



**Journal of Human And Education**  
Volume 4, No.41, Tahun 2024, pp 318-324  
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876  
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

## **Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Terhadap Ny.S di PMB Shinta Marceliana ,S.ST. Bdn Dengan Pemberian Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil TM III. Relaksasi Genggam Jari Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan, Rebusan Daun Sirih Merah Pada Perawatan Luka Ibu Nifas**

**Linda Timor Yanti<sup>1\*</sup>, Septika Yani Veronica<sup>2</sup>,**

**Yuni Sulistiawati<sup>3</sup>**

Program Studi Kebidanan Prrogram Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan,  
Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia  
Email: [lindaty43@gmail.com](mailto:lindaty43@gmail.com)<sup>1\*</sup>

### **Abstrak**

Asuhan Continuity of Care (COC). merupakan asuhan secara berkesinambungan dari hamil sampai dengan keluarga berencana sebagai upaya penurunan AKI dan AKB .Tujuan laporan memberikan asuhan kebidanan berkelanjutan mulai dari kehamilan dengan asuhan komplementer pemberian kompres hangat untuk mengurangi nyeri punggung, persalinan dengan relaksasi genggam jari untuk mengurangi kecemasan, bayi baru lahir, nifas dengan asuhan komplementer rebusan daun sirih merah untuk perawatan luka perineum, sampai dengan pelayanan kontrasepsi pada Ny. S di PMB Shinta Marceliana SST.Bdn . Metode yang digunakan dalam asuhan Continuity of Care adalah jenis penelitian Deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Hasil laporan dari asuhan COC komplementer kompres hangat pada ibu hamil TM III hari pertama pemberian terapi diberikan lembar observasi hasil skala nyeri 6 (nyeri sedang) evaluasi hari ke 3 hasil skala nyeri 3 (nyeri ringan), persalinan diberikan komplementer relaksasi genggam jari, sebelum implementasi kategori cemas sedang setelah implementasi kategori cemas ringan, masa nifas sebelum implementasi pengukuran penyembuhan luka perineum menggunakan REEDA nilai 4 (kurang baik) setelah diberikan asuhan komplementer 2 kali sehari pada hari ke 6 nifas nilai REEDA menjadi 0 (Baik). Kesimpulan setelah melakukan asuhan komplementer kompres hangat dimasa kehamilan, relaksasi genggam jari dimasa persalinan, perawatan luka perineum dengan rebusan daun sirih merah dimasa nifas mampu mengatasi masalah pada Ny. S

**Kata kunci :** *Asuhan Berkelanjutan, Kompres hangat, relaksasi genggam jari, rebusan daun sirih merah.*

### **Abstract**

Continuity of Care (COC) care. is continuous care from pregnancy to family planning as an effort to reduce MMR and IMR. The aim of the report is to provide continuous midwifery care starting from pregnancy with complementary care, giving warm compresses to reduce back pain, childbirth with finger grip relaxation to reduce anxiety, newborns, postpartum care with complementary care of red betel leaf decoction for the treatment of perineal wounds, up to contraceptive services for Mrs. S at PMB Shinta Marceliana SST.Bdn. The method used in Continuity of Care care is a descriptive research type using a case study approach. Report results of complementary COC warm compress care for TM III pregnant women. The first day of therapy was given an observation sheet, results of pain scale 6 (moderate pain), evaluation on the 3rd day, results of pain scale 3 (mild pain), labor was given complementary finger-hold relaxation,

Copyright: Linda Timor Yanti, Septika Yani Veronica,  
Yuni Sulistiawati

before implementation. moderate anxiety category after implementation mild anxiety category, postpartum period before implementation of measuring perineal wound healing using REEDA value 4 (not good) after being given complementary care 2 times a day on the 6th day of postpartum period the REEDA value became 0 (Good). In conclusion, after carrying out complementary care with warm compresses during pregnancy, finger grip relaxation during childbirth, treating perineal wounds with boiled red betel leaves during the postpartum period, it was able to overcome the problem for Mrs. S

**Keywords:** *Continuous care, warm compress, finger grip relaxation, red betel leaf decoction.*

## PENDAHULUAN

Tujuan utama *Continuity of Care* dalam asuhan kebidanan adalah salah satunya mengubah paradigma bahwa hamil dan melahirkan bukan suatu penyakit, melainkan sesuatu yang fisiologis dan tidak memerlukan suatu intervensi. Keberhasilan COC akan meminimalisir intervensi yang tidak dibutuhkan dan menurunkan kasus keterlambatan penatalaksanaan kegawatdaruratan maternal neonatal (Fitri, 2020). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019, Angka Kematian Ibu (AKI) masih tinggi sekitar 295.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Sebagian besar dari kematian ini (94%) terjadi dirangkaian daya rendah dan sebagian besar dapat di cegah (WHO, 2019). Angka kematian ibu dilihat dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Berdasarkan penyebab, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2020 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus. (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Provinsi Lampung, sebanyak 32.003 ibu mengalami komplikasi kehamilan sebesar 19,9%. Di Kabupaten Lampung Tengah mengalami komplikasi terbesar 20,0%, Kabupaten Lampung Selatan sebesar 19,9 % di Kota Bandar Lampung sebesar 19,9% (Profil Dinkes Provinsi Lampung, 2022).

Pada kehamilan trimester III, seiring membesarnya uterus dan penambahan berat badan maka pusat gravitasi akan berpindah kearah depan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdirinya. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan kelelahan pada tubuh. Hal ini sejalan dengan bertambahnya berat badan secara bertahap selama kehamilan dan redistribusi ligamen, pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah mengakibatkan lekukan pada bahu, ada kecenderungan otot punggung untuk menekan punggung bawah (Prawiroharjo 2014 dalam Meti Sulastri dkk 2022). Peregangan tambahan dan kelelahan biasanya terjadi pada tulang belakang dan punggung ibu. Hal tersebut menyebabkan nyeri punggung pada trimester III (catur leni dkk 2021 dalam Meti sulastri 2022). Nyeri punggung pada kehamilan adalah gejala yang umum selama kehamilan (50%) dan (49%) dari wanita hamil mengeluh sakit daerah pinggul yang berlangsung lebih dari tiga bulan. Penerapan nyeri dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Salah satu metode non farmakologis yang dapat mengurangi atau membebaskan rasa nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, memberikan rasa nyaman yaitu dengan kompres hangat (Yuliana eka, 2021). Berdasarkan penelitian Erika, Ayu Restu Amalia dan Ari Pristiana (2020) kompres hangat terhadap intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III menunjukkan hasil bahwa kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Kompres hangat dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer untuk nyeri punggung.

Persalinan menurut WHO (2020) adalah pengeluaran hasil konsepsi (janin atau uri) yang telah cukup bulan (37 - 42 minggu) atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau jalan lain dengan bantuan atau tanpa bantuan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam waktu 18 jam tanpa adanya komplikasi pada ibu maupun janin. Kecemasan dalam persalinan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. Partus lama berkontribusi 5% penyebab kematian ibu di Indonesia (Solichatin, 2023). Kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin semakin lama akan semakin meningkat seiring dengan semakin seringnya kontraksi muncul sehingga keadaan ini akan membuat ibu semakin tidak kooperatif. Stress persalinan secara reflex menyebabkan peningkatan kadar katekolamin ibu jauh diatas kadar yang ditemukan pada wanita yang tidak hamil atau wanita hamil sebelum persalinan. Salah satu penatalaksanaan non farmakologi mengurangi kecemasan saat persalinan dapat dilakukan adalah teknik relaksasi genggam jari. Teknik ini merupakan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah dilakukan. Menggenggam jari disertai dengan mengatur pola nafas dapat mengurangi ketegangan

fisik dan emosi, karena genggaman jari akan menghangatkan titik-titik masuk dan keluarnya energi pada titik meridian (saluran energi) yang berhubungan dengan organ-organ di dalam tubuh yang terletak pada jari tangan. Relaksasi genggaman jari dapat mengendalikan emosi yang membuat tubuh menjadi rileks. Saat tubuh dalam keadaan santai, maka ketegangan pada otot berkurang dan akan mengurangi kecemasan (Safriyani, 2016). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Solichatin, 2023) yang menyebutkan bahwa relaksasi genggaman jari efektif menurunkan kecemasan pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif.

Persalinan atau melahirkan bayi merupakan suatu hal yang sangat diharapkan oleh setiap pasangan suami istri dan sangat diharapkan oleh keluarga besar dan juga merupakan hal yang normal terjadi pada wanita usia subur, namun dalam proses persalinan tidak sedikit yang menimbulkan luka jalan lahir pada ibu nifas salah satunya adalah robekan pada perineum. Kondisi ini lebih berisiko terjadi pada ibu yang baru pertama kali melahirkan, melahirkan janin yang berukuran besar, menjalani proses persalinan lama, atau membutuhkan bantuan persalinan, seperti forceps atau vakum (Manuntungi, 2019). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di dunia sebanyak 2,7 juta kasus, dimana angka ini di perkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Salah satu penyebab langsung kematian ibu adalah Infeksi postpartum yang salah satunya disebabkan oleh luka perineum yang timbul akibat kurang terjaganya kebersihan perineum. Upaya untuk mencegah terjadinya infeksi luka perineum dapat diberikan dengan terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis. Sedangkan terapi nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk mempercepat penyembuhan luka agar tidak terjadi infeksi adalah menggunakan ekstrak daun sirih, ekstrak daun sirih merah, ekstrak daun sirsak, ekstrak binahong (Amiatin, 2019). Daun sirih merah mengandung flavonoid, senyawa polifenol, tanin, dan minyak atsiri yang bersifat antiinflamasi, antimikroba, antijamur, antihiperlipidemia, dan antiproliferasi (Fadlilah, 2015). Selain itu, daun sirih merah juga memiliki sifat antioksidan yang bermanfaat untuk mengobati berbagai penyakit yang didapatkan dari flavonoid (Prayitno, Kusnadi and Murtini, 2018). Oleh karena itu, perawatan yang baik dan tepat perlu diperhatikan untuk membantu proses penyembuhan dan pencegahan infeksi.

Selain itu juga diperlukan juga Asuhan berkesinambungan dari kehamilan sampai dengan keluarga berencana untuk mencegah tingginya AKI dan AKB. Di Indonesia sendiri dikarenakan beberapa faktor, salah satunya adalah tidak dilakukannya asuhan secara berkesinambungan yang dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi pada ibu dan bayi, komplikasi yang tidak ditangani ini menyebabkan kematian yang berkontribusi terhadap peningkatannya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, maka tugas akhir penulis yaitu melakukan asuhan kebidanan berkelanjutan (*continuity of care*) dengan judul "Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. S di PMB Shinta Marceliana SST.Bdn Tahun 2023 .

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam asuhan Continuity of Care(COC) adalah jenis penelitian Deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus yang dilakukan dengan melakukan asuhan kebidanan secara komprehensif pada ibu hamil Trisemester III, bersalin, nifas, BBL dan KB adalah Jenis penelitian *deskriptif* dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah penelitian yang dilakukan dengan meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit tunggal dapat berarti satu orang atau sekelompok penduduk yang terkena suatu masalah (Notoatmodjo, 2018). Jenis data dalam studi kasus ini adalah data primer dengan wawancara, observasi dan data sekunder dari buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) dan Kohort ibu , *numerical rating scale* untuk mengukur Nyeri pada bumil TM III, menggunakan kusioner *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2)* untuk menilai tingkat kecemasan menghadapi persalinan , Penilaian penyembuhan luka perineum dengan REEDA Score ( Redness, Oedema, Echymosis, Discharge, Approximation).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pendampingan ANC pada Ny. S dilakukan satu kali pada kehamilan trimester III pada tanggal 20 Oktober 2023 dengan usia kehamilan 38 minggu. Dari hasil pengkajian selama hamil ibu melakukan pemeriksaan ANC sebanyak 6 kali. Ibu melakukan kunjungan ANC lebih dari 4 kali karena ini adalah kehamilan yang pertama jadi ibu rutin memeriksakannya hampir setiap bulan.

Pada trimester III mengeluh nyeri punggung belakang. Hasil pemeriksaan didapatkan Ny.S hamil dalam kondisi umum baik, kesadaran composmentis, TTV dalam batas normal. Asuhan kebidanan yang diberikan adalah KIE fisiologi kehamilan pada kehamilan trimester III khususnya terjadinya nyeri punggung, menjelaskan penyebab terjadinya nyeri punggung bahwa semakin tua usia kehamilan maka semakin besar pula perubahan beberapa sistem organ pada tubuh ibu guna menopang pertumbuhan janin. Penanganan keluhan nyeri punggung secara non farmakologi, yaitu kompres hangat dengan suhu 38 oC -40 oC, Kompres selama 15 menit (dapat dilakukan didalam pakaian ibu), Lakukan 1 kali sehari pada sore hari selama 3 hari berturut-turut. Adapun hasil pengukuran dinilai setelah pemberian kompres hangat dengan menggunakan VAS pada tanggal 23 Oktober 2023, ibu mengatakan nyeri sudah berkurang hal ini terbukti ibu sudah tampak tidak mengeluh lagi dan merasakan punggungnya lebih terasa rileks dan nyaman, dengan score nyeri 3 atau nyeri ringan pada hari ke 3 intervensi yang sebelum dilakukan komplementer didapatkan pengukuran skala nyeri pada score 6 yaitu nyeri Sedang.

Ny.S yang datang ke Praktek Mandiri Bidan pada tanggal 25 Oktober 2023 pukul 16.00 Wib dengan keluhan mulas-mulas pada perut bagian bawah yang menjalar kepinggang sejak sejak pukul 11.00 Wib dan keluar lendir bercampur darah, datang dalam keadaan inpartu kala I fase aktif kemajuan persalinan pembukaan 6 cm, presentasi kepala, penurunan hodge III, 3/5, konsistensi portio tipis dan lunak, ketuban utuh, tidak ada penyusupa dan, tidak ada molase. Ibu mengatakan usia kehamilan 38 minggu dan ini adalah kelahiran anak pertamanya. Pada proses persalinan pasien ini ibu mengeluh nyeri saat bersalin. Dan merasakan kecemasan menghadapi persalinan yang pertama, dilakukan pengukurantingkat kecemasan ibu menggunakan metode Kuisisioner *Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised 2 (PRAQ-R2)*. Asuhan Kebidanan yang diberikan untuk mengurangi rasa cemas ibu adalah dengan memberikan menerapkan teknik relaksasi *genggam jari* untuk mengurangi rasa cemas saat kala 1 fase aktif, Tehnik relaksasi genggam jari mulai diterapkan setelah ibu memasuki fase aktif dipembukaan 6-7 cm. Melakukan teknik genggam jari dengan Peganglah tiap jari mulai dari ibu jari selama 2-3 menit sampai terasa denyutan, Bisa menggunakan tangan yang mana saja. Setelah dilakukan implementasi dilanjutkan dengan evaluasi dan didapatkan rasa cemas ibu berkurang sebelum dan sesudah diberikan tehnik relaksasi genggam jari, dengan kategori cemas ringan sebelumnya kategori cemas sedang. Proses persalinan ibu berlangsung berlangsung dengan normal dan lancar.

Kunjungan Nifas pertama atau KF 1 dilakukan 20 jam post partum atau tanggal 25 Oktober 2023 Dari hasil pengkajian data subjektif ibu mengatakan ibu senang dengan kelahiran bayinya, ibu mengeluh masih meraskan mules, luka jahitan perineum masih terasa perih dan nyeri, luka perineum memiliki nilai REEDA 4 (Penyembuhan luka kurang baik), lokhea Rubra, payudara ibu lembek dan terlihat kolosterum keluar cukup banyak saat dipencet dengan tangan. Tanda tanda Vital normal TFU 2 jari di bawah. kemudian diberikan asuhan kebidanan dan komplementer perawatan Luka perineum dengan rebusan daun sirih merah 2 kali sehari yaitu pagi hari dan sore hari setelah mandi dengan cara dicebok. Dilakukan evaluasi Pada kunjungan Nifas ke 3 atau Kf 3 pada tanggal 7 November 2023 hari ke 12 dari hasil pemeriksaan ibu dalam kondisi sehat tidak ada keluhan. TFU tidak teraba, Ibu dapat menyusui dengan baik dan sesering mungkin, ASI sudah lancar, luka perineum sudah tidak ada rasa sakit lagi, luka perineum sudah baik dengan hasil pengukuran REEDA Nilai 0 (penyembuhan luka baik) dan tidak ada keluhan.

Pada pemeriksaan yang dilakukan By. Ny.S didapatkan hasil dalam batas normal sehingga By. Ny.S diberikan asuhan kebidanan bayi baru lahir fisiologis antara lain IMD, pemberian injeksi vitamin K, imunisasi Hb 0, pemberian salep mata dan perawatan tali pusat. Ibu dianjurkan untuk memberikan ASI eksklusif, mengajarkan ibu tentang perawatan bayi sehari-hari, memberikan edukasi tentang tanda bahaya bayi baru. Hal ini membuktikan tidak terdapat kesenjangan antara teori dan kenyataan dilahan praktek.

KIE pra KB dilakukan pada tanggal 7 November 2023, selanjutnya pada hari ke 25 post partum tepatnya tanggal 25 November 2023 pasien mengatakan ingin berkunjung untuk pemasangan Kb Implant yang sudah direncanakan pada saat kunjungan KF3. KB implan aman untuk digunakan ibu menyusui karena KB jenis ini tidak akan memengaruhi produksi dan kualitas ASI. hasil asuhan kebidanan Pasien telah dipasangkan KB implant tanggal 25 November 2023 atau hari ke 25 Post Partum. Berdasarkan data yang ditemukan dari hasil pengkajian tidak ada data yang mendukung untuk terjadinya masalah potensial apabila ibu memilih memakai alat kontrasepsi yang dipilih yaitu implant Tidak terdapat kesenjangan antara teori dan praktek di lahan terkait waktu konseling KB.

Keseluruhan rencana Asuhan kebidanan berdsarkan perencanaan asuhan kebidanan yang dibuat dapat dilaksanakan dengan baik di PMB Shinta Marceliana SST.Bdn. Mulai dari masa kehamilan, persalinan, Nifas, Bayi baru lahir dan Keluarga Berencana.

## SIMPULAN

Setelah melakukan asuhan komplementer kompres hangat dimasa kehamilan TM III untuk mengatasi nyeri punggung , relaksasi genggam jari dimasa persalinan, untuk mengurangi kecemasan perawatan luka perineum dengan rebusan daun sirih merah dimasa nifas mampu mengatasi masalah pada Ny. S tidak ditemukan kesenjangan antara teori dan praktik.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam pembuatan laporan Continuity of Care(COC) yang telah memberi dukungan terhadap pelaksanaan dan penyusunan laporan COC ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini Dyah Setiyarini ( 2023). "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil" *Journal of Pharmaceutical and Health Research Vol 4, No 1, Februari 2023*, pp. 97–99 ISSN 2721-0715 (media online) DOI 10.47065/jharma.v4i1.3161
- Asniah Hartinaha , Andi Nilawati Usmana,\* , Sartini b , Nurhaedar Jafar c , M. Aryadi Arsyada , Risfa Yulianty b , Hedayanti Sirendena , Jumiatty Nurung,( 2021)" Care for perineal tears in vaginal delivery: An update for midwife" <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.024> 0213-9111/© 2021 SESPAS. Published by Elsevier Espana, ~ S.L.U. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-ncnd/4.0>). Pubmed MID: 34929815 DOI: [10.1016/j.gaceta.2021.10.024](https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.024)
- Ayu Restu Amalia ( 2020) "Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III " *Journal of Holistic Nursing and Health Science Volume 3, No. 1, Juni 2020 (Hal. 24-31)* Available Online at <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>
- Buku KIA Terbaru Revisi tahun 2020, Kemenkes RI
- Biana CB, Cecagno D, Porto AR, Cecagno S, Marques VA, Soares MC ( 2021). *Non- pharmacological therapies applied in pregnancy and labor: an integrative review. Rev Esc Enferm USP.* 2021;55:e03681. doi: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019019703681>. Pubmed PMID: 33886910 DOI: [10.1590/S1980-220X2019019703681](https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019019703681)
- Dewi Hanifah (2019) " Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Antenatal" *Jurnal Kebidanan* Vol 5, No 1, Januari 2019 : 16- didouload tanggal 10 November 2023 DOI: 10.20473/imhsj.v5i4.2021.406-41. Didouload tanggal 13 November 2023
- Dwi Handayani ( 2021) "Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggungibu Hamil Di Klinik Julianatanjung Morawa" *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, e-ISSN 2655-0822 Vol. 3 No.2 Edisi November 2020 - April 2021 <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK>
- Esti Handayani( 2022) [Efektifitas Erapi Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campur Kencur Untuk Edema Kaki Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Desa Margorejo Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan . *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, P-ISSN: 2615-0921 E-ISSN: 2622-6030 Volume 5 Nomor 7 Juli 2022] Hal 2301-2307 2301
- Hall H, Cramer H, Sundberg T, Ward L, Adams J, Moore C, Sibbritt D, Lauche R. " The effectiveness of complementary manual therapies for pregnancy-related back and pelvic pain: A systematic review with meta-analysis." *Medicine (Baltimore).* 2016 Sep;95(38):e4723. doi: 10.1097/MD.0000000000004723. PMID: 27661020; PMCID: PMC5044890.
- Hu X, Ma M, Zhao X, Sun W, Liu Y, Zheng Z, Xu L. "Effects of exercise therapy for pregnancy-related low back pain and pelvic pain: A protocol for systematic review and meta-analysis." *Medicine (Baltimore).* 2020 Jan;99(3):e17318. doi: 10.1097/MD.00000000000017318. PMID: 32011431; PMCID: PMC7220333.
- Iin Octaviana . ( 2022) "Pengaruh teknik relaksasi rendam air hangat terhadap nyeri kram kaki pada ibu hamil , *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia ISSN 2615-5621 Vol 6, No. 2, Desember 2022, pp. 90-* 95Hutagaol[https://www.researchgate.net/publication/367568961\\_Pengaruh\\_teknik\\_relaksasi\\_rendam\\_air\\_hangat\\_terhadap\\_nyeri\\_kram\\_kaki\\_pada\\_ibu\\_hamil/link/63d91b6262d2a24f92e24bc0/download?\\_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7InBhZ2UiOiJwdWJsaWNhdGlvbiIsInByZXZpb3VzUGFnZSI6bnVsbH19](https://www.researchgate.net/publication/367568961_Pengaruh_teknik_relaksasi_rendam_air_hangat_terhadap_nyeri_kram_kaki_pada_ibu_hamil/link/63d91b6262d2a24f92e24bc0/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7InBhZ2UiOiJwdWJsaWNhdGlvbiIsInByZXZpb3VzUGFnZSI6bnVsbH19)

- Juistira Safitri (2020) "Terapi Relaksasi (Napas Dalam) dalam Mengurangi Nyeri Persalinan" *Jurnal Dunia Kesmas*, Vol. 9 No. 3, Juli 2020, hal. 365-370 ISSN 2301-6604 (Print), ISSN 2549-3485 (Online) <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/duniakesmas/index> [https://www.researchgate.net/publication/348904282\\_Terapi\\_Relaksasi\\_Napas\\_Dalam\\_dalam\\_Mengurangi\\_Nyeri\\_Persalinan](https://www.researchgate.net/publication/348904282_Terapi_Relaksasi_Napas_Dalam_dalam_Mengurangi_Nyeri_Persalinan)
- Liana, E. (2008). Teknik Relaksasi: Genggam Jari untuk Keseimbangan Emosi. *Tersedia pada: https://www.pembelajar.com/teknikrelaksasi-genggam-jari-untuk-keseimbangan-emosi*.(Diakses: 16 November 2023)
- Liddle SD, Pennick V. Interventions for preventing and treating low-back and pelvic pain during pregnancy. *Cochrane Database Syst Rev*. 2015 Sep 30;2015(9):CD001139. doi: 10.1002/14651858.CD001139.pub4. PMID: 26422811; PMCID: PMC705351
- Magoga G, Saccone G, Al-Kouatly HB, Dahlen G H, Thornton C, Akbarzadeh M, Ozcan T, Berghella V. " " Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol.2019 Sep;240:93-98. doi: 10.1016/j.ejogrb.2019.06.011. Epub 2019 Jun 15. PMID:31238205
- Nadya Firdausi ( 2021) "Pengaruh Pemberian Kurma Sukkari Pada Ibu Bersalin Terhadap Durasi Persalinan" *WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE Volume 3, Nomor2, August 2021*, p. 119 – 127 ISSN 2655-9951 (print), ISSN2656-0062(online) <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/3217/pdf>
- Ni Wayan Yuni Asih,( 2021 ) "Gambaran Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Ilir Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat Tahun 2021" *Infokes : Info Kesehatan P-ISSN : 2087-877X, E-ISSN : 2655-2213 Vol. 11, No 2, Juli 2021*
- Nindia Aristiya (2023) "The Effectiveness Of Use Of Hold Finger And Hypnobirthing Techniques In Reducing Pain Levels In Women In The First Stage Of Labor " *Jurnal Keperawatan Volume 15 Nomor S4, Desember 2023* e-ISSN 2549-8118;p-ISSN2085-1049 <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Rachmania, F, Huda, N., & Huriani, E.. (2020). Pengurangan Nyeri dan Cemas dengan Teknik Relaksasi Genggam Jari pada Pasien Pasca Intervensi Koroner Perkutan: Studi Non-randomized Controlled Trial. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*. 16(1), 00-00. DOI: <http://dx.doi.org/10.26630/jkm.v16i1.3920> Published by Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Indonesia. Copyright Holder © Author(s) (20xx). The Published Article is Licensed Under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.
- Ritna Udiyani (2020) " Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Fase Laten " *jurnal Darul Azhar Vol 9, No.1 Februari 2020 – Juli 2020 : 84 – 9.*
- Rizky Nikhmathul Husna Ali (2020) , Studi Literatur : Penerapan Pijat Kaki Dan Rendam Air Hangat Campuran Kencur Untuk Mengurangi Oedema Kaki Pada Ibu Hamil Trimester III, Vol 9, No 2 (2020), 28-36 ISSN 2301-5683 (print) DOI: 10.31314/mjk.10.2.16-25.2020AvailableOnlineat <http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu>
- Solichatin1,\* , Indah Sari2 ( 2023) , " Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Inpartu Kala I Fase Aktif " Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian "Peran Riset, Inovasi dan Pengabdian Kepada Masyarakat Bagi Pembangunan Indonesia Berkelanjutan, E-ISSN: 2776-5105 [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=Efektifitas+Teknik+Relaksasi+Genggam+Jari+Terhadap+Tingkat+Kecemasan+Ibu+Primigravida+Inpartu+Kala+I+Fase+Aktif+Solichatin1%2C\\*%2C+Indah+Sari2&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Efektifitas+Teknik+Relaksasi+Genggam+Jari+Terhadap+Tingkat+Kecemasan+Ibu+Primigravida+Inpartu+Kala+I+Fase+Aktif+Solichatin1%2C*%2C+Indah+Sari2&btnG=)
- Soumaya Modoor , Howieda Fouly1,3 \* , and Hawazen Rawas1 ( 2021)"The effect of warm compresses on perineal tear and pain intensity during the second stage of labor: A randomized controlled trial. E-ISSN: 2477-4073 | P-ISSN: 2528-181X. PMID: 37469347 PMCID: [PMC10353617](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/PMC10353617/)DOI: [10.33546/bnj.1452](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10.33546/bnj.1452/)
- Sugeng , Theresia ( 2018) " Efektifitas Manajemen Nyeri Dengan Kompres Dan Relaksasi Terhadap Nyeri Saat Persalinan Kala I Fase Aktif " Wahyuni & Fitriani.2021. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas. *CV Budi Utama : Sleman*
- Yuli Suryanti (2021) " Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sekernan Ilir Tahun 2020" *Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi (JABJ) Vol 10, No 1, Maret 2021* DOI: 10.36565/jab.v10i1.264 p-ISSN: 2655-9266 e-ISSN: 2655-9218.
- Yuliana Sulaiman( 2021) "Pengaruh Akupresur Genggam Jari Oleh Suami Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Di Puskesmas Rangas Tahun 2021 " *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan Volume 4 No 2 Juli 2020 p-ISSN 2621-4822 e-ISSN 2828-8173 70*
- Yulita Elvira Silviani ( 2021) " Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan

Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Persalinan Sesar Di Ruang Kebidanan Rsud  
Kepahiang." *Original Research Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal* Volume 5 No.  
4, October 2021 Published: 28 October 2021 Available online at: [http://e-  
journal.unair.ac.id/index.php/IMHSJ](http://e-journal.unair.ac.id/index.php/IMHSJ) e-ISSN 2656-7806 ©Author(s).2021

Copyright: Linda Timor Yanti, Septika Yani Veronica,  
Yuni Sulistiawati