PENERAPAN MOBILISASI DINI DAN TEKNIK RELAKSASI GENGGAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* DI RSUD JOMBANG

Tiami Feby Ayuningtyas [1], Fitriana Kurniasari S.[2]
Program Pendidikan Profesi Ners, Poltekkes Kemenkes Malang
Email : tiamifeby06@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Prosedur *sectio caesarea* tergolong dalam pembedahan besar sehingga memunculkan permasalahan keperawatan dominan, yakni nyeri akut yang berasal dari rusaknya jaringan kulit, otot, fasia, sampai pada dinding rahim. Jika rasa nyeri pasca SC tidak dikelola dengan baik nyeri dapat memicu berbagai respons stres fisiologis. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hasil implementasi mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD Jombang. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Implementasi yang diberikan yakni mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari selama tiga hari. **Hasil penelitian:** Pemberian implementasi mobilisasi dini dan teknik relaksasi genggam jari jari selama tiga hari berhasil menurunkan skala nyeri yang dialami oleh ibu *post sectio caesarea* dari skala 6 pada hari pertama menjadi 3 di hari ketiga. Selain penurunan skala nyeri, ibu juga tampak lebih nyaman, lebih tenang, dan mulai mampu melakukan aktivitas serta mobilisasi secara bertahap dibandingkan saat awal pengkajian. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kombinasi mobilisasi dini dan relaksasi genggam jari memberikan dampak positif terhadap proses pemulihan ibu *post sectio caesarea.*

Kata kunci : genggam jari, mobilisasi dini, nyeri, *post sectio caesarea*, relaksasi