



**VIDEO MONOLOG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN
PASKA OPERASI LAPAROSKOPI
DI RUANG DAHLIA A RSUD. Dr. H. JUSUF SK**

KARYA KINERJA

Oleh:

ZULIANSYAH

NIM: 017241076

Dosen Pembimbing:

Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB

PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Kinerja Berjudul:

**VIDEO MONOLOG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN PASKA OPERASI LAPAROSKOPI
DI RUANG DAHLIA A RSUD. Dr. H. JUSUF SK**

Oleh:

ZULIANSYAH

NIM: 017241076

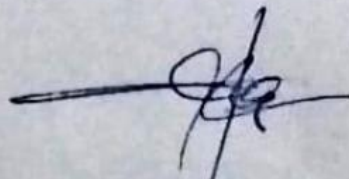
**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS
NGUDI WALUYO TAHUN 2025**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 14 Juli 2025

Mengetahui, Dosen

Pembimbing



Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB

NIDN. 0619047703

LEMBAR PERSETUJUAN

1. Judul : Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan
Tingkat Nyeri Pada Pasien Paska Operasi Laparascopi di
Ruang Dahlia A RSUD dr. H. Jusuf SK
2. Mahasiswa Pelaksana :

Nama : Zuliansyah

NIM : 017241076

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Fakultas : Kesehatan

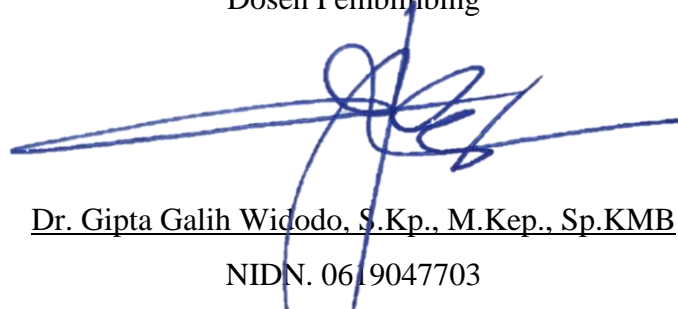
No Hp : 085249384471

Email : zoelzul026@gmail.com
3. Instansi Bekerja : RSUD. dr. H. Jusuf SK
4. Lama Bekerja : 2 Tahun

Ungaran, 14 Juli 2025

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0619047703

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Kinerja berjudul:

**VIDEO MONOLOG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN PASKA OPERASI
LAPAROSKOPI DI RUANG DAHLIA A RSUD. Dr. IL. JUSUF SK**

Oleh:

ZULIANSYAH

NIM: 017241076

Telah dipertahankan dan diujikan di depan Tim Penguji Karya Ilmiah Akhir Program
Studi S-1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 05 Agustus 2025

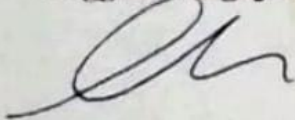
Ketua/Pembimbing Utama



Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB

NIDN. 0619047703

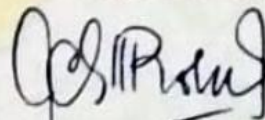
Anggota/Penguji I



Ns. Muhammad Imron R., S.Kep., M.Kep

NIDN. 0606127804

Anggota/Penguji II

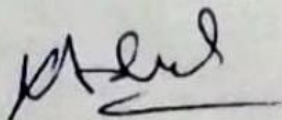


Ns. Zumrotul Choiriyah, S.Kep., M.Kes

NIDN. 0611067101

Mengetahui,

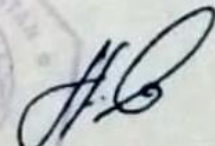
Ketua Program Studi



Dr. Ns. Abdul Wakhid, M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 0602027901

Dekan Fakultas Kesehatan



Ns. Iko Sursilo, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Zuliansyah

NIM : 017241076

Program Studi/Fakultas : Sarjana Keperawatan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya kinerja "VIDEO MONOLOG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN PASKA OPERASI LAPAROSKOPI DI RUANG DAHLIA A RSUD. Dr. H. JUSUF SK" adalah karya kinerja asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Karya kinerja ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Karya kinerja ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah di publikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 14 Juli 2025

Yang membuat pernyataan


METERAI TEMPEL
070 4400200822970

Zuliansyah

NIM. 017241076

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Zuliansyah

NIM : 017241076

Program Studi/Fakultas : Sarjana Keperawatan/Kesehatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media atau formatkan, merawat dan mempublikasikan karya kinerja saya dengan judul "VIDEO MONOLOG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN PASKA OPERASI LAPAROSKOPI DI RUANG DAHLIA A RSUD. Dr. H. JUSUF SK" untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 14 Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Zuliansyah

NIM. 017241076

ABSTRAK

VIDEO MONOLOG TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN PASKA OPERASI LAPAROSKOPI DI RUANG DAHLIA A RSUD. Dr. H. JUSUF SK

Pembedahan laparoskopi adalah teknik pembedahan minimal invasif yang digunakan di daerah abdomen dan pelvis. Perasaan nyeri sangat sering terjadi pada pasien yang menjalani pembedahan, mulai dari nyeri anestesi sampai nyeri pasca operasi akibat insisi pada bagian tubuh. Apabila nyeri tersebut tidak segera diatasi maka dapat menimbulkan dampak psikologis dan fisiologis. Pasien paska operasi laparoskopi diberikan intervensi teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan tingkat nyeri di Ruang Dahlia A RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan. Responden yang diberikan intervensi teknik relaksasi genggam jari berjumlah 10 orang. Responden mendemostrasikan teknik relaksasi genggam jari melalui video monolog selama 3-5 menit sambil melakukan napas dalam, setiap jari dilakukan selama 15 menit lalu pindah ke jari berikutnya. Hasil penerapan terjadi penurunan tingkat nyeri dari skala nyeri mayoritas sedang (3-4) menurun menjadi mayoritas tingkat nyeri skala ringan (1-3). Penerapan video monolog teknik relaksasi genggam jari pada 10 orang paska operasi laparoskopi di Ruang Dahlia A RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan dapat digunakan untuk menurunkan tingkat nyeri. Penulis menyarankan teknik relaksasi genggam jari diterapkan pada pasien paska operasi laparoskopi yang mengalami nyeri.

Kata Kunci: Laparoskopi, Nyeri, Paska Operasi, Teknik Relaksasi Genggam Jari

ABSTRACT

A MONOLOGICAL ANALYSIS OF THE FINGER-GRASPING RELAXATION TECHNIQUE ON REDUCING PAIN LEVELS IN POST-LAPAROSCOPIC SURGERY PATIENTS IN THE DAHLIA A ROOM, DR. H. JUSUF SK REGIONAL GENERAL HOSPITAL

Laparoscopic surgery is a minimally invasive surgical technique used in the abdominal and pelvic areas. Pain is very common in patients undergoing surgery, ranging from anesthetic pain to post-operative pain due to incisions in the body. If the pain is not immediately addressed, it can cause psychological and physiological impacts. Post-laparoscopic surgery patients were given a finger-grip relaxation technique intervention to reduce pain levels in the Dahlia A Room of Dr. H. Jusuf SK Tarakan Regional Hospital. 10 respondents were given the finger-grip relaxation technique intervention. Respondents demonstrated the finger-grip relaxation technique through a monologue video for 3-5 minutes while taking deep breaths, each finger was done for 15 minutes then moved to the next finger. The results of the application showed a decrease in pain levels from a majority of moderate pain scale (3-4) to a majority of mild pain scale (1-3). The application of the monologue video of the pain-grip relaxation technique in 10 people after laparoscopic surgery in the Dahlia A Room of Dr. H. Jusuf SK Tarakan Regional Hospital can be used to reduce pain levels. The author recommends that the finger-grip relaxation technique be applied to post-laparoscopic surgery patients who experience pain.

Keywords: *Finger-Grip Relaxation Technique, Laparoscopy, Pain, Post-Surgery*

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri:

Nama : Zuliansyah
Tempat/Tanggal Lahir : Tarakan, 29 Juli 1983
Agama : Islam
Status : Menikah
Alamat : Jl. Aki Balak, Perum Pesona Juata Krikil, RT. 02, No.
A09, Tarakan Utara, Kota Tarakan, Kalimantan Utara.
Email : zoelzul026@gmail.com
No. HP : 085249384471

B. Riwayat Pendidikan:

1. SDN 006 Sebengkok Tarakan Tengah (1990-1996)
2. SLTP Negeri 1 Tarakan (1996-1999)
3. SPK Tarakan (1999-2002)
4. Diploma III Poltekes Kemenkes Kaltim (2014-2018)
5. Universitas Ngudi Waluyo Semarang (2025 sampai saat ini)

C. Riwayat Pekerjaan

1. Puskesmas Mansalong Nunukan (2005-2022)
2. RSUD dr. H. Jusuf SK Tarakan (2023 sampai saat ini)

D. Data Orang Tua

Nama Ayah : M. Yusuf
Pekerjaan : Swasta
Nama Ibu : Ratih
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala kurnia-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir Program RPL ini telah selesai. Judul tugas akhir yang telah diterapkan adalah “: **Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Paska Operasi Laparascopi di Ruang Dahlia A RSUD dr. H. Jusuf SK**”.

Tujuan penulisan Laporan Tugas Akhir Program RPL ini adalah sebagai tugas karya ilmiah akhir diprogram studi S-1 Keperawatan, dan sebagai salah satu persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Penelitian ini juga menghadapi beberapa hambatan dan kesulitan. Tetapi atas arahan, bimbingan, bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikannya.

Terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak dan Ibu yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, dukungan dan doa selama ini kepada penulis. Perkenankan dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku rektor Universitas Ngudi Waluyo,
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah banyak memberikan ide, ilmu, saran dan masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
3. dr. Budi Aziz B. Sp. PK, Selaku Plt. Direktur RSUD dr. H. Jusuf SK Provinsi Kalimantan Utara.
4. Dr. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J selaku ketua prodi keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

5. Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB, selaku pembimbing tugas akhir yang selalu membimbing dalam proses dan penyusunan Laporan Tugas Akhir Program RPL.
6. Para Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S-1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu dan pengetahuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Perawat Di Ruang Dahlia A RSUD dr. H. Jusuf SK Provinsi Kalimantan Utara atas kerjasama dan dukungan selama dalam penerapan Laporan Tugas Akhir Program RPL.
8. Teman-teman mahasiswa/I S-1 Keperawatan Program RPL Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas kebersamaan dan motivasi selama menempuh pendidikan.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih terdapat kelemahan dan kekurangan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca.

Tarakan, 14 Juli 2025

Penulis

Zuliansyah
NIM. 017241076

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	18
A. Latar Belakang	18
B. Lingkup Pengabdian dan Pengembangan	22

C. Tujuan	22
1. Tujuan Umum	22
2. Tujuan Khusus	23
3. Manfaat	23
BAB II TINJAUAN TEORI.....	25
A. Profil Tempat Kerja	25
B. Struktur Organisasi Kerja Ruang Dahlia A	26
C. Deskripsi Pekerjaan Mahasiswa di Lokasi Bekerja.....	26
D. Teori-Teori Yang Berkaitan Dengan Tema	27
1. Tinjauan Umum Tentang Nyeri	27
2. Tinjauan Umum Tentang Teknik Genggam Jari.....	38
3. Tinjauan Umum Tentang Laparoscopi	43
4. Tinjauan Umum Tentang Video Monolog.....	46
BAB III KINERJA PENGABDIAN DAN PENGEMBANGAN	49
A. Kinerja Pengabdian.....	49
B. Kinerja Pengembangan	49
BAB IV PEMBAHASAN	54
A. Pengumpulan Informasi	54

B. Desain Produk.....	55
C. Validasi Desain	56
C. Perbaikan Desain	57
D. Uji Coba Produk	58
E. Evaluasi Produk	59
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Struktur Organisasi Ruang Dahlia A	26
Gambar 2. 2 Visual Analogue Scale, Verbal Rating Scale dan Numeric Rating Scale..	37
Gambar 2. 3 Face Pain Rating Scale Revised.....	38
Gambar 2. 4 Standar Prosedur Operasional Teknik Genggam Jari	43

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Gambaran Tingkat Nyeri Pasien Paska Operasi Laparoskopi Sebelum dan Sesudah Memperoleh Intervensi Teknik Relaksasi Genggam Jari.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Permohonan Ijin Studi Pendahuluan	69
Lampiran 2 Permohonan Etik Penelitian	70
Lampiran 3 Surat Balasan Etik Penelitian	71
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian	72
Lampiran 5 Surat Balasan Ijin Penelitian	73
Lampiran 6 Master Tabel Tingkat Pengetahuan Pasien	74
Lampiran 7 Master Tabel Perubahan Tingkat Nyeri	75
Lampiran 8 Lembar Konsultasi/Bimbingan	76
Lampiran 9 Dokumentasi.....	78
Lampiran 10 Surat Bebas Plagiasi	79
Lampiran 11 Skenario Video Monolog	80