

PENERAPAN FOOT AND HAND MASSAGE TERHADAP TINGKAT NYERI IBU POST SECTIO CAESAREA DI BANGSAL CEMPAKA RSUD DR. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

Devanda Firstania¹, Zulfa Mahdiatur Rasyida², Neny Utami³

devanda908@gmail.com¹, zulfa@unisa-surakarta.ac.id²

Universitas 'Aisyiyah Surakarta^{1,2}, RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen³

ABSTRAK

Latar belakang : sectio caesarea adalah metode melahirkan bayi dengan melakukan sayatan pada dinding rahim melalui dinding perut. Persalinan dengan cara sc memberikan efek tertentu untuk ibu dan bayi. Setelah melahirkan dengan sc, ibu akan merasakan nyeri yang biasanya mulai terasa 4-6 jam setelah proses persalinan selesai. Foot and hand massage menjadi salah satu teknik pijatan yang dikembangkan dan di terapkan di rumah sakit dalam manajemen nyeri non farmakologi. Tujuan : Mengetahui hasil penerapan teknik foot and hand massage dalam menurunkan nyeri setelah operasi sectio caesar pada ibu nifas. Metode : Penerapan ini menggunakan metode deskriptif studi kasus, dengan jumlah sampel penerapan 2 responden. Penerapan ini dilakukan selama 2 hari dengan setiap harinya dilakukan 1 kali selama 20 menit. Hasil : Hasil penerapan menunjukkan bahwa kedua responden sebelum dan sesudah diberikan foot and hand massage mengalami penurunan dari kategori sedang menjadi ringan. Kesimpulan : Terdapat pengaruh foot and hand massage dalam menurunkan nyeri setelah operasi Sectio Caesarea pada ibu nifas di Ruang Cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kata Kunci: Ibu Post Sectio Caesarea, Foot And Hand Massage, Nyeri.

ABSTRAK

Background : Sectio Caesarea is a method of giving birth to a baby by making an incision in the uterine wall through the abdominal wall. Childbirth by caesarean section has certain effects for the mother and baby. After giving birth by caesarean section, the mother will feel pain that usually begins to be felt 4-6 hours after the labor process is complete. Foot and hand massage is one of the massage techniques developed and applied in hospitals in non-pharmacological pain management. Objective : To determine the results of the application of foot and hand massage techniques in reducing pain after Sectio Caesarea surgery in postpartum mothers. Method : This application uses a descriptive case study method, with a sample size of 2 respondents. This application was carried out for 2 days with each day being done once for 20 minutes. Results : The results of the application showed that both respondents before and after being given foot and hand massage experienced a decrease from the moderate to mild category. Conclusion : There is an effect of foot and hand massage in reducing pain after Sectio Caesarea surgery in postpartum mothers in the Cempaka Room of Dr. Soehadi Prijonegoro Hospital, Sragen.

Keyword: Post-Cesarean Section Mothers, Foot And Hand Massage, Pain.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses membuka dan menepisnya serviks dan janin turun kedalam jalan lahir kemudian berakhir dengan pengeluaran bayi yang cukup bulan atau hamper cukup bulan. Persalinan dianggap normal jika prosesnya terjadi pada usia kehamilan cukup bulan (setelah 37 minggu tanpa disertai adanya penyulit) . Persalinan memiliki dua metode, yaitu normal (secara langsung melalui vagina) atau melalui prosedur operasi sectio caesarea (Uzlifatul et al., 2024). Persalinan Sectio Caesarea (SC) yang sering disebut sebagai operasi caesar merupakan prosedur bedah yang dilaksanakan untuk melahirkan bayi lewat sayatan yang dibuat pada perut dan Rahim ibu. Tindakan ini umumnya dilakukan ketika kelahiran secara alami berpotensi membahayakan ibu atau bayi

atau ketika muncul masalah selama proses persalinan. Beberapa alasan umum yang mendorong dilakukannya operasi Caesar meliputi kondisi janin yang kritis, posisi bayi yang tidak sesuai, masalah dengan plasenta, atau riwayat melahirkan dengan metode sesar dimasa lalu (Siagian et al, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2023 prevalensi standar rata-rata sectio caesarea di suatu negara adalah 5- 15% per 1000 kelahiran di dunia, dimana pada rumah sakit pemerintah kira-kira 11% sementara rumah sakit swasta lebih dari 30%. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sebanyak 25,9 % wanita dengan usia subur yaitu 15-49 tahun di Indonesia menggunakan metode persalinan dengan operasi sectio caesarea. Menurut data SKI 2023 provinsi dengan tingkat tertinggi ibu bersalin dengan menggunakan metode operasi sectio caesarea adalah Provinsi Bali dengan prevalensi 53, 2%, sedangkan Jawa Tengah sendiri berada dalam urutan ke-12 dengan prevalensi 24,9 % ibu bersalin dengan menggunakan metode operasi SC. Berdasarkan data yang diperoleh dari rekam medis di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen khususnya di ruang Cempaka 3 bulan terakhir yaitu pada bulan Oktober sampai Desember 2025 didapatkan data 56 pasien yang menjalani persalinan secara sectio caesarea.

Persalinan melalui metode sectio caesarea merupakan pilihan yang diambil ketika melahirkan secara normal atau spontan tidak memungkinkan. Tindakan ini ditujukan untuk ibu hamil yang mengalami kesulitan dalam proses persalinan atau ibu hamil yang memilih untuk tidak menjalani persalinan normal. Sectio caesarea dilakukan dengan didasari berbagai faktor-faktor medis yang perlu diperhatikan demi keselamatan ibu dan bayi seperti plasenta previa atau plasenta yang menutupi jalan lahir, solusio plasenta (plasenta terlepas dari dinding rahim sebelum lahir), posisi bayi sungsang, gawat janin, kehamilan kembar, ketuban pecah dini dan preeklampsia (Prasetyani et al., 2024).

Prosedur pembedahan yang dilakukan pada operasi sectio caesarea memberikan dampak pada ibu dimana rata-rata pasien post sectio caesarea mengalami keluhan nyeri, tampak meringis, gelisah dan kadang mengalami stress (Rukmasari et al., 2023). Rasa nyeri merupakan salah satu ketidaknyamanan yang disebabkan oleh peregangan abdomen dan luka insisi yang sering dialami pada ibu post sectio caesarea (SC). Persalinan SC memberikan rasa nyeri lebih tinggi dibandingkan dengan persalinan pervaginam (Henniwati, 2021). Nyeri pada post operasi sectio caesarea dirasakan oleh pasien dikarenakan efek dari anestesi sudah berkurang dan mulai menghilang. Efek anestesi spinal biasanya mulai hilang setelah 6-8 jam tergantung dari dosis dan kondisi individu (Muliani et al., 2021). Nyeri yang dialami oleh ibu postpartum SC akan berdampak terhadap rasa takut, cemas apabila analgetik hilang maka nyeri akan semakin terasa, mempengaruhi kenyamanan tubuh, ibu akan kehilangan pengalaman dalam memberikan kasih sayang kepada bayinya (Cahyani et al., 2022).

Penanganan nyeri dapat diatasi dengan manajemen nyeri baik itu menggunakan terapi farmakologis maupun non farmakologis. Terapi non farmakologis merupakan terapi pengobatan tanpa obat-obatan yang banyak menjadi pilihan karena biaya yang dikeluarkan relatif lebih murah serta minimnya efek samping yang ditimbulkan (Kusumastuti, 2022). Terdapat berbagai macam terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri antara lain berupa terapi relaksasi, meditasi, humor dan aromaterapi (Nove wiand dwi, 2024).

Salah satu bentuk kegiatan dari relaksasi terapi non farmakologi post operasi Caesar adalah foot and hand massage merupakan salah satu pilihan, karena di daerah kaki dan tangan banyak terdapat saraf saraf yang terhubung ke organ dalam, tindakan dapat diberikan saat pasien terlentang dan minimal melakukan pergerakan daerah tangan dan kaki untuk mengurangi rasa nyeri. Pelaksanaan foot and hand massage dapat dilakukan pada 24-48 jam

post operasi, dan setelah 5 jam pemberian injeksi ketorolac. Foot and hand massage menjadi salah satu tindakan massage yang dikembangkan dan diimplementasikan di rumah sakit dalam manajemen nyeri non farmakologi (Henniwati, 2021)

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Nuraeni et al., (2024) menyatakan bahwa terapi relaksasi dilakukan selama 10-15 menit selama 2 hari. Hasil dari terapi foot and hand massage yang di dapat menunjukkan lebih dari setengah pasien post operasi section caesarea berada di tingkat nyeri sedang (skala 6) sebelum dilakukan Foot And Hand Massage dan hampir setengah memiliki tingkat nyeri ringan (skala 3) menunjukkan bahwa pemberian pijatan tangan dan kaki dapat memberikan manfaat positif dalam mengurangi rasa sakit setelah operasi Caesar, pijat tangan dan kaki efektif dalam mengurangi nyeri pasca operasi sc dan terapi ini dapat dijadikan bentuk intervensi keperawatan mandiri untuk mengatasi nyeri. Hal ini didukung oleh Penelitian yang dilakukan oleh (Henniwati, 2021) dengan hasil Foot And Hand Massage berpengaruh dalam pengurangan nyeri pada ibu post sectio caesarea.

Foot And Hand Massage dapat mengurangi rasa nyeri karena melalui mekanisme relaksasi fisik dan psikologis yang memicu pelepasan hormone endorphin (Pereda nyeri alami) pijatan merangsang tubuh melepaskan endorphin, senyawa yang diproduksi tubuh untuk memblokir nyeri, bertindak seperti morfin alami, salah satu teknik penghilang stres adalah pijat kaki dan tangan yang juga dapat digunakan bersama dengan konseling dan pendidikan kesehatan yang tepat untuk mengurangi ketidaknyamanan. Pijat kaki dapat meningkatkan tonus otot. 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 sakit nyerinya (Nuraeni et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus terkait “Penerapan Terapi Foot And Hand Massage Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Post Sectio Caesarea di Bangsal Cempaka RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen”

METODE PENELITIAN

Metode penerapan yang digunakan dalam penyusunan KIAN ini adalah metode deskriptif dengan studi kasus dan menggunakan proses pendekatan keperawatan. Metode deskriptif untuk menggambarkan bagaimana hasil penerapan intervensi Terapi Foot and hand massage Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri ibu Post Sectio Caesarea di Bangsal Cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Penerapan intervensi dilakukan dengan melakukan pengukuran skala nyeri sebelum diberikan intervensi (pre test) dan dilakukan pengukuran skala nyeri sesudah diberikan intervensi (post test) tidak dilakukan uji statistic pengaruhnya, penulis hanya mendeskripsikan bagaimana nyeri sebelum dan sesudah dilakukan foot and hand massage. Terapi dilakukan 10-15 menit selama 2 hari. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan NRS (Numeric Rating Scale).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Lokasi

RSUD dr. soehadi prijonegoro sragen adalah rumah sakit umum yang berada dibawah otoritas pemerintah kabupaten sragen. RSUD dr. Soehadi prijonegoro sragen beralamat dijalan sukowati nomor 534,ngrandu nglorog kecamatan sragen kabupaten sragen jawa tengah 57272, Indonesia (tribunnews,2021). RSUD dr.soehadi prijonegoro sragen didirikan pada tahun 1967 dan diresmikan dengan klasifikasi tipe d pada tahun 1958. Pada tahun 1995

RSUD dr.soehadi prijonegoro sragen di tingkatkan menjadi tipe c dengan peraturan bupati no 42 tahun 2022 dan menjadi swadana dengan PERMENDAGRI No.7 tahun 1999.

Pada tahun 2011 berdasarkan kepada keputusan menteri kesehatan nomor: HK.03.05/I/288/2011 RSUD dr.soehadi prijonegoro sragen ditetapkan menjadi rumah sakit umum kelas b dan yang terakhir pada tahun 2016 RSUD dr.soehadi prijonegoro sragen mendapatkan sertifikat dari koisi akreditasi rumah sakit dengan nomor : KARSSERT/468/VII/2016 dengan penilaian lulus tingkat paripurna (Rssoehadi, 2019). RSUD dr. soehadi prijonegoro adalah rumah sakit umum yang berada dibawah otoritas pemerintah kabupaten sragen. RSUD dr.soehadi prijonegoro beralamat di JL sukowati nnomor 534, ngrandu nglorog, kecamatan sragen kabupaten sragen jawa tengah 57272, Indonesia

Salah satu jenis pelayanan yang ada di RSUD sragen adalah ruang cempaka adalah suatu ruang secara khusus ditunjukkan bagi pasien yang memiliki gangguan pada masalah kandungan dan ruang untuk perawatan ibu pasca melahirkan. Diruang cempaka terdapat kelas 1,2,3 da ruang HCU pasien pasca operasi yang bertujuan untuk pemantauan berkala rata rata 1 minggu terdapat 12 pasien pada bulan desember terdapat 40 pasien *sectio Caesar*.

Tabel 1 karakteristik responden.

Nama	Ny.N	Ny.L
Usia	28 tahun	31 tahun
Status obsetri	G1P1A0	G2P2A0
Pendidikan	SMA	SMA
Pekerjaan	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga
Pengalaman SC	1 kali	2 kali
Alasan SC	KPD	PEB
Riwayat usia kehamilan	35 minggu	37 minggu

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan usia bahwa Ny.N dan Ny.L merupakan usia produktif.

1. Hasil Penerapan

- a. Berdasarkan hasil penerapan, diperoleh data skala nyeri sebelum dilakukan penerapan *foot and hand massage* sebagai berikut :

Tabel 2 Hasil skala nyeri pada kedua responden sebelum dilakukan *foot and hand massage*.

Nama	Hari ke-	Skala nyeri	Kategori
Ny. N	1	5	Sedang
Ny.L	1	3	Sedang

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan skala nyeri sebelum dilakukan intervensi kedua responden dalam kategori sedang.

- b. Berdasarkan hasil penerapan, diperoleh data skala nyeri sesudah dilakukan penerapan *foot and hand massage* sebagai berikut

Tabel 3 Hasil skala nyeri pada kedua responden setelah dilakukan *foot and hand massage*.

Nama	Hari ke-	Skala nyeri	Kategori
Ny.N	2	3	Ringan
Ny.L	2	2	Ringan

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan skala nyeri sesudah dilakukan intervensi kedua responden dalam kategori ringan.

- c. Perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian *foot and hand massage* pada 2 (dua) responden

Tabel 4 Perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian *foot and hand massage* pada 2 (dua) responden.

Nama	Ny.N		Ny.L	
Skala nyeri	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah

Hari ke-				
1	5	3	3	2
2	3	2	2	1

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan skala nyeri sesudah dilakukan intervensi kedua responden mengalami penurunan skala nyeri dari kategori sedang menjadi kategori ringan.

d. Perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

Tabel 5 Perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

Nama	Ny.N	Ny.L
Skala Nyeri	Sebelum	Sesudah
Hari ke-		
1	5	2
2	3	1
Penurun nyeri	2	1

Berdasarkan tabel 45 menunjukkan skala nyeri sesudah dilakukan intervensi kedua responden mengalami penurunan skala nyeri menjadi kategori ringan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penerapan yang telah dilampirkan tersebut akan dilakukan pembahasan lebih lanjut untuk menginterpretasikan data hasil Penelitian, yang kemudian di bandingkan dengan konsep dan teori terkait.

A. Tingkat skala nyeri sebelum dilakukan foot and hand massage pada pasien yang mengalami nyeri setelah operasi sectio Caesar

Hasil penerapan menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi *foot and hand massage* skala nyeri kedua responden dalam kategori sedang. Tindakan *sectio caesarea* adalah salah satu alternatif bagi seorang wanita di dalam memilih proses persalinan di samping adanya indikasi medis dan indikasi non medis, tindakan *sectio caesarea* akan memutuskan kontinuitas atau persambungan jaringan dikarenakan insisi yang akan mengeluarkan reseptor nyeri sehingga pasien akan merasakan nyeri terutama setelah efek anestesi habis (Wijayanti et Al, 2024).

Pada responden pertama sebelum dilakukan foot and hand massage mengalami nyeri skala 5 karena baru pertama melakukan operasi SC, sedangkan pada pasien kedua mengalami nyeri skala 3 karena sudah berpengalaman sc 2 kali. Rasa nyeri bisa memunculkan stressor dimana individu berespon secara biologis dan hal ini bisa menimbulkan respon perilaku fisik dan psikologis. Nyeri post section caesarea diketahui bahwa hari ke 1-2 klien masih mengalami nyeri pada luka, dan bahkan juga hampir pada separuh wanita berlangsung sampai mereka pulang kerumah, dan juga sekitar 32% pasien yang mengalami nyeri pada luka dan tidak jarang nyeri pada luka setelah pulang bertambah berat sehingga membutuhkan obat analgesi (Natashia & Anisah Makkiyah, 2024).

Hasil penerapan menunjukkan bahwa ibu *post* SC mengalami nyeri dalam kategori sedang. Respon individu terhadap nyeri yang dirasakan pun berbeda-beda sehingga perlu dilakukan eksplorasi untuk menentukan nilai nyeri tersebut. Perbedaan skala nyeri yang dipersepsikan oleh seseorang disebabkan oleh kemampuan sikap individu dalam merespon dan mempersepsikan nyeri yang dialami. Kemampuan mempersepsikan nyeri dipengaruhi oleh beberapa factor dan berbeda diantara individu. Factor yang mempengaruhi persepsi seseorang terhadap nyeri adalah factor fisiologis yang terdiri dari factor usia, kelelahan, factor genetic, fungsi neurologis dan factor social yang terdiri dari pengalaman sebelumnya dukungan keluarga dan factor psikologis yang terdiri dari factor kecemasan, dan pola koping, serta factor budaya (Sari & Rumhaeni, 2021).

B. Tingkat skala nyeri sesudah dilakukan foot and hand massage pada pasien yang mengalami setelah operasi section Caesar

Hasil penerapan menunjukkan bahwa sesudah diberikan intervensi *foot and hand massage* kedua respon mengalami penurunan skala nyeri dalam kategori ringan, responden 1 hari pertama mengalami penurunan skala nyeri 5 dan hari kedua mengalami penurunan skala nyeri 3 dan pada responden 2 hari pertama mengalami penurunan skala nyeri 3 dan hari kedua mengalami penurunan skala nyeri 2. Penurunan skala nyeri sebesar 2 ini menandakan bahwa metode *foot and hand massage* terbukti efektif dalam membantu menurunkan nyeri secara non-farmakologi. Selain itu responden menjadi lebih tenang dan stabil. Hal ini sesuai dengan teori Sari & Rumhaeni, (2021) otot yang terkena dilakukan pijatan pada saat *foot and hand massage* adalah semua otot yang berada disekitar tungkai bawah dan telapak kaki *musculus* tersebut adalah *m.bialis anterior*, *m.bialis posterior*, *m.gastrocnemius*, *m.soleus*, *m.ekstensor digitorum longus*, *m.peronousbrevis*, *m.perinous longus*.

Foot and hand massage melibatkan lima teknik pijatan yaitu *effleurage*, *petrissage*, *tapotement*, *friction* dan *vibration*. Semua teknik ini mampu mensmulasi nervus (A-beta) di kaki dan lapisan kulit yang berisi tacle dan reseptor. Kemudian reseptor mengirimkan impuls nervus ke pusat nervus system. System gate control diakvasi melalui inhibitor inteurneuron dimana rangsangan inteurneuron di hambat, hasilnya fungsi inhibis dan T-cell menutup gerbang. Pesan nyeri tak di transmisikan ke nervus system pusat. Oleh karena itu, otak tak menerima pesan nyeri sehingga nyeri tak diinterpretasikan (Sari & Rumhaeni, 2021).

Manfaat dari *foot and hand massage* sangat banyak selain bisa membuka aliran darah dan meningkatkan sirkulasi darah dan oksigen dalam tubuh juga dapat mengurangi rasa ketidak nyamanan serta dapat menghilangkan rasa sakit, sehingga mempercepat penyembuhan dan membuat ibu *post SC* menjadi lebih baik (Alfiah. et Al, n.d. 2022.).

Penelitian sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh (Nuraeni et al., n.d. 2024) dimana penanganan nyeri dilakukan secara farmakologi dan nofarmakologi dengan tujuan untuk mengobati nyeri tersebut dengan cara menghilangkan gejala yang muncul. *foot and hand massage* bermanfaat untuk memperlancar aliran darah, membuat tubuh menjadi rileks, mengurangi rasa sakit atau nyeri dan mempercepat pemulihan sakit. *Massage* ini merupakan terapi nonfarmakologi yang telah terbukti mampu menurunkan nyeri pada ibu *post sectio caesarea* sehingga dapat merasakan relax sehingga beradaptasi dengan nyerinya (Anggriani et al., 2021)

Foot and hand massage adalah kombinasi lima teknik pijat : *effleurage* (mengusap), *petrissage* (memijit), *friction* (menggosok) dan *tapotement* (menepuk), *vibration* (menggetarkan) yang dilakukan dalam waktu 15 menit selama 2 hari. Hasil penerapan *foot and hand massage* efektif menurunkan nyeri pada ibu *post SC*. Hal ini sesuai dengan peneitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sari & Rumhaeni, 2021) yang menyebabkan bahwa *foot and hand massage* dapat menurunkan nyeri setelah operasi *sectio Caesar* pada ibu nifas.

C. Perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian foot and hand massage pada 2 (dua) responden

Hasil penerapan didapatkan sebelum dilakukan intervensi skala nyeri yang rasakan oleh klien berada pada nyeri sedang dimana 2 orang yaitu Ny.N berada pada skala nyeri 5 dan Ny.L berada pada skala nyeri 3. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien *post sectio Caesar* berada di rentang 3-5 yang tergolong didalam nyeri sedang. Nyeri sedang ini merupakan rasa nyeri yang mengganggu, tidak nyaman, dapat melakukan sebagian aktivitas dengan waktu istirahat. Peningkatan skala nyeri pada kedua responden tersebut diduga berkaitan

dengan kondisi klinis yang dialami, yaitu PEB dan KPD yang secara fisiologis dapat memicu peningkatan skala nyeri secara signifikan pada ibu bersalin.

Sesudah dilakukan intervensi pada hari ke-1 skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada pada rentang dimana Ny.N berada pada rentang skala nyeri 5 dan juga Ny.L berada pada rentang skala nyeri 3. Hari ke-2 menunjukkan skala nyeri pada Ny.N dalam rentang 3 sedangkan Ny.L dalam rentang skala 2. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada di rentang 1-3 tergolong dalam kategori nyeri ringan. Penurunan skala nyeri pada klien sesudah diberikan *foot and hand massage* sebagian besar mengalami penurunan skala nyeri. Pemberian *foot and hand massage* dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri pada klien *post sectio Caesar*.

Umur ibu yang lebih muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens dan memiliki kondisi psikis yang masih labil sehingga dapat memicu nyeri yang dirasakan akan menjadi lebih kuat dibandingkan dengan umur ibu yang lebih tua. Umur ibu bersalin juga memiliki keterkaitan dengan factor parietas pertama yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri ibu *post sectio caesarea*.

Foot and hand massage selain dapat menghambat pesan nyeri kepada system saraf pusat juga dapat membuat tubuh bereaksi dengan mengeluarkan endorfin karena pemijatan. Endorfin yaitu zat yang diproduksi, secara alamiah oleh tubuh, bekerja, serta memiliki efek seperti morfin. Endorfin bersifat menenangkan, memberi efek nyaman, dan sangat berpesan didalam meregenerasi sel sel guna memperbaiki bagian tubuh yang sudah using atau rusak (Info, 2021)

Pemberian *foot and hand massage* akan menyebabkan stimulus nyeri terhambat dan berkurang karena stimulus dari efek *foot and hand massage* akan lebih cepat sampai ke otak dan menutup pintu gerbang dibandingkan dengan rasa sakit yang dirasakan. Waktu efektif pemberian *foot and hand massage* yaitu 15 menit dalam satu kali sehari. Setelah 15 menit pemberian intervensi akan meningkatkan suhu local pada kulit dan dapat meningkatkan sirkulasi pada jaringan untuk proses metabolisme tubuh sehingga hal tersebut dapat mengurangi spasme otot dan mengurangi nyeri (Nuraeni et al., n.d. 2024).

D. Perbandingan hasil akhir antara 2 responden

Hasil perbandingan didapatkan sebelum dilakukan intervensi skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada pada nyeri sedang dimana 2 orang yaitu Ny.N berada pada skala nyeri 5 dan Ny.L berada pada skala nyeri 3. Skala nyeri yang dirasakan pada klien *post sectio Caesar* berada di rentang 3-5 yang tergolong didalam nyeri sedang. Sesudah dilakukan intervensi skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada pada rentang dimana Ny.N pada rentang skala nyeri 2 dan juga Ny.L pada rentang skala nyeri 1. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada di rentang 1-3 tergolong dalam kategori nyeri ringan, kedua responden mengalami penurunan nyeri sebanyak 3 angka dibuktikan dengan hal ini selaras dengan Penelitian Nuraeni et al., (2024). Pemberian *foot and hand massage* dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri pada klien *post sectio Caesar*. Penurunan skala nyeri ini menurut beberapa Penelitian bisa disebabkan karena *massage* bisa menyebabkan pelepasan neurotransmitter tertentu seperti serotonin dan dopamine yang bisa membuat pasien merasakan relaksasi sehingga nyeri berkurang (A. et Al, 2021)

Pengaruh *foot and hand massage* terhadap penurunan tingkat nyeri setelah diberikan intervensi *foot and hand massage* dengan beberapa factor yang mempengaruhinya, seperti hari setelah dilakukan metode persalinan dengan SC. Responden yang diberikan intervensi *foot and hand massage* pada hari ke 0 masih merasakan nyeri pada luka bekas operasi karena belum terjadi regenerasi sel sel disekitar sayatan sehingga penurunan nyeri lebih sedikit dibandingkan dengan responden yang diberikan intervensi *foot and hand massage* pada hari

ke-2 karena sudah melakukan mobilisasi dan sudah terjadi perbaikan regenerasi sel-sel pada luka bekas operasi dibagian abdomen.

Foot and hand massage dapat dijadikan sebagai intervensi dalam asuhan keperawatan non farmakologi dalam menurunkan nyeri pada ibu *post sectio Caesar* karena *foot and hand massage* sangat mudah dilakukan secara mandiri dirumah jika nyeri yang dirasakan sangat mengganggu dan tidak memerlukan biaya yang mahal.

Keterbatasan Penelitian

- a. Selama 1 minggu hanya 1 pasien sehingga penerapan dilaksanakan pada 2 minggu menunggu pasien datang
- b. Ada pasien terdapat kontraindikasi yaitu terdapat luka di kakinya sehingga tidak dapat diambil responden sehingga waktu pengambilan data semakin panjang.

KESIMPULAN

Hasil analisa dari pembahasan yang telah diuraikan maka kesimpulan yang dapat diambil dari penerapan ini yaitu sebagai berikut :

1. Hasil yang didapatkan kedua responden sebelum diberikan intervensi *foot and hand massage* skala nyeri dalam kategori sedang pasien 1 skala nyeri 5 dan pasien 2 skala nyeri 3.
2. Hasil yang didapatkan kedua responden sesudah diberikan intervensi *foot and hand massage* skala nyeri dalam kategori ringan. Pasien 1 Ny. N skala nyeri 3, pasien 2 Ny. L skala nyeri 2.
3. Hasil yang didapatkan kedua responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi *foot and hand massage* mengalami penurunan skala nyeri dalam kategori sedang menjadi skala nyeri dalam kategori ringan. Ny.N Post 1 intervensi skala nyeri 5, post II intervensi skala nyeri 3, Ny. L post 1 intervensi skala nyeri 2, post II intervensi skala nyeri 1.
4. Hasil akhir yang didapatkan responden I Ny.N mengalami penurunan skala nyeri 2 dan responden II Ny.L mengalami penurunan skala nyeri 1, dan di kategorikan skala nyeri ringan

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Responden

Diharapkan responden mampu mengaplikasikan *foot and hand massage* sebagai salah satu untuk mengurangi nyeri setelah melahirkan post SC.

2. Bagi Instansi

Sebagai bahan wacanan dan sumber referensi bagi dosen dan mahasiswa di perpustakaan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan *foot and hand massage* dapat diterapkan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien di ruang nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- 2023, K. et al. (2021a). Analisis faktor yang mempengaruhi kejadian persalinaan. 32(3), 167–186.
- 2025, sonya Hm. (2021). penerapan teknik relaksasi genggam jari terhadap nyeri post sectio caesarea di RSUD sufina aziz nedan tahun 2025. 32(3), 167–186.
- Al, A. et. (n.d.). EFEKTIVITAS TEHNIK RELAKSASI PERNAFASAN DAN TEHNIK FOOT AND HAND MASSAGE PADA PASIEN PASCA PERSALINAN SC DI RUANG TERATAI RSUD DR HARYONO LUMAJANG.
- Al, N. wiand dwi wijayanti et. (2024). PENERAPAN HAND AND MASSAGE UNTUK

- MENGURANGI NYERI PADA IBU POST SC. 10(1), 96–104.
- Alza, S. H., Inayati, A., & Hasanah, U. (2023). Application of benson relaxation techniques on pain scale in post op appendictomic patients in the surgical room in RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 561–567. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/505>
- Anggriani, A., Mulyani, Y., & Pratiwi, L. D. (2021). The Effect Of Pharmacological And Non-Pharmacological Therapy On The Reduction Of Menstrual Pain In Students. *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, 3(3), 174–188.
- bin Zakaria, A. F., Sharoni, S. K. A., & Wahab, S. M. A. (2025). Intervention Programs to Improve Self-management and Quality of Life Among People with Thalassemia: A Systematic Review. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 21(July), 347–356. <https://doi.org/10.47836/mjmhs.21.s5.44>
- Dharmawan, T., Chandra, T. M., Hestiantoro, A., & Harahap, A. S. (2023). Endometriosis Toraks di Diafragma Dextra dengan Manifestasi Nyeri Dada dan Pneumotoraks. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 73(4), 199–205. <https://doi.org/10.47830/jinma-vol.73.4-2023-1169>
- Febrianawati, N., Rahmawati, D., & Ulfa, I. M. (2023). Pengaruh Prosedur Operasi Sc Elektif Dan Sc Cito Terhadap Kejadian Infeksi Luka Operasi Di Rsud Balangan. *Jurnal Anestesi*, 2(1), 137–151. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i1.775>
- Fitriani Agustina, & Afriani, B. (2023). Penerapan Manajemen Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Dismenorea. *Lentera Perawat*, 4(1), 24–30. <https://doi.org/10.52235/lp.v4i2.187>
- Info, A. (2021). THE EFFECT OF FOOT HAND MASSAGE AGAINST OF PAIN POST SECTION Persalinan secara section caesarea (SC) merupakan persalinan operasi yang dengan tindakan pembelahan dengan irisan di bayinya (Ipa and Di , 2017). Ibu yang mengalami tindakan operasi SC akan. 1(1), 30–35.
- 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>
- Kasmijati, et al. (2023). ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN PADA REMAJA AN.R KELUARGA BAPAK J DENGAN DISMINOREA DI DESA TERBANGGI BESAR KAB LAMPUNG TENGAH TAHUN 2021. 32(3), 167–186.
- Kusumastuti, H. (2022). Pengaruh Brain Gym Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 1–23. <https://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/3994>
- Lestari, F., Akbid Nurul Hasanah, D., Ahmad Yani Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara, J., & Penulis, K. (2024). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI INDIKASI SECTIO CAESAREA PADA IBU BERSALIN DI RUMAH SAKIT AVICENNA BIREUEN The Factors That Influence The Indications For Caesarean Section In Mothers Giving Birth In The Hospital Avicenna Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 10(2), 2615–109.
- Lutfiani, A., & Baidhowy, A. S. (2022). Penerapan Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Gout Arthritis. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 76. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.9855>
- Manchikanti, L., Sanapati, M. R., Pampati, V., & Hirsch, J. A. (2024). Compliance and documentation for evaluation and management services in interventional pain management practice. *Essentials of Interventional Techniques in Managing Chronic Pain: Second Edition*, 37–60. https://doi.org/10.1007/978-3-031-46217-7_4
- 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>
- Natashia, K., & Anisah Makkiyah, F. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keluhan Nyeri Leher Non-Spesifik pada Orang Dewasa Usia Produktif. *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 136–146. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i1>
- Nathasya, H. (2024). Analisis asuhan keperawatan dengan nyeri akut pada pasien post sectio caesar

- menggunakan terapi foot and hand massage di ruang teratai rsud sumberglagah mojkerto. Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS), 5(1), 70–80.
- novianti. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester. *Jurnal Kebidanan*, 2122(5423), 2.
- Nuraeni, R., Lisnawati, D., Natalia, L., Wahyuni, Y. S., & Massage, H. (n.d.). PENGARUH FOOT AND HAND MASSAGE TERHADAP. 6(3), 166–178.
- Oliza Uzlifatul, Oktaviana, C., & Nursaadah, N. (2024). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 12(2), 75–79. <https://doi.org/10.54004/jikis.v12i2.260>
- Orovou, E., Antoniou, E., Zervas, I., & Sarantaki, A. (2025). Prevalence and correlates of postpartum PTSD following emergency cesarean sections: implications for perinatal mental health care: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02344-5>
- Prasetyani, I. Y., Yunita, L., & Iwan Nuwindry. (2024). Identifikasi Faktor-faktor Pemilihan Metode Persalinan Sectio Caesarea di Rumah Sakit Pertamina Tanjung Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Sari Mulia, Indonesia Menurut World Health Organisation angka operasi sectio caesarea di Meksiko 198 ibu h. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(3), 244–256.
- Puspitasari, A. P. (2025). Tingkat kepuasan pasien post sectio caesarea dengan metode eracs di RSUD muntilan kabupaten magelang. *Keperawatan*, 1–10.
- Rukmasari, E. A., Rohmatin, T., Amalia, P., Aziza, A. K., & Padjadjaran, U. (2023). Penurunan Nyeri Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea. 5(2), 65–72.
- Sari, D. N., & Rumhaeni, A. (2020). Pijat Kaki dalam Menurunkan Nyeri Setelah Operasi Sectio Caesar pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), 164–170.
- Siagian et al. . (2023). Hubungan Antara Letak Janin, Preeklampsia, Ketuban Pecah Dini Dengan Kejadian Sectio Caesaria. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1275--1289.
- Siahaan, Y. M. T. (2021). Sindrom Nyeri Kanker: Patofisiologi Dan Klasifikasi Klinis. *Majalah Kedokteran Neurosains Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia*, 38(4). <https://doi.org/10.52386/neurona.v38i4.268>
- Sri utami (2016). (2016). Manajemen Fisioterapi Post Sectio Caesarea atas indikasi Pre-eklampsia Berat (PEB). *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 2(1), 187-196. *Unnes Journal of Public Health*, 5(4), 316.
- Taroenadibrata, R. G. (2026). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Nyeri Post Sectio Caesarea Menggunakan Teknik Mobilisasi Dini. 8, 2935–2955.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan.
- Vitani, R. A. I. (2021). Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa, Pain Assessment Tool To Adults Patients. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 1–7.