



**PENERAPAN *FOOT HAND MASSAGE* TERHADAP SKALA NYERI *POST SECTIO CAESAREA* DI RUANG PONEK RSUD dr. SOERATNO GEMOLONG**

Hanan Sya'i Padmawati<sup>1</sup>, Anjar Nurrohmah<sup>2</sup>, Fitria Purnamawati<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas 'Aisyiyah Surakarta

<sup>3</sup>RSUD dr. Soeratno Gemolong

Email : [hanan.students@aiska-university.ac.id](mailto:hanan.students@aiska-university.ac.id)

Abstrak	Info Artikel
<p><i>Persalinan secara sectio caesarea memberikan dampak bagi ibu. Pada ibu post sectio caesarea, ibu akan mengalami rasa nyeri, maka dari itu diperlukannya manajemen nyeri untuk mengurangi nyeri, penanganan non farmakologi nyeri ada beberapa teknik salah satunya adalah foot and hand massage. Tujuan: Menganalisa kasus kelolaan pada pasien dengan foot hand massage terhadap perubahan nyeri post section caesarea di ruang ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong. Metode: Penerapan ini menggunakan metode deskriptif studi kasus, dengan jumlah sampel penerapan 2 responden. Penerapan ini dilakukan selama 3 hari dengan setiap harinya dilakukan selama 20 menit. Instrumen menggunakan lembar observasi dan kuesioner pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil: Hasil akhir yang didapatkan kedua responden sebelum dan sesudah di berikan terapi foot hand massage mengalami perbandingan penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. Kesimpulan: Terdapat perubahan food hand massage dalam menurunkan skala nyeri setelah Post Sectio Caesarea pada ibu nifas di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong.</i></p>	<p>Diajukan : 10-07-2025          Diterima : 09-09-2025          Diterbitkan : 17-09-2025</p> <p><b>Kata kunci:</b>  <i>Foot Hand Massage, Post Section Caesarea, Nyeri</i></p> <p><b>Keywords:</b>  <i>Foot and Hand Massage, Post-Caesarean Section, Pain</i></p>
<p><b>Abstract</b></p> <p><i>Delivery by Caesarean section has an impact on the mother. In post-Caesarean section mothers, mothers will experience pain, therefore pain management is needed to reduce pain, non-pharmacological pain management has several techniques, one of which is foot and hand massage. Objective: Analyze the case management of patients with foot and hand massage on changes in post-Caesarean section pain in the Ponek Room of Dr. Soeratno Gemolong Regional Hospital. Method: This application uses a descriptive case study method, with a sample size of 2 respondents. This application was carried out for 3 days with each day being carried out for 20 minutes. The instrument used an observation sheet and a pain scale measurement questionnaire using the Numeric Rating Scale (NRS). Results: The final results obtained by both respondents before and after being given foot and hand massage therapy experienced a comparison of a decrease in pain scale from moderate pain scale to mild pain scale. Conclusion: There is a change in foot and hand massage in reducing the pain scale after Post-Caesarean Section in postpartum mothers in the Ponek Room of Dr. Soeratno Gemolong Regional Hospital.</i></p>	
<p><b>Cara mensitasi artikel:</b>          Padmawati, H.S., Nurrohmah, A., &amp; Purnamawati, F. (2025). Penerapan <i>Foot Hand Massage</i> Terhadap Skala Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong. <i>IJOH: Indonesian Journal of Public Health</i>, 3(4), hal 851-859.  <a href="https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH">https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH</a></p>	

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu proses yang dimulai dengan adanya kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi progresif dari serviks, kelahiran bayi, dan kelahiran plasenta, dan proses tersebut merupakan proses alamiah (Mahmud *et al.* 2020). Metode persalinan dapat di lakukan secara normal atau dengan pembedahan, dan dilakukan secara buatan sesuai prosedur operasi yang dikenal dengan istilah *Sectio Caesaera* (SC). Operasi *Sectio Caesaera* adalah suatu tindakan yang dilakukan dengan cara membuat sayatan di area perut rahim ibu yang bertujuan untuk mengeluarkan bayi dari rahim ibunya (Marselina *et al.* 2022). *Sectio Caesarea* adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding depan perut dan vagina untuk mengeluarkan janin dan plasenta secara utuh (Junierna *et al.* 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah operasi *sectio caesarea* meningkat di seluruh dunia, hingga lebih dari 1 dalam 5 persalinan (21%), dan diperkirakan akan terus meningkat selama sepuluh tahun ke depan selama hampir 30 tahun tingkat persalinan dengan *section caesarea* menjadi 10% sampai 15% dari semua proses persalinan di negara-negara berkembang (World Health Organization, 2023). Sedangkan prevalensi *sectio caesarea* di Indonesia berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, prevalensi operasi *sectio caesarea* sebesar 25,9%, angka ini menunjukkan peningkatan dari data SKI tahun 2018 yang menyatakan prevalensi operasi *section caesarea* sebesar 17,6% dan Angka kejadian persalinan *sectio caesarea* di Jawa Tengah berkisar 24,9 % (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Sragen sejumlah 3.763 jiwa (Dinkes Kab. Sragen, 2024). Berdasarkan data bangsal ponok RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen (2025) prevalensi jumlah iu post partum pada bulan Januari - Desember sebanyak 36.39 % (198 dengan persalinan spontan) dan 36.6% (346 dengan persalinan *sectio caesarea*).

Peningkatan persalinan dengan *sectio caesarea* disebabkan karena adanya indikasi medis dan non medis. Indikasi non medis dipengaruhi oleh usia, pendidikan, sosial budaya, dan sosial ekonomi. Adapun indikasi medis dilakukannya tindakan *sectio caesarea* yaitu karena partus lama, gawat janin, preeklamsia, eklamsia, plasenta previa, kehamilan kembar, solusio plasenta, panggul sempit, dan indikasi *sectio caesarea* sebelumnya (Salamah dan Astuti, 2022).

Persalinan secara *sectio caesarea* memberikan dampak bagi ibu. Pada ibu *post sectio caesarea*, ibu akan mengalami rasa nyeri. Rasa nyeri biasanya muncul 4-6 jam setelah proses *post sectio caesarea* persalinan selesai. Hal ini disebabkan karena pengaruh pemberian obat anastesi pada saat persalinan. Nyeri pada proses persalinan normal adalah nyeri fisiologis, sedangkan nyeri *post sectio caesarea* sudah bukan lagi nyeri fisiologis. Nyeri *sectio caesarea* diakibatkan karena proses pembedahan pada dinding abdomen dan dinding rahim yang tidak hilang hanya dalam satu hari dengan intensitas nyeri dari nyeri ringan sampai berat (Sari dan Rumhaeni, 2020). Nyeri *post sectio caesarea* akan menimbulkan dampak pada mobilisasi seperti pemenuhan kebutuhan yang terganggu, dan juga berdampak pada inisiasi menyusui dini (IMD) yang terganggu (Abdullah *et al.* 2023). Maka dari itu diperlukannya manajemen nyeri untuk mengurangi nyeri yang dirasakan. Beberapa tindakan penanganan nyeri yang biasa dilakukan dalam penurunan nyeri adalah tindakan farmakologis dan non farmakologis.

Penanganan non farmakologi nyeri ada beberapa teknik antara lain relaksasi nafas dalam, kompres air dingin atau hangat, aromaterapi dan *massage* (Solehati *et al.* 2022). Teknik *foot and hand massage* lebih dipilih untuk mengurangi nyeri pasca *sectio caesarea* karena mudah dilakukan, non-invasif, aman, meningkatkan relaksasi dan sirkulasi, serta mengaktifkan mekanisme peredaan nyeri alami tubuh (teori *gate control* dan pelepasan endorfin) tanpa menyentuh langsung area luka operasi yang sensitive (Sari dan Rumhaeni, 2020). Sentuhan dan perhatian yang diberikan juga memberikan dukungan psikologis. Teknik *foot hand massage*, dimana rangsangan yang diberikan dengan cara memberi pijatan pada daerah telapak kaki dan tangan, sehingga membuat relaksasi pada seluruh tubuh dan dapat melancarkan peredaran darah serta meningkatkan metabolisme tubuh, tindakan dapat diberikan saat pasien terlentang dan minimal melakukan pergerakan daerah abdomen untuk mengurangi rasa nyeri (Liestanto dan Fithriana, 2020). Pelaksanaan pijat *foot hand massage*, dapat dilakukan pada 24-48 jam post operasi, dan setelah 5 jam pemberian injeksi ketorolac. Pijat *foot hand massage*, menjadi salah satu tindakan *massage* yang dikembangkan dan diimplementasikan di rumah sakit dalam manajemen nyeri non farmakologi (Sari dan Rumhaeni, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Henniwati, (2022) dengan judul "Pengaruh *Food Hand Massage* Terhadap Nyeri *Post Sectio Caesar* Di BLUD RSUD Kota Langsa" Terapi dilakukan 20 menit selama 3 hari. Hasil dari *Food Hand Massage* yang didapat adalah skala nyeri sebelum dilakukan *Food Hand Massage* dari 16 responden (*Food Hand Massage* dan Kelompok Kontrol) yang terdapat di BLUD RSUD Kota Langsa menunjukkan rata-rata nyeri pada kelompok *Food Hand Massage* adalah 2,50 dan kelompok kontrol nilai rata-rata nyeri yaitu 6,69. Sedangkan hasil Uji Statistik menggunakan *Independen T-test* didapatkan *Uji Foot Hand Massage* berpengaruh dalam pengurangan nyeri pada ibu post *Sectio Caesaera* dengan nilai Sig. 0,000.. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Salamah, (2022) dengan hasil *Foot Hand Massage* berpengaruh dalam pengurangan nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

*Foot and hand massage* mengurangi nyeri pasca *Sectio Caesaera* melalui stimulasi saraf taktil di kaki dan tangan yang lebih cepat mencapai otak dibandingkan sinyal nyeri, sehingga "menutup gerbang" nyeri di sumsum tulang belakang (teori *gate control*). Selain itu, pijatan memicu pelepasan endorfin, hormon pereda nyeri alami tubuh, meningkatkan sirkulasi darah yang membantu relaksasi otot dan pembuangan sisa metabolisme, serta mengaktifkan sistem saraf parasimpatis yang menurunkan ketegangan dan kecemasan, yang secara keseluruhan berkontribusi pada penurunan persepsi nyeri tanpa perlu menyentuh langsung area luka operasi (Marselina *et al.* 2022)

RSUD dr. Soeratno Gemolong memiliki Layanan Kegawatdaruratan yang terbagi menjadi 2 yaitu IGD (Instalasi Gawat Darurat) dan PONEK (Pelayanan Obstetri Neonatal Emergency Komprehensif) khusus untuk Ibu dan Bayi. Ini adalah upaya sistematis dan terpadu untuk menyediakan pelayanan kesehatan yang cepat dan tepat bagi ibu hamil, ibu bersalin, ibu nifas, dan bayi baru lahir yang mengalami kondisi kegawatdaruratan. Salah satu tindakan medis yang paling krusial dan seringkali diperlukan dalam kondisi gawat darurat adalah *sectio caesarea*, yang dimana di Ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong terdapat banyak kasus lahir dengan tindakan *sectio caesarea*. Pada bulan Januari - Desember sebanyak 36.39 % (198 dengan persalinan spontan) dan 36.6% (346 dengan persalinan *sectio caesarea*).

Hasil wawancara dari 5 ibu *post sectio caesarea* di ruang ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong didapatkan hasil bahwa terdapat keluhan nyeri dengan skala nyeri (4-6), yang menunjukkan nyeri sedang. Area nyeri masih terlokalisasi di area sayatan operasi. Karakteristik nyeri pasien bervariasi, responden 1 dengan skala nyeri 5 menggambarkan nyeri sebagai rasa "tertarik" dan "perih" di area insisi, terutama saat bergerak atau batuk dan terkadang terasa "ngilu" di area punggung bawah. Responden 2 dengan skala nyeri 6 merasakan nyeri yang lebih "dalam" dan "berdenyut" di sekitar luka operasi dan mengeluhkan rasa "pegal" di seluruh tubuh. Responden 3 dengan skala nyeri 4 menyebutkan nyeri terasa "menusuk-nusuk" di sekitar luka, dan diperburuk oleh rasa cemas dan tegang. Responden 4 dengan skala nyeri 5 menggambarkan nyeri sebagai rasa "berat" dan "nyeri tumpul" di area perut bagian bawah dan merasa tidak nyaman dan gatal di sekitar luka. Responden 5 dengan skala nyeri 4 merasakan nyeri yang "konstan" seperti "tertekan" di area luka, namun meningkat intensitasnya saat mencoba bangun dari tempat tidur atau saat menggendong bayi. Untuk mengatasi nyeri ibu hanya diberikan terapi farmakologi dan non farmakologi berupa tarik nafas dan mobilisasi. Hasil wawancara yang dilakukan juga kepada 5 responden yang mengalami *post sectio caesarea* belum mengetahui apa itu *Foot Hand Massage* dan teknik pijatnya untuk mengurangi nyeri pada ibu *post sectio caesarea*.

## METODE

Penelitian ini menggunakan Studi Kasus. Desain penelitian yang digunakan peneliti adalah metode studi kasus. Memiliki pengambilan dan pengumpulan data secara menyeluruh dengan menyertakan berbagai sumber data. Penelitian ini dibatasi oleh peristiwa, aktivitas individu sesuai dengan waktu dan tempat serta kasus yang dipelajari. Penelitian studi kasus ini untuk meneliti penerapan *foot hand massage* terhadap perubahan nyeri *post sectio caesarea* di ruang ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong.

Pengelolaan data dilakukan sejak peneliti di lapangan, sewaktu pengumpulan data sampai dengan semua data terkumpul. Pengelolaan data dilakukan dengan cara mengemukakan fakta, selanjutnya membandingkan dengan teori yang ada dan selanjutnya dituangkan dalam opini pembahasan. Teknik pengelolaan data dengan cara menarasikan jawaban-jawaban penelitian yang diperoleh dari interpretasi wawancara mendalam yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Teknik pengelolaan data yang digunakan dengan cara observasi oleh peneliti dan studi dokumentasi yang menghasilkan data untuk selanjutnya diinterpretasikan oleh peneliti dibandingkan teori yang ada sebagai bahan untuk memberikan rekomendasi di dalam intervensi tersebut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

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

1. Skala nyeri pasien *post sectio caesarea* sebelum dilakukan terapi *foot hand massage*.

Hasil sebelum penerapan bahwa menunjukkan responden dengan *post partum* di ruang Ponek RSUD dr. Soeratno Gemolong, bahwa kondisi pasien pada tingkat nyeri sebelum dilakukan *foot and hand massage* didapatkan skala nyeri skala 6 dan 5 (Nyeri sedang). Ny. R dengan skala nyeri 5 menggambarkan nyeri sebagai rasa tertarik dan

perih di area insisi, terutama saat bergerak atau batuk dan terkadang terasa ngilu di area punggung bawah. Ny.A dengan skala nyeri 6 merasakan nyeri yang lebih dalam dan berdenyut di sekitar luka operasi dan mengeluhkan rasa pegal di seluruh tubuh. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Gianina S *et al.* (2023), yang mengatakan bahwa nyeri pada bekas operasi SC yang bertambah saat digerakkan dan terasa nyut-nyutan adalah hal yang umum terjadi akibat proses penyembuhan luka. Namun, jika nyeri sangat hebat atau disertai tanda infeksi, perlu segera mendapatkan pemeriksaan medis untuk mencegah komplikasi serius. Perawatan yang tepat dan pengelolaan nyeri yang baik sangat penting untuk mempercepat pemulihan dan meningkatkan kenyamanan ibu pasca operasi.

Perbedaan skala nyeri pada kedua pasien bisa terjadi karena adanya perbedaan paritas, Ny. A berada pada paritas 1 dan Ny. R berada pada paritas 3 dapat mempengaruhi skala nyeri karena responden telah memiliki pengalaman menghadapi nyeri pasca persalinan. Pengalaman ini dapat mengubah sensasi pasien terhadap nyeri. Pengalaman persalinan terdahulu terkait dengan nyeri saat maupun setelah bersalin dengan atau tanpa *sectio caesarea* dapat membantu ibu mengelola manajemen nyeri dengan lebih siap.

Nyeri yang dirasakan pasien merupakan gejala dari tindakan operasi *sectio caesarea* yang dilakukan. Pada umumnya pasien *post sectio caesarea* mengeluh nyeri pada daerah luka bekas operasi. Sekitar 60% klien menderita nyeri hebat, 25% nyeri sedang dan 15% nyeri ringan. (Zahri Darni *et al.* 2020). Nyeri merupakan kondisi yang dapat menyebabkan suatu ketidaknyamanan, rasa ketidaknyamanan dapat disebabkan oleh terjadinya kerusakan saraf sensori atau diawali aktivitas sel T ke korteks serebri dan menimbulkan persepsi nyeri (Anggriani *et al.*, 2021).

Menurut Sylvia *et al.* (2023) menyatakan bahwa Nyeri yang dirasakan akibat dari adanya luka sayat pada saat prosedur operasi dan membuat terputusnya jaringan sehingga merangsang keluarnya reseptor nyeri yang diteruskan ke otak. Nyeri tersebut disebabkan karena adanya luka yang merangsang mediator nyeri yaitu histamin, bradikinin, asetilkolin, dan substansi P mediator tersebut yang meningkatkan kepekaan nyeri. Kondisi nyeri *sectio caesarea* merupakan kejadian yang normal dan sesuai dengan teori yang apabila nyeri akan dirasakan setelah pasien mulai sadar dan efek dari anestesi itu habis. Efek yang timbul dari nyeri *sectio caesarea* diantaranya adalah sulit tidur, hambatan mobilisasi, lingkungan yang kurang nyaman, dan kesulitan dalam merawat bayi.

2. Skala nyeri pasien *post sectio caesarea* sesudah dilakukan terapi *foot hand massage*.

Hasil penerapan menunjukkan bahwa skala nyeri sesudah dilakukan *foot and hand massage* sebanyak 1 kali setiap hari dalam kurun waktu 3 hari kelolaan didapat Ny. A skala nyeri 3 dan Ny. R skala nyeri 2, jadi keduanya dalam skala ringan yang diukur menggunakan alat ukur (skala nyeri) *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil observasi di lapangan mengemukakan bahwa *foot and hand massage* bisa menjadi salah satu alternatif pengobatan non farmakologis. Hal ini sesuai dengan teori Muliani (2020), Otot yang terkena dilakukan pemijatan pada saat *foot hand massage* adalah semua otot yang berada di sekitar 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*.

Denga memijat, atau meremas jaringan ikat pada kaki, pijat kaki dapat meningkatkan tonus otot, meningkatkan sirkulasi, dan memberikan efek menenangkan. Salah satu metode pereda nyeri adalah melalui penerapan tekanan ringan dan kontak ke jaringan kulit di bawah tangan. Pijat tangan memiliki dampak menenangkan yang dapat membantu pasien mengurangi rasa tidak nyaman dan mencegah rasa. Dari hasil penelitian ini, perawat dapat mengaplikasikan teknik penurunan tingkat nyeri non farmakologis *Foot Hand Massage*. Dan memberikan edukasi kepada responden sehingga bisa melakukannya dengan benar dan secara terus-menerus akan memberikan dampak pada tingkat nyeri. *Foot Hand Massage* bermanfaat untuk memperlancar aliran darah, membuat tubuh menjadi rileks, mengurangi rasa sakit atau nyeri dan mempercepat pemulihan sakit (Savitri *et al.* 2023). Massage ini merupakan terapi non-farmakologi yang telah terbukti mampu menurunkan nyeri pada ibu *post Sectio Caesarea* sehingga dapat merasakan relax sehingga beradaptasi dengan nyerinya.

3. Perkembangan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *foot hand massage*.

Hasil penerapan didapatkan sebelum dilakukan intervensi skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada pada nyeri sedang dimana 2 orang yaitu Ny. A berada pada skala nyeri 6 dan Ny. R berada pada skala nyeri 5. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien *post sectio caesarea* berada direntang 4-6 yang tergolong didalam nyeri sedang. Nyeri sedang ini merupakan rasa nyeri yang mengganggu, tidak nyaman, dapat melakukan sebagian aktivitas dengan waktu istirahat.

Sesudah dilakukan intervensi pada hari ke-1 skala yang dirasakan oleh klien berada pada rentang dimana Ny. A berada pada rentang skala nyeri 5 dan juga Ny. R berada pada rentang skala nyeri 4. Hari ke- 2 menunjukkan skala nyeri pada Ny. A dalam rentang 4 sedangkan Ny. R dalam rentang skala 3. Hari ke- 3 menunjukkan skala nyeri pada Ny. A dalam rentang 3 sedangkan Ny. R dalam rentang skala 2. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada direntang 1-3 tergolong dalam kategori nyeri ringan. Penurunan skala nyeri pada klien sesudah diberikan pijat kaki dan tangan bagian besar mengalami penurunan skala nyeri. Pemberian pijat kaki dan tangan dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri pada klien *post sectio caesar*.

Penelitian yang dilakukan oleh Nor Khimayasari *et al.* (2023) mengatakan bahwa pasien mengalami penurunan skala nyeri yang berbeda-beda, ada yang mengalami penurunan skala nyeri hanya 1 point. Hal ini disebabkan karena melakukan mobilisasi dini sesuai kondisi pasien. Kedua pasien pada masa pemulihan sudah diberi edukasi tentang mobilisasi dini, Ny. A mengatakan selama masa pemulihan jarang melakukan mobilisasi dini sedangkan Ny. R sering melakukan mobilisasi dini. Mobilisasi dini dapat menurunkan nyeri melalui beberapa mekanisme antara lain menghilangkan konsentrasi pasien pada lokasi nyeri daerah operasi, mengurangi aktivitas mediator kimiawi pada proses peradangan yang meningkatkan respon nyeri serta meminimalkan tranmisi saraf nyeri menuju saraf pusat. Mobilisasi dini merupakan tahapan kegiatan yang dilakukan segera pada pasien pasca operasi dimulai dari miring kanan dan kiri, bangun dan duduk dipinggir tempat tidur lalu pasien bisa turun dari tempat tidur, berdiri dan mulai belajar berjalan dengan bantuan, sesuai kondisi pasien.

4. Perbedaan penurunan skala nyeri pada kedua responden sebelum dan sesudah dilakukan *foot hand massage*.

Hasil penerapan didapatkan sebelum dilakukan intervensi skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada pada nyeri sedang dimana 2 orang yaitu Ny. A berada pada skala nyeri 6 dan Ny. R berada pada skala nyeri 5. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien *post sectio caesarea* berada direntang 4-6 yang tergolong didalam nyeri sedang. Sesudah dilakukan intervensi skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada pada rentang dimana Ny. A berada pada rentang skala nyeri 3 dan juga Ny. R berada pada rentang skala nyeri 2. Skala nyeri yang dirasakan oleh klien berada direntang 1-3 tergolong dalam kategori nyeri ringan. Pemberian pijat kaki dan tangan dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri pada klien *post sectio caesar*. Penurunan skala nyeri ini menurut beberapa penelitian bisa di sebabkan karena massage bisa menyebabkan pelepasan neurotransmitter tertentu seperti serotonin dan dopamin yang bisa membuat pasien merasakan relaksasi sehingga nyeri berkurang (Solehati *et al.* 2022).

Pengaruh *foot hand massage* terhadap penurunan tingkat nyeri setelah diberikan intervensi foot massage dengan beberapa faktor yang mempengaruhinya, seperti hari setelah dilakukan metode persalinan dengan SC. Responden yang diberikan intervensi *foot 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 hand massage* pada hari ke 2 karena sudah melakukan mobilisasi dan sudah terjadi perbaikan regenerasi sel-sel pada luka bekas operasi dibagian abdomen. Menurut Muliani *et al.* (2020) nyeri ibu *post sectio caesarea* biasanya terjadi pada 3-6 jam post operasi dan akan menurun pada hari ketiga seiring dengan perbaikan regenerasi sel-sel disekitar sayatan.

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

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil yang didapatkan kedua responden sebelum dilakukan terapi foot hand massage terhadap nyeri post sectio caesarea dalam kategori skala nyeri sedang
2. Hasil yang didapatkan kedua responden sesudah dilakukan terapi foot hand massage terhadap nyeri post sectio caesarea dalam kategori skala nyeri ringan.
3. Hasil perkembangan yang didapatkan kedua responden sebelum dan sesudah 3 hari dilakukan terapi foot hand massage mengalami penurunan skala nyeri dari kategori skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan.
4. Hasil akhir yang didapatkan kedua responden sebelum dan sesudah di berikan terapi foot hand massage mengalami perbandingan penurunan skala nyeri dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan.

## DAFTAR RUJUKAN

Abdullah, R., Thalib, A.H.S. and Nurhalisa, S. (2023) 'Slow Deep Breathing Therapy for Reducing Pain In Patients With Head Injury', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*,

- 12(1), pp. 104–110. Available at: <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.908>.
- Anggriani, A., Mulyani, Y. and Pratiwi, L.D. (2021) 'Pengaruh Terapi Farmakologi Dan Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Farmasi Universitas Bhakti Kencana Bandung', *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, 3(3), pp. 174–188. Available at: <https://doi.org/10.33759/jrki.v3i3.156>.
- Betha G. (2021) 'Pengkajian Terhadap Skala Nyeri Post Op Fraktur Femure. Universitas Diponegoro Semarang.', *Jurnal of Health Science*, 20(3).
- Dewi Pujianana, Y. (2023) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyembuhan Luka Pada Ibu Post Partum Dengan Sectio Caesarea (SC)', in. Palembang: CV.Mitra Cendekia.
- Dinkes Kab. Sragen (2024) 'No Title', in *Data Laporan Dinkes Kab. Sragen Tahun (2024)*. Sragen.
- Gianina Sindi M and Syahruramdhani Syahruramdhani (2023) 'Penerapan Teknik Relaksasi Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Bangsal Firdaus PKU Gamping', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 7(1), pp. 93–102. Available at: <https://doi.org/10.57214/jusika.v7i1.283>.
- Henniwati, H., Dewita, D. and Idawati, I. (2022) 'Pengaruh Foot Hand Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di Blud Rsd Kota Langsa', *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 1(2), p. 30. Available at: <https://doi.org/10.30867/fjk.v1i2.781>.
- Junierna, Setyowati, L. and Ermawati, I. (2023) 'Analisis Hubungan Faktor Kehamilan dengan Kejadian Pre-Eklamsia pada Ibu Hamil di Curahnongko', *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), pp. 67–72. Available at: <https://arteri.sinergis.org/arteri/article/view/257>.
- Liestanto, F. and Fithriana, D. (2020) 'Vol. 2 No. 1 April 2020', *Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Ambon*, 2(1), p. 16.
- Mahmud, A., Nurdiana, N. and Ulandari, R. (2020) 'Asuhan Kebidanan Komprehensif Ny "S" dengan Anemia Ringan di Puskesmas Pangale Kabupaten Mamuju Tengah', *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 1(1), p. 29. Available at: <https://doi.org/10.33490/b.v1i1.210>.
- Marselina, I., Lasmadasari, N. and Elly, N. (2022) 'Pemberian Foot Massage Dalam Manajemen Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Dirumah Sakit Harapan Dan Doa Kota Bengkulu', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(5), pp. 22–29.
- Masadah, M., Cembun, C. and Suleman, R. (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(1), p. 64. Available at: <https://doi.org/10.32807/jkt.v2i1.72>.
- Muliani, R., Rumhaeni, A. and Nurlaelasari, D. (2020) 'Pengaruh Foot Massage terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Operasi Sectio Caesarea', *Journal of Nursing Care*, 3(2), pp. 73–80. Available at: <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i2.24122>.
- Nor Khimayasari, I., Mualifah, L. and Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, K. (2023) 'Penerapan Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea', *Borobudur Nursing Review*, 03(02), p. Saragih, E. P. (2023). Mobilisasi Dini, Asupan Nut. Available at: <https://doi.org/10.31603/bnur.10670>.
- Nurhanifah, D., & Sari, R.T. (2022) 'Manajemen Nyeri Non Farmakologis', in. Banjarmasin: Urban Green Central Media.
- Razak, A. (2023) 'Turunkan Nyeri Dan Mempercepat Mobilisasi Pasien Post Operasi SC', in. Jakarta: CV.Mitra Cedekia Media.

- Salamah, U. and Astuti, Y. (2022) 'Effect of Hand and Foot Massage Toward Pain Level in Postpartum Mother with Sectio Caesarea', *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), pp. 206–210. Available at: [https://myklass-fkik.ums.ac.id/pluginfile.php/171307/mod\\_resource/content/1/Effect of Hand and Foot Massage Toward Pain Level in Postpartum Mother with Sectio Caesarea Case Report.pdf](https://myklass-fkik.ums.ac.id/pluginfile.php/171307/mod_resource/content/1/Effect_of_Hand_and_Foot_Massage_Toward_Pain_Level_in_Postpartum_Mother_with_Sectio_Caesarea_Case_Report.pdf).
- Sari, D.N. and Rumhaeni, A. (2020) 'Foot Massage Menurunkan Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea Pada Post Partum', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), pp. 164–170. Available at: <https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss2.528>.
- Savitri, N.A. *et al.* (2023) 'Penerapan Foot Massage Pada Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Post Sectio Caesarea (Sc)', *Journal of Nursing and Health (JNH)*, 8 Nomor 3, pp. 240–246.
- Solehati, T. *et al.* (2022) 'Terapi Non-Farmakologi untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Sectio Caesarea: Systematic Review', *Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 14(Januari), pp. 75–82.
- Sri, N. dan M.L. (2023) 'Asuhan Kebidanan', in. Jawa Tengah: CV.Lakeisha IKAPI.
- Survei Kesehatan Indonesia (2023) 'No Title', in *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Suryatim pratiwi, Y. and Handayani, S. (2021) 'Terapi Foot Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea', *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), p. 35. Available at: <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.849>.
- Sylvia, E. *et al.* (2023) 'PENDAHULUAN Setiap wanita hamil mengharapkan dapat melahirkan yang bayi dengan dan proses tanpa lain impairment ( klien takut untuk bergerak keterbatasan dalam lingkup gerak ), functional limitation ( tidak mampu berdiri , berjalan , bergerak atau mobilis', 15(1), pp. 74–85.
- Violita Dianatha Puteri, D. (2023) 'Perawatan Masa Nifas Berbasis Budaya Lokal', in. . Jawa Tengah: PT.Media Pustaka Indo.
- Vitani, R.A.I. (2019) 'Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults Patients', *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.33655/mak.v3i1.51>.
- World Health Organization (2023) *No Title, World health statistics*. Available at: <https://doi.org/10.2307/3348165>.
- Yadi, R.D., Handayani, R.S. and Bangsawan, M. (2019) 'Pengaruh Terapi Distraksi Visual Dengan Media Virtual Reality Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Laparatomi', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), p. 167. Available at: <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1301>.
- Yunita Syaiful, L.F. (2020) 'Asuhan Keperawatan Pada Ibu Bersalin', in. Surabaya: CV.Jakad Media Publishing.
- Zahri Darni and Ririen Tyas Nur Khaliza (2020) 'Penggunaan Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi: Sebuah Studi Kasus', *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang kesehatan*, 4(2), pp. 138–148. Available at: <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v4i2.71>.