

PENERAPAN TERAPI *FINGER HOLD* DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI TIROIDEKTOMI DI RUANG GARDENA RSD dr. SOEBANDI JEMBER

KARYA ILMIAH AKHIR



Oleh:

Mohammad Roziqin

NIM. 25101002

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

PENERAPAN TERAPI *FINGER HOLD* DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI TIROIDEKTOMI DI RUANG GARDENA RSD dr. SOEBANDI JEMBER

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Mohammad Roziqin

NIM. 25101002

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 16 Bulan Juli Tahun 2026 dan telah di terima sebagai bagian persyaratan yang di perlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

Penguji 1	: <u>Achmad Sya'id, S.Kp., Ns., M.Kep</u> NIDN. 0701068103	()
Penguji 2	: <u>Ns. Sujarwanto, S.Kep., M.Si</u> NIP. 197902211996031003	()
Penguji 3	: <u>Anita Fatarona, S.Kep., Ns., M.Kep</u> NIDN. 0720059104	()

Ketua Program Studi Profesi Ners


Eni Elva Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0720028703

PENERAPAN TERAPI *FINGER HOLD* DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI TIROIDEKTOMI DI RUANG GARDENA RSD dr. SOEBANDI JEMBER

Mohammad Roziqin¹, Anita Fatarona²

^{1,2} Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi
Jember

*Korespondensi Penulis : ziqinhpmc@gmail.com

**Korespondensi Penulis : anitafatarona@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abtrak

Latar Belakang: Nyeri pasca operasi tiroidektomi merupakan masalah umum yang dapat mengganggu kenyamanan, kualitas tidur, dan proses pemulihan pasien. Penanganan nyeri masih didominasi terapi farmakologis sehingga diperlukan intervensi nonfarmakologis sebagai terapi pendukung, seperti *finger hold* dan *slow deep breathing*.

Tujuan: Mengetahui penerapan terapi *finger hold* dan *slow deep breathing* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post operasi tiroidektomi di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* dalam bentuk studi kasus pada satu pasien. Pengukuran tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan *Wong Baker Face Pain Rating Scale* (WBFS). Intervensi diberikan 3 kali sehari selama 4 hari.

Hasil: Sebelum intervensi, tingkat nyeri NRS 6 (sedang) dan WBFS kategori sedang. Setelah intervensi, menurun menjadi NRS 3 (ringan) dan WBFS skala 3 (ringan). Penurunan disertai ekspresi lebih rileks, peningkatan kualitas tidur, dan penurunan produksi drain.

Kesimpulan: Terapi *finger hold* dan *slow deep breathing* efektif menurunkan nyeri pada pasien post tiroidektomi serta meningkatkan kenyamanan pasien selama perawatan. Kombinasi terapi bekerja melalui stimulasi saraf, peningkatan aktivitas parasimpatis, dan pelepasan endorfin yang menurunkan persepsi nyeri secara signifikan.

Kata kunci: nyeri, tiroidektomi, *finger hold*, *slow deep breathing*