

**KARYA ILMIAH AKHIR**  
**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP**  
**PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST SECTIO**  
**CAESERIA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN NGADA**



**BENEDIKTUS NIKODEMUS MEI, S.Tr.Kep.**  
**NIM.PO5303211241605**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG**  
**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**TAHUN 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR**  
**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP**  
**PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST SECTIO**  
**CAESERIA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN NGADA**



**BENEDIKTUS NIKODEMUS MEI, S.Tr.Kep.**  
**NIM.PO5303211241605**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG**  
**JURUSAN KEPERAWATAN**  
**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**TAHUN 2025**

### **Biodata Mahasiswa**

Nama : Benediktus Nikodemus Mei  
Tempat & Tanggal Lahir : Teni, 20 April 1978  
Institusi Asal : Poltekkes Kemenkes Kupang  
Riwayat Pendidikan :

- SDK Lopijo Tamat Tahun 1993
- SMP Negeri Aimere Tamat Tahun 1996
- SMA Negeri Bajawa Tamat Tahun 1999
- D3 Poltekkes Kemenkes Kupang Tamat Tahun 2002
- RPL D4 Poltekkes Kemenkes Kupang Tamat Tahun 2024

Motto

**“Usia Bukan Penghalang Menuju Kesuksesan”**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Benediktus Nikodemus Mei

NIM : PO5303211241605


Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya ilmiah Akhir yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah Akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 28 Juli 2025

Pembuat Pernyataan



Benediktus Nikodemus Mei

## LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN  
KARYA ILMIAH AKHIR  
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP  
PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST SECTIO  
CAESAREA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN NGADA

Disusun Oleh:

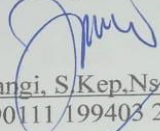
**BENEDIKTUS NIKODEMUS MEI**  
**NIM.PO5303211241605**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing Untuk Diujikan/ Seminar

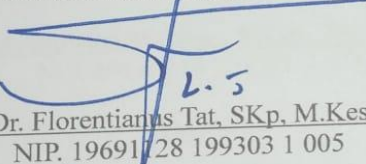
Tanggal: 29 Juli 2025

Menyetujui

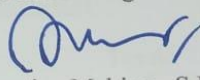
Pembimbing Utama

  
Jane Leo Mangi, S.Kep.Ns.M.Kep  
NIP. 19690111 199403 2 002

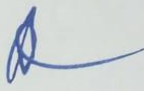
Kupang,  
Ketua Jurusan Keperawatan

  
Dr. Florentianus Tat, SKp, M.Kes  
NIP. 19691728 199303 1 005

Pembimbing Pendamping

  
Maria Agustina Making., S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 19880814 202321 2 032

Juli 2025  
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners

  
Dr. Aemilianus Mau., S.Kep.,Ns. M.Kep  
NIP. 19720527 199803 1 001

## LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP  
PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST SECTIO  
CAESEREA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN NGADA

Disusun Oleh:

**BENEDIKTUS NIKODEMUS MEI**

**NIM.PO5303211241605**

Telah di Pertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Tanggal: 29 Agustus 2025

Mengesahkan,

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**Ketua**

Febtian C.Nugroho., S.Kep., Ns., MSN  
NIP. 19910212 201902 2 001

**Tanda Tangan**

(.....)

**Anggota**

Maria Agustina Making., S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 19880814 202321 2 032

(.....)

**Anggota**

Jane Leo Mangi, S.Kep.Ns.M.Kep  
NIP. 19690111 199403 2 002

(.....)

**Mengetahui,**

**Ketua Jurusan Keperawatan**

Dr. Florentianus Tat, SKp, M.Kes  
NIP. 19691128 199303 1 005

**Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners**

Dr. Aemilianus Mau., S.Kep.,Ns. M.Kep  
NIP. 19720527 199803 1 001

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini. Karya ilmiah akhir ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners (Ns) pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners pada Poltekkes Kemenkes Kupang. Penulis ingin berterima kasih kepada Ibu Jane Leo Mangi, S.Kep,Ns.M.Kep, selaku Pembimbing Utama dan Ibu Maria Agustina Making., S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Pembimbing Pendamping yang telah membimbing dan memberikan arahan bagi penulis dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini. Karya ilmiah akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Irfan, SKM, M.Kes. Sebagai Direktur politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah mengizinkan penulis menempuh Pendidikan Di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang.
2. Dr. Florentianus Tat, SKp, M. Kes, sebagai Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang.
3. Bapak Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep., Sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang.
4. Ibu Febtian C.Nugroho., S.Kep., Ns., MSN, selaku Ketua penguji yang sudah memberikan masukan dan saran demi terselesainya karya ilmiah akhir ini.
5. Ibu dr. Paulina H. H. Pelletimu, M.Kes., Sp.Rad, selaku Direktris RSUD Bajawa yang telah memberikan lahan untuk melakukan praktek dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir.

6. Kepala UPTD Puskesmas Kota yang selalu memberikan dukungan dan doa dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir.
7. Teman-teman di Puskesmas Kota yang telah memberikan dukungan selama menyelesaikan karya ilmiah akhir.
8. Pasien yang telah memberikan waktu dan tempat untuk penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
9. Istri dan anak-anak yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir.
10. Teman-teman seperjuangan yang telah memberikan dukungan selama menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga karya ilmiah dalam rangka tugas akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan.

Kupang,        Juli 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>Cover Luar</b> .....	<b>i</b>
<b>Cover Dalam</b> .....	<b>ii</b>
<b>Biodata Mahasiswa</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	3
1.3. Tujuan.....	3
1.3.1. Tujuan Umum .....	3
1.3.2. Tujuan Khusus.....	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2. Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN TEORI</b> .....	<b>5</b>
2.1. Konsep Teori Nyeri .....	5
2.2. Konsep Teori <i>Sectio Caesarea</i> (SC).....	25
2.3. Konsep Teori Teknik Relaksasi Genggam Jari.....	29
2.4. Penelitian Terdahulu .....	35
2.5. Kerangka Teori .....	39
2.6. Kerangka Konsep .....	39
<b>BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>40</b>

3.1.	Rancangan Studi Kasus .....	40
3.2.	Subyek Studi Kasus .....	40
3.3.	Fokus Studi Kasus .....	41
3.4.	Defenisi Operasional Studi Kasus .....	41
3.5.	Instrumen Studi Kasus.....	42
3.6.	Prosedur Pengambilan Data .....	42
3.6.1.	Persiapan Pengambilan Data.....	42
3.6.2.	Pengumpulan Data .....	42
3.6.3.	Pembuatan Laporan.....	43
3.7.	Tempat dan Waktu Pengambilan Studi Kasus .....	43
3.8.	Analisis Data dan Penyajian Data .....	43
3.9.	Etika Studi Kasus .....	43
<b>BAB 4</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	45
4.2	Hasil Penelitian.....	46
4.3	Pembahasan .....	55
<b>BAB 5</b>	<b>PENUTUP.....</b>	<b>62</b>
5.1.	Kesimpulan.....	62
5.2.	Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>64</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>		<b>70</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	35
Tabel 3. 1 Defenisi Operasional Studi Kasus.....	41
Tabel 4. 1 Karakteristik Pasien.....	46
Tabel 4. 2 Masalah Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Sebelum Intervensi Relaksasi Genggam Jari .....	48
Tabel 4. 3 Masalah Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Setelah Intervensi Relaksasi Genggam Jari .....	52
Tabel 4. 4 Perkembangan Tingkat Skala Nyeri Sebelum Dan Setelah Teknik Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Post Sectio Caesarea.....	54

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	39
Bagan 2. 2 Kerangka Konsep.....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden.....	70
Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Penelitian .....	72
Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden .....	73
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Teknik Relaksasi Genggam Jari.....	74
Lampiran 5 Lembar Observasi.....	76
Lampiran 6 Dokumentasi.....	77
Lampiran 7 Lembaran Observasi skala nyeri sebelum dan sesudah melakukan relaksasi genggam jari.....	78
Lampiran 8 Lembar Bimbingan dan Konsultasi .....	80
Lampiran 9 Surat Keterangan Bebas Plagiasi.....	85

# PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGGAM JARI TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN NGADA

Benediktus Nikodemus Mei<sup>1</sup>

Jane Leo Mangi<sup>2</sup>, Maria Agustina Making<sup>3</sup>, Febtian C.Nugroho<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi PPN Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

<sup>2,3,4</sup>Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Nyeri merupakan keluhan utama yang dirasakan oleh pasien setelah menjalani tindakan bedah, termasuk pada ibu pasca operasi *sectio caesarea* (SC). Rasa nyeri pasca *sectio caesarea* dapat berdampak negatif terhadap proses pemulihan, kemampuan merawat bayi, serta kualitas hidup ibu secara umum. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh penerapan teknik genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post *sectio caesarea*. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode studi kasus. Subyek studi kasus adalah 2 klien ibu *post section caesarea* dengan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen dalam penelitian ini digunakan untuk pengukuran data yaitu lembar observasi skala nyeri. Pengukuran penurunan intensitas nyeri pada penelitian ini menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS). **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari efektif menurunkan nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. Skala nyeri menurun secara bertahap dari nyeri sedang menjadi ringan dalam tiga hari intervensi. Penurunan ini didukung oleh teori *Gate Control* dan observasi langsung terhadap ekspresi serta perilaku pasien, sehingga teknik ini layak diterapkan secara luas dalam praktik keperawatan. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di RSUD Bajawa. **Saran:** Teknik relaksasi genggam jari diharapkan digunakan pasien secara mandiri, diajarkan oleh perawat sebagai intervensi non-farmakologis, dijadikan SOP rumah sakit, dan diteliti lebih lanjut secara kuantitatif.

Kata Kunci: Relaksasi Genggam Jari;Skala Nyeri;*Post Sectio Caesarea*

# APPLICATION OF FINGER GRASP RELAXATION TECHNIQUE TOWARDS REDUCING PAIN SCALE IN POST- SECTION CAESAREA PATIENTS AT BAJAWA REGIONAL HOSPITAL, NGADA REGENCY

**Benediktus Nikodemus Mei<sup>1</sup>**

**Jane Leo Mangi<sup>2</sup>, Maria Agustina Making<sup>3</sup>, Febtian C.Nugroho<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>*Student of the National Education Program, Nursing Department, Poltekkes  
Kemenkes Kupang*

<sup>2,3,4</sup>*Lecturers of the Nursing Department, Poltekkes Kemenkes Kupang*

## ABSTRACT

**Background:** Pain is the main complaint felt by patients after undergoing surgical procedures, including in mothers after a cesarean section (CS). Post-cesarean section pain can negatively impact the recovery process, the ability to care for the baby, and the mother's quality of life in general. **Objective:** To determine the effect of applying the finger-holding technique on reducing pain in post-cesarean section patients. **Method:** This research is a descriptive study using a case study method. The case study subjects were 2 post-cesarean section mothers who met the inclusion and exclusion criteria. The instrument in this study used for data measurement was a pain scale observation sheet. Measurement of pain intensity reduction in this study used the Numerical Rating Scale (NRS). **Results:** The results showed that the finger-holding relaxation technique was effective in reducing pain in post-cesarean section patients. The pain scale decreased gradually from moderate to mild pain within three days of intervention. This decrease was supported by the Gate Control theory and direct observation of patient expressions and behavior, so this technique is suitable for widespread application in nursing practice. **Conclusion:** Based on the research results and analysis, it can be concluded that the application of the finger-holding relaxation technique is effective in reducing pain levels in post-cesarean section patients at Bajawa Regional Hospital. **Recommendation:** The finger-holding relaxation technique is expected to be used independently by patients, taught by nurses as a non-pharmacological intervention, incorporated into hospital SOPs, and further quantitatively studied.

*Keywords: Finger-holding Relaxation; Pain Scale; Post-cesarean Section*