responden yang mengalami skala nyeri hebat sebelum dilakukan *Finger Hold*.

Sedangkan dari 24 responden terdapat 20 (66.7%) responden yang menyatakan sedikit nyeri setelah dilakukan *Finger Hold*, dan terdapat 10 (33.3%) responden yang menyatakan nyeri sedang setelah dilakukan *Finger Hold*.

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan sebelum dan sesudah dilakukan *Finger Hold* Di Klinik Puri Medika Cendekia, Kembangan, Jakarta Barat

<i>Finger Hold</i>	Mean	Selisih Mean	P Value
Sebelum	3,53	1.200	0,000
Sesudah	2,33		

Terdapat nilai rata-rata penurunan skala nyeri persalinan kala 1 fase aktif setelah dilakukan *Finger Hold*. Adapun nilai rata-rata penurunannya adalah dari 3,53

menjadi 2,33, bahwa ada perbedaan penurunan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan *Finger Hold* dengan nilai signifikan $\rho = 0,000$.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi berdasarkan umur ibu

Berdasarkan tabel 1 diatas diperoleh bahwa dari 30 responden terdapat 3 (10.0%) responden dengan umur <18 tahun, terdapat 18 (60.0%) responden dengan umur 18-25 tahun, dan terdapat 9 (30.0%) responden dengan umur 26-35 tahun.

Beberapa faktor yang mempengaruhi persepsi nyeri diantaranya adalah umur. Umur ibu yang lebih muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens dibandingkan dengan ibu yang memiliki umur yang lebih. Umur muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan semakin lebih kuat (Nengsih et al., 2022).

Penelitian Fitri et al. (2023) menyatakan bahwa Persalinan pada ibu primipara berumur antara 20-35 tahun lebih aman dari pada persalinan pada ibu berumur <20 tahun dan >35 tahun. Pada ibu bersalin yang berumur <20 tahun secara fisik kondisi rahim dan panggul belum berkembang dengan baik sehingga dapat menyebabkan nyeri yang berlebih, sedangkan persalinan yang terjadi pada ibu yang berumur >35 tahun juga

beresiko karena kondisi kesehatan ibu sudah menurun, kondisi dan fungsi rahim ibu sudah tidak optimal serta kualitas sel telur sudah berkurang. Ibu yang melahirkan diusia muda akan mengungkapkan nyeri sebagai sensasi yang sangat menyakitkan sedangkan ibu yang melahirkan diusia dewasa mengungkapkan bahwa nyeri merupakan hal biasa dari persalinan (Aune et al., 2021; Grylka-Baeschlin et al., 2022; Thornton et al., 2020).

Sedangkan penelitian Suyani (2020) mengemukakan bahwa umur ibu yang semakin matang akan lebih mudah untuk mengatasi nyeri karena bertambahnya umur maka semakin dewasa dalam menghadapi situasi dan kondisi apapun pada dirinya.

Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan ibu

Berdasarkan tabel 2 diatas diperoleh bahwa dari 30 responden terdapat 9 (30.0%) responden dengan pendidikan SD, terdapat 11 (36.7%) responden dengan pendidikan SMP, dan terdapat 10 (33.3%) responden dengan pendidikan SMA.

Tingkat pendidikan mempengaruhi kesadaran dan pemahaman terhadap stimulus. Ibu yang berpartisipasi dalam

pendidikan kelahiran bayi lebih memahami apa yang terjadi dalam proses persalinan dan sedikit mengalami kecemasan (Nengsih et al., 2022).

Penelitian Sulistyowati & Yuriati (2023) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara ibu yang memiliki pendidikan tinggi dibandingkan dengan tingkat pendidikannya rendah.

Sedangkan menurut Afdila et al. (2023) mengatakan semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin banyak bahan, materi dan pengetahuan yang dimiliki untuk mencapai perubahan tingkah laku yang baik. Jadi ibu yang berpendidikan tinggi lebih bisa mentoleransi terhadap nyeri yang dialaminya.

Distribusi frekuensi berdasarkan pelaksanaan *Finger Hold*

Berdasarkan tabel 3 diatas diperoleh bahwa dari 30 responden terdapat 21 (70.0%) pelaksanaan *Finger Hold* sesuai dengan SOP, dan terdapat 9 (30.0%) pelaksanaan *finger hold* tidak sesuai dengan SOP.

Teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi di dalam tubuh. Yaitu teknik genggam jari atau *finger hold*. Teknik ini memfokuskan pada genggam ujung jari sebagai saluran masuk dan keluarnya energi yang berhubungan dengan organ dalam tubuh dan emosi. Setiap jari berhubungan dengan emosi tertentu. Teknik relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut syaraf aferen non nosiseptor. Serabut syaraf aferen non nosiseptor mengakibatkan tertutupnya pintu gerbang di thalamus sehingga stimulus yang menuju korteks serebri terhambat

dan nyeri berkurang (Fatmawati et al., 2023).

Teori *Gate Control* juga menyatakan bahwa selama proses persalinan impuls nyeri berjalan dari uterus sepanjang serat-serat saraf besar kearah uterus ke substansia gelatinosa di dalam spinal kolumna, sel-sel transmisi memproyeksi pesan nyeri ke otak. Adanya pemberian *deep back massage* mengakibatkan pesan yang berlawanan yang lebih kuat, cepat dan berjalan sepanjang serat saraf kecil. Pesan yang berlawanan ini menutup *gate* substansi gelatinosa lalu memblokir pesan nyeri sehingga otak tidak mencatat pesan nyeri. Ketika sentuhan *deep back massage* dan nyeri dirangsang bersamaan, sensasi sentuhan berjalan ke otak dan menutup pintu gerbang dalam otak, pembatasan jumlah nyeri dirasakan dalam otak (Taqiyah & Jama, 2021).

Teknik relaksasi yang dapat dipergunakan untuk mengurangi nyeri ialah tehnik relaksasi genggam jari. Intensitas nyeri pasca operasi bisa melakukan tehnik relaksasi genggam jari dimana tidak sulit dilakukan siapa pun karena sangat sederhana dan berkaitan dengan aliran energi didalam tubuh dan jari tangan. Tehnik genggam jari sambil relaksasi (mengatur napas) dilaksanakan sekitar 2-5 menit, jari dapat digenggam guna menciptakan rasa nyaman dan fokus, dengan demikian bisa menghadapi kondisi secara tenang. Titik refleksi terhadap tangan dapat memberi rangsangan secara spontan (refleks) Ketika menggenggam (Rasyidah et al., 2022).

Kelebihan tehnik relaksasi genggam jari yakni tidak sulit dilakukan, bisa dilaksanakan kapan pun dan oleh siapa saja. Latihan ini bisa dilaksanakan sendiri dan mempermudah kehidupan sehari-hari dalam merileksasikan ketegangan fisik. Mekanismenya

yakni menggenggam jari sembari menarik napas secara mendalam (relaksasi), dengan demikian bisa menyembuhkan dan mengurangi ketegangan emosi dan fisik, sebab genggam jari mampu hangatkan semua titik masuk dan keluarnya energi channel (meridian) yang berada di jari tangan (Rasyidah et al., 2022).

Skala nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan *Finger Hold*

Berdasarkan tabel 5.4 diatas diperoleh bahwa dari 30 responden terdapat 14 (46.7%) responden yang mengalami nyeri sedang sebelum dilakukan *Finger Hold*, dan terdapat 16 (53.3%) responden yang mengalami skala nyeri hebat sebelum dilakukan *Finger Hold*. Sedangkan dari 24 responden terdapat 20 (66.7%) responden yang menyatakan sedikit nyeri setelah dilakukan *Finger Hold*, dan terdapat 10 (33.3%) responden yang menyatakan nyeri sedang setelah dilakukan *Finger Hold*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Pramesti & Sukesni (2023) Hasil penelitian mayoritas responden sebelum direlaksasi dengan genggam jari post operasi sectio caesaria mengalami nyeri sedang dengan skor nyeri 4-5. Setelah diberikan relaksasi genggam jari, keempat pasien mengalami penurunan nyeri. Pasien yang menggenggam jari dengan mengatur nafas secara pelan bisa menurunkan ketegangan emosi dan fisik, sebab melalui cara genggam bisa membuat titik-titik yang masuk dan keluar terhadap meridian yang ada di tangan dan jari menjadi hangat. Ketika melakukan genggam, timbul rangsangan dengan cara spontan terhadap semua titik refleksi dikarenakan pada jari tangan ada saluran meridian energi yang terkoneksi pada sejumlah emosi dan organ,

semua titik itu memberialiran seperti listrik yang mengarah ke otak selajutnya diterima otak dan akan di proses secara cepat dan mengarah kesaraf terhadap organ tubuh yang terjadi gangguan menyebabkan saluran energi menjadi lancer

Hal ini sejalan dengan penelitian Sari (2020) mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 21 responden dan sebanyak 11 responden mengalami nyeri berat. Perbedaan intensitas nyeri responden ini berhubungan dengan persepsi individu dalam menilai nyeri. Nyeri yang dirasakan oleh responden rata-rata mulai meningkat di jam ke-6 pasca operasi. Nyeri pasca bedah bersifat individual, tindakan yang sama pada pasien yang kurang lebih sama keadaan umumnya tidak selalu mengakibatkan nyeri pasca bedah yang sama pula, menunjukkan terjadi penurunan intensitas nyeri pada kelompok nyeri sedang yaitu sebanyak 19 responden mengalami penurunan nyeri menjadi nyeri ringan, dan sebanyak 13 responden mengalami penurunan nyeri dari nyeri berat menjadi nyeri sedang. Hal ini disebabkan karena 62 responden telah diberikan intervensi teknik relaksasi genggam jari (*Finger Hold*). Relaksasi genggam jari bertujuan untuk meningkatkan toleransi terhadap nyeri, membuat nyaman dan rileks, mengurangi ketegangan tubuh sehingga nyeri berkurang. Respon relaksasi merupakan bagian dari penurunan umum kognitif, fisiologis dan stimulus perilaku. Proses relaksasi juga melibatkan penurunan stimulus nyeri.

Teknik relaksasi genggam jari akan dihasilkan impuls yang dikirim melalui saraf aferon non nosiseptor sebagai counter stimulasi dari rasa nyeri di korteks serebri sehingga menyebabkan intensitas nyeri berubah atau mengalami modulasi

akibat stimulasi relaksasi genggam jari yang terlebih dahulu dan lebih banyak mencapai otak. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejutan listrik menuju otak dan diproses dengan cepat dan diteruskan menuju syaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar dan nyeri berkurang.

Efektivitas Teknik *Finger Hold* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Hasil penelitian ini menunjukkan ada Efektivitas *Finger Hold* terhadap penurunan skala nyeri persalinan. Adapun nilai rata-rata penurunannya adalah dari 3,53 menjadi 2,33 dan memiliki selisih 1,2. Berdasarkan Hasil di atas uji paired simple t test diperoleh bahwa ada perbedaan penurunan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan *Finger Hold* dengan nilai signifikan $p = 0,000$.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sugianti & Joeliatin (2019) ibu bersalin kala I fase aktif dapat diatasi. Tindakan intervensi nonfarmakologi yang merupakan bagian dari intervensi comfort technical dapat diberikan untuk menurunkan persepsi nyeri pasien. Intervensi comfort technical dengan kombinasi teknik relaksasi genggam jari dan kompres dapat menurunkan persepsi nyeri persalinan kala I fase aktif. adanya penurunan skala nyeri yang tinggi, dengan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$)

Dan hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Joeliatin (2019) hasil uji statistik Kruskal Wallis Test menunjukkan ada perbedaan penurunan skala nyeri antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan ($p=0,034$). Berdasarkan

hasil penelitian di atas yang paling besar pengaruhnya adalah pemberian perlakuan relaksasi genggam jari yang dapat menurunkan intensitas nyeri saat persalinan kala I fase aktif di wilayah kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk Tahun 2019.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sofiyah et al. (2014) yang menunjukkan bahwa sebelum dilakukan teknik relaksasi genggam jari sebagian besar responden menyatakan nyeri sedang (65,6%) dan setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari sebagian besar menyatakan nyeri ringan (59,4%) dengan nilai p value $0,000 \leq \alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nyeri berkurang setelah dilakukan teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari adalah cara yang mudah untuk mengelola emosi. Teknik relaksasi juga merupakan suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress sehingga dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri. Relaksasi genggam jari merupakan salah satu cara mengurangi rangsangan nyeri dengan mengistirahatkan atau relaksasi pada otot-otot tubuh.

Relaksasi merupakan suatu usaha menurunkan nyeri atau menjaga agar tidak nyeri yang masih berat dengan menurunkan ketegangan otot. Perlakuan relaksasi genggam jari akan menghasilkan impuls yang dikirim melalui serabut saraf aferen non-nosiseptor. Dengan adanya relaksasi maka implus nyeri melakukan teknik relaksasi genggam jari akan dihasilkan impuls yang dikirim melalui saraf aferen non nosiseptor sebagai counter stimulasi dari rasa nyeri di korteks serebri sehingga menyebabkan intensitas nyeri berubah atau mengalami modulasi akibat stimulasi relaksasi genggam jari yang terlebih dahulu

dan lebih banyak mencapai otak. Titik-titik refleksi pada tangan memberikan rangsangan secara reflex (spontan) pada saat genggam. Rangsangan tersebut akan mengalirkan semacam gelombang kejut dan listrik menuju otak dan diproses dengan cepat dan diteruskan menuju syaraf pada organ tubuh yang mengalami gangguan sehingga sumbatan di jalur energi menjadi lancar dan nyeri berkurang.

Dari hasil pengamatan dan penelitian diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan intensitas nyeri setelah diberikan intervensi. Ekspresi wajah menunjukkan bahwa responden merasa lebih nyaman dan rileks, dapat diajak berkomunikasi

KESIMPULAN

Ada perbedaan penurunan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan *finger hold*.

Saran

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya cara penatalaksanaan kejadian penurunan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan *finger hold*. Sebagai sarana pembandingan bagi dunia ilmu pengetahuan dalam memperkaya informasi.

Setiap ibu kesehatan harus mengetahui faktor-faktor yang dilakukan *finger hold* untuk penurunan skala nyeri

Diharapkan dapat menggunakan metode penelitian yang lain dengan menghubungkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi, menambah populasi dan sampel agar hasilnya lebih valid dan *representative*, serta variabel yang diteliti harus homogen.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdila, R., Harahap, L. K. S., & Rosnanik. (2023). Pengaruh Pemberian Massage Punggung Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(1). <https://doi.org/10.47650/Jpp.V6i1.689>
- Aji, S. P., Prabasari, S. N., Kartikasari, M. N. D., Sakinah, I., Zulaikha, L. I., Susanti, Lestari, M., Darmiati, Khasanah, U., Sagita, W., Syamsuriyati, Petralina, B., Argaheni, N. B., & Putri, N. R. (2022). *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Global Eksekutif Teknologi.
- Alam, H. S. (2020). *Upaya Mengurangi Myeri Persalinan Dengan Metode Akupresur*. Media Sains Indonesia.
- Astutik, P., & Kurlinawati, E. (2017). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 30-37. <https://doi.org/10.30994/Sjik.V6i2.6>
- Aune, I., Brøtmet, S., Grytskog, K. H., & Sperstad, E. B. (2021). Epidurals During Normal Labour And Birth – Midwives' Attitudes And Experiences. *Women And Birth*, 34(4), E384-E389. <https://doi.org/10.1016/J.Wombi.2020.08.001>
- Damayanti, R. T., . I., & Wiyono, J. (2019). Differences Pain Intensity Between Back Massage Therapy And *Finger Hold* Relaxation In Patien Post Laparatomy. *Journal Of Applied Nursing (Jurnal Keperawatan Terapan)*, 5(1), 10. <https://doi.org/10.31290/Jkt.V5i1.671>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi. (2022). *Profil Kesehatan*

- Kabupaten Bekasi Tahun 2021. Fatmawati, Murwati, & Sofais, D. A. Roeslina. (2023). Aplikasi Teori Model Keperawatan Jean Pada Pasien Hipertensi Dengan Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari (*Finger Hold*) Di Poli Rawat Jalan Rsud Rupit Kabupaten Musi Rawas Utara Tahun 2022 Application Of Jean Nursing Model Theory In Hypertensive Pasien. *Student Scientific Journal*, 1(2), 171-176.
- Fitri, D. H., Umarianti, T., & Wijayanti, W. (2023). Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(4), 1189-1200. <https://doi.org/10.32583/Pskm.V13i4.1159>
- Grylka-Baeschlin, S., Gross, M. M., Mueller, A. N., & Pehlke-Milde, J. (2022). Development And Validation Of A Tool For Advising Primiparous Women During Early Labour: Study Protocol For The Gebstart Study. *BMJ Open*, 12(6), E062869. <https://doi.org/10.1136/Bmjopen-2022-062869>
- Harwijayanti, B. P., Rohmah, H. N. F., Elyasari, Mogan, M., Saleh, U. K. S., Simanjuntak, H., Kartikasari, M. N. D., S, W., Farming, Hutomo, C. S., & Kusuma, D. C. R. (2022). *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Global Eksekutif Teknologi.
- Hasnah, Rajab, M. A., & Muaningsih. (2018). Literatur Review: Tinjauan Tentang Efektifitas Terapi Non Farmakologi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Journal Of Islamic Nursing*, 3(2), 45. <https://doi.org/10.24252/Join.V3i2.6854>
- Joeliatin. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala 1. *Conference On Innovation And Application Of Science And Technology, Ciastech*, 159-162.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*.
- Laila, A., Novita, Y., Sartika, Y., & Susanti, A. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rsud Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jomis (Journal Of Midwifery Science)*, 5(1), 36-41. <https://doi.org/10.36341/Jomis.V5i1.1495>
- Larasati, I., & Utami. (2018). Teknik Relaksasi Genggam Jari Untuk Menurunkan Nyeri Pada Ibu Post Op Sectio Caesarea Hari 1-7. *Journals Of Ners Community*, 9(2). <https://doi.org/10.55129/Jnerscommunity.V9i2.673>
- Murniasih, E., Natalya, R., & Eliawati, U. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Pasien Post Sectio Caesaria Di Ruang Gardenia RSAB Pekanbaru. *Initium Medica Journal*, 1(1), 1-7.
- Nengsih, Y., Nurhidayah, & Lutfiani, A. (2022). Pengaruh Deep Back Massage Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Indonesian Midwifery And Nursing Scientific Journal*, 1(1), 37-43. <https://doi.org/10.56435/Imansion.V1i1.8>
- Pinandita, I., Purwanti, E., & Utoyo, B. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi

- Laparotomi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 8(1), 32-43.
- Pohan, R. A. (2022). *Pengantar Asuhan Kebidanan Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Bayi Baru Lahir*. Inovasi Pratama Internasional.
- Pramesti, F., & Sukesi, N. (2023). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 6(1).<https://doi.org/10.32584/jikm.v6i1.2001>
- Rasyidah, A., Tarwiyah, T., & Maulani, M. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Terhadap Skala Nyeri Pasien Post Operasi. *Jintan: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(1), 27-32.<https://doi.org/10.51771/jintan.v2i1.216>
- Sari, E. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Akupresur (Genggam Jari) Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Aktif Di Bidan Praktek Mandiri Afah Fahmi Surabaya. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 1221.<https://doi.org/10.47560/keb.v8i1.129>
- Sofiyah, L., Ma'rifah, A. R., & Susanti, I. H. (2014). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Perubahanskala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesareadi Rsud Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto. *Prosiding Seminar Nasional Dan Internasional*.
- Solehati, T. (2018). Terapi NonfarmakologiNyeriPada persalinan: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1).<https://doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1568>
- Sugianti, T., & Joeliatin, J. (2019). Efektifitas Manajemen Nyeri Dengan Kompres Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Saat Persalinan Kala I Fase Aktif (Studi Kasus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk Tahun 2019). *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 648.<https://doi.org/10.25047/j-kes.v7i2.91>
- Sulistyowati, N., & Yuriati, P. (2023). Edukasi Nyeri Persalinan Dengan Kompres Hangat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Anugerah Bintang (JPMAB)*, 4(1), 35-43.
- Suyani. (2020). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 39.<https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.39-44>
- Taqiyah, Y., & Jama, F. (2021). Terapi Deep Back Massage Efektif Terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di RSUD Kota Makassar. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12. <https://doi.org/10.33846/sf12nk130>
- Thornton, J. M., Browne, B., & Ramphul, M. (2020). Mechanisms And Management Of Normal Labour. *Obstetrics, Gynaecology & Reproductive Medicine*, 30(3), 84-90. <https://doi.org/10.1016/j.ogrm.2019.12.002>
- Wahyuni, Mustar, Yanti, I., Sulfianti, Indryani, Winarso, S. P., Aini, F. N., Sopiha, O., Nurdiana, A., Alim, N., & Suryani, L. (2020). *Komunitas Kebidanan*. Yayasan Kita Menulis.
- WHO. (2019). *Neonatal And Perinatal Mortality: Country, Regional And Global Estimates*.