

**PENERAPAN *FOOT AND HAND MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN
SKALA NYERI PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DI RUANG
MERPATI RSUD SIMO BOYOLALI**

Puput Alifasari Muslimah¹⁾, Wahyuningsih Safitri²⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Program Profesi
Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 2) Dosen Program Studi Profesi Ners Program Profesi
Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email : puputalifasari@gmail.com

ABSTRAK

Sectio caesarea merupakan proses mengeluarkan janin dengan membuat sayatan pada dinding abdomen dan dinding uterus. Operasi SC juga menimbulkan rasa nyeri karena efek dari adanya sayatan pada abdomen. Dalam melakukan penanganan non-farmakologi nyeri *post* setelah melakukan operasi abdomen, terapi yang tepat adalah *Foot and hand massage*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil implementasi dari penerapan *foot and hand massage* untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali.

Metode penelitian ini berbentuk deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan sebanyak 1x setiap harinya selama 3 hari kelolaan dengan durasi 20 menit setiap tindakan (10 menit *foot massage* dan 10 menit *hand massage*) *pre test* dilakukan hanya satu kali sebelum tindakan dilakukan pada hari 1 dan *post test* dilakukan pada hari ke 3 setelah intervensi serta menggunakan alat ukur (skala nyeri) *Numeric Rating Scale* (NRS).

Sebelum dilakukan tindakan pemijatan kaki dan tangan skala nyeri yang dirasakan pasien berkisar di nilai 6 (nyeri sedang), dan sesudah dilakukan *foot and hand massage* sebanyak 1 kali setiap hari dalam kurun waktu 3 hari kelolaan didapat skala nyeri pasien turun di nilai 3 (nyeri ringan).

Dimana hasil dari skala nyeri mengalami penurunan setelah diberikan intervensi tersebut. Hal ini membuktikan bahwa terapi non farmakologis berupa *Foot and Hand Massage* dapat dijadikan alternatif untuk membantu menurunkan skala nyeri pada ibu *post SC* dan dapat diaplikasikan dalam asuhan keperawatan. Adanya hubungan ini dikarenakan semakin baiknya *foot and hand massage* di aplikasikan sebagai terapi non farmakologis maka tingkat nyeri tersebut akan semakin berkurang dan teratasi.

Kata Kunci : *Sectio Caesarea, Skala Nyeri, Nyeri Akut, Foot and Hand Massage*

Daftar Pustaka : 8 (2019-2024)

I. PENDAHULUAN

Sectio caesarea menurut Nuraeni et al., (2024) merupakan proses mengeluarkan janin dengan membuat sayatan pada dinding abdomen dan dinding uterus. Kejadian persalinan SC (*sectio caesarea*) merupakan salah satu kasus yang mengalami peningkatan karena adanya faktor resiko yang dialami oleh janin maupun ibu (Henriwati, Dewita and Idawati, 2021). Menurut Lestari et al., (2023) faktor yang mempengaruhi peningkatan kasus SC diantaranya faktor presentasi bokong, antepartum haemorrhage (APH), partus prematurus, pregnancy high risk, PEB, kegagalan induksi, ketuban pecah dini dan SC berulang sedangkan dari faktor non medis yaitu menentukan tanggal lahir, estetika, rekomendasi keluarga dan trauma persalinan.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 10% hingga 15% dari semua persalinan adalah persalinan SC (Nuraeni et al., 2024). Menurut data RISKESDAS tahun 2018 dalam, terdapat 17,6% lebih banyak persalinan SC di Indonesia. Dengan persentase 23,2%, berbagai komplikasi termasuk posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), kejang (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), partus macet 3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertahan (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lain-lain (4,6%) merupakan penyebab utama persalinan dengan metode SC (Nuraeni et al., 2024). Angka kejadian SC di Indonesia lima tahun terakhir adalah 15,3% dari total persalinan. Dari data tersebut, angka tertinggi terjadi provinsi DKI Jakarta 27,2%, kepulauan Riau 24,7% dan di Yogyakarta 20,8%. Dikutip dari SI-KUDA (Sistem Informasi Kumpulan Data Jateng) presentase ibu melahirkan secara sesar di Boyolali terdapat 51.65 % di tolong dokter spesialis kandungan secara sesar tahun 2020 (Sari, 2023).

Menurut Wijayanti et al., (2024) ibu pasca operasi SC mengalami nyeri yang menimbulkan beberapa dampak diantaranya pada *Activity Daily Living (ADL)* serta kurangnya dalam memberikan perawatan bayi dan ASI. Dampak lain yang paling banyak dialami ibu pasca operasi SC yaitu menimbulkan rasa nyeri yang menyerang pada lokasi pembedahan (*impaired*), ketakutan dalam mobilisasi, meminimalkan LGS (Lingkup Gerak Sendi), serta lebih fokus pada rasa nyeri sehingga menimbulkan ketidakmampuan untuk duduk, berdiri serta berjalan (Anastasia Puri Damayanti and Anjar Nurrohmah, 2023).

Menurut Savitri et al., (2023) nyeri persalinan juga dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon katekolamin dan steroid yang berlebihan, sehingga mengalami ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah yang mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplacenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. Sedangkan menurut Permata Sari et al., (2019) persalinan dengan operasi SC juga menimbulkan rasa nyeri karena efek dari adanya sayatan pada abdomen sehingga melepaskan senyawa mediator nyeri seperti asetilkolin, bradikinin, dan lain-lain yang meningkatkan sensitivitas neuroreseptor terhadap nyeri.

Ada beberapa penatalaksanaan farmakologis dan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri. Untuk saat ini berbagai metode non farmakologis telah banyak di kembangkan untuk mengurangi nyeri akut post SC, salah satunya yaitu pijat. Pijat atau *massage* dipercaya efektif untuk meredakan nyeri akut post operasi (Wijayanti, Sulastri and Nurlaili, 2024). Dalam melakukan penanganan non-farmakologi nyeri *post* setelah melakukan operasi abdomen,

terapi yang tepat adalah *Foot and hand massage*. Hal ini dikarenakan terdapat banyaknya saraf yang terhubung ke berbagai organ pada area kaki (Wijayanti, Sulastri and Nurlaili, 2024).

Foot and hand massage merupakan terapi yang dapat memberikan efek terhadap respon nyeri dengan mengurangi atau meredakan skala nyeri. Pijatan dikatakan menghasilkan rangsangan secara stimulus yang lebih banyak dan cepat sampai ke otak sehingga menghasilkan serotonin dan dopamin. *Foot and hand massage* terfokus pada konsentrasi otot dan jaringan lunak sehingga dapat memberikan ketenangan pada fisik dan psikis ibu post SC. Melakukan pijatan pada tangan dan kaki dapat merangsang tubuh agar kembali seimbang. Memijat tangan dan kaki juga dapat memberikan beberapa manfaat bagi kesehatan ibu post partum yaitu melancarkan aliran peredaran darah dan mengurangi ketegangan otot (Wijayanti, Sulastri and Nurlaili, 2024).

Menurut Nuraeni et al., (2022) dimana metode *Foot and Hand Massage* pada penelitian ini bisa menjadi alternatif atau pilihan dalam penatalaksanaan terapi non farmakologi untuk mengurangi tingkat nyeri pada pasien post operasi SC, dengan pemberian perlakuan pijat kaki dan tangan ini dilakukan selama 10-15 menit pada ibu post SC sekali dalam satu hari, *pre dan post test* nyerinya dilakukan satu jam sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini sejalan dengan Wijayanti et al., (2024) dimana dalam tahap evaluasi setelah dilakukan intervensi selama 48 jam keluhan nyeri pada pasien mengalami penurunan dari skala 5 menjadi 2 dengan tanda vital yang stabil, dan pasien tampak rileks. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *hand and foot massage* dapat mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu post partum dengan *Sectio Caesarea*.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 15 Mei 2024 di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali yang mana ruangan tersebut merupakan ruangan persalinan serta perawatan bagi ibu hamil, didapatkan data berupa pasien yang melakukan persalinan secara SC dari bulan Februari-April 2024 sebanyak 113 pasien, sedangkan pada bulan Mei sampai dengan tanggal 15 Mei 2024 pasien dengan tindakan SC sebanyak 14 pasien. Sehingga berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana pengaruh dari penerapan *foot and hand massage* untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti “Bagaimana pengaruh dari penerapan *foot and hand massage* untuk menurunkan skala nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali”.

II. METODE PENELITIAN

Dalam karya ilmiah ini penulis menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Implementasi menggunakan metode dari penelitian Henniwati, Dewita and Idawati, (2021) dimana dilakukan sebanyak 1x setiap harinya selama 3 hari kelolaan dengan durasi 20 menit setiap tindakan (10 menit *foot massage* dan 10 menit *hand massage*) *pre test* dilakukan hanya satu kali sebelum tindakan dilakukan pada hari 1 dan *post test* dilakukan pada hari ke 3 setelah intervensi serta menggunakan alat ukur (skala nyeri) *Numeric Rating Scale* (NRS). Menjadi catatan penting dimana *Foot and Hand Massage* diberikan 5 jam setelah mendapat analgesik, Karena efek analgesik contohnya ketorolac mulai terasa dalam 30 menit dengan efek maksimum tercapai dalam waktu 1-2 jam setelah pemberian dosis IV atau IM. Durasi efek analgesik biasanya 4-6 jam (Savitri et al., 2023).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Mendeskripsikan Asuhan Keperawatan mulai dari pengkajian, rencana intervensi, implementasi dan evaluasi pada kasus kelolaan di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali

1) Pengkajian

Dalam penelitian ini kasus yang dialami pasien berupa tindakan Sectio Caesarea dengan indikasi Ketuban Pecah Dini (KPD), dimana pada kehamilan sebelumnya pasien telah melakukan SC dengan indikasi cephalopelvic disproportion (CPD). Dimana indikasi dari suatu tindakan operasi SC beragam mulai dari faktor presentasi bokong, antepartum haemorrhage (APH), partus prematurus, pregnancy high risk, PEB, kegagalan induksi, ketuban pecah dini dan SC berulang sedangkan dari faktor non medis yaitu menentukan tanggal lahir, estetika, rekomendasi keluarga dan trauma persalinan. Dan dalam kasus ini pasien dapat dikatakan telah mengalami SC berulang meskipun dengan indikasi yang berbeda. Secara teori seorang yang mengalami prosedur pembedahan dapat dipastikan akan mengeluhkan rasa tidak nyaman berupa nyeri dengan tingkat yang berbeda-beda disetiap orangnya, dimana disini pasien mengalami nyeri pada skala 6 (nyeri sedang).

2) Rencana Intervensi

Rencana keperawatan dapat disusun berdasarkan pada buku Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)

dimana sesuai dengan keluhan dari pasien yang merasakan nyeri maka dapat ditegakkan suatu pendiagnosaan berupa Nyeri Akut dengan luaran Tingkat nyeri serta intervensi Manajemen Nyeri. Dimana dalam intervensi Manajemen Nyeri terdapat tindakan terapeutik berupa memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri. Peneliti memilih tindakan Foot and Hand Massage sebagai alternatif nonfarmakologinya sebagai upaya dalam menurunkan skala nyeri dan mampu mengurangi keluhan nyeri. Sehingga pemilihan intervensi juga perlu diperhatikan agar mampu menangani permasalahan pasien.

3) Implementasi

Untuk menerapkan teknik nonfarmakologis berupa Foot and Hand Massage, peneliti melakukan sebanyak 1 kali selama 3 hari dengan durasi 15-20 menit hal ini sesuai dengan penelitian Henniwati, Dewita and Idawati, (2021) dimana dilakukan sebanyak 1x setiap harinya selama 3 hari kelolaan dengan durasi 20 menit setiap tindakan (10 menit foot massage dan 10 menit hand massage) pre test dilakukan hanya satu kali sebelum tindakan dilakukan pada hari 1 dan post test dilakukan pada hari ke 3 setelah intervensi serta menggunakan alat ukur (skala nyeri) Numeric Rating Scale (NRS). Foot and Hand Massage sama dengan teknik nonfarmakologi lainnya dimana semakin sering intensitas terapi yang dilakukan maka

efektivitasnya akan lebih terasa.

4) **Evaluasi**

Setelah dilakukan tindakan Foot and Hand Massage intensitas nyeri pasien mengalami penurunan dari skala 6 (nyeri sedang) ke skala nyeri 3 (nyeri ringan), hal ini sama dengan penelitian Henniwati, Dewita and Idawati, (2021) yang menunjukkan rata-rata nyeri pada kelompok Foot Hand Massage adalah 2,50 sedangkan kelompok kontrol nilai rata-rata nyeri yaitu 6,69. Sehingga jelas bahwa dengan adanya teknik nonfarmakologi dapat membantu mengontrol rasa nyeri yang dirasakan oleh pasien.

b. Gambaran skala nyeri sebelum dilakukan foot and hand massage di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, bahwa gambaran tingkat nyeri sebelum dilakukan foot and hand massage didapat skala nyeri 6 (nyeri sedang) yang diukur menggunakan alat ukur (skala nyeri) Numeric Rating Scale (NRS). Hasil observasi di lapangan menunjukkan bahwa skala nyeri pasien post SC setelah 24 jam masih tinggi.

Sejalan dengan penelitian yang menunjukkan hasil lebih dari setengah klien post operasi sectio caesarea berada di tingkat nyeri sedang (skala 6) sebelum dilakukan Foot and Hand Massage dan hampir setengah memiliki tingkat nyeri ringan (skala 3) sesudah dilakukan Foot and Hand Massage dan didapatkan nilai p value = 0.000, sehingga disimpulkan ada pengaruh Foot and Hand Massage terhadap tingkat nyeri pada klien post

operasi sectio caesarea (Muliani, 2019).

Berdasarkan penelitian ini, maka terapi non farmakologis pemberian Foot and Hand Massage dapat dijadikan alternatif untuk membantu menurunkan tingkat nyeri pada ibu post SC., dan dapat diaplikasikan dalam asuhan keperawatan.

c. Gambaran skala nyeri sesudah dilakukan foot and hand massage di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali

Gambaran skala nyeri sesudah dilakukan foot and hand massage sebanyak 1 kali setiap hari dalam kurun waktu 3 hari kelolaan didapat skala nyeri 3 (nyeri ringan) yang diukur menggunakan alat ukur (skala nyeri) Numeric Rating Scale (NRS). Hasil observasi di lapangan mengemukakan bahwa foot and hand massage bisa menjadi salah satu alternatif pengobatan non farmakologis.

Dengan memukul, memijat, atau meremas jaringan ikat pada kaki, pijat kaki dapat meningkatkan tonus otot, meningkatkan sirkulasi, dan memberikan efek menenangkan. Salah satu metode pereda nyeri adalah melalui penerapan tekanan ringan dan kontak ke jaringan kulit di bawah tangan. Pijat tangan memiliki dampak menenangkan yang dapat membantu pasien mengurangi rasa tidak nyaman dan mencegah rasa

Dari hasil penelitian ini, perawat dapat mengaplikasikan teknik penurunan tingkat nyeri non farmakologis Foot and Hand Massage. Dan memberikan edukasi kepada responden sehingga bisa melakukannya dengan benar dan secara terus-menerus akan memberikan dampak pada tingkat nyeri.

- d. **Pengaruh foot and hand massage sebelum dan sesudah dilakukan terhadap skala nyeri pada pasien post sectio caesarea di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali**
Tabel 1. Skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan foot and hand massage

Hari / Tanggal	Waktu	Skala nyeri
Selasa, 04 Juni 2024	21.00 WIB	Skala nyeri 6 (nyeri sedang)
Kamis, 06 Juni 2024	13.20 WIB	Skala nyeri 3 (nyeri ringan)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara foot and hand massage dengan skala nyeri pada pasien post SC di Ruang Merpati RSUD Simo Boyolali. Sebelum dilakukan tindakan pijatan kaki dan tangan skala nyeri yang dirasakan pasien berkisar di nilai 6 (nyeri sedang), dan sesudah dilakukan foot and hand massage sebanyak 1 kali setiap hari dalam kurun waktu 3 hari kelolaan didapat skala nyeri pasien turun di nilai 3 (nyeri ringan) yang diukur menggunakan alat ukur (skala nyeri) Numeric Rating Scale (NRS). Adanya hubungan ini dikarenakan semakin baiknya foot and hand massage di aplikasikan sebagai terapi non farmakologis maka tingkat nyeri tersebut akan semakin berkurang dan teratasi.

Nyeri adalah rasa sakit fisik yang dikomunikasikan secara subyektif oleh orang yang mengalaminya. Ketika seseorang mengalami rasa sakit, mereka dikatakan terpengaruh oleh kondisi tersebut. Meskipun tidak ada penyebab fisik atau sumber rasa

sakit yang diketahui, rasa sakit tetap dianggap nyata. Pasien benar-benar mengalami rasa sakit dengan berbagai cara dan tidak hanya membayangkannya, meskipun faktanya beberapa rasa sakit terkait dengan kesehatan mental atau psikologis. Namun, rangsangan fisik, mental, atau emosional yang menyebabkan timbulnya rasa nyeri (Nuraeni et al., 2024).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa Foot and Hand Massage bisa menjadi alternatif atau pilihan yang baik terapi non farmakologis untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi SC ataupun pasien dengan keluhan nyeri lainnya, yaitu penatalaksananya dilakukan dengan sedini mungkin dan secara terus-menerus oleh perawat maupun responden.

IV. KESIMPULAN

- Pada penelitian ini menerapkan Asuhan Keperawatan pada pasien *Post Sectio Caesarea* dengan diagnosa keperawatan yang diprioritaskan adalah nyeri akut dengan mengambil intervensi keperawatan berupa manajemen nyeri dan menerapkan terapi komplementernya berupa *Foot and Hand Massage* untuk menurunkan skala nyeri.
- Hasil dari pengkajian skala nyeri pada pasien sebelum dilakukan *foot and hand massage* didapat skala nyeri 6 (nyeri sedang) yang diukur menggunakan alat ukur (skala nyeri) *Numeric Rating Scale* (NRS).
- Skala nyeri sesudah dilakukannya terapi komplementer *foot and hand massage* berada dinilai skala nyeri 3 (nyeri ringan) yang diukur menggunakan alat ukur (skala nyeri) *Numeric Rating Scale* (NRS).

- d. Terjadi perubahan nilai skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan foot and hand massage. Dimana hasil dari skala nyeri mengalami penurunan setelah diberikan intervensi tersebut. Hal ini membuktikan bahwa terapi non farmakologis berupa *Foot and Hand Massage* dapat dijadikan alternatif untuk membantu menurunkan skala nyeri pada ibu post SC

V. SARAN

- a. Bagi Penulis
Hasil penelitian ini dapat sebagai saran untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama mengikuti masa perkuliahan dan sebagai tambahan pengalaman untuk menyusun asuhan keperawatan pada pasien post SC dengan tepat serta menerapkan intervensi foot and hand massage sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP).
- b. Bagi Intritusi Pendidikan
Penerapan foot and hand massage diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai bahan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya dibidang ilmu keperawatan maternitas dalam melakukan intervensi keperawatan secara mandiri terhadap pasien post sectio caesarea.
- c. Bagi Peneliti Lain
Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan sumber referensi bagi peneliti lainnya terkait efektivitas foot and hand massage untuk menurunkan skala nyeri pasien post sectio caesarea.

DAFTAR PUSTAKA

Anastasia Puri Damayanti and Anjar Nurrohmah (2023) 'Penerapan Terapi Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Sectio

Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar', *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), pp. 433–441. Available at: <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i3.1951>.

Henniwati, Dewita and Idawati (2021) 'Pengaruh Foot Hand Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea di Blud RSUD Kota Langsa', *Jurnal Kebidanan*, Vol. 1(No. 1), pp. 30–35.

Lestari, M.D.P., Sari, M.S. and Fitri, A. (2023) 'Penerapan Foot Massage Dalam Menurunkan Nyeri Setelah Operasi Sectio Caesarea Pada Ibu Nifas Di Rsud Dr. Moewardi Surakarta', *Jurnal Kesehatan Kartika*, 18(2), pp. 59–62. Available at: <https://doi.org/10.26874/jkkes.v18i2.276>

Nuraeni, R. *et al.* (2024) 'Pengaruh Foot And Hand Massage Terhadap Nyeri Ibu Post Sectio', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(3), pp. 166–178.

Permata Sari, D., Supardi, S. and Sat Titi Hamranani, S. (2019) 'Efektivitas Foot Massage Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Islam Klaten', *Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), pp. 1–17. Available at: <https://doi.org/10.61902/motorik.v14i1.19>.

Sari, N.S. (2023) 'Efektivitas Sari Ikan Kutuk Terhadap Lama Penyembuhan Luka Post Sc Pada Ibu Nifas Di Rsui Banyu Bening Boyolali', *Journal Ilmiah Keperawatan*, 1(1), pp. 1–16.

Savitri, N.A., Khasanah, S. and Putri, A.D. (2023) 'Penerapan Foot Massage Pada Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Post Sectio Caesarea (SC)', *Journal of Nursing & Health*, 8(3), pp. 240–246.

Wijayanti, N.W.D., Sulastri and Nurlaili, S. (2024) 'Penerapan Hand and Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea', *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 10(1), pp. 96–104.