

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Studi Kasus, Juli 2025

Wulan Indah Sari

**Implementasi Terapi Relaksasi Genggam Untuk Menurunkan Nyeri Pada
Pasien Ca Mammae**

Xiii + 85 halaman + 1 gambar + 7 lampiran

ABSTRAK

Ca mammae merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian pada wanita di seluruh dunia. Penanganan kanker payudara tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga mencakup pendekatan nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Salah satu intervensi yang dapat digunakan adalah terapi relaksasi genggam jari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan rasa nyeri pada pasien Ca mammae. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada satu pasien ca mammae yang dirawat di Ruang Dahlia RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, serta pengukuran tingkat nyeri menggunakan skala nyeri numerik. Hasil studi kasus menunjukkan adanya penurunan skala setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari secara berturut-turut. Intervensi ini terbukti sederhana, murah, tidak menimbulkan efek samping, serta dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien. Dengan demikian, terapi relaksasi genggam jari dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan komplementer untuk membantu mengurangi rasa nyeri pada pasien ca mammae.

Kata Kunci : Ca Mammae, Terapi Relaksasi Genggam Jari, Rasa Nyeri, Asuhan Keperawatan

Referensi : 18 referensi (2017-2025)

**DIPLOMA IN NURSING FACULTY OF NURSING
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Scientific Writing, July 2025

Wulan Indah Sari

Implementation of Handheld Relaxation Therapy to Reduce pain in Ca Mammary patient

Xiii + 85 page + 1 picture + 7 appendices

ABSTRACT

Breast cancer is a non-communicable disease and a leading cause of death in women worldwide. Breast cancer treatment focuses not only on medical aspects but also includes non-pharmacological approaches to reduce pain and improve patients' quality of life. One intervention that can be used is finger-holding relaxation therapy. This study aims to determine the implementation of finger-holding relaxation therapy in reducing pain in breast cancer patients. The method used was a case study with a nursing care approach for one breast cancer patient treated in the Dahlia Ward of Arifin Achmad Regional Hospital, Pekanbaru. Data were collected through interviews, observations, and pain measurement using a numeric pain scale. The results showed a decrease in pain after consecutive sessions of finger-holding relaxation therapy. This intervention has proven to be simple, inexpensive, has no side effects, and can be performed independently by patients. Therefore, finger-holding relaxation therapy can be recommended as a complementary nursing intervention to help reduce pain in breast cancer patients.

Keywords: Breast Cancer, Finger-holding Relaxation Therapy, Pain, Nursing Care

References: 18 References (2017-2024)