

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Karya Ilmiah Berbasis *Evidence Based Practice*, Juli 2025**

**Agnes Pompei Tamala, S.Kep
24501003**

Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil *Primigravida* Trimester III Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pra Persalinan Di Desa Sari Galuh, Kec. Tapung

XIII + 45 Halaman + 6 Tabel + 7 Lampiran

ABSTRAK

Selama trimester III sebagian besar ibu hamil dalam keadaan cemas, hal yang mendasarinya adalah ibu hamil merasa khawatir terhadap proses persalinan yang akan dihadapinya terutama pada ibu hamil *primigravida*. Kecemasan pada ibu hamil dapat dicegah dengan cara *non farmakologis* salah satunya dengan penerapan terapi relaksasi genggam jari. Tujuannya untuk menerapkan terapi relaksasi genggam jari untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil *primigravida* trimester III. Metode pelaksanaan ini adalah studi kasus dengan penerapan EBP teknik relaksasi genggam jari pada responden yang akan diberikan intervensi sebanyak 2 responden ibu hamil *primigravida* Trimester III. Teknik analisis data deskriptif yaitu menggambarkan hasil dari proses pengujian *pre test* dan *post test*. Keberhasilan pelaksanaan tindakan intervensi dilakukan dengan pengukuran sebelum dan setelah intervensi dengan menggunakan kuesioner kecemasan (*Perinatal Anxiety Screening Scale*) PASS dilakukana (*pre test*) pada saat hari pertama sebelum penerapan teknik relaksasi genggam jari dan (*post test*) hari ketiga sebelum penerapan terapi relaksasi genggam jari. Penerapan dilakukan selama 3 hari berturut-turut pada tanggal 20-22 Juni 2025 dengan waktu pemberian 20 menit. Hasil didapatkan total nilai kecemasan di hari pertama pada Klien I yaitu 41 dan Klien II dengan total 40 termasuk pada kecemasan sedang dan *post test* pada hari ketiga yaitu dengan total 20 termasuk pada kecemasan minimal/ringan. Kesimpulannya menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan pada kedua klien ibu hamil *primigravida* trimester III sebelum dan sesudah dilakukan intervensi penerapan teknik relaksasi genggam jari dan disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menambahkan tentang efek edukasi pengetahuan ansietas pada ibu hamil *primigravida* dengan penerapan teknik relaksasi genggam jari.

Kata Kunci : Kecemasan, *Primigravida*, Genggam Jari

Referensi : 25 Referensi (2017-2024)

BACHELOR OF NURSING PROGRAM
FAKULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Evidence Based Practice, July 2025

Agnes Pompei Tamala, S.Kep
24501003

Nursing Care for Pregnant Women in Trimester III with the Application of Finger Hold Relaxation Therapy to Overcome Pre-Natal Anxiety in Sari Galuh Village, Kec. Tapung

XIII + 45 Pages + 6 Tables + 7 Appendices

ABSTRACT

During the third trimester, most pregnant women experience anxiety, primarily due to concerns about the childbirth process they will face, especially among primigravida pregnant women. Anxiety in pregnant women can be prevented through non-pharmacological methods, one of which is the application of finger relaxation therapy. The objective is to apply finger grip relaxation therapy to address anxiety in primigravida pregnant women in the third trimester. The method of implementation is a case study using evidence-based practice (EBP) of finger grip relaxation techniques on two respondents who are primigravida pregnant women in the third trimester. The data analysis technique is descriptive, describing the results of the pre-test and post-test processes. The success of the intervention was measured before and after the intervention using the Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS) questionnaire, administered on the first day before the application of the finger-grip relaxation technique (pre-test) and on the third day before the application of the finger-grip relaxation therapy (post-test). The intervention was conducted over three consecutive days from June 20–22, 2025, with each session lasting 20 minutes. The results showed that the total anxiety score on the first day for Client I was 41 and for Client II was 40, both falling into the moderate anxiety category. On the third day (post-test), the total scores were 20 for both clients, indicating minimal/mild anxiety. The conclusion indicates a decrease in anxiety levels in both primigravida pregnant women in the third trimester before and after the application of finger grip relaxation techniques. And, it is recommended that future researchers include the educational effects of anxiety knowledge in primigravida pregnant women alongside the application of finger grip relaxation techniques.

Keywords : Anxiety, Primigravida, Finger Hold

References : 25 References (2017-2024)