

Lampiran 1 Plan Of Action

PLAN OF ACTION
(NOVEMBER 2024 – JUNI 2025)

Nama : Pinggan Ratu Pramudiva Kencana Wungu

NIM : P17211214160

No.	Kegiatan Penelitian	November				Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1.	Tahap Persiapan Pengajuan Topik / Judul																																
2.	Studi Pendahuluan																																
3.	Penyusunan Proposal Penyusunan BAB I																																
4.	Revisi BAB I																																
5.	Penyusunan BAB II																																
6.	Revisi BAB II																																
7.	Penyusunan BAB III																																
8.	Revisi BAB III																																

Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan



Kementerian Kesehatan Poltekkes Malang

📍 Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
☎ (0341) 566075
🌐 <https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXI.15/1702/2024 10 Desember 2024
Perihal : Permohonan Ijin Studi Pendahuluan untuk Penyusunan Proposal Skripsi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Direktur RSUD Karsa Husada Batu
Jl. A. Yani No. 11-13, Ngaglik, Kec. Batu
di –

Tempat

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Studi Pendahuluan untuk bahan penyusunan Proposal Skripsi bagi Mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Malang Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah kerja RSUD Karsa Husada Batu.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Studi Pendahuluan adalah:

Nama : Pinggan Ratu Pramudita Kencana Wungu
NIM/Semester : P17211214160 / VII
Asal Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Skripsi : Efektifitas Antara Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu
No. HP : 089668470468

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes
malang,



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep, Ns, M.Kep

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN



Lampiran 3 Surat Disposisi Ijin Studi Pendahuluan RSUD Karsa Husada Batu

	PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARSA HUSADA BATU TERAKREDITASI PARIPURNA VERSI STARKES KEMENKES ★★★★★ Jalan A. Yani 10 - 13 Telp. (0341) 596898 - 591076 - 591036 FAX. 596901 - 591076 Email : rsukhbatu@jatimprov.go.id BATU 65311					
LEMBAR DISPOSISI						
Surat dari : Direktur Tanggal Surat : 10/12/24 Nomor Surat : POLKESMA	Diterima tanggal : 16/12/24 Nomor Agenda : 400.3 / 2329 Sifat : <table style="width: 100%;"> <tr> <td>☐ Sangat Segera</td> <td>☐ Segera</td> </tr> <tr> <td>☐ Rahasia</td> <td>☐ Biasa</td> </tr> </table>		☐ Sangat Segera	☐ Segera	☐ Rahasia	☐ Biasa
☐ Sangat Segera	☐ Segera					
☐ Rahasia	☐ Biasa					
Hal : Ijin Stopen a.n Pinggan Ratu						
Diteruskan kepada Sdr : <table style="width: 100%;"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> ☐ Wadir Umum ☐ Kabag Umum dan Keuangan ☐ Kabag Perencanaan Program dan Evaluasi Anggaran Kabag ☐ Pejabat Pembuat Komitmen (PPK) ☐ Pejabat Pengadaan Medis / Non Medis ☐ Instalasi ☐ Lain-lain </td> <td style="vertical-align: top;"> ☐ Wadir Pelayanan ☐ Kabid Pelayanan Medis dan Keperawatan ☐ Kabid Penunjang Mutu dan Keselamatan ☒ Kabid Pendidikan, Pelatihan, Penelitian, Pengembangan dan Pemberdayaan ☐ Komite ☐ Unit <i>Kardi</i> </td> </tr> </table>			☐ Wadir Umum ☐ Kabag Umum dan Keuangan ☐ Kabag Perencanaan Program dan Evaluasi Anggaran Kabag ☐ Pejabat Pembuat Komitmen (PPK) ☐ Pejabat Pengadaan Medis / Non Medis ☐ Instalasi ☐ Lain-lain	☐ Wadir Pelayanan ☐ Kabid Pelayanan Medis dan Keperawatan ☐ Kabid Penunjang Mutu dan Keselamatan ☒ Kabid Pendidikan, Pelatihan, Penelitian, Pengembangan dan Pemberdayaan ☐ Komite ☐ Unit <i>Kardi</i>		
☐ Wadir Umum ☐ Kabag Umum dan Keuangan ☐ Kabag Perencanaan Program dan Evaluasi Anggaran Kabag ☐ Pejabat Pembuat Komitmen (PPK) ☐ Pejabat Pengadaan Medis / Non Medis ☐ Instalasi ☐ Lain-lain	☐ Wadir Pelayanan ☐ Kabid Pelayanan Medis dan Keperawatan ☐ Kabid Penunjang Mutu dan Keselamatan ☒ Kabid Pendidikan, Pelatihan, Penelitian, Pengembangan dan Pemberdayaan ☐ Komite ☐ Unit <i>Kardi</i>					
<u>ISI DISPOSISI</u> R 17/12 TL						

Lampiran 4 Ethical Clearence



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Malang
Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
(0341) 566075
<https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXI.15/139/2025 22 Januari 2025
Perihal : Permohonan Surat Keterangan Kelaikan Etik (*Ethical Clearence*) Dalam Rangka Pengambilan Data untuk Penyusunan Skripsi

Yth. Ketua Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Malang

Sehubungan dengan kegiatan penyusunan Skripsi bagi Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang, maka dengan ini kami mohon bantuan untuk diterbitkan Surat Keterangan Kelaikan Etik (*Ethical Clearence*) dan se panjang mahasiswa tersebut memenuhi ketentuan yang berlaku.

Adapun nama mahasiswa adalah sebagai berikut:

Nama : Pinggan Ratu Pramudiva Kencana Wungu
NIM/Semester : P17211214160 / VII
Asal Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Skripsi : Efektifitas Antara Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Op Appendiktomi di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu
No. HP : 089668470468

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes malang,



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep, Ns, M.Kep



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 5 Ethical Approval



Kementerian Kesehatan

Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Malang
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Besar Ijen Nomor 77 C Malang
(0341) 566075
komisietik@poltekkes-malang.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No.DP.04.03/F.XXI.30/00140/2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Pinggan Ratu Pramudiva Kencana Wungu
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Efektifitas Antara Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu"

"The effectiveness of finger grip relaxation and deep breathing relaxation n Reducing Pain Intensity in Post-Appendectomy Patients in the Edelweis A Room at A Karsa Husada Batu Hospital"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 13 Maret 2025 sampai dengan tanggal 13 Maret 2026.

This declaration of ethics applies during the period March 13, 2025 until March 13, 2026.



March 13, 2025
Chairperson,



Dr. Susi Milwati, S.Kp., M.Pd.

Lampiran 6 Surat Izin Pengambilan Data



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Malang
Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
(0341) 566075
<https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXI.15/448/2025 20 Maret 2025
Perihal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Penyusunan Skripsi Mahasiswa
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Direktur RSUD Karsa Husada Batu
Jl. A. Yani No. 11-13, Ngaglik, Kec. Batu
di –
Tempat

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Pengambilan Data untuk bahan penyusunan Skripsi bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah kerja RSUD Karsa Husada Batu. Pengambilan data yang dimaksud akan dilaksanakan mulai tanggal 27 Januari – 27 April 2025.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Pengambilan Data adalah:

Nama : Pinggan Ratu Pramudiva Kencana Wungu
NIM/Semester : P17211214160 / VIII
Asal Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Skripsi : Efektivitas Antara Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu
No. HP : 089668470468

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes
malang,



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep, Ns, M.Kep

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 7 Surat Disposisi Ijin Pengambilan Data

 PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR DINAS KESEHATAN RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARSA HUSADA BATU Jalan A. Yani Nomor 10 – 13, Ngaglik, Batu, Kota Batu, Jawa Timur 65311 Telepon (0341) 596898, Laman rsukarsahusadabatu.jatimprov.go.id Pos-el rsukhbatu@jatimprov.go.id	
LEMBAR DISPOSISI	
Surat Dari : PolkesMA Nomor Surat : Tanggal Surat : 20/3/25	Diterima Tanggal : 21/3/25 Nomor Agenda : 400.3/ Sifat : ☐ Sangat Segera ☐ Segera ☐ Rahasia
Hal : Ijin Pengambilan Data Skripsi a.n Pingsan Ratu	
Diteruskan kepada sdr : ☐ Direktur ☐ Wadir Pelayanan ☐ Wadir Umum ☐ Kabid Pelayanan Medis & Keperawatan ☐ Kabag Umum dan Keuangan ☐ Kabag Perencanaan Program & Evaluasi Anggaran ☒ Kabid Penunjang Mutu dan Keselamatan ☒ Kabid Pendidikan, Pelatihan, Penelitian, ☐ Pengembangan & Pemberdayaan ☐ Pejabat Pembuat Komitmen (PPK) ☐ Pejabat Pengadaan Medis / Non Medis ☒ Instalasi.....Kardil ☐ Lain-lain.....	Dengan hormat harap : ☐ Tanggapan & Saran ☐ Proses Lebih Lanjut ☐ Koordinasi/Konfirmasikan ☐
Catatan : R²¹/₃ TL Direktur RSUD Karsa Husada Batu, 	

Lampiran 8 Surat Perizinan Pengambilan Data



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS KESEHATAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARSA HUSADA BATU
Jalan A. Yani Nomor 10 – 13, Ngaglik, Batu, Kota Batu, Jawa Timur 65311
Telepon (0341) 596898, Laman rsukarsahusadabatu.jatimprov.go.id
Pos-el rsukhbatu@jatimprov.go.id

SURAT IZIN
NOMOR : 070 /001/ 066 / 102.13 / 2025
TENTANG
PENELITIAN
RSUD KARSA HUSADA BATU

Dari : Direktur RSKH
Dasar : a. Surat Permohonan Penelitian kepada Direktur RSUD Karsa Husada, No PP.06.02/F.XXI.15/448/2025 Atas nama peneliti PINGGAN RATU PRAMUDIVA KENCANA WUNGU, Mahasiswi Program studi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Malang
b. SURAT KETERANGAN LAYAK ETIK dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Malang No.DP.04.03/F.XXI.30/00140/2025

MENGIZINKAN

Kepada :
Nama : PINGGAN RATU PRAMUDIVA KENCANA WUNGU
NIM : P17211214160
Judul : Efektifitas Antara Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Post Operasi Appendiktomi di Ruang Edelweis A Karsa Husada Batu
Untuk : Melakukan penelitian di RSUD Karsa Husada, mulai 26 Maret 2025 sampai 26 Juni 2025 di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu

Dikeluarkan di : Batu
Pada tanggal : 24 Maret 2025

DIREKTUR RSUD KARSA HUSADA BATU



dr. MUHAMAD RIZAL, MM., M.Kes
Pembina Utama Muda
NIP. 19770210 200312 1 011

Tembusan :

1. Kepala Ruang Edelweis A
2. Yang bersangkutan

Lampiran 9 Surat Telah Pengambilan Data



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARSA HUSADA BATU
TERAKREDITASI PARIPURNA VERSI STARKES



Jalan A.Yani 10 – 13 Telp. (0341) 596898 – 591076 – 591036 – Fax. 596901 – 591076
Email : rsukhbatu@jatimprov.go.id

BATU 65311



SURAT IZIN
NOMOR : 070 /002/011 / 102.13 / 2025
TENTANG

PENELITIAN
RSUD KARSA HUSADA BATU

Dari : Direktur RSKH
Dasar : a. Surat Perizinan Penelitian kepada Direktur RSUD Karsa Husada
No 070 /001/ 066 / 102.13 / 2025 Atas nama peneliti Pinggan Ratu Pramudiva
Kencana Wungu, Mahasiswi Program studi Sarjana Terapan Poltekkes
Kemenkes Malang

TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Kepada :
Nama : PINGGAN RATU PRAMUDIVA KENCANA WUNGU
NIM : P17211214160
Judul : Efektifitas Antara Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap
Penurunan Intensitas Nyeri Post Operasi Appendiktomi di Ruang Edelweis A Karsa Husada Batu

Maka dapat kami informasikan bahwa mahasiswa tersebut diatas telah melaksanakan pengambilan data penelitiannya di RSUD Karsa Husada pada tanggal 26 Maret sampai 26 Mei 2025 di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di: RSUD Karsa Husada
Pada tanggal : 25 April 2025

RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
KARSA HUSADA BATU,
DIREKTUR



Dr. MUHAMAD RIZAL, MM, M. Kes
NIP. 19770210 200312 1 011

Lampiran 10 Lembar Informasi

LEMBAR INFORMASI

Kepada Yth.

Bapak/Ibu

Di Tempat

Bapak/Ibu yang saya hormati,

Saya mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang.

Nama : Pinggan Ratu Pramudiva Kencana Wungu

NIM : P17211214160

Saat ini saya sedang menyelesaikan tugas akhir, oleh karena itu mohon kesediaan bapak/Ibu untuk menjadi responden pada penelitian saya.

Judul dari penelitian ini adalah “Efektifitas Antara Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendiktomi RSUD Karsa Husada Batu”. Saya sebagai peneliti mohon bantuan serta ketersediaan dari bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam penelitian saya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, untuk itu pengisian kuisioner ini sesuai dengan apa yang dirasakan dan dialami bapak/Ibu. Jawaban yang demikian hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian dan kerahasiaan identitas bapak/Ibu kami jamin.

Demikian permohonan saya, atas perhatiannya saya sampaikan terimakasih.

Malang,

Pinggan Ratu P.K.W

NIM. P17211214160

Lampiran 11 Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh saudari Pinggan Ratu P.K.W mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Nama :

Umur :

Nomor HP :

Alamat :

Saya menyatakan bersedia berpartisipasi menjadi responden penelitian yang berjudul “Efektivitas Antara Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi”. Benefit yang saya dapatkan dalam penelitian ini berupa informasi. Saya secara sukarela dan penuh kejujuran saya menyatakan bersedia menjadi responden penelitian tersebut tanpa paksaan dari pihak manapun dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan. Saya memahami keikutsertaan ini memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan dan akan terjaga kerahasiaannya.

Batu,

Responden,

Saksi,

Hormat Saya,

(.....) (.....) (Pinggan Ratu P.K.W)

Lampiran 12 Lembar Kuesioner Pengukuran Skala Nyeri Numeric Rating Scale (NRS) Responden Post Operasi Appendiktomi

KUISIONER

A. Identitas Responden

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :
Pendidikan :
Pekerjaan :
Pengalaman Nyeri Sebelumnya :

**SKALA PENGUKURAN NYERI
NUMERIC RATING SCALE (NRS)**

**A. Sebelum Dilakukan Perlakuan (Teknik Relaksasi Genggam Jari /
Relaksasi Nafas Dalam**

Petunjuk Pengisian :

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Kete	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

- 0 : Tidak nyeri
1 : Sangat ringan (Very Mild)
2 : Tidak Nyaman (Discomforting)
3 : Bisa di toleransi (Tolerable)
4 : menyedihkan (Distressing)
5 : sangat menyedihkan (Very Distressing)
6 : intens
7 : sangat intens
8 : sungguh mengerikan (Excruciating)
9 : menyiksa tak tertahan (unbearable)
10 : (sakit tak terbayangkan tak dapat diungkapkan)

**B. Setelah dilakukan Perlakuan (Teknik Relaksasi Genggam Jari /
Relaksasi Nafas Dalam**

Petunjuk Pengisian :

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

- 0 : Tidak nyeri
1 : Sangat ringan (Very Mild)
2 : Tidak Nyaman (Discomforting)
3 : Bisa di toleransi (Tolerable)
4 : menyedihkan (Distressing)
5 : sangat menyedihkan (Very Distressing)
6 : intens
7 : sangat intens
8 : sungguh mengerikan (Excruciating)
9 : menyiksa tak tertahan (unbearable)
10 : (sakit tak terbayangkan tak dapat diungkapkan)

Lampiran 13 Standar Operasional Prosedur Teknik Relaksasi Nafas Dalam

	POLTEKKES KEMENKES MALANG	
	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	
	TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM	
Unit : Laboratorium Keperawatan		Petugas / pelaksana: Perawat, dosen, CI, Mhs
Pengertian	Suatu kegiatan yang dilakukan untuk melatih nafas dalam	
Indikasi	Pasien yang memiliki gangguan sistem pernafasan 2. Pasien dengan kecemasan dan rasa nyaman	
Tujuan	1. Pasien yang memiliki gangguan sistem pernafasan 2. Pasien dengan kecemasan dan rasa nyaman	
Persiapan Pasien	Mengatur posisi pasien senyaman mungkin Menjelaskan maksud dan tujuan Membuat kontrak waktu 5 menit	
Persiapan Lingkungan	Lingkungan yang tenang, pasang sketsel	
Prosedur Pelaksanaan	1. Mencuci tangan 2. Memberikan penjelasan tentang tujuan dan alasan tindakan 3. Melakukan kontrak waktu 5 menit	

	4. Memberikan intruksi kepada pasien dengan memberikan contoh 5. Mengajarkan pasien untuk tarik nafas pelan-pelan, perawat menghitung 1-2 6. Mengajarkan pasien mengeluarkan nafas melalui mulut dengan bibir mecucu/memoncongkan bibir, perawat menghitung 1-2 7. Mengamati perkembangan dada dan perut 8. Memperbaiki teknik bernafas pasien 9. Mengulangi prosedur sampai 10 kali 10. Melakukan pencatatan: - Jam pelaksanaan - Kemampuan pasien - Reaksi pasien 11. Mencuci Tangan
Sikap	Sikap selama pelaksanaan: 1. Menunjukkan sikap sopan dan ramah 2. Menjamin privasi pasien 3. Bekerja dengan teliti 4. Memperhatikan body mekanisme
Evaluasi	1. Tanyakan keadaan dan kenyamanan pasien setelah tindakan 2. Observasi tanda kesulitan bernafas, kecemasan dan rasa nyaman

(Sumber : Sri, Mudayatiningsih dkk. 2009. SOP Relaksasi Nafas Dalam.)

Lampiran 14 Standar Operasional Prosedur Teknik Relaksasi Genggam Jari

	POLTEKKES KEMENKES MALANG	
	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	
	TEKNIK RELAKSASI GENGGAM JARI	
Unit : Laboratorium Keperawatan		Petugas / pelaksana: Perawat, dosen, CI, Mhs
Pengertian genggam	Relaksasi jari yang juga disebut sebagai finger hold adalah sebuah teknik relaksasi yang digunakan untuk meredakan atau mengurangi intensitas nyeri pasca pembedahan (Pinandita, Purwanti & Utoyo, 2012)	
Tujuan	Terapi relaksasi genggam jari sebagai pendamping terapi farmakologi yang bertujuan untuk meningkatkan efek analgesik sebagai terapi pereda nyeri post operasi. Dilakukan saat nyeri tidak dirasakan pasien. Terapi relaksasi bukan sebagai pengganti obatobatan tetapi diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung beberapa menit atau detik. Kombinasi teknik ini dengan obat-obatan yang dilakukan secara simultan merupakan cara yang efektif untuk menghilangkan nyeri (Smeltzer, 2012).	
Kebijakan	Bahwa semua pasien yang mengalami nyeri dapat melakukan teknik relaksasi genggam jari	

Prosedur	Tahap Orientasi 1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan dan manfaat 3. Menjelaskan prosedur pelaksanaan 4. Menanyakan persetujuan responden Tahap Kerja 1. Posisikan pasien berbaring lurus ditempat tidur atau posisikan pasien duduk 2. Relaksasi dimulai dengan menggenggam jari pada bagian ibu jari, genggam hingga nadi pasien terasa berdenyut 3. Tutup mata, fokus, tarik nafas perlahan dari hidung. Hembuskan perlahan dengan mulut. 4. Genggam ibu jari selama kurang lebih 3-5 menit sembari tarik nafas perlahan dari hidung, lalu hembuskan perlahan melalui mulut dan dilakukan satu persatu dengan rentang waktu yang sama Tahap Terminasi 12. Berikan reinforcement positif atas keberhasilan pasien melakukan teknik relaksasi genggam jari 13. Melakukan evaluasi tindakan lalu catat dan dokumentasikan hasil dari observasi yang telah dilakukan
----------	---

Sumber : (Ekawati et al., 2022)

Lampiran 15 Lembar Rekapitulasi Data

LEMBAR REKAPITULASI DATA

No	Nama	Umur	JK	Pendidikan	Pekerjaan	Pengalaman Nyeri (Pernah dioperasi)	Intensitas Nyeri			
							Relaksasi Genggam Jari		Relaksasi Nafas Dalam	
							Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
1	Ny. L	29	P	SMA	IRT	Tidak	5	3		
2	Nn. L	22	P	Mahasiswa	Mahasiswa	Tidak	4	2		
3	Nn. F	19	P	Mahasiswa	Mahasiswa	Tidak	6	3		
4	Tn. I	42	L	SMA	Swasta	Tidak	5	2		
5	An. M	14	L	SMP	Siswa	Tidak	6	2		
6	Nn. A	16	P	SMA	Siswa	Tidak	4	2		
7	Nn. M	24	P	SMA	Swasta	Tidak	5	2		
8	An. B	13	L	SMP	Siswa	Tidak	5	3		
9	Nn. D	16	P	SMA	Siswa	Tidak	5	2		
10	Ny. A	28	P	Sarjana	Swasta	Tidak	6	2		

11	Nn. Talita	14	P	SMP	Siswa	Tidak	6	4		
12.	Tn. A	26	L	SMP	Petani	Tidak	5	3		
13.	An. G	12	P	SMP	Siswa	Tidak	5	3		
14.	Tn. S	37	L	SMP	Petani	Tidak	5	3		
15.	Sdr. N	17	L	SMA	Siswa	Tidak	6	4		

No	Nama	Umur	JK	Pendidikan	Pekerjaan	Pengalaman Nyeri (Pernah Dioperasi)	Intensitas Nyeri			
							Relaksasi Genggam Jari		Relaksasi Nafas Dalam	
							Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
1.	Ny. I	35	P	Sarjana	Swasta	Tidak			5	3
2.	Ny. T	46	P	SMA	IRT	Tidak			6	4
3.	Nn. C	24	P	SMA	Swasta	Tidak			5	2
4.	Nn. R	25	P	Sarjana	Karyawan	Ya (SC)			4	1
5.	Ny. D	37	P	SMA	IRT	Tidak			4	3
6.	Nn. V	21	P	Mahasiswa	Mahasiswa	Tidak			5	3
7.	Ny. I	43	P	SMP	IRT	Tidak			4	2
8.	Tn. M	44	L	SMA	Swasta	Tidak			4	2
9.	Sdr. T	21	L	SMK	Belum Bekerja	Tidak			5	3
10.	Ny. N	29	P	SMA	Swasta	Tidak			6	3
11.	Ny. Y	45	P	SMA	IRT	Tidak			5	3
12.	Ny. Y	39	P	SMA	IRT	Tidak			5	4

13	Nn. L	23	P	Mahasiswa	Mahasiswa	Tidak			4	3
14.	Nn. D	18	L	SMA	Siswa	Tidak			5	3
15.	Nn. W	20	L	SMA	Siswa	Tidak			6	4

Lampiran 16 Hasil Analisis Statistik Data Penelitian Menggunakan SPSS

HASIL ANALISIS STATISTIK DATA PENELITIAN

1. Analisa Univariat Karakteristik Responden Genggam Jari

Frequency Table

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	7	46,7	46,7	46,7
	Perempuan	8	53,3	53,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12-20	8	53,3	53,3	53,3
	21-30	5	33,3	33,3	86,7
	31-40	1	6,7	6,7	93,3
	41-50	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

		Pendidikan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	6	40,0	40,0	40,0
	SMA/SMK	6	40,0	40,0	80,0
	Perguruan Tinggi	3	20,0	20,0	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

		Pekerjaan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	1	6,7	6,7	6,7
	Mahasiswa	2	13,3	13,3	20,0
	Siswa	7	46,7	46,7	66,7

	Swasta	3	20,0	20,0	86,7
	Petani	2	13,3	13,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Pengalaman Nyeri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak	15	100,0	100,0	100,0

2. Analisa Univariat Karakteristik Responden Nafas Dalam

Frequency Table

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	4	26,7	26,7	26,7
	Perempuan	11	73,3	73,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12-20	2	13,3	13,3	13,3
	21-30	6	40,0	40,0	53,3
	31-40	3	20,0	20,0	73,3
	41-50	4	26,7	26,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	1	6,7	6,7	6,7
	SMA/SMK	10	66,7	66,7	73,3
	Perguruan Tinggi	4	26,7	26,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

		Pekerjaan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	5	33,3	33,3	33,3
	Mahasiswa	2	13,3	13,3	46,7
	Siswa	2	13,3	13,3	60,0
	Swasta	5	33,3	33,3	93,3
	Tidak Bekerja	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

		Pengalaman Nyeri			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak	14	93,3	93,3	93,3
	Ya	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

3. Hasil Analisa Univariat dan Bivariat Frekuensi Kelompok Teknik Relaksasi Genggam Jari

Frequency Table

Sebelum dilakukan intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang (4-6)	15	100,0	100,0	100,0

Sesudah dilakukan intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan (1-3)	13	86,7	86,7	86,7
	Sedang (4-6)	2	13,3	13,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Statistics

		Sebelum dilakukan intervensi	Sesudah dilakukan intervensi
N	Valid	15	15
	Missing	0	0
Mean		4,87	2,67
Std. Error of Mean		,192	,187
Median		5,00	3,00
Mode		5	2
Std. Deviation		,743	,724
Skewness		,227	,628
Std. Error of Skewness		,580	,580
Kurtosis		-,970	-,654
Std. Error of Kurtosis		1,121	1,121
Range		2	2
Minimum		4	2
Maximum		6	4
Sum		73	40

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum dilakukan intervensi	,238	15	,022	,817	15	,006
Sesudah dilakukan intervensi	,288	15	,002	,783	15	,002

a. Lilliefors Significance Correction

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
sesudah dilakukan intervensi - sebelum dilakukan intervensi	Negative Ranks	15 ^a	8,00	120,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		

Total	15		
-------	----	--	--

- a. sesudah dilakukan intervensi < sebelum dilakukan intervensi
- b. sesudah dilakukan intervensi > sebelum dilakukan intervensi
- c. sesudah dilakukan intervensi = sebelum dilakukan intervensi

Test Statistics^a

sesudah
dilakukan
intervensi -
sebelum
dilakukan
intervensi

Z	-3,531 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

4. Hasil Analisa Univariat dan Bivariat Frekuensi Kelompok Teknik Relaksasi Nafas Dalam

Sebelum dilakukan intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Sedang (4-6)	15	100,0	100,0	100,0

Sesudah dilakukan intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan (1-3)	12	80,0	80,0	80,0
	Nyeri Sedang (4-6)	3	20,0	20,0	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Statistics		Sebelum dilakukan intervensi	Sesudah dilakukan intervensi
N	Valid	15	15
	Missing	0	0
Mean		4,87	2,93
Std. Error of Mean		,192	,182
Median		5,00	3,00
Mode		5	3
Std. Deviation		,743	,704
Skewness		,227	,092
Std. Error of Skewness		,580	,580
Kurtosis		-,970	-,669
Std. Error of Kurtosis		1,121	1,121
Range		2	2
Minimum		4	2
Maximum		6	4
Sum		73	44

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum dilakukan intervensi	,238	15	,022	,817	15	,006
Sesudah dilakukan intervensi	,271	15	,004	,815	15	,006

a. Lilliefors Significance Correction

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sesudah dilakukan intervensi - Sebelum dilakukan intervensi	Negative Ranks	15 ^a	8,00	120,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		

Total	15		
-------	----	--	--

- a. Sesudah dilakukan intervensi < Sebelum dilakukan intervensi
- b. Sesudah dilakukan intervensi > Sebelum dilakukan intervensi
- c. Sesudah dilakukan intervensi = Sebelum dilakukan intervensi

Test Statistics^a

Sesudah dilakukan intervensi - Sebelum dilakukan intervensi	
Z	-3,531 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

5. Uji Homogenitas Data Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
HASI L	Based on Mean	,025	1	28	,875
	Based on Median	,100	1	28	,754
	Based on Median and with adjusted df	,100	1	26,610	,754
	Based on trimmed mean	,078	1	28	,783

6. Uji Statistik Perbedaan Efektifitas Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam

		Ranks		
	KELOMPOK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
HASIL	Relaksasi Genggam Jari	15	14,17	212,50
	Relaksasi Nafas Dalam	15	16,83	252,50
	Total	30		

Test Statistics ^a	
	HASIL
Mann-Whitney U	92,500
Wilcoxon W	212,500
Z	-,896
Asymp. Sig. (2-tailed)	,370
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,412 ^b

a. Grouping Variable:

KELOMPOK

b. Not corrected for ties.

Lampiran 17 Dokumentasi Kegiatan



Lampiran 18 Lembar Bimbingan Skripsi



LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES MALANG

Nama Mahasiswa : **PINGGAN RATU PRAMUDIVA KENCANA WUNGU**
 NIM : **P17211214160**
 Nama Pembimbing : **Dr. Roni Yuliwar, S.Kep., Ns., M.Ked**
 Judul Skripsi : **Efektifitas Antara Terapi Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu**

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	2 Januari 2025	- Konsultasi terkait perubahan sampel penelitian - Lanjut BAB 4	Ru	Fah
2.	6 Januari 2025	- Revisi judul => ACC Judul "Efektivitas Antara Teknik Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendiktomi di Ruang Edelweis A RSUD Karsa Husada Batu" - Lanjut BAB 1	Ru	Fah
3.	8 Januari 2025	- Pengajuan BAB 1	Ru	Fah
4.	10 Januari 2025	- Revisi BAB 1 (Penambahan prevalensi) - Lanjut BAB 2	Ru	Fah
5.	13 Januari 2025	- Revisi BAB I - Revisi BAB II (Penambahan patofis, tinjauan nyeri umum dan nyeri post operasi) - Lanjut BAB III	Ru	Fah
6.	15 Januari 2025	- BAB I ACC - BAB II ACC - Revisi BAB III (Perbaiki desain penelitian, perbaiki definisi operasional)	Ru	Fah

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
7.	17 Januari 2025	- Revisi BAB III (Revisi jumlah sampel, tambahkan lampiran penyajian data, rapikan margin)	R _u	Fah
8.	20 Januari 2025	- ACC BAB III - ACC Seminar Proposal	R _u	Fah
9.	23 Januari 2025	- ACC Revisi Proposal - Lanjutkan Penelitian	R _u	Fah
10.	23 April 2025	- Perhatikan format penulisan skripsi - deskripsi hasil jangan memindahkan data di tabel - deskripsi di hasil berisi interpretasi hasil analisis statistika - tabel karakteristik responden diganti ke diagram pie	R _u	Fah
11.	25 April 2025	- Pembahasan harus berisi fakta opini dan teori - penggunaan uji yang dirubah karena data tidak berdistribusi normal	R _u	Fah
12.	30 April 2025	- Urutan hasil dan pembahasan harus sesuai dengan tujuan khusus - kesimpulan sesuai dengan tujuan khusus dan di cantumkan hasil p-value	R _u	Fah
13.	5 Mei 2025	- Saran ditambahkan "perawat memberikan edukasi tentang teknik relaksasi genggam jari dan relaksasi nafas dalam kepada pasien"	R _u	Fah
14.	7 Mei 2025	- perbaiki daftar isi, daftar tabel, daftar gambar - tulisan tabel / gambar jangan di center	R _u	Fah
15.	14 Mei 2025	- ACC FULLDRAFT - ACC Seminar Hasil	R _u	Fah



Mengetahui,
Ketua
Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Dr. Arief Bachtiar, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 197407281998031002

Malang, 15 Mei 2025
Pembimbing Utama

Dr. Roni Yuliwar, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 197007111994031100

Lampiran 19 Hasil Turnitin Plagiasi

SKRIPSI_PINGGAN-1747288574444

ORIGINALITY REPORT

20%	24%	8%	9%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id Internet Source	10%
2	jurnal.stikmuhtk.ac.id Internet Source	2%
3	repository.poltekkes-kaltim.ac.id Internet Source	1%
4	ejournal.stikesmajapahit.ac.id Internet Source	1%
5	id.scribd.com Internet Source	1%
6	journal.um-surabaya.ac.id Internet Source	1%
7	journal.akperkabpurworejo.ac.id Internet Source	1%
8	eprints.bbg.ac.id Internet Source	1%
9	jurnal.poltekkespalembang.ac.id Internet Source	1%
10	jurnal.globalhealthsciencegroup.com Internet Source	1%
11	ejournal.kopertis10.or.id Internet Source	1%
12	mhjns.widyagamahusada.ac.id Internet Source	1%

13

Submitted to Badan PPSDM Kesehatan
Kementerian Kesehatan

Student Paper

1%

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

BIODATA

A. PERSONAL DATA

Nama : Pinggan Ratu Pramudiva
Kencana Wungu
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 2 Mei 2003
Alamat : Jl. Terusan Sulfat No. 34
Agama : Islam
No. Telepon / HP : 089668470468
Email : pingganratu@gmail.com



B. RIWAYAT PENDIDIKAN

2008 – 2014 SDN Pandanwangi 2
2015 – 2017 SMPN 20 Malang
2018 – 2021 SMKN 2 Malang

C. PENGALAMAN ORGANISASI

2022 Sekretaris 2 UKM Olahraga Poltekkes Kemenkes Malang
2023 Sekretaris 1 HMP Sarjana Terapan Keperawatan Malang dan Profesi Ners