

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Kepada

Yth. Ibu/Sdri.....

Di

Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Benediktus Nikodemus Mei

NIM : PO5303211241605

Program Studi : Profesi Ners

Institusi : Poltekkes Kemenkes Kupang

Judul Penelitian: : **Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RSUD Bajawa Kabupaten Ngada**

Dengan ini saya memohon kesediaan Ibu/Sdri untuk menjadi responden dalam penelitian karya tulis ilmiah akhir saya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik relaksasi genggam jari sebagai upaya nonfarmakologis dalam mengurangi tingkat nyeri pada pasien pasca operasi *Sectio Caesarea*.

Partisipasi Ibu/Sdri sebagai responden sangat berarti dalam menunjang keberhasilan dan validitas hasil penelitian ini. Seluruh data yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.

Apabila Ibu/Sdri bersedia, maka kami akan memberikan penjelasan lebih lanjut dan formulir lembar persetujuan partisipasi/*informed consent* sebagai bentuk kesediaan mengikuti penelitian.

Demikian surat permohonan ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Bajawa,2025

Hormat Saya

Peneliti

Benediktus Nikodemus Mei

Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Penelitian

PENJELASAN SEBELUM PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah Peneliti berasal dari institusi/jurusan/program studi Profesi Ners, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kupang dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RSUD Bajawa Kabupaten Ngada.**
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah Mengetahui pengaruh penerapan teknik genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien post sectio caesarea. Penelitian ini akan berlangsung selama 3 hari.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung lebih kurang 15-20 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan/ pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah Anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan / tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silakan menghubungi peneliti pada nomor Hp: +62 812-3639-0164

Peneliti

Benediktus Nikodemus Mei

Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden

INFORMED CONSENT
(Persetujuan menjadi Responden)

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Angela Moi, Mahasiswa Profesi Ners, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang dengan judul **Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari terhadap Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RSUD Bajawa Kabupaten Ngada.**

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpasanksi apapun.

Bajawa, 2025

Saksi

Yang Memberikan Persetujuan

.....

.....

Peneliti

Benediktus Nikodemus Mei

Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Teknik Relaksasi Genggam Jari

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI
Pengertian	Teknik genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi sederhana yang mudah di lakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan tangan dan aliran tubuh manusia. Teknik relaksasi membuat pasien dapat mengontrol diri jika terjadi rasa tidak nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi.
Manfaat	Untuk mengurangi nyeri dan dapat mengontrol diri ketika terjadi perasaan yang tidak nyaman atau stress.
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengurangi nyeri, perasaan takut dan cemas 2. Mengurangi perasaan panik, khawatir dan terancam 3. Memberikan perasaan yang nyaman pada tubuh 4. Menenangkan pikiran dan dapat mengontrol emosi 5. Melancarkan aliran dalam darah
Prosedur Pelaksanaan	1. Persiapan Perawat <ul style="list-style-type: none"> • Mengkaji tindakan yang akan dilakukan • Memahami dan mengetahui prosedur tindakan yang akan dilakukan
	2. Persiapan Pasien <ul style="list-style-type: none"> • Pastikan pasien dalam keadaan sadar • Komunikasi terapeutik • Pastikan identitas pasien • Pasien tidak mengalami sesak dan nyeri berat • Posisikan pasien dalam posisi yang nyaman • Jelaskan tindakan dan tujuan yang akan dilakukan • Kontrak waktu ± 30 menit
	3. Persiapan Lingkungan <ul style="list-style-type: none"> • Persiapkan lingkungan yang tenang • Pertahankan privacy klien, pasang sampiran
	4. Prosedur Pelaksanaan

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	TEKNIK RELAKSASI GENGGAM JARI
	<ul style="list-style-type: none"> • Cuci tangan • Perawat meminta pasien untuk merilekskan pikiran dan anjurkan pasien menarik nafas dalam secara perlahan-lahan untuk merilekskan semua otot, sambil menutup mata. • Genggamlah jari selama 10 menit dimulai dari ibu jari hingga jari kelingking dengan masing-masing jari selama 2 menit, menggunakan tangan mana saja.. • Anjurkan pasien untuk menarik nafas dengan lembut • Ketika pasien menarik nafas, anjurkan untuk menghirup bersama perasaan tenang, damai, dan berpikirlah untuk mendapatkan kesembuhan • Minta pasien untuk menghembuskan nafas secara perlahan dan teratur. Ketika menghembuskan napas, hembuskanlah secara perlahan sambil melepaskan perasaan dan masalah yang mengganggu pikiran dan bayangkan emosi yang mengganggu tersebut keluar dari pikiran. • Memotivasi pasien untuk mempraktikkan kembali teknik Relaksasi Genggam Jari • Dokumentasi respon pasien.

Lampiran 5 Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP NYERI
PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN
NGADA

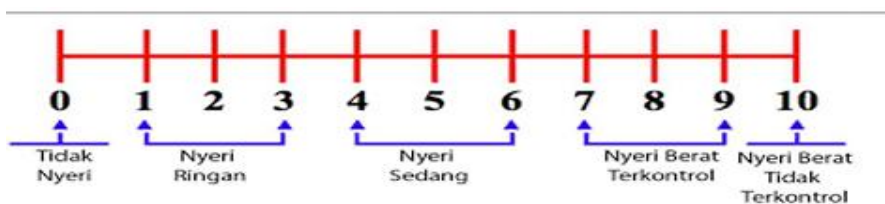
Skala yang digunakan: *Numeric Rating Scale (NRS)*

Nama Pasien :

Ruang Rawat :

No	Hari/Tanggal	Skala nyeri sebelum penerapan hari ke 1	Evaluasi skala nyeri	Skala nyeri Hari ke 2	Evaluasi skala nyeri	Skala nyeri hari ke 3	Evaluasi skala nyeri setelah penerapan

Indikator skala nyeri:



Lampiran 6 Dokumentasi



Lampiran 7 Lembaran Observasi skala nyeri sebelum dan sesudah melakukan relaksasi genggam jari

Lampiran 5 Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RSUD BAJAWA
KABUPATEN NGADA

Skala yang digunakan: *Numeric Rating Scale* (NRS)

Nama Pasien : *Nj. A.*

Ruang Rawat : *Melati / Mifas*

No	Hari/Tanggal	Skala nyeri sebelum penerapan hari ke 1	Evaluasi skala nyeri	Skala nyeri Hari ke 2	Evaluasi skala nyeri	Skala nyeri hari ke 3	Evaluasi skala nyeri setelah penerapan
	<i>Kamis, 10/7/25</i>	<i>6</i>	<i>5</i>				
	<i>Jumat, 11/7/25</i>			<i>4</i>	<i>3</i>		
	<i>Sabtu, 12/7/25</i>					<i>2</i>	<i>2</i>

Indikator skala nyeri:



Lampiran 5 Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RSUD BAJAWA
KABUPATEN NGADA

Skala yang digunakan: *Numeric Rating Scale (NRS)*

Nama Pasien : Nj. M.

Ruang Rawat : Melati / Nifas


No	Hari/Tanggal	Skala nyeri sebelum penerapan hari ke 1	Evaluasi skala nyeri	Skala nyeri Hari ke 2	Evaluasi skala nyeri	Skala nyeri hari ke 3	Evaluasi skala nyeri setelah penerapan
	Kamis, 10/9/25	5	4				
	Jumat, 11/9/25			3	2		
	Sabtu, 12/9/25					2	2

Indikator skala nyeri:



Lampiran 8 Lembar Bimbingan dan Konsultasi






Lampiran 8 Lembar Bimbingan dan Konsultasi





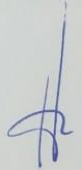



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS





LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Benediktus Nikodemus Mei
NIM : PO5303211241605
Nama Pembimbing : Jane Leo Mangi, S.Kep,Ns.M.Kep
Status Pembimbing : Pembimbing Utama


No	Tanggal	Topik & Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	02 April 2025	Topik Konsultasi: Konsultasi Judul Hasil: Pembimbing menyarankan untuk terlebih dahulu membuat literatur review dari jurnal-jurnal relevan yang sesuai dengan rencana judul agar arah penelitian lebih jelas.	
2	06 April 2025	Topik Konsultasi: ACC Judul Hasil: Judul penelitian telah disetujui. Pembimbing memberikan arahan untuk mulai menyusun Bab 1-3 (Pendahuluan, Tinjauan Pustaka, dan Metode Penelitian).	
3	13 April 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 1 Hasil: Bab 1 telah dikonsultasikan, pembimbing memberikan koreksi terkait latar belakang agar lebih fokus pada masalah keperawatan dan menambahkan data pendukung terbaru.	
4	20 April 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 2 (Tinjauan Pustaka) Hasil: Pembimbing menekankan perlunya memperbanyak referensi internasional 5 tahun terakhir serta menyusun kerangka konsep penelitian secara sistematis.	
5	27 April 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 3 (Metode Penelitian)	

80

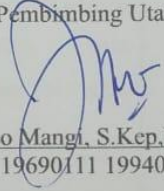
No	Tanggal	Topik & Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
		Hasil: Pembimbing menyarankan perbaikan pada desain penelitian, penyesuaian kriteria inklusi-eksklusi, serta memperjelas instrumen pengumpulan data.	
6	04 Mei 2025	Topik Konsultasi: Revisi Bab 1-3 Hasil: Setelah revisi, pembimbing menyatakan Bab 1-3 sudah lebih baik, namun perlu penambahan alur logis pada tinjauan pustaka dan penyempurnaan teknik sampling.	
7	11 Mei 2025	Topik Konsultasi: Finalisasi Bab 1-3 Hasil: Bab 1-3 dinyatakan layak untuk diajukan ke pembimbing pendamping. Pembimbing utama memberikan persetujuan dengan catatan tetap memperhatikan konsistensi sitasi dan daftar pustaka.	
8	15 Juni 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 4 (Hasil Penelitian) Hasil: Data hasil penelitian sudah masuk. Pembimbing meminta penyajian tabel lebih sistematis, menambahkan narasi penjas, serta menghubungkan dengan rumusan masalah.	
9	29 Juni 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 5 (Pembahasan) Hasil: Pembimbing menekankan pembahasan harus mengaitkan hasil penelitian dengan teori, literatur terbaru, serta penelitian relevan. Disarankan membuat subtema agar lebih terstruktur.	
10	13 Juli 2025	Topik Konsultasi: Revisi Bab 4-5 Hasil: Revisi Bab 4-5 diperiksa, pembimbing menyarankan memperkuat analisis kritis, menyajikan implikasi keperawatan, serta memperjelas keterbatasan penelitian.	

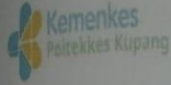
No	Tanggal	Topik & Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
11	20 Juli 2025	Topik Konsultasi: Persiapan Ujian Hasil: Pembimbing memberikan arahan mengenai persiapan presentasi, pembuatan slide, serta penekanan pada penguasaan metodologi dan hasil penelitian.	
12	26 Juli 2025	Topik Konsultasi: ACC Ujian Hasil: Naskah akhir Bab 1-5 disetujui tanpa revisi mayor. Pembimbing menyatakan karya ilmiah siap diajukan ke sidang/ujian dengan catatan memperhatikan tata bahasa dan kesesuaian format.	
13	19 Agustus 2025	Topik Konsultasi: Pasca Ujian Hasil: Setelah ujian, pembimbing memberikan arahan untuk melakukan revisi sesuai masukan penguji, terutama memperkuat pembahasan, memperbaiki tata bahasa, dan memperbarui daftar pustaka.	
14	12 September 2025	Topik Konsultasi: Finalisasi Naskah Hasil: Revisi pasca ujian telah selesai. Pembimbing menyatakan naskah sudah layak untuk dijilid, dengan catatan memperhatikan konsistensi format penulisan, halaman pengesahan, dan lampiran.	

Mengetahui
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners


Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 197205271998031001

Mengetahui
Pembimbing Utama


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



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR MAHASISWA

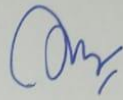
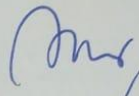
Nama Mahasiswa : Benediktus Nikodemus Mei

NIM : PO5303211241605

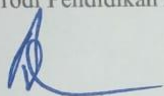
Nama Pembimbing : Maria Agustina Making., S.Kep., Ns., M.Kep

Status Pembimbing : Pembimbing Pendamping

No	Tanggal	Topik & Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	18 April 2025	Topik Konsultasi: Konsultasi Judul & Rencana Bab 1 Hasil: Pembimbing pendamping menyarankan agar latar belakang lebih spesifik pada masalah keperawatan serta mendukung dengan data lokal. Judul dinyatakan sesuai dengan bidang keperawatan.	
2	25 April 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 1-2 Hasil: Pembimbing memberi masukan untuk memperkuat tinjauan pustaka dengan jurnal internasional terbaru serta memperjelas kerangka konsep.	
3	10 Mei 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 3 (Metode Penelitian) Hasil: Pendamping menyarankan kejelasan desain penelitian, mempertegas variabel, serta menambahkan prosedur pengumpulan data agar lebih detail.	
4	07 Juli 2025	Topik Konsultasi: Draft Bab 4-5 Hasil: Pembimbing meminta agar hasil penelitian ditampilkan lebih sistematis dalam tabel/grafik dan pembahasan lebih terhubung dengan teori serta penelitian terdahulu.	

No	Tanggal	Topik & Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
5	23 Agustus 2025	Topik Konsultasi: Finalisasi Pasca Ujian Hasil: Setelah revisi pasca ujian, pendamping menyatakan naskah sudah baik, konsisten, dan layak untuk dijilid.	
6	12 September 2025	Topik Konsultasi: Finalisasi Naskah Hasil: Revisi pasca ujian telah selesai. Pembimbing menyatakan naskah sudah layak untuk dijilid, dengan catatan memperhatikan konsistensi format penulisan, halaman pengesahan, dan lampiran.	

Mengetahui
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners




Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 197205271998031001

Mengetahui
Pembimbing Pendamping



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

Lampiran 9 Surat Keterangan Bebas Plagiasi

 **Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang
Jalan Piet A. Tallo, Lilla, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<http://poltekkeskupang.ac.id>

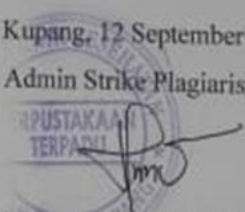
PERPUSTAKAAN TERPADU
<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Benediktus Nikodemus Mei, S.Tr.Kep
NIM : PO5303211241605
Dosen Pembimbing 1 : Jane Leo Mangi, S.Kep,Ns.M.Kep
Dosen Pembimbing 2 : Maria Agustina Making., S.Kep., Ns., M.Kep
Dosen Penguji : Febtian C.Nugroho., S.Kep., Ns., MSN
Jurusan : Keperawatan
Prodi : Profesi Ners
Judul Karya Ilmiah : **PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESEREA DI RSUD BAJAWA KABUPATEN NGADA.**

Laporan karya ilmiah akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 25 %. Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 12 September 2025
Admin Strike Plagiarism

Murry Jermis Kale, SST
NIP. 19850704201012100