



**PENERAPAN TEKNIK *FINGER HOLD RELAXATION*
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI
PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA*
DI RSUD KOJA**

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh :

AVRILIA JOHAN

2540049

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA
JAKARTA
2026**



**PENERAPAN *TEKNIK FINGER HOLD RELAXATION*
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI
PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA*
DI RSUD KOJA**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
Memperoleh gelar Ners

Oleh :

AVRILIA JOHAN

2540049

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA
JAKARTA
2026**

LEMBAR ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk dalam penelitian Karya Ilmiah Akhir ini saya nyatakan dengan benar telah sesuai dengan kaidah-kaidah penulisan ilmiah. Bila dikemudian hari Karya Ilmiah Akhir ini diketahui fiktif atau hasil plagiat baik sebagian atau keseluruhan, maka saya bersedia gelar Ners yang telah melekat pada diri saya dicabut oleh STIKes RS Husada dengan peraturan berlaku

Nama : Avrilia Johan

NIM : 2540049

Tempat/Waktu : Jakarta, 12 Juni 2026



Tanda Tangan

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir dengan judul :

**PENERAPAN TEKNIK *FINGER HOLD RELAXATION* TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA*
DI RSUD KOJA**

Oleh :

AVRILIA JOHAN

2540049

Telah dipertahankan dihadapan tim penguji Karya Ilmiah Akhir

Program Studi Profesi Ners

STIKes RS Husada

Jakarta, 22 Juni 2026

Mengesahkan,

Penguji	: Ns. Ernawati, M.Kep., Sp.Kep.An	1..... 
Pembimbing Utama	: Ns. Veronica Yeni R, M.Kep., Sp.Kep.Mat	2..... 
Pembimbing Pendamping	: Ns. Jehan Puspasari, M.Kep	3..... 

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



Ns. Nia Rosliany, M.Kep., Sp.Kep.MB
0416017006

LEMBAR PERSEMBAHAN

Karya ilmiah akhir ini saya persembahkan kepada kedua orang tua dan keluarga tercinta atas doa, dukungan, serta kasih sayang yang selalu diberikan. Terima kasih kepada dosen pembimbing, sahabat, dan semua pihak yang telah membantu serta memberikan semangat selama proses pendidikan dan penyusunan karya ilmiah ini.

Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat dan menjadi langkah awal untuk terus belajar serta mengabdikan dalam profesi keperawatan.

ABSTRAK

Nama : Avrilia Johan

Judul : Penerapan Teknik *Finger Hold Relaxation* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu *Post Sectio Caesarea* di RSUD Koja

Pembimbing : Ns. Veronica Yeni Rahmawati, M.Kep., Sp.Kep.Mat

Nyeri akut merupakan masalah utama yang sering dialami ibu postpartum *post Sectio Caesarea* akibat adanya insisi pembedahan pada dinding abdomen dan uterus. Nyeri ini dapat menurunkan kenyamanan, menghambat mobilisasi, serta memperlambat proses pemulihan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan nyeri adalah teknik *Finger Hold Relaxation*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik *Finger Hold Relaxation* terhadap penurunan nyeri pada pasien *post Sectio Caesarea*. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada Ny. R dengan postpartum *Sectio Caesarea* atas indikasi preterm kontraksi di Ruang RPKK 709 Rumah Sakit Umum Daerah Koja Jakarta Utara. Intervensi diberikan selama tiga hari berupa penerapan teknik *Finger Hold Relaxation* disertai observasi skala nyeri dan respon nonverbal pasien. Hasil studi menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri setelah diberikan intervensi. Skala nyeri pasien menurun dari skala 6 menjadi skala 2. Selain itu, pasien tampak lebih rileks, ekspresi meringis berkurang, dan kemampuan mobilisasi meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa teknik *Finger Hold Relaxation* efektif dalam membantu menurunkan nyeri pada ibu *post Sectio Caesarea*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Teknik *Finger Hold Relaxation* efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien *post Sectio Caesarea* atas indikasi preterm kontraksi dan dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan.

Kata kunci: Nyeri Akut, Manajemen Nyeri, *Post Sectio Caesarea*, Preterm Kontraksi, Relaksasi Genggam Jari.

ABSTRACT

Name: Avrilia Johan

Title: Application of the Finger Hold Relaxation Technique to Reduce Pain Intensity in Post-Cesarean Section Mothers at Koja Regional General Hospital

Supervisor: Ns. Veronica Yeni Rahmawati, M.Kep., Sp.Kep.Mat

Acute pain is a major problem often experienced by postpartum mothers after a cesarean section due to surgical incisions in the abdominal wall and uterus. This pain can reduce comfort, hinder mobility, and slow the recovery process. One non-pharmacological intervention that can be used to help reduce pain is the *Finger Hold Relaxation* technique. This study aims to determine the application of the *Finger Hold Relaxation* technique to reduce pain in post-cesarean section patients. This study used a case study method on Mrs. R, who underwent a postpartum cesarean section due to preterm contractions in the RPKK 709 Room, Koja Regional General Hospital, North Jakarta. The intervention was provided for three days, consisting of the application of the *Finger Hold Relaxation* technique, accompanied by observations of the patient's pain scale and nonverbal responses. The study results showed a decrease in pain intensity after the intervention. The patient's pain scale decreased from 6 to 2. Furthermore, the patient appeared more relaxed, grimacing decreased, and mobility improved. This indicates that the *Finger Hold Relaxation* technique is effective in helping reduce pain in post-cesarean section mothers. The conclusion of this study is that the *Finger Hold Relaxation* Technique is effective in reducing pain in post-cesarean section patients indicated by preterm contractions and can be used as a non-pharmacological intervention in nursing care.

Keywords: Acute Pain, Pain Management, Post-cesarean Section, Preterm Contractions, *Finger Hold Relaxation*.

DAFTAR ISI

LEMBAR ORISINALITAS	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.4. Manfaat	5
1.4.1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan	5
1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan.....	5
1.4.3. Bagi Tenaga Kesehatan	5
1.4.4. Bagi Pasien.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI.....	6
2.1 Konsep Post Partum	6
2.1.1 Definisi Post Partum.....	6
2.1.2 Tahapan Post Partum.....	6
2.1.3 Perubahan Fisiologis dan Psikologis Postpartum.....	7
2.1.4. Masalah Umum dan Ketidaknyamanan Post Partum	9
2.2 Konsep <i>Sectio Caesarea</i>	10
2.2.1 Pengertian <i>Sectio Caesarea</i>	10
2.2.2 Klasifikasi.....	10
2.2.3 Komplikasi	11
2.2.4 Indikasi	12
2.2.5 Pathway	14

2.3 Konsep Nyeri Akut	14
2.3.1 Pengertian Nyeri Akut.....	14
2.3.2 Pengukuran Intensitas Nyeri	15
2.4 Konsep <i>Finger Hold</i>	18
2.4.1 Pengertian <i>Finger Hold</i>	18
2.4.2 Manfaat Finger Hold	19
2.4.3. Prosedur/Teknik <i>Finger Hold</i>	20
2.4.4. Mekanisme <i>Finger Hold</i> terhadap Penurunan Nyeri Post SC.....	21
2.5 Konsep Dasar Masalah Keperawatan: Nyeri Akut	23
2.5.1 Pengertian	23
2.5.2 Data Mayor dan Minor	23
2.5.3 Faktor Penyebab	23
2.6 Asuhan Keperawatan Berdasarkan Teori.....	25
2.6.1 Fokus Pengkajian	25
2.6.2 Diagnosis Keperawatan	27
2.6.3 Intervensi Keperawatan	28
2.6.4 Implementasi Keperawatan	33
2.7 Kerangka Teori.....	34
2.8. Keaslian Penelitian.....	35
BAB III TINJAUAN KASUS	40
3.1 Pengkajian Keperawatan.....	40
3.2 Diagnosa Keperawatan.....	52
3.3 Perencanaan, Pelaksanaan, Evaluasi Keperawatan	52
BAB IV PEMBAHASAN.....	64
4.1 Analisis Karakteristik Klien/Pasien	64
4.2 Analisis Masalah Keperawatan	67
4.3 Analisis Intervensi Keperawatan.....	70
4.4 Analisis Implementasi Keperawatan	74
4.5 Analisis Evaluasi Keperawatan.....	76
BAB V PENUTUP	78
5.1 Kesimpulan	79

5.2 Saran.....	79
5.2.1 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan	79
5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan.....	80
5.2.3 Bagi Tenaga Kesehatan	80
5.2.4 Bagi Pasien.....	80
BIODATA PENULIS.....	88
DAFTAR LAMPIRAN	89

Lampiran 4 Lembar Bimbingan

	LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KIAN PROGRAM STUDI PROFESI KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA
---	--

Nama : Avrilia Johan

Nim : 2540049

Judul : Penerapan Teknik *Finger Hold Relaxation* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* di Rsud Koja

No	Tanggal	Materi Konsultasi	TTD
1.	Sabtu, 23 Mei 2026	Konsultasi judul penerapan terapi Teknik <i>Finger Hold Relaxation</i> terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post sc, ACC judul, lanjut mengerjakan bab 1 dan 2	
2.	Kamis, 28 Mei 2026	Konsultasi BAB I dan BAB II. Revisi BAB I: perbaiki latar belakang, rumusan masalah, tujuan, dan manfaat. Revisi BAB II: tambahkan konsep postpartum, nyeri akut, penelitian terdahulu, dan konsep diagnosis keperawatan.	
3.	Selasa, 2 Juni 2026	Revisi BAB 3 : perbaiki penulisan, tambahkan diagnosis di kasus, tambahkan kondisi abdomen postpartum, data bayi, dan lab pada bagian data focus	
4.	Senin, 8 Juni 2026	Konsultasi BAB 4 dan 5 Revisi : BAB 4 dan 5	
5.	Selasa, 9 Juni 2026	Konsultasi hasil revisi BAB I–V. Perbaiki format penulisan, sitasi, dan daftar pustaka sesuai pedoman.	

6.	Rabu, 10 Juni 2026	Konsultasi hasil revisi. Perbaikan pembahasan kasus dan kesesuaian dengan evidence based practice.	
7.	Kamis, 11 Juni 2026	Konsultasi naskah lengkap. Revisi tata bahasa, konsistensi istilah, tabel, dan lampiran.	
8.	Jum'at, 12 Juni 2026	Konsultasi hasil revisi akhir. Perbaikan minor pada format dan penulisan.	
9.	Sabtu, 13 Juni 2026	Pemeriksaan akhir naskah. Seluruh revisi dinyatakan sesuai.	
10.	Senin, 15 Juni 2026	ACC KIAN. Naskah disetujui dan dipersilakan melanjutkan proses seminar/ujian.	
11.	Jum'at, 19 Juni 2026	Konsultasi mengenai revisi setelah sidang KIAN	
12.	Senin, 22 Juni 2026	ACC Revisian setelah sidang dari dosen penguji dan pembimbing 1,2	