



---

## **FOOT MASSAGE THERAPY MENGGUNAKAN MINYAK ZAITUN UNTUK MENGURANGI NYERI POST SECTIO CAESAREA: CASE REPORT**

**Putri Amalia<sup>1</sup>, Yanti Hermayanti<sup>2</sup>, Sukmawati<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

<sup>3</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

E-mail: [putri19033@mail.unpad.ac.id](mailto:putri19033@mail.unpad.ac.id)

---

### **Article History:**

Received: 28-07-2024

Revised: 12-08-2024

Accepted: 27-08-2024

**Keywords:** *Foot Massage Therapy, Nyeri, Post Sectio Caesarea*

**Abstract:** *Persalinan Sectio Caesarea (SC) merupakan salah satu kasus yang berkembang dimana persalinan SC merupakan upaya terakhir untuk berbagai komplikasi persalinan. Masalah umum yang dialami pasien operasi caesar adalah nyeri. Foot massage merupakan teknik pijat kaki ringan yang memberikan relaksasi dan kenyamanan pada tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh foot massage terhadap nyeri ibu post sectio caesarea. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan menggunakan metode laporan kasus. Penelitian dilakukan di salah satu rumah sakit di Garut dengan lima responden post sectio caesarea. Data dikumpulkan dengan menggunakan formulir penilaian postpartum dan numeric rating scale (NRS) untuk menilai skala nyeri. Berdasarkan hasil penelitian penerapan terapi foot massage tidak memberikan pengaruh pada hari pertama namun, menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan pada hari kedua dan ketiga. Foot massage mempunyai efek penurunan skala nyeri ibu post sectio caesarea ( $p$ -value  $< 0.05$ ). Foot massage dapat merangsang saraf pada kaki dan lapisan kulit (A-Beta) serta mengaktifkan sistem kontrol gerbang, yang menekan dan mengurangi rangsangan nyeri. Oleh karena itu foot massage dapat dijadikan salah satu alternatif pengobatan non farmakologi yang dapat dilakukan perawat dalam pengobatan nyeri ibu post sectio caesarea.*

---

© 2024 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

---

## **PENDAHULUAN**

Persalinan *Sectio Caesarea* (SC) merupakan salah satu kasus yang berkembang dimana persalinan SC merupakan upaya terakhir untuk berbagai komplikasi persalinan seperti persalinan lama, persalinan terhambat, ketuban pecah dini, janin besar, gawat janin dan perdarahan prenatal (Sirait, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, jumlah operasi caesar meningkat di seluruh dunia, hingga lebih dari 1 dalam 5 persalinan (21%), dan diperkirakan akan terus meningkat selama sepuluh tahun ke depan. Pada tahun 2030, hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran akan dilakukan melalui operasi caesar. Pada tahun 2030, hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran kemungkinan akan dilakukan melalui operasi caesar. Sementara itu, di Indonesia berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, prevalensi operasi caesar sebesar 25,9%, angka ini menunjukkan peningkatan dari data SKI tahun 2018 yang menyatakan prevalensi operasi caesar sebesar 17,6%.

Menurut Fitriana (2016) operasi caesar akan menyebabkan nyeri dan mengubah kontinuitas jaringan. Luka yang tersisa di perut setelah operasi sesar menyebabkan nyeri yang dirasakan ibu pascapartum (Rahma & Mualifah, 2023). Proses inflamasi akut dan nyeri yang menyebabkan ketidaknyamanan dan keterbatasan gerak adalah salah satu masalah keperawatan yang banyak terjadi pada pasien yang menjalani operasi *sectio caesarea*. Pasien menjadi terbatas dalam bergerak setelah operasi karena nyeri. Hal tersebut dapat menyebabkan beberapa dampak yang kurang baik, diantaranya suplai darah yang menurun, hipoksia sel, dan peningkatan sekresi mediator kimiawi nyeri, yang menyebabkan peningkatan intensitas nyeri (Rahmanti et al., 2022). Untuk mencegah hal tersebut diperlukan strategi pengelolaan yang tepat.

Manajemen nyeri yang baik sangat penting karena apabila nyeri tidak tertangani akan menimbulkan dampak yang merugikan bagi pasien seperti keputusasaan, menghambat respon pasien terhadap pengobatan dan berdampak negatif pada kualitas hidup pasien (Samarkandi, 2018). Strategi penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis, termasuk pemberian analgesik farmakologis, namun obat-obatan tersebut dapat menimbulkan efek samping bagi ibu dan anak. (Zimpel et al., 2020). Sehingga *foot massage* adalah alternatif untuk mengatasi nyeri.

*Foot massage* adalah cara memanipulasi jaringan ikat dengan cara mengetuk, menggosok atau menekan untuk meningkatkan sirkulasi, memperbaiki jaringan otot dan menciptakan efek relaksasi (Potter & Perry, 2011).

Menurut teori pengendalian nyeri, konsentrasi terbesar mekanoreseptor penghambat nyeri selama stimulasi ada di tangan dan kaki. Oleh karena itu, area-area ini sering dipilih untuk pijatan yang tepat untuk memaksimalkan efeknya (Wang & Keck, 2004). *Foot massage* adalah jenis pijat yang tidak memerlukan banyak peralatan. *Foot massage* dapat mempengaruhi nyeri setelah operasi cesar karena pijatan yang diberikan merangsang otak lebih cepat daripada rasa sakit (Pratiwi & Handayani, 2021). Hal ini didukung oleh penelitian oleh Ismiati & Rejeki (2023) yang menemukan bahwa pijatan kaki dapat membantu mengurangi nyeri yang dialami pasien setelah operasi *sectio caesarea*.

Minyak zaitun merupakan salah satu bahan yang mudah didapat, yang mengandung oleocanthal yang memiliki manfaat serupa dengan ibuprofen, yaitu sebagai berguna untuk mengurangi pembengkakan dan rasa sakit (Nasrullah at al., 2021). Berdasarkan data tersebut, diperlukan intervensi keperawatan untuk mengatasi keluhan nyeri pada pasien, oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh *foot massage therapy* dengan minyak zaitun terhadap nyeri pada ibu *post sectio caesarea*.

## LANDASAN TEORI

### *Sectio Caesarea*

*Sectio Caesarea* (SC) merupakan persalinan janin melalui sayatan terbuka pada perut (laparotomi) dan sayatan pada rahim (histerotomi). Persalinan SC merupakan upaya terakhir untuk berbagai komplikasi persalinan seperti persalinan lama, persalinan terhambat, ketuban pecah dini, janin besar, gawat janin dan perdarahan prenatal (Sirait, 2022). Terdapat jenis-jenis *sectio caesarea* yaitu *sectio caesarea* klasik (corporal) dan *sectio caesarea* ismika (profunda).

### Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial atau yang digambarkan dalam bentuk kerusakan tersebut. Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik yang multidimensional. Fenomena ini dapat berbeda dalam intensitas (ringan, sedang, berat), kualitas (tumpul, seperti terbakar, tajam), durasi (transien, intermiten, persisten), dan penyebaran (superfisial atau dalam, terlokalisir atau difus) (Bahrudin, 2018).

Mekanisme timbulnya nyeri didasari oleh proses multipel yaitu nosisepsi, sensitisasi perifer, perubahan fenotip, sensitisasi sentral, eksitabilitas ektopik, reorganisasi struktural, dan penurunan inhibisi. Antara stimulus cedera jaringan dan pengalaman subjektif nyeri terdapat empat proses tersendiri yaitu transduksi, transmisi, modulasi, dan persepsi (Bahrudin, 2018).

### *Foot Massage Therapy*

Terapi komplementer adalah cara penanggulangan penyakit yang dilakukan sebagai pendukung kepada pengobatan medis konvensional atau sebagai pengobatan pilihan lain diluar pengobatan medis yang konvensional. Salah satu yang termasuk terapi komplementer yaitu terapi pijat kaki (*foot massage*). *Foot massage* merupakan teknik pemijatan ringan yang dilakukan pada kaki yang dapat memberikan rasa rileks dan kenyamanan pada tubuh (Chanif et al., 2013). Tujuan dan manfaat pijat kaki dapat menimbulkan relaksasi yang dalam sehingga meringankan kelelahan, memperbaiki sirkulasi darah pada otot sehingga mengurangi nyeri dan inflamasi, memperbaiki secara langsung maupun tidak langsung fungsi organ tubuh dan mendorong kepada postur tubuh yang benar dan membantu memperbaiki mobilitas. Darah yang mengangkut nutrisi dan oksigen ke seluruh tubuh dapat bekerja dengan baik. Selain itu, juga mampu mengendorkan saraf-saraf yang tegang (Potter & Perry, 2011).

*Foot massage therapy* terdiri dari teknik *effleurage*, *petrissage*, *tapotement*, *friction* dan *vibration* yang dilakukan selama 20 menit (Chanif et al., 2013). Margaret Hollis (1998) menyatakan bahwa teknik-teknik tersebut memiliki efek keseluruhan dalam meredakan nyeri. Dalam pelaksanaannya terdapat faktor-faktor yang perlu dipertimbangkan, diantaranya adalah tekanan, irama, durasi dan frekuensi. Tekanan atau pijatan di area tersebut akan merangsang energi di sepanjang saluran saraf yang akan membantu mengembalikan homeostatis (keseimbangan) energi tubuh.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode laporan kasus dengan desain deskriptif dan pendekatan proses keperawatan. Metode ini menjelaskan cara menerapkan *foot massage* untuk mengurangi nyeri pada pasien post *sectio caesarea*. Penelitian ini melibatkan lima responden *post sectio caesarea*. Kemudian akan dilakukan pemijatan kaki selama 3 hari pada

hari ke 0, hari ke 1, dan hari ke 2 post sectio caesarea. Foot massage ini dilakukan ketika efek analgesiknya sudah hilang, dengan memastikan bahwa hasil yang dicapai benar-benar diperoleh dari pijatan kaki tersebut dan bukan karena efek analgesiknya. Subyek pada studi kasus ini adalah lima klien dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Kriteria inklusinya sendiri adalah pasien post sectio caesarea, pasien yang bersedia menjadi responden dan pasien *post sectio caesarea* yang mengalami nyeri ringan hingga berat.

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu rumah sakit di Garut dan untuk pengambilan data dari studi kasus dilakukan pada tanggal 2-21 Desember 2023. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) foot massage (Chanif et al., 2013; Hollis, 1998) dan *Numerical Rating Scale* (NRS) dengan kategori skor 0 (tidak nyeri), 1-3 (nyeri ringan), 4-6 (nyeri sedang), 7-10 (nyeri berat) untuk mengukur skala nyeri (Kemenkes, 2019). Analisis data pada studi kasus ini dilakukan dengan menggunakan komputerisasi, yaitu uji normalitas dengan menggunakan Shapiro-Wilk dan analisa bivariat dengan uji Wilcoxon menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*). Uji terima atau penolakan hipotesis penelitian ini dapat dilihat dari hasil penelitian. Artinya, apabila nilai Sig. (2-tailed) <0.05 maka terdapat pengaruh dan dan jika nilai Sig. (2-tailed) >0.05 maka tidak berpengaruh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Kasus

**Responden 1.** Ny. S seorang perempuan berusia 19 tahun. Pasien Ny. S merupakan salah satu pasien *post operasi Sectio Caesarea* dengan riwayat persalinan G1P0A0. Pasien mengatakan ini pertama kali menjalani operasi *sectio caesarea*. Ny. S mengeluh rasa nyeri pada perut bekas operasi, nyeri terasa seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul dengan skala 8, nyeri bertambah saat bergerak, pasien tampak meringis. Pada saat dilakukan pengkajian fisik didapatkan hasil tanda-tanda vital didapatkan TD: 110/80 mmHg, N: 80 x/menit, P: 20x/menit, Suhu: 36.4°C, saturasi oksigen 98%. Pada pemeriksaan kepala terdapat keringat pada sekitar rambut, tidak ada nyeri dan tidak ada luka. Pemeriksaan mata menunjukkan konjungtiva tidak anemis, sklera tidak ikterik, hidung tidak ada lesi dan tidak ada hambatan jalan napas. Pada pemeriksaan leher tidak terdapat pembesaran kelenjar tiroid, dan tidak terdapat deviasi trakea, pengembangan dada simetris, tidak ada bunyi jantung tambahan. Pemeriksaan payudara simetris, puting payudara tidak menonjol, tidak terdapat pembengkakan, aerola hitam. Klien mengatakan kesulitan memberikan ASI pada anak pertamanya. Pada pemeriksaan abdomen, terdapat kontraksi pada uterus, kontraksi uterus baik, tampak luka SC sepanjang + 15 cm yang tertutup kassa. Kassa bersih, tidak terdapat rembesan darah atau nanah, vulva vagina kurang bersih. Tidak terdapat edema pada ekstremitas atas dan bawah. Responden mendapatkan terapi farmakologi obat analgesik yaitu injeksi ketorolac 3x30 mg pada hari ke-0, hari ke-1 dan hari ke-2

**Responden 2.** Ny. N seorang perempuan berusia 40 tahun. Pasien Ny. N merupakan salah satu pasien *post operasi Sectio Caesarea* dengan riwayat persalinan G5P4A0. Pasien mengatakan ini adalah kali ketiganya menjalani operasi *sectio caesarea*. Ny. N mengeluh rasa nyeri pada perut bekas operasi, nyeri terasa seperti tersayat-sayat, nyeri hilang timbul dengan skala 8, nyeri bertambah saat bergerak, pasien tampak gelisah. Pada saat dilakukan pengkajian fisik didapatkan hasil tanda-tanda vital didapatkan TD: 130/70 mmHg, N: 84 x/menit, P: 22x/menit, Suhu: 36.5°C, saturasi oksigen 98%. Pada

pemeriksaan kepala terdapat keringat pada sekitar rambut, tidak ada nyeri dan tidak ada luka. Pemeriksaan mata menunjukkan konjungtiva tidak anemis, sklera tidak ikterik, hidung tidak ada lesi dan tidak ada hambatan jalan napas. Pada pemeriksaan leher tidak terdapat pembesaran kelenjar tiroid, dan tidak terdapat deviasi trakea, pengembangan dada simetris, tidak ada bunyi jantung tambahan. Pemeriksaan payudara simetris, puting payudara tidak menonjol, tidak terdapat pembengkakan, aerola hitam. Klien mengatakan ASI nya sudah keluar. Pada pemeriksaan abdomen, terdapat kontraksi pada uterus, kontraksi uterus baik, tampak luka SC sepanjang + 15 cm yang tertutup kassa. Kassa bersih, tidak terdapat rembesan darah atau nanah, vulva vagina bersih. Tidak terdapat edema pada ekstremitas atas dan bawah. Responden mendapatkan terapi farmakologi obat analgesik yaitu injeksi ketorolac 3x30 mg pada hari ke-0, hari ke-1 dan hari ke-2

**Responden 3.** Ny. D seorang perempuan berusia 43 tahun. Pasien Ny. D merupakan salah satu pasien *post operasi Sectio Caesarea* dengan riwayat persalinan G2P1A0. Pasien mengatakan ini kali keduanya menjalani operasi *sectio caesarea*. Ny. D mengeluh rasa nyeri pada perut bekas operasi, nyeri terasa seperti tersayat-sayat, nyeri hilang timbul dengan skala 7, nyeri bertambah saat bergerak, pasien tampak lemas dan berkeringat. Pada saat dilakukan pengkajian fisik didapatkan hasil tanda-tanda vital didapatkan TD: 120/70 mmHg, N: 74 x/menit, P: 21x/menit, Suhu: 36.3°C, saturasi oksigen 99%. Pada pemeriksaan kepala terdapat keringat pada sekitar rambut, tidak ada nyeri dan tidak ada luka. Pemeriksaan mata menunjukkan konjungtiva tidak anemis, sklera tidak ikterik, hidung tidak ada lesi dan tidak ada hambatan jalan napas. Pada pemeriksaan leher tidak terdapat pembesaran kelenjar tiroid, dan tidak terdapat deviasi trakea, pengembangan dada simetris, tidak ada bunyi jantung tambahan. Pemeriksaan payudara simetris, puting payudara tidak menonjol, tidak terdapat pembengkakan, aerola hitam. Klien mengatakan ASI masih sedikit keluar. Pada pemeriksaan abdomen, terdapat kontraksi pada uterus, kontraksi uterus baik, tampak luka SC sepanjang + 15 cm yang tertutup kassa. Kassa bersih, tidak terdapat rembesan darah atau nanah, vulva vagina kurang bersih. Tidak terdapat edema pada ekstremitas atas dan bawah. Responden mendapatkan terapi farmakologi obat analgesik yaitu injeksi ketorolac 3x30 mg pada hari ke-0, hari ke-1 dan hari ke-2

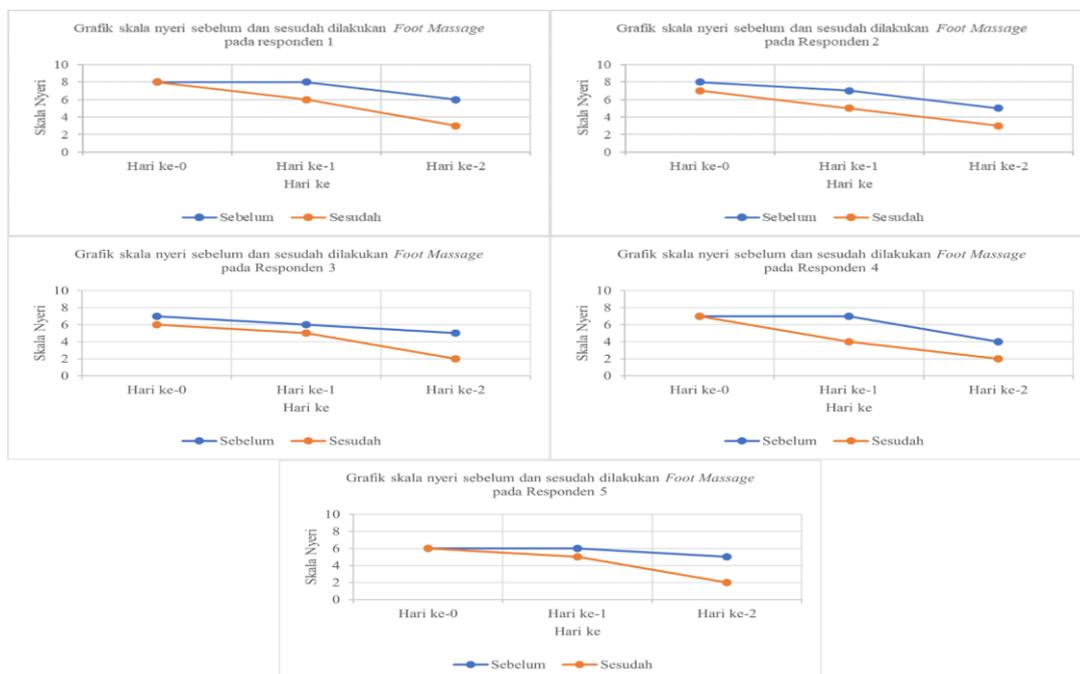
**Responden 4.** Ny. N seorang perempuan berusia 30 tahun. Pasien Ny. N merupakan salah satu pasien *post operasi Sectio Caesarea* dengan riwayat persalinan G1P0A0. Pasien mengatakan ini pertama kali menjalani operasi *sectio caesarea*. Ny. N mengeluh rasa nyeri pada perut bekas operasi, nyeri terasa seperti ditusuk-tusuk, nyeri hilang timbul dengan skala 7, nyeri bertambah saat bergerak, pasien tampak meringis. Pada saat dilakukan pengkajian fisik didapatkan hasil tanda-tanda vital didapatkan TD: 130/70 mmHg, N: 74 x/menit, P: 20x/menit, Suhu: 36.4°C, saturasi oksigen 98%. Pada pemeriksaan kepala terdapat keringat pada sekitar rambut, tidak ada nyeri dan tidak ada luka. Pemeriksaan mata menunjukkan konjungtiva tidak anemis, sklera tidak ikterik, hidung tidak ada lesi dan tidak ada hambatan jalan napas. Pada pemeriksaan leher tidak terdapat pembesaran kelenjar tiroid, dan tidak terdapat deviasi trakea, pengembangan dada simetris, tidak ada bunyi jantung tambahan. Pemeriksaan payudara simetris, puting payudara tidak menonjol, tidak terdapat pembengkakan, aerola hitam. Klien mengatakan kesulitan memberikan ASI pada anak pertamanya. Pada pemeriksaan abdomen, terdapat kontraksi pada uterus, kontraksi uterus baik, tampak luka SC sepanjang + 15 cm yang tertutup kassa. Kassa bersih, tidak terdapat rembesan darah atau nanah, vulva vagina

kurang bersih. Tidak terdapat edema pada ekstremitas atas dan bawah. Responden mendapatkan terapi farmakologi obat analgesik yaitu injeksi ketorolac 3x30 mg pada hari ke-0, hari ke-1 dan hari ke-2.

**Responden 5.** Ny. Y seorang perempuan berusia 37 tahun. Pasien Ny. Y merupakan salah satu pasien *post* operasi *Sectio Caesarea* dengan riwayat persalinan G2P1A0. Pasien mengatakan ini pertama kali menjalani operasi *sectio caesarea*. Ny. Y mengeluh rasa nyeri pada perut bekas operasi, nyeri terasa seperti tersayat-sayat, nyeri hilang timbul dengan skala 6, nyeri bertambah saat bergerak, pasien tampak lemas. Pada saat dilakukan pengkajian fisik didapatkan hasil tanda-tanda vital didapatkan TD: 130/75 mmHg, N: 82 x/menit, P: 22x/menit, Suhu: 36.6°C, saturasi oksigen 98%. Pada pemeriksaan kepala terdapat keringat pada sekitar rambut, tidak ada nyeri dan tidak ada luka. Pemeriksaan mata menunjukkan konjungtiva tidak anemis, sklera tidak ikterik, hidung tidak ada lesi dan tidak ada hambatan jalan napas. Pada pemeriksaan leher tidak terdapat pembesaran kelenjar tiroid, dan tidak terdapat deviasi trakea, pengembangan dada simetris, tidak ada bunyi jantung tambahan. Pemeriksaan payudara simetris, puting payudara tidak menonjol, tidak terdapat pembengkakan, aerola hitam. Klien mengatakan ASI sudah keluar namun masih sedikit. Pada pemeriksaan abdomen, terdapat kontraksi pada uterus, kontraksi uterus baik, tampak luka SC sepanjang + 15 cm yang tertutup kassa. Kassa bersih, tidak terdapat rembesan darah atau nanah, vulva vagina kurang bersih. Tidak terdapat edema pada ekstremitas atas dan bawah. Responden mendapatkan terapi farmakologi obat analgesik yaitu injeksi ketorolac 3x30 mg padah hari ke-0, hari ke-1 dan hari ke-2.

Kelima responden diamati secara keseluruhan mulai dari keadaan fisik dan psikososial sehingga tidak ada perbedaan dalam hal-hal yang akan mempengaruhi intervensi yang dilakukan.

**Gambar 1. Skala Nyeri Ibu Post Sectio Caesarea Sebelum dan Sesudah dilakukan *Foot Massage Therapy***



Berdasarkan Gambar 1 dapat dilihat pada Grafik responden 1, 4 dan 5 memperlihatkan bahwa pada hari ke-0 post sectio caesarea pada penerapan pertama ketiga responden belum mengalami penurunan skala nyeri sedangkan dua responden lainnya sudah mengalami penurunan skala nyeri. Pada penerapan kedua hari ke-1 post sectio caesarea kelima responden mengalami penurunan skala nyeri, responden satu mengalami penurunan dari skala 8 menjadi 6, responden dua mengalami penurunan dari 7 menjadi 5, responden tiga mengalami penurunan dari 6 menjadi 5, responden empat mengalami penurunan dari 7 menjadi 4 dan responden lima mengalami penurunan dari 6 menjadi 5.

Pada penerapan ketiga hari ke-2 kelima responden mengalami penurunan skala nyeri, responden satu mengalami penurunan dari skala 6 menjadi 3, responden dua mengalami penurunan dari 5 menjadi 3, responden tiga mengalami penurunan dari 5 menjadi 2, responden empat mengalami penurunan dari 4 menjadi 2 dan responden lima mengalami penurunan dari 5 menjadi 2.

**Tabel 2. Uji Normalitas**

	Kolmogorov-Smirnov			Saphiro-Wilk		
	Stat.	df	Sig.	Stat.	df	Sig.
<b>Pre test</b>	.231	5	.200	.881	5	.314
<b>Post test</b>	.367	5	.026	.684	5	.006

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa hasil uji normalitas data skala nyeri ibu *post sectio caesarea* tidak berdistribusi normal  $p\text{-value } 0.000 < 0.05$ .

**Tabel 3. Efektivitas Intervensi *Foot Massage Therapy* terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea***

Pre - Post test	N	Mean	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Negative Ranks	5 <sup>a</sup>	3.00	-2.121 <sup>b</sup>	.034
Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00		
Ties	0 <sup>c</sup>			
Total	5			

Hasil analisis pada Tabel 3 dapat diketahui uji Wilcoxon yang dilakukan menghasilkan  $p\text{-value } 0.034 < (0.05)$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima yang berarti ada efektivitas *foot massage therapy* terhadap penurunan skala nyeri ibu *post sectio caesarea*

*Foot massage* dilakukan pada 5 responden selama 20 menit selama 3 hari. *Foot massage* bertujuan supaya pasien dapat mengalihkan fokus terhadap nyeri dan dapat mengubah intensitas nyeri yang dirasakan serta cara pandang responden terhadap nyeri. Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang diakibatkan atau digambarkan dalam bentuk kerusakan jaringan aktual atau potensial (Bahrudin, 2018).

Nyeri ibu *post sectio caesarea* disebabkan oleh trauma mekanis yang diakibatkan oleh sayatan pada dinding perut, sehingga merusak pembuluh darah, jaringan ikat, dan saraf di sekitar perut. Ketika jaringan ini rusak, tubuh memproduksi mediator kimiawi, seperti asetilkolin, prostaglandin, histamin dan bradikinin yang menyebabkan nyeri. Mediator ini

mengaktifkan reseptor nyeri di ujung saraf dan mengirimkan nyeri ke tulang belakang. Thalamus kemudian mentransmisikan impuls nyeri ke korteks limbik, di mana impuls tersebut dirasakan sebagai nyeri (Sugathot, 2018). Nyeri ini dapat terjadi dalam berbagai tingkat intensitas, mulai dari ringan hingga berat (Rini & Susanti, 2018).

Reaksi yang terjadi mengaktifkan sistem saraf simpatis berupa respon kardiometabolik yang dapat menyebabkan peningkatan aktivitas kardiovaskular yang ditandai dengan detak jantung yang tinggi dan keringat berlebih (Azizah et al., 2023). Hal ini dapat ditemukan pada kelima klien dalam kasus ini yaitu munculnya gejala nyeri diantaranya klien mengeluhkan nyeri seperti teriris, tersayat atau tertusuk pada bagian perut, skala nyeri yang dirasakan pasien juga bervariasi, namun dalam kasus ini skala nyeri pasien berada pada skala nyeri sedang dan berat. Kelima klien menyatakan nyeri bertambah saat klien bergerak dan berkurang saat klien istirahat. Data obyektif yang terdapat pada kelima klien diantaranya klien meringis, gelisah dan berkeringat. Setelah dilakukan operasi *sectio caesarea*, ibu akan merasakan nyeri dan berdampak pada keterbatasan mobilisasi ibu, gangguan *activity of daily living* (ADL). Intensitas nyeri meningkat saat ibu bergerak sehingga menghambat ikatan kelekatan dan inisiasi menyusui dini (IMD) (Astuti et al., 2023).

Dalam penelitian ini kelima responden mendapatkan terapi farmakologis berupa ketorolac 30mg. Ketorolac adalah obat antiinflamasi nonsteroid yang merupakan salah satu obat dalam penatalaksanaan nyeri akut sedang hingga berat sehingga dapat menjadi pilihan bagi pasien operasi sesar (Mahmoodi et al., 2024). Terapi farmakologis dinilai efektif dalam menurunkan rasa nyeri, namun terkadang penggunaan obat dalam jangka panjang dapat menyebabkan efek samping (Amalia et al., 2024). Adapun pilihan lain yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri adalah terapi non farmakologi, penggunaan terapi non farmakologi pada nyeri akut juga memiliki berbagai keuntungan yakni mengurangi penggunaan obat analgesik, memberikan kontrol yang lebih besar kepada pasien, meningkatkan coping dan kualitas hidup serta mempercepat pemulihan (Small & Laycock, 2020). Terapi tersebut lebih mudah digunakan dan tidak menimbulkan efek samping yang bermakna. Terapi non farmakologis juga dapat memandirikan pasien serta relative aman dilakukan dalam jangka waktu yang panjang (Mordecai et al., 2016). Tindakan nonfarmakologis yang dilakukan peneliti dalam studi kasus ini adalah *foot massage*.

*Foot massage* merupakan teknik pijatan ringan yang dilakukan pada kaki yang dapat memberikan rasa rileks dan kenyamanan pada tubuh (Chanif et al., 2013). Studi kasus ini menemukan bahwa lima responden mengalami penurunan skor nyeri setelah tiga hari penerapan *foot massage*. Berdasarkan uji wilcoxon diperoleh nilai p-value = 0.034 yang berarti  $H_0$  diterima dan ada efektivitas *foot massage* terhadap penurunan intensitas nyeri ibu post *sectio caesarea*. Namun, tiga responden tidak merasakan ada penurunan nyeri pada hari pertama penerapan. Menurut Potter & Perry (2006) dalam Wijaya (2015) ada beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri pada pasien, seperti pengalaman operasi di masa lalu.

Menurut Susanto et al., (2015) pengalaman nyeri di masa lalu mungkin berhubungan dengan nyeri pasca operasi, pengalaman sebelumnya dapat mempengaruhi persepsi seseorang tentang nyeri yang timbul setelah pembedahan. Sebuah studi oleh Aksoy et al (2016) menyatakan bahwa wanita yang pernah menjalani operasi perut

mempunyai intensitas nyeri mereka lebih rendah dibandingkan wanita yang tidak pernah menjalani operasi.

*Foot massage therapy* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *effleurage*, *petrissage*, *tapotement*, *friction* dan *vibration* yang dilakukan selama 20 menit selama 3 hari perawatan. Margaret Hollis (1998) menyatakan bahwa teknik-teknik tersebut memiliki efek keseluruhan dalam meredakan nyeri. Teknik *effleurage* yaitu teknik gerakan manipulasi pada jaringan superfisial. Teknik ini digunakan untuk mengoleskan pelumas, menyebarkannya ke seluruh permukaan, menghangatkan lapisan permukaan jaringan dan secara refleks menciptakan aliran dan ritme relaksasi yang halus. Teknik *petrissage* adalah teknik secara berulang mengangkat, memutar, meremas dan meregangkan jaringan dibawahnya, semua gerakan *petrissage* dapat meningkatkan aliran darah. Teknik *tapotement* merupakan manipulasi pukulan berulang, perkusi yang kuat dan tegas pada jaringan dangkal dan jaringan dalam. Teknik *friction* adalah teknik berulang yang spesifik, gerakan ini digerakkan diatas struktur dibawahnya, tujuannya untuk meningkatkan mobilitas jaringan, meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi rasa sakit.

Menurut Chanif et al., (2013) teknik ini dapat merangsang lapisan kulit yang terdiri dari saraf (A-Beta) dan reseptor sentuhan di kaki. Setelah itu, reseptor akan mengirim impuls ke sistem saraf pusat. Sistem gerbang (gate control) diaktifkan oleh pelepasan neuron penghambat yang dapat menekan rangsangan. Akibatnya, fungsi penghambatan sel T menutup gerbang dan mencegah impuls nyeri disalurkan ke sistem saraf pusat. Pijatan yang menenangkan menciptakan impuls yang dikirim melalui serabut saraf nosiseptor aferen dan menutup gerbangnya, sehingga menekan dan mengurangi rangsangan nyeri. Ketika gerbang thalamus tertutup, rangsangan ke korteks serebral terhambat, dan rangsangan nyeri tidak lagi disalurkan ke korteks serebral. Hasilnya, intensitas nyeri yang dialami ibu *post sectio caesarea* menjadi berkurang.

Sebuah studi oleh Masadah et al., (2020) pada pasien *post sectio caesarea* di ruang nifas RSUD Kota Mataram didapatkan skala nyeri sebelum dilakukan *Foot massage* sebesar 6,55 sedangkan skala nyeri setelah dilakukan tindakan sebesar 4,8. *Foot massage* mempunyai efek meredakan nyeri karena rangsangan mencapai otak lebih cepat dibandingkan dengan nyeri yang dirasakan. Sementara itu, efek pemijatan merangsang pelepasan hormon endorfin, dan memberikan rasa rileks pada tubuh seiring menurunnya aktivitas saraf simpatis (Masadah et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Baishya & Ridhwaanah (2022) menyatakan bahwa *Foot massage* lebih efektif dibandingkan pijat tangan dalam menurunkan rasa nyeri pasien *post sectio caesarea*.

*Foot massage* meningkatkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh, menghilangkan rasa sakit, merangsang produksi hormon endorfin yang membuat tubuh rileks, serta membantu menghilangkan kecemasan dan kelelahan tubuh (Oshvandi et al., 2020). Saat melakukan *foot massage* untuk *post sectio caesarea*, sebaiknya juga memperhatikan waktu pemijatan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa durasi *foot massage* adalah sekitar 15-20 menit selama dua hari, semakin lama pemijatan kaki dilakukan maka semakin efektif (Nia et al., 2019).

Pemijatan dilakukan dengan menggunakan minyak zaitun dengan gerakan yang telah ditentukan. Penggunaan minyak untuk pemijatan dapat mempermudah pemijatan dan mengurangi gesekan kulit ke kulit (Azizah et al., 2023). Menurut Kurniasih et al., (2022) minyak zaitun dapat digunakan sebagai obat topikal untuk mencegah kerusakan kulit. Minyak zaitun yang kaya akan vitamin E memiliki manfaat seperti melindungi dari

sinar UV serta mengurangi kerutan wajah dan garis halus. Sebagai obat penyakit dalam, minyak zaitun mampu memperlambat proses penuaan. Minyak zaitun merupakan salah satu bahan yang mudah didapat, yang mengandung oleocanthal yang memiliki manfaat serupa dengan ibuprofen, yaitu sebagai berguna untuk mengurangi pembengkakan dan rasa sakit (Nasrullah et al., 2021).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa *foot massage* yang diterapkan pada pasien *post sectio caesarea* terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri (*p-value 0.034*). *Foot massage therapy* dapat mengaktifkan sistem *gate control* karena pijatan dan mampu menutup stimulasi nyeri akibat luka *sectio caesarea*. *Foot massage therapy* diharapkan dapat digunakan sebagai intervensi pemeliharaan mandiri oleh petugas kesehatan untuk membantu ibu yang dilakukan tindakan pembedahan saat melahirkan.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada klien yang sudah bersedia menjadi responden dan mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada pihak rumah sakit dan instansi pendidikan yang sudah memfasilitasi dalam proses penelitian.

## DAFTAR REFERENSI

- [1] Aksoy, H., Yücel, B., Aksoy, U., Acmaz, G., Aydin, T., & Babayigit, M. A. (2016). The relationship between expectation, experience and perception of labour pain: an observational study. *SpringerPlus*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s40064-016-3366-z>
- [2] Amalia, N. I., Somantri, I., & Rizmadewi Agustina, H. (2024). *Optimalisasi Intervensi Terapi Non-Farmakologis Pada Nyeri Akut Post Operasi Di Ruang Bimasakti Rsud Bandung Kiwari*. 4(1), 175–186.
- [3] Astuti, S. A. P., Nadya, E., Putri, C. Y. N., Veriyani, F., & Handini, R. S. (2023). Pengaruh pijat Endorphin terhadap Tingkat Nyeri pada ibu Post Partum Pasca Persalinan Sectio Caesarea di RSUD Sungai Dareh Kabupaten Dharmasraya 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.56667/jikdi.v3i1.790>
- [4] Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- [5] Baishya, P., & Ridhwaanah, S. (2022). A Comparative Study to Assess the Effectiveness of Hand Massage and Foot Massage on Pain Reduction among Post Cesarean Mothers at Gauhati Medical College & Hospital Guwahati Assam. *International Journal of Science and Research*, 11(3), 714–721. <https://doi.org/10.21275/SR22311100545>
- [6] Chanif, C., Petpichetchian, W., & Chongchareon, W. (2013). Does Foot Massage Relieve Acute Postoperative Pain? A Literature Review. *Nurse Media Journal of Nursing*, 3(1), 484.
- [7] Fitrina, Y. (2016). Perbedaan Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pelaksanaan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Masase Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesaria Di Ruang Kebidanan Rsud Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2014. *Jurnal Ilmu Kesehatan 'Afiyah*, 3(I), 41–51.

- <http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/74>
- [8] Hollis, M. (1998). *Massage for Therapists 2<sup>nd</sup> Edition*. Inggris: Wiley-Blackwell.
- [9] Kemenkes RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- [10] Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- [11] Masadah, Cembun, R. S. (2020). Pengaruh Foot Massage Therapy terhadap Skala Nyeri Ibu Post Op Sectio Cesaria di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram. *Jurnal Keperawatan Terpadu*, 2(1), 64.
- [12] Mordecai, L., Leung, F. H. L., Carvalho, C. Y. M., Reddi, D., Lees, M., Cone, S., Fox, Z., De Williams, A. C. C., & Brandner, B. (2016). Self-managing postoperative pain with the use of a novel, interactive device: A proof of concept study. *Pain Research and Management*, 2016. <https://doi.org/10.1155/2016/9704185>
- [13] Mubarak, I., Indrawati L., Susanto J. (2015). *Buku 1 Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
- [14] Nasrullah, D., Rahayu, E., Hadi, S., Ari, N., & Sukadiono, S. (2021). Pengaruh Terapi Olesan Krim Minyak Zaitun dan Perasan Jahe terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Lansia Rheumathoid Arthritis. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 5(1), 34–42. <https://doi.org/10.31101/jhes.1483>
- [15] Oshvandi, K., Veladati, Z., Mahmoodi, M., Rahimi Bashar, F., & Azizi, A. (2020). Effects of Foot Massage on Pain Severity during Change Position in Critically Ill Trauma Patients; A Randomized Clinical Trial. *Bulletin of Emergency and Trauma*, 8(3), 156–162. <https://doi.org/10.30476/BEAT.2020.86094>
- [16] Pratiwi, Y. S., & Handayani, S. (2021). Terapi Foot Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 35. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.849>