

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI
DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI
PADA POST APPENDIKTOMI
DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN



JENI SUDARLIS SIREGAR
P07520123052

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III MEDAN
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DALAM
MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA POST
APPENDIKTOMI DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN



JENI SUDARLIS SIREGAR
P07520123052

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III MEDAN
TAHUN 2026

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DALAM
MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA POST
APPENDIKTOMI DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN**

Karya Tulis Ilmiah / Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan



**JENI SUDARLIS SIREGAR
P07520123052**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III MEDAN
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI
DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA
POST APPENDIKTOMI DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN
TAHUN 2026

Diusulkan Oleh

JENI SUDARLIS SIREGAR
P07520123052

Telah Diterima Dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Pada tanggal 02 Juni 2026

Pembimbing Utama



Elny Lorensi Silalahi, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP.196910081993032001

Pembimbing Pendamping



Marlisa S. Kep, Ns, M.Kep
NIP.197101919930320002

Kaprod D-III Keperawatan Medan



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013

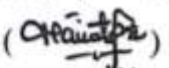
LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DALAM
MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA POST
APPENDIKTOMI DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN
TAHUN 2026

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

JENI SUDARLIS SIREGAR
P07520123052

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 02 Juni, 2026

Ketua Penguji	: Elny Lorensi Silalahi S.Kep, Ns, M.Kes
Penguji I	: Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes
Penguji II	: Ida Suryani Hasibuan S.Kep, Ns, M.Kep

()
()
()

Medan, 02 Juni 2026
Mengetahui:
Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan



Masnila S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP.197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Jeni Sudarlis Siregar
NIM : P07520123052
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kemenkes medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan
Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI
DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA
POST APPENDIKTOMI DI RUANGAN THAIF
RSU HAJI MEDAN
TAHUN 2026**

Apabila suatu saat nanti terbukti bahwa saya melakukan tindakan plagiat,
maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, Februari 2026
Penulis,



Jeni Sudarlis Siregar
NIM. P07520123052

BIODATA PENULIS



Nama	: Jeni Sudarlis Siregar
Tempat/Tanggal Lahir	: Medan, 21 April 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Medan
Nomor HP	: 085932523348

RIWAYAT PENDIDIKAN

- | | | |
|--------|---|-----------------------------------|
| 1. SD | : | SD SWASTA DUTA HARAPAN BUKIT SION |
| 2. SMP | : | SMP NEGERI 13 MEDAN |
| 3. SMA | : | SMA SWASTA PARULIAN 2 MEDAN |

ABSTRAK

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA POST APPENDIKTOMI DI RUANGAN THAIF RSU HAJI MEDAN TAHUN 2026

**Jeni Sudarlis Siregar, Elny Lorensi Silalahi, S.Kep, Ns, M.Kes,
Marlisa, S.Kep, Ns, M.Kep**

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Jl. Bunga Ncole Raya No.95 Kemenangan Tani. Kec. Medan Tuntungan 20136,
Sumatera Utara, Indonesia.

Email: jenisiregar192@gmail.com

Latar Belakang: Nyeri pasca appendiktomi merupakan keluhan utama yang sering dialami pasien setelah Tindakan pembedahan yang dapat mengganggu mobilitas, kualitas tidur serta proses penyembuhan. Manajemen nyeri tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan intervensi nonfarmakologis yang aman dan mudah dilakukan, salah satu nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri adalah teknik relaksasi genggam jari.

Tujuan: Mengidentifikasi penerapan Teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan intensitas nyeri pada post appendiktomi di Ruang Thaif RSU Haji Medan.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif pada dua responden pasien post appendiktomi di Rumah Sakit Umum Haji Medan. Dengan jenis kelamin Perempuan dan rentang usia 20-40 tahun. Teknik relaksasi genggam jari diberikan 1 kali sehari selama 7 hari secara berturut-turut dengan durasi 10-15 menit. Pengukuran Intensitas nyeri dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat ukur *Numeric Rating Scale* (NRS).

Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa kedua responden mengalami penurunan intensitas nyeri setelah diberikan intervensi penerapan teknik relaksasi genggam jari. Pada awal pengkajian nyeri berada pada kategori berat, kemudian menurun secara bertahap setelah pemberian intervensi selama tujuh hari secara berturut-turut menjadi kategori ringan. Kedua responden juga tampak lebih rileks, dan dapat menunjukkan ekspresi wajah yang lebih nyaman.

Kesimpulan: Teknik relaksasi genggam jari efektif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien post appendiktomi. Intervensi ini dapat dijadikan salah satu tindakan keperawatan non-farmakologis sederhana, aman, dan mudah dilakukan dalam manajemen nyeri pascaoperasi appendiktomi.

Saran: Agar teknik relaksasi genggam jari dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan nyeri pada pasien post appendiktomi karena mudah dilakukan, aman, dan memberikan rasa nyaman. Selain itu, teknik ini diharapkan dapat diterapkan oleh perawat serta menjadi edukasi bagi keluarga dalam mendukung proses pemulihan pasien.

Kunci: Teknik relaksasi genggam jari, nyeri, post appendiktomi.

ABSTRACT

APPLICATION OF FINGER-HOLD RELAXATION TECHNIQUE TO REDUCE PAIN INTENSITY IN POST-APPENDECTOMY PATIENTS IN THAIF WARD, HAJI MEDAN GENERAL HOSPITAL

Jeni Sudarlis Siregar¹, Elny Lorensi Silalahi², Marlisa³

Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health

Email: jenisiregar192@gmail.com

Background: Postoperative acute pain following appendectomy is a prevalent clinical manifestation that frequently impairs functional mobility, disrupts sleep architecture, and delays surgical wound healing. Effective acute pain management necessitates a multimodal approach combining pharmacological therapy with safe, feasible non-pharmacological interventions, such as the finger-hold relaxation technique.

Objective: This study aimed to evaluate the application of the finger-hold relaxation technique in reducing postoperative pain intensity among post-appendectomy patients in the Thaif Ward at Haji Medan General Hospital.

Methods: A descriptive case study design was employed, involving two adult female participants (aged 20–40 years) who underwent appendectomy. The finger-hold relaxation technique was administered once daily for 10–15 minutes over seven consecutive days. Pain intensity was measured pre- and post-intervention using the Numeric Rating Scale (NRS).

Results: Following the seven-day intervention, both participants demonstrated a marked reduction in pain intensity. Initial NRS scores classified baseline pain as severe, which progressively decreased to mild pain post-intervention. Additionally, participants exhibited visible physiological relaxation and relaxed facial expressions.

Conclusion: The finger-hold relaxation technique effectively reduces postoperative pain intensity in post-appendectomy patients and serves as a simple, non-invasive complementary nursing intervention.

Keywords: Finger-Hold Relaxation Technique; Acute Pain; Postoperative Care; Appendectomy.



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari dalam Menurunkan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Appendiktomi di Rumah Sakit Haji Medan dapat diselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tidak terhingga penulis sampaikan kepada Ibu Elny Lorensi Silalahi S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Marlisa S.Kep, Ns, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran, dan perhatiannya dalam memberikan arahan, nasehat, bimbingan, hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, perkenankan pula penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ibu Amira Permatasari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
3. Ibu Masnila S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
4. Ibu Nani Zulfikar, S.Kep, Ns, M.Kes sebagai dosen penguji I dan Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep, Ns, M.Kep sebagai dosen penguji II atas kesediaannya, untuk menguji Karya Tulis Ilmiah/Skripsi ini.
5. Ibu dr. Yanda Ardanta M.Kes Ka bagian PSDM UPTD Khusus RSUD. Haji Medan Provinsi Sumatera Utara yang telah memberikan izin penelitian.
6. Seluruh Dosen Instruktur dan Staf Jurusan Keperawatan Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Terkhusus kepada orang tua tercinta Bapak A. Siregar dan Ibu D. Br. Tamba yang sudah membesarkan, mendidik serta selalu menjadi penyemangat bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala doa, kasih sayang, nasehat, pengorbanan, kesabaran,

dukungan, dan untuk semua usaha yang telah diberikan. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi salah satu bentuk kecil dari rasa terima kasih dan kebanggaan yang penulis persembahkan untuk kalian.

8. Kepada teman-teman seangkatan Prodi D-III Keperawatan yang mendukung dalam memberikan saran, motivasi sehingga penulis mendapatkan kelancaran dalam setiap langkah yang dilewati untuk dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Medan, 02 Mei 2026

Penulis



Jeni Sudarlis Siregar

P07520123052

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
BIODATA PENULIS	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
1. Tujuan Umum:	5
2. Tujuan Khusus:	5
D. Manfaat Studi Kasus	5
1. Bagi Subjek Penelitian (Pasien, Keluarga dan Masyarakat) ...	5
2. Bagi Tempat Peneliti	6
3. Bagi Institusi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Dasar Relaksasi Genggam Jari	7
1. Definisi Relaksasi Genggam Jari.....	7
2. Tujuan Relaksasi Genggam Jari	7
3. Indikasi	8
4. Kontraindikasi.....	8
5. Standar Operasional Prosedur Relaksasi Genggam Jari	8
B. Konsep Dasar Masalah Keperawatan Nyeri	9

1. Definisi Nyeri	9
2. Etiologi Nyeri	10
3. Klasifikasi Nyeri	10
4. Tanda dan Gejala Nyeri	12
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri.....	12
6. Pengkajian awal Nyeri	13
7. Metode Pengukuran Nyeri	14
C. Konsep Dasar Appendiktomi	18
1. Definisi Appendiktomi.....	18
2. Klasifikasi Appendiktomi	19
3. Etiologi Appendiktomi.....	19
4. Patofisiologi Appendiktomi	20
5. Penanganan Appendiktomi	20
BAB III METODE STUDI KASUS	23
A. Rancangan Studi Kasus	23
B. Subjek Studi Kasus.....	23
C. Fokus Studi Kasus	24
D. Defenisi Operasional Kasus	24
E. Instrumen Studi Kasus.....	25
F. Metode Pengumpulan Data	25
G. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
H. Penyajian Data.....	26
I. Etika Studi Kasus	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Gambaran Singkat Lokasi Studi Kasus	29
B. Hasil Penelitian.....	30
C. Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definis Operasional Kasus	24
Tabel 4.1	Karakteristik Responden di Rumah Sakit Haji Medan	29
Tabel 4.2	Skala Nyeri Responden Sebelum Diberikan Intervensi	29
Tabel 4.3	Intervensi Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Respon Kedua Responden	34
Tabel 4.4	Evaluasi Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Genggam Jari	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Numerical Rating Scale/NRS</i>	14
Gambar 2.2	<i>Skala Wajah/Skala Analog Visual</i>	15
Gambar 2.3	<i>Visual Analogue Scale</i>	17

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Karakteristik Responden
- Lampiran 4 Lembar Observasi Pengukuran Skala Nyeri
- Lampiran 5 Lembar Observasi
- Lampiran 6 Lembar Standar Operasional
- Lampiran 7 Surat Izin Survei Awal
- Lampiran 8 Surat Balasan Survei Awal
- Lampiran 9 Bimbingan Konsultasi proposal
- Lampiran 10 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 11 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 12 Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 13 EC
- Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian