

Penerapan Foot Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Ruang Melati 2a Rsud Dr.Soekardjo Kota Tasikmalaya

Sarah Nurul Falah^{1*}, Fitri Nurlina¹, Zainal Muttaqin¹

¹Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan ,Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Tasikmalaya 46191, Indonesia



SENAL: Student Health Journal

Volume 2No. 2 Hal 483-491

©The Author(s) 2025

DOI: 10.35568/senal.v2i2.7343

Article Info

Submit : 05 Agustus 2025
Revisi : 01 September 2025
Diterima : 10 Oktober 2025
Publikasi : 05 November 2025

Corresponding Author

Sarah Nurul Falah*

Sarahnrlfalah@gmail.com

Website

<https://journal.umtas.ac.id/index.php/SENAL>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

P-ISSN : -

E-ISSN : 3046-5230

ABSTRAK

Section caesarea (SC) adalah lahirnya janin melalui insisi pada dinding abdomen (laparatomi) dan dinding uterus (histerektomi). Masalah yang sering timbul setelah operasi *Sectio caesarea* adalah nyeri sehingga pasien terganggu aktivitas sehari-harinya termasuk dalam *bounding* dan menyusui. Salah satu penatalaksanaan nyeri secara non farmakologi adalah *foot massage*. Tujuan untuk melakukan asuhan keperawatan pada Ibu post *Sectio caesarea* dengan penerapan *foot massage* dan menganalisa penerapannya. Hasil didapatkan saat melakukan asuhan keperawatan mulai dari tahap pengkajian, pasien mengeluh nyeri pada luka post operasi sc, ASInya keluar sedikit dan klien berminat dalam peningkatan pengetahuan tentang penanganan nyeri sehingga diagnosa keperawatan yang muncul yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI, dan kesiapan peningkatan pengetahuan dibuktikan dengan klien tampak berminat dalam peningkatan pengetahuan tentang penanganan nyeri. Rencana tindakan untuk manajemen nyeri dengan penerapan *foot massage*. Sedangkan untuk menyusui tidak efektif dengan dengan edukasi menyusui dan untuk kesiapan peningkatan pengetahuan dengan edukasi kesehatan. Untuk mengetahui skala nyeri dilakukan pengukuran dengan NRS sebelum dan sesudah intervensi. Di evaluasi ada penurunan skala nyeri selama 3 hari penerapan dari 5 (1-10) menjadi 2 (1-10). Kesimpulan semua masalah keperawatan pada asuhan keperawatan teratasi dan *foot massage* dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea*. Disarankan dapat menerapkan teknik *foot massage* sebagai salah satu penanganan nyeri pada ibu post *sectio caesarea* melalui asuhan keperawatan.

Kata Kunci : Foot Massage, Nyeri, Post Sectio Caesarea.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses alami ibu dalam melahirkan dimana terjadi keluarnya janin dan plasenta pada usia cukup bulan (37–42 minggu). Ada dua metode persalinan yang berbeda yaitu persalinan *sectio caesarea* (SC) dan persalinan pervaginam juga disebut

persalinan alami (Komarijah et al., 2023). Persalinan SC merupakan suatu proses persalinan yang dilakukan dengan tindakan insisi dinding abdomen dan dinding uterus untuk melahirkan janin dari rahim ibu (Sindi & Syahruramdhani, 2023).

Tindakan SC dilakukan untuk

mencegah kematian janin maupun ibu yang dikarenakan bahaya atau akan terjadi komplikasi apabila ibu melahirkan secara pervaginaan. Sectio Caesarea (SC) atau bisa disebut dengan operasi sesar merupakan salah satu tindakan persalinan untuk mengeluarkan bayi melalui sayatan pada abdomen/laparotomi dan uterus/histeretomi. Meskipun memiliki risiko komplikasi, terkadang SC merupakan cara terbaik untuk menjaga keselamatan ibu dan melahirkan janin dengan selamat (Darmawan Josephine, 2022).

Angka kejadian *sectio caesarea* dari data WHO dalam *Global Survey on Maternal and Perinatal Health* tahun 2021 menunjukkan bahwa 46,1% dari seluruh persalinan dilakukan melalui *sectio caesarea* (SC). Sementara data RISKESDAS tahun 2021 menunjukan bahwa 17,6% persalinan di Indonesia dilakukan melalui *sectio caesarea* (SC). Indikasi persalinan *sectio caesarea* disebabkan oleh beberapa komplikasi seperti posisi janin melintang atau sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), eklamsi (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), lilitan tali pusar (2,9%), plasenta previa (0,7%), solusio plasenta (0,8%), hipertensi (2,7%), dan komplikasi lainnya (4,6%). (Komarijah et al., 2023).

Untuk jumlah persalinan *sectio caesarea* di Jawa Barat mencapai 15,5% (Suciawati et al., 2023). Pada tahun 2022 sebanyak 40% ibu hamil di dunia mengalami komplikasi. Jumlah ibu hamil di Indonesia yang mengalami masalah kesehatan 48,9% dengan anemia, ibu hamil dengan hipertensi 12,7%, kurang energi kronik 17,3%, dengan risiko komplikasi 28% (Rokom, 2024). Di Jawa Barat tahun 2021 ibu hamil dengan pre eklamsia sebanyak 5,36% (Suciawati et al., 2023).

Data penyebaran tindakan SC pada persalinan di Indonesia adalah 17,6% provinsi DKI Jakarta adalah yang tertinggi yaitu 31,3% dan terendah berada di provinsi Papua 6,7%. Sedangkan 15,48% persalinan melalui SC di provinsi Jawa Barat. Adapun persentase

tindakan SC pada ibu hamil diantaranya posisi janin menyamping/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), eklamsia (0,2%), dan ruptur uteri prematur sebesar 23,2. Cairan ketuban (5,6%), persalinan lama (4,3%), terlilit tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), retensio plasenta (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lain-lain (4,6%) (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan buku *medical record* ruangan terdapat angka post section caesarea di Ruang Melati 2A RSUD dr. Soekardjo sejumlah 1923 pada bulan Januari- Oktober pada tahun 2024 (Data RS 2024).

Tindakan SC menyebabkan terputusnya kontinuitas jaringan dengan adanya luka tersebut, akan merangsang nyeri yang disebabkan jaringan luka mengeluarkan plasma ekstrasvasation sehingga terjadi edema dan mengeluarkan bradikinin yang merangsang susunan syaraf pusat, kemudian diteruskan ke spinal cord untuk mengeluarkan impuls nyeri. Nyeri akan menimbulkan berbagai masalah, baik fisik maupun psikologis. Masalah-masalah tersebut saling berkaitan. Apabila masalah-masalah tersebut tidak segera diatasi akan menimbulkan masalah yang kompleks (Abasi, 2017).

Pengalaman nyeri melibatkan respons sensorik dan emosional. Menimbulkan ketidaknyamanan karena adanya kerusakan jaringan. Penilaian numerik ranting scale (NRS) adalah salah satu cara untuk mengukur nyeri. Ada empat kategori tingkat nyeri diidentifikasi dengan skala 0–10: tidak nyeri (0), nyeri ringan (1–3), nyeri sedang (4–6), dan nyeri sangat berat (7–10). Mengurangi tingkat nyeri pasien adalah tujuan dari manajemen nyeri, sehingga pasien bisa merasa lebih baik. Ada beberapa cara untuk mengatasi nyeri, antara lain terapi non-farmakologis dan farmakologis (Ismiati & Rejeki, 2023).

Beberapa manajemen nyeri non farmakologi yang bisa dilakukan meliputi terapi *guide imagery*, relaksasi otot progresif, latihan relaksasi Benson, terapi relaksasi distraksi dengan menggunakan musik, meditasi dzikir, penggunaan ekstrak lavender,

dan *foot massage*. *Foot massage* adalah salah satu jenis manajemen nyeri yang bisa digunakan pada pasien yang telah melakukan persalinan SC (Ismiati & Rejeki, 2023). Pijat tangan, *deep back massage*, *effleurage*, *foot massage* dan lain-lain adalah perawatan nyeri dengan tindakan *massage*. Prosedur ini dapat dilakukan saat pasien terlentang dan tidak banyak bergerak didaerah perut untuk mengurangi rasa nyeri (Marselina et al., 2022). Terapi *foot massage* berfokus pada penekanan gerakan memijat dibagian kaki sehingga menimbulkan aliran energi melalui titik-titik kaki yang dipijat sehingga dapat mengatasi nyeri pada pasien post partum (Ismiati & Rejeki, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian (Ismiati & Rejeki, 2023) Didapatkan bahwa hasil setelah dilakukan terapi *foot massage* adanya perubahan skala nyeri pada ketiga responden. Pada responden pertama adanya pengurangan rasa nyeri, dari skala nyeri 5 menjadi 2. Responden kedua skala nyeri turun dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2, dan responden ketiga dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 2. Telah dibuktikan bahwa terapi *foot massage*, yang dilakukan dengan cara pemijatan dan penggosokan kaki dua kali selama durasi 20 menit setelah melahirkan post SC, bermanfaat dan efektif dalam menurunkan tingkat nyeri.

Hasil penelitian (Masadah dan Cembun, 2020), Didapatkan sebelum intervensi didapatkan sebanyak 35 orang dengan nyeri sedang dengan nilai skala 5-7, setelah diberikan intervensi sebanyak 22 orang masih berada di skala nyeri sedang 5-7 sisanya yaitu 13 orang berada di skala nyeri ringan dengan nilai skala 1-4, prosedur yang dilakukan pada penelitian ini yaitu setelah 24 jam post section caesarea, dilakukan pengukuran nyeri menggunakan NRS sebagai pre test terhadap seluruh responden. Selanjutnya seluruh responden diberikan intervensi *Foot Massage Therapy* selama total 20 menit, dengan masing masing 10 menit pada setiap kaki. Pengukuran skala nyeri

dilakukan kembali menggunakan skala NRS pada 1 jam setelah pemberian tindakan *Foot massage therapy* sebagai post test. Pada penelitian ini dijelaskan bahwa *foot massage* bisa meningkatkan sirkulasi ke seluruh tubuh.

Pijatan yang lembut pada kaki bisa meningkatkan aliran darah ke organ vital, memberikan oksigen dan nutrisi ke berbagai organ serta jaringan tubuh. Jika ada bagian tubuh yang luka, maka *foot massage* dapat membantu memperbaiki jaringan yang luka serta membuat tubuh kita menjadi lebih rileks dan nyaman sehingga nyeri bisa diturunkan.

Kemudian hasil penelitian R. Muliani dan Aay (Muliani et al., 2020) didapatkan hasil penelitian bahwa skala nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum diberikannya intervensi berada pada nyeri sedang dimana 3 orang responden berada pada skala nyeri 4, 10 orang berada pada skala nyeri 5 dan 14 orang berada pada skala nyeri 6 dan hasil sesudah dilakukan intervensi, skala nyeri yang dirasakan oleh responden berada pada rentang tidak nyeri sampai nyeri sedang, dimana 1 orang responden berada pada skala nyeri 0, 6 orang berada pada skala nyeri 2, 10 orang berada pada skala nyeri 3, 6 orang pada skala nyeri 4, dan 4 orang pada skala nyeri 5, dengan menggunakan NRS (Numeric Rating Scale) untuk mengukur tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *foot massage*, dan prosedur kerja *foot massage*.

Dalam islam juga dijelaskan bahwa setiap penyakit pasti ada obatnya, dengan bagaimana kita bisa berikhtiar dan berdo'a kepada Allah SWT. Penjelasan itu terdapat dalam sebuah Hadist Riwayat Abu Dawud dari Abu Darda yang menyebutkan:

"إن الله تعالى أنزل الداء والدواء وجعل لكل داء دواء فتداووا ولا تداووا بالحرام"

Artinya: "Sesungguhnya Allah telah menurunkan penyakit dan obat- obatannya, dan Dia menjadikan bagi setiap penyakit ada obatnya. Maka berobatlah dan jangan berobat dengan yang haram."

Sebagaimana hadis diatas menyatakan bahwa Allah menurunkan penyakitnya sekaligus dengan obatnya, dengan berikhtiar menerapkan foot massage untuk menurunkan nyeri pada luka post sc bisa dijadikan salah satu terapi non farmakologi bagi perawat terhadap pasiennya. Serta salah satu ketua majelis musyawarah kongres ulama perempuan Indonesia (MM KUPI), Nyai Hj. Badriyah Fayumu., Lc.MA menjelaskan bahwa hokum pijat laki-laki/perempuan pada dasarnya adalah boleh, asalkan dengan alasan pengobatan bukan untuk kepentingan lain serta harus beserta mahramnya dan berpakaian lengkp tidak memperlihatkan bagian tubuh yang membuat syahwat (Redaksi, 2022).

Peran perawat dalam penanganan nyeri pada ibu post sc sangat diperlukan dalam pemberian asuhan keperawatan dengan tindakan keperawatan secara mandiri yaitu non farmakologi foot massage. Hasil penelitian sudah diuraikan dan efektif menurunkan nyeri, oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan menurunkan nyeri pada ibu post sc.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus dengan 1 responden yaitu seorangibu Ny.D yang di diagnosis nyeri Akut kut berhubungan dengan agen pencedera fisik (post operasi sc) Di Ruang Melati 2A RSUD dr.Soekardjo Kota Tasikmalaya. Khusus untuk diagnosa nyeri akut memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dengan foot massage.

Pelaksanaan intervensi dilakukan 24 jam setelah pasien ditindak pembedahan section caesarea selama 3 hari mulai dari tanggal 14-16 Desember 2024 yang dilaksanakan di rumah sakit.

HASIL

Tabel 1.1 Hasil Pengukuran Tingkat Nyeri

| No. | Post SC Hari | Skala Nyeri | | Keterangan |
|-----|--------------|-------------|------|------------|
| | | Pre | Post | |
| 1. | Pertama | 5 | 4 | Menurun |
| 2. | Kedua | 4 | 3 | Menurun |
| 3. | Ketiga | 3 | 2 | Menurun |

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukan pengukuran tingkat nyeri menggunakan Skala Numerik/ *Numeric Rating Scale* (NRS) didapatkan hasil bahwa ada perubahan tingkat nyeri pada hari pertama sampai hari ketiga.

Hasil analisis yang didapatkan pada penerapan foot massage pada Ny.D berhasil menurunkan nyeri yang dirasakan sesudah dilakukan nya post sc. Pada hari pertama pasien mengeluh nyeri pada skala 5, pada sesudah dilakukan foot massage selama 20 menit pasien mengatakan nyeri berkurang dari skala 5 menjadi skala 4, hari kedua dari skala 4 menjadi 3 pada saat dilakukan hal yang sama pada hari ke 3 nyeri pasien berkurang dari skala 3 menjadi skala 2 dimana pasien menjadi lebih rileks dan dapat melakukan aktivitasnya.

PEMBAHASAN

Diagnosa keperawatan yang muncul pada Ny.D berdasarkan data subjektif, objektif dan pemeriksaan penunjang berdasarkan prioritas adalah nyeri Akut kut berhubungan dengan agen pencedera fisik (post operasi sc) dibuktikan dengan klien mengatakan nyeri dibagian luka post sc seperti disayat- sayat, nyeri bertambah bila bergerak dan berkurang bila tidur terlentang, nyeri dirasakan hanya dibagian perut yang dijahit tidak menyebar kebagian lain, nyeri dirasakan hilang timbul skala nyeri 5 (0-10), klien

tampak meringis, luka post op sc horizontal sepanjang ± 10 cm, tampak protektif TD: 120/90 mmHg N : 108x/menit R : 20 x/menit Suhu : 36,2°C Spo2 : 96%. Maka dapat ditegakkan diagnose nyeri akut. Selain data yang ada 80% sesuai dengan SDKI namun juga diangkat karena nyeri akut adalah nyeri yang disebabkan karena efek prosedur SC yang menimbulkan perubahan kontinuitas jaringan sehingga timbulah sensasi nyeri.

Hal ini sejalan dengan Tim POKJA DPP PPNI (2017) bahwa nyeri akut adalah pengalaman sensorik atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berinteraksi ringan hingga berat dan berlangsung lebih dari 3 bulan. Diagnosa keperawatan yang kedua yaitu menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI dibuktikan dengan klien mengatakan asinya keluar (sedikit), terasa bengkak pada payudaranya, Asi tidak menetas/memencar, bayi menangis saat disusui.

Berdasarkan teori TIM POKJA DPP PPNI (2017) menyusui tidak efektif adalah kondisi ketidakpuasan atau fase ibu mengalami kesulitan dalam proses menyusui. Penyebab menyusui tidak efektif antara lain: ketidakadekuatan suplai ASI, hambatan pada neonatus (prematuritas, sumbing), anomali payudara ibu (putting masuk kedalam), ketidakadekuatan refleks oksitosin, ketidakadekuatan refleks menghisap bayi, payudara ibu bengkak, riwayat operasi payudara, kelahiran kembar. Hal ini sejalan dengan (Silawati dan Erni, 2020) yang mengemukakan bahwa ibu bersalin dengan *section caesarea* sulit untuk leluasa menyusui ini disebabkan oleh nyeri pada luka operasi. Jarak waktu yang panjang pada awal menyusui bayi mengakibatkan kurangnya rangsangan terhadap payudara untuk memproduksi ASI hingga berakibat rendahnya volume ASI.

Diagnosa keperawatan yang ketiga yaitu kesiapan peningkatan pengetahuan dibuktikan dengan klien tampak berminat dalam peningkatan pengetahuan tentang penanganan nyeri. Berdasarkan teori TIM POKJA DPP PPNI (2017) kesiapan peningkatan pengetahuan adalah suatu

perkembangan informasi yang berhubungan dengan suatu topik spesifik yang cukup untuk memenuhi tujuan atau capaian kesehatan dan dapat ditingkatkan. Hal ini sejalan dengan Tim POKJA DPP PPNI (2017) bahwa diagnose ini menggambarkan keinginan pasien untuk meningkatkan pemahamannya tentang perawatan pasca operasi, termasuk manajemen nyeri, pemberian ASI dan perawatan bayi agar dapat kembali pulih merawat bayinya dengan baik.

Terdapat perbedaan dalam penegakan diagnosa diantara aspek teori dengan hasil pengkajian langsung pada Ny.D dimana diagnosa yang diangkat dari masalah Ny.D yaitu Nyeri akut, menyusui tidak efektif, dan kesiapan peningkatan pengetahuan sedangkan diagnose yang tidak diangkat yaitu gangguan mobilitas fisik dan risiko infeksi, karena pada saat dilakukan pengkajian data yang ada di pasien belum memenuhi 80% data baik subjektif dan objektif menurut Tim Pokja DPP PPNI (2017) berdasarkan SDKI.

Khusus untuk diagnosa nyeri akut memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dengan foot massage pada intervensi manajemen nyeri, karena foot massage ini dapat menurunkan intensitas nyeri karena pijatan yang diberikan menghasilkan stimulus yang lebih cepat sampai ke otak dibandingkan dengan rasa sakit yang dirasakan sehingga menghasilkan serotonin dan dopamine.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rizki Azmazatin (2024) bahwa terapi foot massage efektif terhadap penurunan tingkat nyeri pasien post sectio dikarenakan penurunan skala nyeri ini dapat disebabkan karena massage yang menyebabkan pelepasan neurotransmitter tertentu seperti hormone serotonin dan dopamine. Hormon ini berperan dapat membuat pasien relaksasi, meningkatkan suasana hati (mood), mengurangi stress dan memberikan perasaan nyaman sehingga nyeri berkurang.

Penerapan foot massage dilakukan pada pasien post sc untuk menurunkan intensitas nyeri. Foot massage menjadi pilihan salah satu

alternative penanganan nyeri non farmakologis karena dapat meningkatkan aliran darah ke organ vital yang dapat meningkatkan kadar dopamine dan oksigen, hal ini sejalan dengan Masadah & Cembun (2020) bahwa foot massage bisa meningkatkan sirkulasi keseluruhan tubuh. Pijatan yang lembut pada kaki bisa meningkatkan aliran darah ke organ vital, memberikan oksigen dan nutrisi ke berbagai organ serta jaringan tubuh.

Pelaksanaan intervensi dilakukan 24 jam setelah pasien ditindak pembedahan *section caesarea* selama 3 hari mulai dari tanggal 14-16 Desember 2024 yang dilaksanakan di rumah sakit. Hal ini sejalan dengan Muliani et al (2020) di mana pada post operasi 24 jam atau hari kedua sudah mulai terjadi perbaikan luka post operasi, hal ini sesuai teori yang mengatakan nyeri akut akan hilang seiring dengan perbaikan kerusakan jaringan. Pelaksanaan foot massage dapat dilakukan pada 24-48 jam post operasi, dan setelah 5 jam pemberian injeksi ketorolac, dimana pada saat itu pasien kemungkinan mengalami nyeri terkait dengan waktu paruh obat ketorolac 5 jam dari waktu pemberian.

Setiap intervensi foot massage dilakukan selama 20 menit, yang sebelumnya dilakukan pengukuran nyeri dengan menggunakan numeric rating scale (NRS) kemudian 1 jam sesudah dilakukannya intervensi. Hal ini sejalan dengan (Dorosti et al., 2019) bahwa foot massage dilakukan 20 menit dengan durasi 10 menit per kaki selama 3 hari.

Prosedur yang dijalankan peneliti sesuai dengan teori serta SOP menurut (Basyouni et al., 2020) Dimana dengan tahapan yang pertama letakan tangan kita sedikit diatas tulang kering usap secara perlahan dan tekanannya ringan menggunakan ibu jari menuju keatas dengan satu gerakan yang tidak putus dan kembali turun mengikuti lekuk kaki, kedua yaitu memijat dengan cara meremas telapak kaki dan punggung kaki dengan gerakan perlahan dari bagian dalam ke bagian terluar kaki, ketiga tangkutkan salah satu telapak tangan dipunggung kaki, kemudian perawat menggosok area telapak kaki secara keseluruhan dengan lembut dari dalam ke sisi luar kaki di bagian terluar kaki kanan, keempat

pegang telapak kaki kemudian perawat menepuk dengan ringan punggung kaki dan telapak kaki dengan kedua tangan secara bergantian untuk merangsang jaringan otot, kelima rilekskan kaki dan jari kaki dengan gerakan maju, mundur atau depan belakang dan menggetarkan kaki dengan lembut menggunakan teknik *vibration*, teknik ini akan membuat efek kaki dan jari kaki menjadi rileks, tidak tegang dan dapat melancarkan sirkulasi darah. Setelah selesai, bersihkan kaki dengan menggunakan handuk/tissue.

Nosireseptor adalah saraf yang memulai sensasi nyeri dimana reseptor ini yang mengirim sinyal nyeri dan terletak di permukaan jaringan internal dan dibawah kulit padat kaki, oleh karena itu foot massage dianggap menjadi metode yang sangat tepat untuk mengurangi nyeri. Hal ini sejalan dengan Chanif (2013) dalam ismiati dan sri rezeki (2023) yang mengemukakan ada lima teknik foot massage, yaitu: *effleurage*, *petrissage*, *tapotement*, *vibration* dan *friction*. Kelima teknik ini mampu menstimulasi nervus (A-Beta) di kaki dan lapisan kulit yang berisi tactile dan reseptor. Kemudian reseptor mengirimkan impuls nervus ke pusat nervus sistem. Sistem gate control diaktivasi melalui inhibitor interneuron dimana rangsangan interneuron di hambat, hasilnya fungsi inhibisi dari T-cell menutup gerbang. Pesan nyeri tidak ditransmisikan ke nervus sistem pusat. Oleh karena itu, otak tidak menerima pesan nyeri, sehingga nyeri tidak diinterpretasikan. Meskipun hanya dilakukan dikaki, tapi foot massage bisa meningkatkan sirkulasi keseluruhan tubuh. Pijatan yang lembut pada kaki bisa meningkatkan aliran darah ke organ vital, memberikan oksigen dan nutrisi ke berbagai organ serta jaringan tubuh. Jika ada bagian tubuh yang luka, maka foot massage dapat membantu memperbaiki jaringan yang luka serta membuat tubuh kita menjadi lebih rileks dan nyaman.

Tidak ada perbedaan dalam melakukan intervensi foot massage ini, dikarenakan dalam waktu pemberian dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, pemberian foot massage mengatakan dengan durasi 20 menit selama 2 hari menurut Muliani et al (2020) begitupun menurut (Dorosti et al., 2019) 20 menit dengan durasi 10 menit per kaki

selama 3 hari. Penulis melakukan 20 menit sesuai anjuran jurnal yang sudah didapatkan selama 3 hari di rumah sakit.

Asumsi penulis, hasil pemberian foot massage pada klien dengan nyeri post sc untuk menurunkan intensitas nyeri terdapat pengaruh dikarenakan pemberian foot massage pada area kaki menyebabkan pelepasan neurotransmitter tertentu seperti serotonin dan dopamine yang dapat membuat pasien relaksasi sehingga nyeri berkurang. Hal ini sejalan dengan Muliani (2020) dalam (Eka, 2021), pemberian foot massage membantu tubuh dan pikiran menjadi rileks sehingga nyeri yang dirasakan dapat teralihkan dan tubuh secara alami akan mengeluarkan hormon endorfin. Hormon ini memberikan efek nyaman, menenangkan dan membantu dalam proses regenerasi sel-sel sehingga nyeri menjadi berkurang.

Kelebihan *foot massage* dari tindakan manajemen nyeri non farmakologi lainnya adalah *foot massage* sama efektifnya dengan teknik nonfarmakologi lainnya dalam menurunkan intensitas nyeri, tindakannya sederhana, dapat dipelajari dengan pelatihan singkat, tidak memerlukan alat khusus seperti pada tindakan TENS, tidak memerlukan bahan-bahan terapi atau persiapan khusus seperti pada aroma terapi, tidak memerlukan ruang khusus seperti pada tindakan relaksasi, distraksi, guide imagery, tidak memerlukan keahlian khusus seperti pada tindakan hipno terapi yang perlu adanya bukti sertifikasi kewenangan melakukan hipnoterapy

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan

Asuhan Keperawatan yang dilakukan pada Ny.D dengan nyeri luka post sc selama 3 hari dapat disimpulkan:

Mampu melakukan proses asuhan keperawatan secara komprehensif pada Ny.D mulai dari pengkajian didapatkan data fokus keluhan utama yaitu pasien mengeluh nyeri pada luka post operasi sc, ASInya keluar sedikit dan klien berminat dalam peningkatan pengetahuan

tentang penanganan nyeri sehingga diagnosa keperawatan yang muncul yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI, dan

kesiapan peningkatan pengetahuan dibuktikan dengan klien tampak berminat dalam peningkatan pengetahuan tentang penanganan nyeri. Rencana tindakan untuk manajemen nyeri dengan penerapan *foot massage* penerapannya dilakukan dalam waktu 20 menit selama 3 hari pada saat di evaluasi adanya penurunan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi dengan skala 5 (1-10) menjadi 2 (1-10). Sedangkan untuk menyusui tidak efektif dengan dengan edukasi menyusui dan untuk kesiapan peningkatan pengetahuan dengan edukasi kesehatan.

Mampu menerapkan *foot massage* terhadap penurunan nyeri pada Ny.D post sc diruang melati 2A RSUD dr.Soekardjo kota Tasikmalaya. *Foot masaage* yang dilakukan selama 3 hari berturut turut dengan dengan durasi 20 menit dari tanggal 14 Desember 2024 sampai 16 Desember 2024.

Mampu menganalisis *foot massage* pada Ny.D post sc diruang melati 2A RSUD dr.Soekardjo kota Tasikmalaya dapat menurunkan intensitas nyeri post sc dari skala 5 (1-10) sebelum intervensi menjadi 2 (1-10) setelah intervensi. Hal ini dikarenakan *foot massage* dapat mengalirkan darah untuk memproduksi dopamin yang dapat menurunkan rangsangan nyeri serta *foot massage* menjadikan pasien rileks dan dapat mengalihkan nyeri yang dirasakannya.

Saran

Bagi profesi perawat *Foot maasage* ini dapat diberikan sebagai salah satu alternatif tindakan keperawatan secara non farmakologi dalam penangan nyeri melalui asuhan keperawatan. Dalam pelaksanaannya harus dilakukan dalam kondisi lingkungan yang nyaman dan lingkungan yang sangat menjaga privacy pasien sambil terus berkomunikasi selama dilakukan intervensi supaya pasien lebih rileks.

Bagi FIKES UMTAS *Foot massage* ini dilakukan sebagai salah satu alternatif tindakan

keperawatan secara non farmakologi untuk menurunkan nyeri terutama pada pasien post sc, ketika praktik dilapangan di rumah sakit maupun di komunitas bahkan dapat dijadikan sebagai bahaj pembelajaran dan salah satu materi yang dapat dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat.

Bagi RSUD dr.Soekardjo Kota Tasikmalaya Penerapan *foot massage* dan SOP *foot massage* yang diterapkan oleh penulis ini bisa dijadikan bagian dari dokumen SOP rumah sakit yang dapat diterapkan pada pasien post sc yang mengali nyeri.

Bagi Pasien/Keluarga Pasien Sectio Caessarea Pasien dengan section caessarea dapat mengimplementasikan terapi *foot massage* untuk menurunkan skala nyeri setelah post sectio caessarea.

REFERENSI

- Abbasali Dorosti, A., Mallah, F., Z.G (2019). Effects of Foot Reflexology on Post- Cesarean Pain: A Randomized Clinical Trial. *J Biochem Tech*.
- Afianti, N., & Mardhiyah, A. (2017). Pengaruh Foot Massage Terhadap Kualitas Tidur pasien di Ruang ICU. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*.
- Amru Sofian (2013). *Rustam Mochtar sinopsis obstetri: Obstetri Operatif Obstetri Social edisi 3*. ECG: Jakarta.
- Andarmoyo (2013). *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Arda, D.,& Hartaty, H. (2021). Penerapan Asuhan Keperawatan Post Op Sectio Caesarea dalam indikasi preeklamsia berat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 447-45.
- Aspiani. (2017). *Buku ajar asuhan keperawatan maternitas* Trans info media. Astutik. (2017). *Continuity Of Care Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Adan-Adan Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri*.
- Bahrudin (2017). *Patofisiologi Nyeri (PAIN)*, *Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Brevig. (2016). The Aplication Of Atraumatic Care To The Anxiety Response Of Children Experriencing Hospitalization. *Ejournal Of Nursing*
- Basyouni, N. R., Gohar, I. E., & Zaid, N. F. (2020). Effect Of Foot Reflexology On Lactation. *Indian Journal Of Public Health Research & Development*, 7(4), 1–19. <https://doi.org/10.37506/ijphrd.V1i4.4565>
- Darmawan Josephine. (2022). *Sectio Caesarea*. Alomedika.Com.<https://www.alomedika.com/tindakan-medis/obstetri-dan-ginekologi/sectioncasarea>
- Dorosti, A., Mallah, F., & Ghavami, Z. (2019). Effects Of Foot Reflexology On Post-Cesarean Pain: A Randomized Clinical Trial. *J Biochem Tech*, 2, 170–174.
- Evania.(2013). *Konsep Dasar Pemeriksaan Fisik Keperawawatan*. Jogjakarta: D- M Edika (Anggota Ikapi) Fan,L.(2016). *Postoperative Foot Massage For Patients After Caesarean Delivery*. 173-177
- Hamdayani. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Proses Penyembuhan Luka Pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*.
- Hidayati.(2022). Pengaruh Usia Dan Jenis Kelamin Pada Skala Nyeri Pasien Trigeminal Neuralgia. *Aksona*.
- Ismiati, I., & Rejeki, S. (2023). Terapi Foot Massage Menurunkan Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea. *Ners Muda*, 4(3), 330. <https://doi.org/10.26714/Nm.V4i3.13658>
- Kementrian Kesehatan Ri. (2018). *Laporan Nasional Riskendas 2018, Laporan Nasional Riskendas 2018e*.
- Kusuma. A. H. (2015) *Sectio Caesarea In A. H. Kusuma, Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis Dan Nanda Nic-Noc.Medication*
- Liestanto, F., & Fithriana, D. (2020). Vol. 2 No. 1 April 2020. *Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Ambon*, 2(1), 16.
- Maryunani. (2016). *Sectio Caesarea*. In A. Masryunan, *Manajemen Kebidanan Terlengkap*. Cv Trans Info Medika.
- Metasari. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penurunan Nyeri Post Opera Sectio Caesarea Di Rs. Raflessia Bengkulu. *Journal Of Nursing And Pub.lic Health*.
- Muliani, R., Rumhaeni, A., & Nurlaelasari, D. (2020). Pengaruh Foot Massage Terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Operasi Sectio Caesarea. *Journal Of Nursing Care*, 3(2), 73–80. <https://doi.org/10.24198/Jnc.V3i2.24122>
- Pak Sc, Micalos, Ps, Maria, Sj, Lord, B (2015). *Nonpharmacological Interventions For Pain Management In Paramedicine And The Emergency Setting: A Review Of The Literature. Evidence-Based Complement Alternat Med*

- Patasik (2013). Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Guided Imagery. *Ejournal Keperawatan* Vol.1 No.1
- Potter, P, A., & Perry, A, G. (2010). *Fundamental Of Nursing Singapore*
- Ppni, Tim Pokja Sdk Dpp. (2018). *No Title Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi Dan Indikator Diagnostik*. Jakarta.
- Ppni, Tim Pokja Siki Dpp. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia
- Ppni, Tim Pokja Siki Dpp. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia
- Ratnawati. (2017) *Asuhan Keperawatan Gerontik* Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Reeder, (2011). *No Tittle Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita Bayi Dan Keluarga*. Edisi 8. Jakarta: Egc.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Ri Tahun 2018*
- Rizki Muliani, Aay Rumhaeni, D, N. (2020a) Pengaruh Foot Massage Terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Sectio Caesarea. *JNC*
- Rizki Muliani, Aay Rumhaeni, D, N. (2020b) Pengaruh Foot Massage Terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Komunitas*
- Safitri (2019) *Implementasi Keperawatan Sebagai Wujud Dari Perencanaan Keperawatan Guna Meningkatkan Status Kesehatan Klien*.
- Redaksi (2022). Hukum Pijat Dalam Pandangan Islam. [ubaladah.Id.Https://Mubaladah.Id/Hukum-Pijat-Dalam-Pandangan-Islam/](https://mubaladah.id/Hukum-Pijat-Dalam-Pandangan-Islam/)