



Laporan Kasus

Terapi foot massage menurunkan intensitas nyeri pasien post sectio caesarea

Ismiati Ismiati¹, Sri Rejeki¹

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 11 November 2022
- Diterima 18 November 2023
- Diterbitkan 05 Desember 2023

Kata kunci:

Foot Massage; Nyeri; Post Sectio Caesarea

Abstrak

Pasien Sectio caesarea mengalami rasa nyeri terutama setelah efek anestesi pasca operasi hilang. Nyeri dapat menyebabkan gangguan dalam hubungan kasih sayang, aktivitas sehari-hari sulit dilakukan, pergerakan tubuh terbatas, penggunaan susu ibu tertunda, serta mempengaruhi proses menyusui awal pasca persalinan sektio caesarea yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kekuatan bayi yang lahir. Pengurangan intensitas nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan metode non farmakologi dan non invasive seperti terapi pijat kaki. Terapi foot massage adalah suatu teknik yang menekankan pada gerakan memijat area kaki dengan tujuan meningkatkan aliran energi melalui titik-titik kaki. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mencari tahu perubahan tingkat rasa sakit pada pasien setelah melahirkan dengan metode bedah caesarea melalui menggunakan terapi pijat kaki. Pada penelitian ini, metode deskriptif digunakan dengan pendekatan dalam proses perawatan kesehatan. Subjek yang diamati dalam kasus ini adalah seorang pasien yang telah menjalani operasi caesarea. Ada 3 orang yang menjadi subjek studi kasus. Pada periode selama dua hari, dilakukan penggunaan teknik terapi pijat pada kaki pada tiga individu dengan masing-masing diberikan selama 20 menit. Pada hari pertama, foot massage therapy umumnya dilakukan sekitar tujuh jam setelah operasi. Penelitian ini dilakukan pada individu yang menjalani operasi Caesar dengan menggunakan metode pemulihan diperkuat setelah operasi Caesar (ERACS). Dalam pengumpulan data, digunakan metode numeric rating scale (NRS) untuk mengukur tingkat keparahan nyeri dan juga lembar observasi. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa foot massage yang dilakukan dua kali pertemuan selama 20 menit memiliki efek yang efektif dalam mengurangi tingkat nyeri pada pasien yang telah menjalani operasi sectio caesarea.

PENDAHULUAN

Persalinan secara Sectio Caesarea (SC) dilakukan karena ada beberapa faktor indikasi yang menjadi kendala ibu hamil melahirkan secara spontan. Menurut World Health Organization (WHO), persentase tindakan bedah caesar (SC) berkisar antara 5 hingga 15 per 1000 kelahiran di seluruh dunia. Angka kejadian ini berbeda-beda di

rumah sakit pemerintah dan swasta, dengan rata-rata sekitar 11% di rumah sakit pemerintah dan lebih dari 30% di rumah sakit swasta. Setiap tahun, jumlah kasus SC di negara-negara berkembang mengalami peningkatan yang signifikan. Selain itu, berdasarkan laporan WHO, jumlah kasus SC meningkat sebesar 46% di Cina dan 25% di wilayah Asia, Eropa, serta Amerika Latin. Salah satu peristiwa yang

Corresponding author:

Ismiati Ismiati

ismikayla2017@gmail.com

Ners Muda, Vol 4 No 3, Desember 2023

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v4i3.13658>

semakin meningkat di seluruh dunia adalah perbuatan SC (WHO, 2020).

Tindakan SC merupakan salah satu alternatif persalinan bisa terjadi baik secara medis maupun non medis. Namun, jika prosedur tindakan Caesar (SC) dilakukan, itu akan mengganggu hubungan jaringan karena prosedur insisi yang akan mengeluarkan reseptor agen nyeri, hal ini akan membuat pasien merasakan rasa sakit utamanya setelah efek bius pasca operasi memudar (Metasari & Sianipar, 2018). Menurut riset yang dilaksanakan sebelumnya oleh (Leleh, 2020) ditemukan bahwa, pada pasien post SC terdapat 114 pasien (83,2%) melaporkan nyeri ringan, 17 pasien (12,4%) melaporkan nyeri sedang dan 6 atau (4,4%) pasien melaporkan nyeri ringan. Kejadian tingkat nyeri setelah operasi SC pada pasien dapat menyebabkan hambatan dalam melakukan mobilisasi awal. Pasien akan merasa tidak nyaman karena tingkat nyeri yang tinggi setelah prosedur bedah (Wahyu & Liza, 2019).

Pengalaman nyeri melibatkan respons sensorik dan emosional. Menyebabkan rasa tidak nyaman karena adanya kerusakan pada jaringan. Satu metode pengukuran rasa sakit yang bisa digunakan adalah menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Terdapat empat kategori tingkat nyeri berdasarkan penilaian skala nyeri dari angka 0 hingga 10, yaitu tidak merasakan nyeri (0), nyeri yang ringan (1-3), nyeri yang sedang (4-6), dan nyeri yang sangat berat (7-10). (Metasari & Sianipar, 2018). Perawatan nyeri bertujuan untuk mengurangi tingkat nyeri yang dialami oleh pasien sehingga pasien bisa merasa lebih baik. (Manurung & Noviya, 2019). Perawatan nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan terapi obat-obatan dan juga bukan obat.

Terapi obat-obatan merupakan penggunaan obat-obatan analgesik, sedangkan terapi selain obat-obatan yaitu

dengan menggunakan stimulus dan perilaku kognitif serta penanganan fisik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Napisah, 2022) terdapat berbagai macam metode terapi non obat-obatan yang dapat dipakai dalam mengurangi intensitas nyeri yaitu dengan terapi intervensi tunggal dan intervensi kombinasi. Intervensi tunggal yang dapat dilakukan seperti terapi guided imagery, pijat jaringan dalam, relaksasi otot progresif, latihan relaksasi benson, terapi distraksi melalui mendengarkan musik, meditasi dzikir, penggunaan ekstrak lavender, dan pijat pada area kaki. Salah satu terapi yang dapat diaplikasikan pada pasien post SC yaitu terapi *foot massage*.

Terapi pijat kaki atau *foot massage* merupakan sesuatu penekanan dengan gerakan memijat pada area bagian kaki yang membuat terjadinya aliran energi melalui titik kaki yang dilakukan tindakan pemijatan sehingga dapat mengatasi gejala nyeri pada pasien post partum. (Zimpel et al., 2020). Pijat kaki juga dapat meningkatkan pelepasan hormon endorphen, dimana hormon endorphen juga dikenal sebagai zat yang dapat meminimalisir rasa nyeri serta sakit yang permanen (Firdaus, 2019). Hasil tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan (Masadah, 2020) bahwa terdapat dampak yang penting dari memberikan terapi pijat kaki terhadap perubahan tingkat keparahan nyeri pada pasien setelah operasi caesar.

Terapi relaksasi pijat kaki menjadi intervensi pilihan peneliti dalam mengurangi tingkat kekuatan rasa sakit pada pasien setelah operasi Caesar (SC), karena peneliti merasa bahwa terapi ini sangat sederhana dan mudah dilakukan serta tidak memerlukan banyak alat maupun bahan untuk menerapkannya sehingga pasien bisa lebih mudah dalam mengaplikasikannya. Penerapan Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memahami pengurangan tingkat rasa sakit dengan menggunakan metode terapi



relaksasi *foot massage* pada pasien post SC di Rumah Sakit Islam Kendal.

METODE

Metode studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan. Subjek studi kasus yaitu 3 responden yaitu pasien post SC di Rumah Sakit Islam Kendal dengan diagnosa keperawatan nyeri akut di Rumah Sakit Islam Kendal yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien dengan primipara, pasien berumur dibawah 35 tahun dan diatas 20 tahun, pasien nyeri post SC, bersedia menjadi responden, pasien yang kooperatif. Kriteria eksklusi yaitu pasien dengan multipara, pasien dengan usia di atas 35 tahun tetapi di bawah 20 tahun, pasien tidak nyeri post SC, tidak kooperatif, tidak bersedia untuk menjadi responden. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data dengan alat ukur nyeri menggunakan *numeric rating scale* dan lembar observasi.

Salah satu metode yang dikembangkan untuk pemulihan setelah operasi caesar adalah ERACS (*Enhanced Recovery After Cesarean Surgery*). Terdapat suatu metode operasi yang disebut dengan ERACS atau *Enhanced Recovery After Cesarean Section* yang memungkinkan dilakukannya persalinan cesar dengan mengurangi rasa sakit secara minimal dan mempercepat proses pemulihan. Penggunaan ERACS telah terbukti mengurangi durasi perawatan di rumah sakit, mengurangi kemungkinan komplikasi, serta meningkatkan tingkat kepuasan pasien.

Studi kasus ini menggunakan pemberian tindakan keperawatan berupa teknik *foot massage*. Prosedur penerapan dilakukan dengan melakukan terapi *foot massage* selama dua hari, dilakukan pemberian pijatan kaki selama 20 menit. Pijatan ini menggunakan teknik efflurage dan petrissage, dengan fokus pada area otot di bagian depan tulang kering, betis, punggung kaki, dan juga telapak kaki. Kemudian

sebelum dilakukan intervensi di ukur skala nyeri dengan *numeric rating scale* lalu catat dilembar observasi, kemudian dapat dilakukan pelaksanaan intervensi. Proses awal yaitu melakukan *foot massage* dengan perlahan selama 20 menit, setelah dilakukan intervensi ukur kembali tingkatan nyeri pada pasien dengan memakai skala *numeric rating scale* dan catat hasil di lembar observasi.

HASIL

Ruang Maternitas Rumah Sakit Islam Muhammadiyah Kendal yang digunakan untuk studi kasus ini dalam rangka mengurangi rasa sakit pasien setelah menjalani operasi Caesar, pasien diberikan terapi pijat pada kaki dengan harapan dapat mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan.

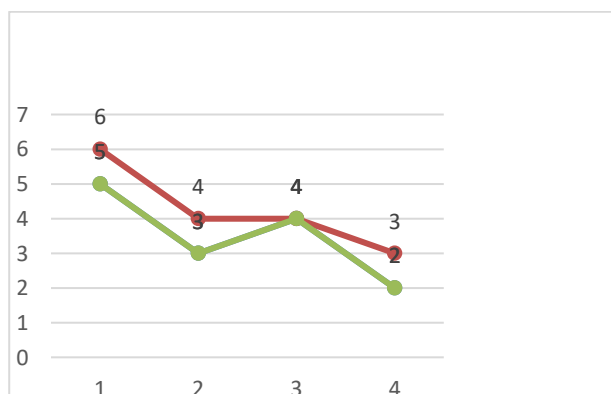
Berdasarkan hasil pengkajian yang dilaksanakan pada ketiga responden, didapatkan hasil bahwa responden pertama pasien Ny. C usia 31 tahun dengan mengeluh nyeri pada luka setelah sayatan SC dibagian perut. Saat pengkajian tampak klien menyeringai kesakitan. P : Saat gerak, Q: Seperti tersayat, R : Abdomen, S : 5, T : Hilang timbul. Responden kedua Ny. U usia 30 tahun klien mengatakan nyeri pada luka bekas SC. Saat pengkajian didapatkan pasien tampak meringis sakit. P : Saat gerak, Q : Seperti tersayat, R : Abdomen, S : 6, T : Hilang timbul. Pada responden ketiga pasien atas nama Ny. A usia 23 tahun dengan mengeluh nyeri di luka post SC. Saat pengkajian didapatkan pasien terlihat meringis kesakitan. P : Saat gerak, Q : mirip tersayat, R : Abdomen, S : 5, T : Hilang timbul.

Masalah keperawatan yang timbul pada klien 1, 2, dan 3 adalah nyeri akut yang disebabkan oleh agen yang menyebabkan cedera fisik. Pendekatan dalam mengevaluasi rasa nyeri pada kedua partisipan diterapkan melalui penggunaan skala pengukuran *numeric rating scale* (NRS) yang melibatkan penilaian dengan



angka 0 hingga 10. Untuk mengatasi masalah nyeri pada kedua responden, tindakan keperawatan yang digunakan adalah dengan menggunakan terapi *foot massage*, proses penerapan terapi yang dilakukan yaitu yang pertama dilakukan pengukuran tingkat nyeri pada pasien sebelum intervensi dengan menggunakan *numeric rating scale*, kemudian anjurkan pasien untuk rileks, terapkan *foot massage* selama 20 menit, kemudian ukur kembali skala nyeri pasien dan tulis hasil dilembar observasi. Penerapan dilakukan selama 2 hari.

Hasil pada penerapan grafik 1 menunjukkan bahwa sesudah pemberian terapi *foot massage* pada ketiga responden skala nyeri berubah. Pada responden pertama menunjukkan penurunan skala nyeri dari skala nyeri 5 menjadi turun pada skala nyeri 2. Pada responden kedua skala nyeri 6 menjadi turun skala nyeri 2. Sedangkan pada responden yang ketiga menunjukkan skala nyeri 5 menjadi turun skala nyeri 2.



Grafik 1

Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Diberiksn Terapi
Foot Massage

PEMBAHASAN

Penerapan terapi *foot massage* dilakukan terhadap 3 responden selama 2 hari dengan rentang waktu 20 menit. Tujuan dilakukannya penerapan terapi ini yaitu agar pasien dapat membuat focus responden yang mengalami nyeri pasca operasi Caesar (SC) berpindah, sehingga

dapat mengubah intensitas nyeri yang dirasakan dan juga merubah pandangan responden terhadap nyeri tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi perawatan yang melibatkan terapi *foot massage* dapat mengurangi tingkat nyeri pasca operasi SC. Pada tiga responden dengan diagnosis nyeri akut yang disebabkan oleh luka fisik, dilakukan terapi *foot massage* non farmakologi. Setelah dua sesi terapi, ketiga pasien mengalami penurunan tingkat nyeri.

Setengah dari pasien post SC mengalami tingkat nyeri sedang (skala 6) setelah dilakukan *foot massage*. Penelitian ini juga memperkuat temuan Muliani (2020) yang menunjukkan bahwa *foot massage* dapat mempengaruhi tingkat nyeri pasien post SC dan hamper setengahnya pasien sesudah dilakukan *foot massage* mengatakan memiliki tingkat nyeri ringan (skala 3), serta didapatkan nilai *p value* pada penelitian ini yaitu 0.000, sehingga dapat disimpulkan *foot massage* berpengaruh terhadap tingkat nyeri pada klien post SC.

Rasa sakit adalah pengalaman yang tidak menyenangkan secara sensoris dan emosional yang muncul ketika ada kerusakan pada jaringan yang sebenarnya atau potensial. Rasa sakit ini dapat muncul dengan intensitas yang bervariasi, mulai dari ringan hingga parah, dan dapat memiliki akhir yang bisa diperkirakan atau diprediksi (Rini, 2018). Perasaan sakit akan berbeda-beda setiap orang tergantung pada faktor fisiologis mereka, seberapa dalam luka tersebut, dan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk penyembuhannya (Sjamsuhidajat, 2012). Metode yang dapat digunakan untuk mengurangi sensasi tidak nyaman pada pasien yang telah menjalani operasi caesar adalah dengan melakukan pijatan pada bagian kaki.

Pusat pijat kaki melibatkan dua teknik pijatan yang berbeda, yaitu *effleurage* dan *petrissage*. Segala metode ini dapat merangsang saraf (A-Beta) di kaki dan



lapisan kulit yang mengandung penginderaan sentuhan dan reseptor. Setelah itu, reseptor mengirimkan sinyal saraf ke pusat sistem saraf. Proses pengaktifan sistem pengendalian gerbang dilakukan dengan menggunakan penghambatan pada neuron perantara, dimana rangsangan pada neuron perantara akan dicegah. Akibat dari fungsi penghambatan sel T, gerbang ditutup sehingga pesan rasa sakit tidak dikirimkan ke sistem saraf pusat. Maka, pesan nyeri tidak diterima oleh otak sehingga nyeri tidak dapat dipahami (Petpichetchian & Chongchareon, 2013).

Setelah mengikuti dua sesi terapi *foot massage*, dilakukan penilaian ulang dengan menggunakan lembar penilaian tingkat nyeri berupa numeric rating scale setelah melakukan terapi *foot massage* selama 20 menit. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga peserta mengalami penurunan nyeri yang signifikan setelah dua kali pertemuan. Pada peserta pertama, nyeri dari level 5 menurun menjadi level 2. Pada peserta kedua, tingkat nyeri turun dari level 6 menjadi level 2. Sementara itu, pada peserta ketiga, nyeri menurun dari level 5 menjadi level 2. mempengaruhi adalah kondisi cuaca. Cuaca yang buruk dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan manusia, seperti aktivitas luar ruangan, mood, serta kesehatan fisik dan mental. Fenomena cuaca ekstrem seperti hujan deras, angin kencang, atau panas yang terik dapat menyebabkan gangguan dan kesulitan bagi banyak orang. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk terus memantau perkembangan cuaca dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang diperlukan saat menghadapi cuaca yang tidak menguntungkan. Mendukung pada situasi ini adalah mereka yang menjalani terapi *foot massage* dengan responsif dan mudah menerima, serta suasana yang menyenangkan.

SIMPULAN

Metode *foot massage* yang diterapkan pada pasien setelah melahirkan dengan cara menggosok dan memijat kaki selama dua kali pertemuan selama 20 menit terbukti efektif dalam mengurangi tingkat rasa nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah *foot massage* bisa menjadi terapi tambahan yang efektif dalam meningkatkan kualitas perawatan pasien post SC dengan mengurangi rasa nyeri yang mereka alami. Diharapkan agar peneliti selanjutnya merekomendasikan penerapan terapi pijat kaki pada pasien yang mengalami tingkat nyeri yang lebih parah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pasien yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus.

REFERENSI

- Firdaus, N. (2019). Pengaruh Pemberian Endorphin Massage Terhadap Skala Nyeri Ibu Bersalin Di Bpm Lu'Luatul Mubrikoh, S.St Bangkalan. *Jurnal Ilmiah Obsgyn: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan*, 11, 1–5.
- Leleh. (2020). Studi Dokumentasi Gangguan Rasa Aman Nyaman : Nyeri Pada Pasien Dengan Post Sectio Caesarea. *Karya Tulis Ilmiah. Akademi Keperawatan "YKY" Yogyakarta*.
- Manurung, R., & Noviya, E. (2019). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan . *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 5(1), 5–11.
- Masadah. (2020). Pengaruh Foot Massage Therapy terhadap Skala Nyeri Ibu Post Op Sectio Cesaria di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2, 64–70.
- Metasari, D., & Sianipar, B. K. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan nyeri post operasi sectio caesarea di RS. Raflessia Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 6.
- Napisah, P. (2022). Intervensi untuk menurunkan nyeri post section caesarea. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2).



- Petpichetchian, W., & Chongchareon, W. (2013). Does Foot Massage Relieve Acute Postoperative Pain A Literature Review. *Nurse Media: Journal of Nursing*, 3(1), 483–497.
- Rini, S. (2018). *Penurunan Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesaria Pasca Intervensi Biologic Nurturing Baby Led Feeding*. 16(2).
- Sjamsuhidajat. (2012). *Buku Ajar Ilmu Bedah* (3rd ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Wahyu, H., & Liza, L. F. (2019). Terapi kompres hangat dengan aroma jasmine essential oil terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post sectio caesarea. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 1, 406–415.
- WHO. (2020). *Angka Kejadian Sectio Caesarea*. WHO.
- Zimpel, C. K. Z., Patane, J. S. L., Guedes, A. C. P., Souza, R. F. de, Taiana, T. S.-P., & Camargo, N. C. S. (2020). Global Distribution and Evolution of Mycobacterium bovis Lineages. *National Library of Medicine*, 11.

