

Pengaruh *Foot Massage* (Pijat Kaki) terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan

Nurhaliza¹, Nelly Mariati², Rizki Amalia³, Yenny Okvitasari⁴

^{1,2,3,4}Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

E-Mail: nellyrachel09@gmail.com

Abstrak

Nyeri pada luka operasi *Sectio Caesarea* menjadi salah satu masalah yang biasanya dialami oleh ibu nifas bisa berdampak pada kondisi ibu. Saat ini, berbagai metode non farmakologis telah banyak dikembangkan untuk mengurangi Nyeri *Post SC*, salah satu nya dengan *Foot Massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Foot Massage* terhadap penurunan skala Nyeri pada ibu nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan, Penelitian ini merupakan Penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental* menggunakan pendekatan *one group Pre-Test* dan *Post-Test* tanpa adanya kelompok kontrol. Menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel Penelitian 30 responden. Instrumen dalam Penelitian ini menggunakan pengkajian skala Nyeri *Numeric Rating Scale*. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil Penelitian menunjukkan sebelum intervensi menunjukkan 30 responden (100%) mengalami Nyeri sedang dan sesudah intervensi didapatkan 20 responden (66,7%) mengalami Nyeri ringan dan 10 responden (33,3%) mengalami Nyeri sedang, adanya perbedaan signifikan antara skor *Pre-Test* dan *Post-Test* pada ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Foot Massage* terhadap penurunan skala Nyeri pada ibu nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea*. Peneliti selanjutnya dapat melibatkan kelompok kontrol dan lama waktu pemberian tindakan pada pemberian tindakan *Foot Massage*.

Kata Kunci: *Foot Massage*, Nyeri, *Post Sectio Caesarea*, Nifas

Abstract

Pain at the surgical incision following a cesarean section is one of the most common problems experienced by Postpartum mothers and may negatively affect their recovery. Various non-pharmacological interventions have been developed to reduce Post-cesarean pain, one of which is Foot Massage. This study aimed to determine the effect of Foot Massage on reducing pain intensity among Postpartum mothers after cesarean section at Bridgend H. Hasan Basry Kandangan Regional Hospital. This quantitative study employed a pre-experimental design using a one-group Pre-Test-Post-Test approach without a control group. Purposive sampling was used to recruit 30 respondents. Pain intensity was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank Test. The results showed that before their intervention, all respondents (100%) experienced moderate pain. After their intervention, 20 respondents (66.7%) experienced mild pain, while 10 respondents (33.3%) continued to experience moderate pain. A statistically significant difference was found between their Pre-Test and Post-Test pain scores ($p = 0.000 < 0.05$). It can be concluded that Foot Massage has a significant effect on reducing pain intensity in Postpartum mothers following cesarean section. Future studies are recommended to include a control group and evaluate different durations of the Foot Massage intervention.

Keywords: *Foot Massage*, Pain, *Post-Cesarean Section*, *Postpartum Mothers*

1. PENDAHULUAN

Sectio Caesarea (SC) adalah teknik persalinan dengan cara membuat sayatan pada dinding uterus (histerektomi) melalui dinding depan abdomen (laparatomi). Definisi lain dari *Sectio Caesarea* adalah persalinan buatan untuk melahirkan janin melalui suatu insisi pada dinding abdomen dan uterus dalam keadaan utuh dengan berat janin diatas 500 gr atau usia kehamilan lebih dari 28 minggu ketika ibu menghadapi berbagai komplikasi saat melahirkan, seperti persalinan yang berlangsung lama, terhambat, ketuban pecah dini, janin yang besar, gawat janin, atau perdarahan prenatal [1] [2]. Menurut *World Health organization* (WHO), menyatakan tindakan operasi SC sekitar 5-15%. Tahun 2021 menunjukkan sebesar 46,1% dari seluruh kelahiran dilakukan melalui SC [3]. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, tingkat persalinan dengan operasi *caesar* di Indonesia tercatat 25,9%. Di Provinsi Kalimantan Selatan angka persalinan dengan operasi *caesar* sebanyak 19,8% [4]. Berdasarkan data dari RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan, didapatkan peningkatan jumlah persalinan dengan operasi *Sectio Caesarea* pada bulan Januari sampai dengan Bulan Desember 2025 sebanyak 602 persalinan dengan SC dari 871 total persalinan. Hasil rata-rata operasi *Sectio Caesarea* tahun 2025 didapatkan 69,1% yang sebelumnya mengalami peningkatan sebesar 4,9% dari 64,2% pada tahun 2024. Kasus terbanyak yang diindikasikan untuk dilakukan tindakan *Sectio Caesarea* di Rumah sakit yaitu *Cephalopelvic Disproportion* (CPD), Ketuban Pecah Dini (KPD) dan Oligohidramnion.

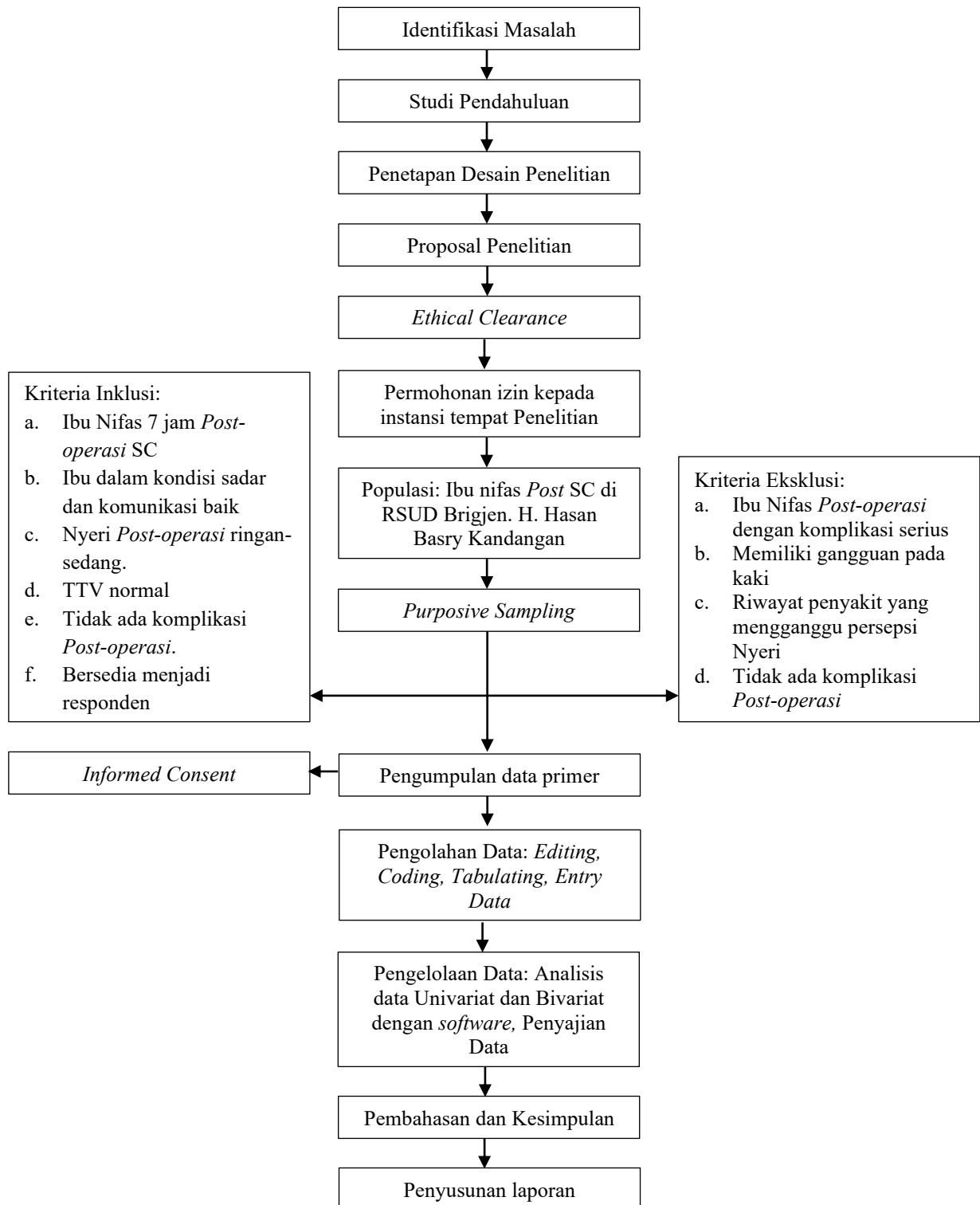
Beberapa jam setelah tindakan operasi *Sectio Caesarea*, secara umum ibu akan merasakan Nyeri pada luka bekas operasi di bagian perut, karena sejalan dengan hilangnya efek bius anestesi pada tubuh. Apabila Nyeri tidak segera ditangani, maka ibu akan mengalami ketidaknyamanan dan bisa menghambat proses pemulihan [5] [6]. Nyeri pada luka operasi bisa berdampak pada kondisi ibu, seperti pergerakan/mobilitas yang terbatas. Nyeri yang dirasakan ibu *Post SC* merupakan Nyeri yang bersifat akut sehingga harus segera diatasi, untuk mengurangi Nyeri tersebut, ada beberapa penatalaksanaan farmakologis dan non farmakologis. Saat ini, berbagai metode non farmakologis telah banyak dikembangkan untuk mengurangi Nyeri *Post SC* salah satu nya yaitu dengan menggunakan pijat. Pijat atau massage dipercaya efektif untuk meredakan Nyeri pada ibu *Post-Operasi* [7].

Penerapan *Foot Massage* pada ibu *Post Sectio Caesarea* efektif untuk mengurangi atau menurunkan Nyeri [8]. Hasil Penelitian lainnya menunjukkan bahwa rata-rata skala Nyeri pasien setelah diberikan terapi *Foot Massage* menurun. Terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi *Foot Massage* terhadap penurunan skala Nyeri pasien *Post Sectio Caesarea*. Terapi *Foot Massage* dapat memberikan efek untuk mengurangi rasa Nyeri karena pijatan yang diberikan menghasilkan stimulus yang lebih cepat sampai ke otak dibandingkan dengan rasa sakit yang dirasakan sehingga menghasilkan serotonin dan dopamin. Sehingga terapi *Foot Massage* merupakan cara yang efektif untuk mengontrol Nyeri dan kecemasan pada pasien *Post Sectio Caesarea* karena mudah dilakukan, biaya rendah, tidak memerlukan peralatan yang berlebihan dan tidak adanya komplikasi [6]. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Foot Massage* (pijat kaki) terhadap penurunan skala nyeri pada ibu nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental menggunakan metode *Pre-Test* dan *Post-Test* tanpa kelompok kontrol. Penelitian ini hanya melibatkan satu kelompok responden yang diberikan perlakuan atau intervensi. Menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel Penelitian 30 responden. Instrumen dalam Penelitian ini menggunakan pengkajian skala Nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS). Penelitian ini dilakukan di Ruang Nifas RSUD Brigjen H Hasan Basry Kandangan pada bulan Mei-Juni 2026. Populasi ibu pasca operasi SC pada bulan Mei 2026 sebanyak 51 orang. Metode

pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dan dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang ibu *Post SC* yang rawat gabung dengan bayinya. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon*. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang dibuktikan dengan Sertifikat Etik No. 253/UMB/KE/V/2026 dan Komisi Etik RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan dengan No.: 006/EC/KEP/V/2026.



Gambar 1. Diagram Alir Penelitian

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1). Karakteristik Responden Pasien *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandungan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	<i>F</i>	%
Umur		
10-18 Tahun	2	6,7
19-59 Tahun	28	93,3
Total	30	100
Pendidikan		
SD	5	16,7
SMP	6	20
SMA	13	43,3
Diploma III	2	6,7
Strata 1	4	13,3
Total	30	100
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	26	86,7
PPPK	3	10
PNS	1	3,3
Total	30	100
Riwayat <i>Sectio Caesarea</i>		
Tidak	23	76,7
Ya	7	23,3
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden penelitian, berumur 19-59 tahun sebanyak 93,3%, pendidikan SMA sebanyak 43,3%, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 86,7% dan tidak memiliki riwayat *Sectio Caesarea* sebanyak 76,7%.

2). Distribusi Tingkat Nyeri Pasien *Post-Operasi Sectio Caesarea* Sebelum dilakukan Tindakan *Foot Massage* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandungan

Tabel 2. Distribusi Tingkat Nyeri Sebelum Tindakan *Foot Massage*

Tingkat Nyeri	<i>F</i>	%
Sedang	30	100
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan tindakan *Foot Massage* tingkat Nyeri responden Penelitian dalam kategori sedang sebanyak 100%.

3). Distribusi Tingkat Nyeri Pasien *Post-Operasi Sectio Caesarea* Sesudah Tindakan *Foot Massage* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan

Tabel 3. Distribusi Tingkat Nyeri Sesudah Tindakan *Foot Massage*

Tingkat Nyeri	F	%
Ringan	20	66,7
Sedang	10	33,3
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan *Foot Massage* tingkat Nyeri responden penelitian dalam kategori ringan sebanyak 66,7%.

4). Pengaruh *Foot Massage* terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan

Tabel 4. Pengaruh *Foot Massage* terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan

Jenis Data	N	Mean Rank	Sum of Ranks	P
Negative Ranks	20	10,50	210,00	0,000
Pre-Post Test Positif Rank	0	,00	,00	
Foot Massage Ties	10			
Total	30			

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 4, Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa sebagian responden dengan jumlah 20 orang mengalami penurunan intensitas Nyeri setelah diberikan intervensi *Foot Massage*. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai *negative ranks* sebanyak 20 responden dengan *mean rank* sebesar 10,50 dan *sum of ranks* sebesar 210,00. Tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan intensitas Nyeri (*positive ranks* = 0) dan terdapat responden yang memiliki intensitas Nyeri yang tetap (*ties* = 10). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara intensitas Nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi *Foot Massage* pada ibu nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea*. Dengan demikian, intervensi *Foot Massage* terbukti efektif dalam menurunkan intensitas Nyeri pada ibu nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan.

b. Pembahasan

1). Skala Nyeri Pasien *Post-Operasi Sectio Caesarea* Sebelum dilakukan Tindakan *Foot Massage* di Ruang Nifas RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan

Seluruh ibu yang dilakukan tindakan operasi *Sectio Caesarea* mengalami skala nyeri dengan kategori sedang pada 7 jam setelah operasi sebelum dilakukan tindakan *Foot Massage*.

Nyeri merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan baik secara sensori maupun emosional yang berhubungan dengan adanya suatu kerusakan jaringan atau faktor lain, sehingga individu merasa tidak nyaman yang pada akhirnya akan mengganggu aktivitas sehari-hari dan psikologis. Nyeri biasanya disebabkan oleh proses penyakit, cedera, dan prosedur pembedahan. Nyeri dapat juga disebut sebagai racun dalam tubuh, karena nyeri terjadi akibat adanya kerusakan jaringan atau saraf yang akan mengeluarkan berbagai mediator seperti prostaglandin, bradikinin, serotonin, substansi P, histamin dan sitokin [9]. Nyeri yang dirasakan pada operasi *Sectio Caesarea* berasal dari luka yang terdapat dari perut, disebabkan

ketika bagian tubuh terluka oleh sayatan akan mengeluarkan berbagai macam substansi intraseluler dilepaskan ke ruang ekstraseluler maka akan mengiritasi nosiseptor. Saraf ini akan merangsang dan bergerak sepanjang serabut saraf atau neurotransmisi yang akan menghasilkan substansi yang disebut neurotransmitter seperti prostaglandin dan epinefrin, yang membawa pesan nyeri dari medulla spinalis ditransmisikan ke otak dan dipersepsikan sebagai nyeri. Nyeri biasanya terjadi pada 12 sampai 36 jam setelah pembedahan, dan menurun pada hari ketiga [10].

Sebanyak 30 responden mengalami nyeri sedang dengan intensitas nyeri yang dialami ibu sebelum dilakukan *Foot Massage* tertinggi adalah 6 dan terendah adalah 4. Perbedaan nyeri yang dirasakan karena adanya perbedaan persepsi dari setiap ibu, walaupun tindakan atau prosedur yang dijalani oleh setiap ibu sama. Hal tersebut terjadi karena setiap orang memiliki persepsi nyeri yang berbeda, Di mana persepsi nyeri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, keadaan psikologis, kebudayaan, perhatian terhadap nyeri, kebudayaan, ansietas, pengalaman nyeri sebelumnya, mekanisme koping terhadap nyeri, dukungan keluarga dan sosial. Subjektivitas nyeri membuat seseorang sulit untuk mengklasifikasikan nyeri dan memahami mekanisme nyeri itu sendiri [11].

Pasien mendapatkan terapi analgetik berupa ketorolac sesuai dengan prosedur di rumah sakit. Berdasarkan literatur ketorolac diketahui memiliki durasi kerja sekitar 4–6 jam, sehingga intervensi Penelitian dilakukan pada jam ke-7 *Post-Operasi*, yaitu saat efek analgetik mulai menurun dan mendekati waktu pemberian dosis berikutnya. Hal ini sesuai dengan Penelitian sebelumnya pada pemberian Ketorolac injeksi dengan penurunan ke Nyeri ringan sebanyak 69 responden dan Nyeri sedang sebanyak 15 responden yang secara umum terjadi penurunan skala Nyeri sebesar 1-2 tingkat dalam efek analgesik 2-4 jam [12].

Menurut pendapat peneliti, adanya perbedaan Nyeri yang dialami oleh ibu karena Nyeri bersifat subjektif bagi setiap orang dan juga pengalaman dari operasi *Seccio Caesarea* sebelumnya juga mempengaruhi Nyeri yang dialami oleh ibu.

2). Skala Nyeri Pasien *Post-Operasi Seccio Caesarea* Setelah dilakukan Tindakan *Foot Massage* di Ruang Nifas RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan

Menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada ibu *Post-Operasi Seccio Caesarea* setelah dilakukan tindakan *Foot Massage*. Sebelum dilakukan tindakan *Foot Massage*, pada 7 jam setelah *Post-Operasi Seccio Caesarea* seluruh responden ibu mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan tindakan *Foot Massage* selama 20 menit pada masing-masing kaki terjadi penurunan skala nyeri dari sedang ke ringan sebanyak 20 responden (66,7%) dan 10 responden (33,3 %) masih mengalami nyeri sedang dengan penurunan intensitas nyeri. Hal ini didukung dengan Penelitian bahwa terapi *Foot Massage* yang diberikan pada pasien dengan *Post Seccio Caesarea* tidak sepenuhnya menghilangkan rasa nyeri, karena luka operasi melibatkan beberapa lapisan mulai dari lapisan perut sampai ke lapisan uterus yang memerlukan waktu cukup lama untuk penyembuhan. Namun, terapi *Foot Massage* ini dapat menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan. Penurunan tingkat nyeri pada ibu *Post Seccio Caesarea* dipengaruhi oleh beberapa faktor termasuk persepsi dan toleransi individu terhadap nyeri, ambang nyeri, lingkungan, usia, pengalaman sebelumnya, kebudayaan dan tingkat stress Berdasarkan hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* pada Penelitian sebelumnya, terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kepada pasien. Pada hari pertama skala nyeri sebelum diberikan intervensi *Foot Massage* yaitu 6, setelah diberikan intervensi skala nyeri menurun menjadi 5 Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian terapi *Foot Massage* pada pasien *Post Seccio Caesarea* efektif menurunkan skala nyeri dari 8 (nyeri berat) pada hari pertama menjadi 3 (nyeri ringan) pada hari ketiga. Penurunan nyeri juga disertai perubahan klinis positif seperti berkurangnya ekspresi meringis, tanda vital yang stabil, pasien lebih rileks, serta kemampuan tidur dan mobilisasi yang baik [13][14][6].

Hasil dari Penelitian ini juga sesuai dengan Penelitian sebelumnya, yang dilakukan di RSU Karel Sadsuitubun Langgur. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan tindakan *Foot Massage* sebanyak 25% responden mengalami nyeri ringan dan 75% mengalami nyeri sedang dan tidak ada nyeri berat. Setelah dilakukan tindakan *Foot Massage* selama 3 hari terdapat penurunan nyeri yaitu 85 % responden mengalami nyeri ringan dan 15% mengalami nyeri sedang [15].

Pada Penelitian sebelumnya yang melakukan *Foot Massage* pada pasien dengan *Post Sectio Caesarea* di Ruang Jade RSUD Dr. Slamet Garut menunjukkan bahwa selama 3 hari perawatan setelah dilakukan pemberian ketorolac dan *Foot Massage* mengatakan nyeri berkurang dari skala nyeri 7 menjadi 4, nyeri sudah jarang dirasakan, klien mampu melakukan mobilisasi ke toilet, nyeri terasa apabila klien batuk dan melakukan aktivitas berat dan tidak ada ekspresi meringis [16]. Penelitian sebelumnya, yang melakukan tindakan *Foot Massage* pada ibu pos *Sectio Caesarea* dengan Primipara dan Multipara menunjukkan penurunan skala nyeri secara bertahap pada kedua responden setelah diberikan intervensi *Foot Massage* selama 3 hari. Penurunan nyeri pada Ibu dengan multipara lebih cepat dibandingkan Ibu dengan Primipara. Hal ini menunjukkan bahwa faktor pengalaman persalinan sebelumnya berpengaruh terhadap kemampuan adaptasi nyeri. Selain itu, intervensi *Foot Massage* terbukti membantu menurunkan intensitas nyeri melalui relaksasi, peningkatan sirkulasi darah, serta stimulasi pelepasan endorfin [17].

Menurut pendapat peneliti, *Foot Massage* dapat membuat rasa nyaman ibu karena adanya rangsangan sentuhan dan pijatan yang membuat ibu menjadi rileks dan terdistraksi pada Nyeri yang dialami.

3). Pengaruh *Foot Massage* terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Nifas *Post-Operasi Sectio Caesarea* di Ruang Nifas RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandungan

Berdasarkan hasil Penelitian yang dilakukan di Ruang Nifas RSUD Brigjen. H. Hasan Basry Kandungan Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa tindakan *Foot Massage* memberikan pengaruh penurunan signifikan skala nyeri pada ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea*. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang menandakan adanya pengaruh antara skor nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *Foot Massage*. Sebagian responden sebanyak 20 responden menunjukkan perubahan ke arah perbaikan dan sebanyak 10 responden dengan kategori nyeri sedang dengan catatan skor nyeri mengalami penurunan.

Hasil Penelitian ini juga didukung oleh Penelitian sebelumnya di RSUD Mangusada. Hasil uji *Wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan rata-rata intensitas nyeri *Post-Operasi Sectio Caesarea* sebelum dan setelah diberikan tindakan *Foot Massage*. Penelitian ini juga sesuai dengan Penelitian sebelumnya dari Hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan metode *Wilcoxon Signed Rank*, didapatkan perbedaan signifikan sehingga dapat disimpulkan *Hand and foot massage* efektif terhadap penurunan skala nyeri ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Bandung Kiwari Tahun 2025 dengan adanya penurunan skala nyeri yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian sebelumnya mengenai pengaruh pijat kaki terhadap nyeri ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi menunjukkan nilai signifikansi untuk perbandingan antara *Pre-Test 1* dan *Post-Test 1* kelompok intervensi, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pijatan. Hal yang sama juga terlihat pada perbandingan *Pre-Test 2* dan *Post-Test 2* kelompok intervensi, yang menunjukkan penurunan nyeri signifikan. Hal ini membuktikan bahwa pijat kaki menggunakan minyak melati berpengaruh secara signifikan dalam menurunkan nyeri ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* [5][11][18].

Tindakan *Foot Massage* yang rutin dilakukan dengan benar dibantu dengan tenaga medis atau keluarga yang sudah dilatih, dapat mengurangi nyeri *Post-Operasi Sectio Caesarea*. Secara fisiologis, terapi *Foot Massage* memberikan rangsangan mekanik pada reseptor sensorik

di kulit yang selanjutnya diteruskan ke sistem saraf pusat, menghasilkan respons relaksasi dan penurunan persepsi nyeri. Stimulasi ini merangsang pelepasan endorphin, yaitu neuropeptida analgesik alami yang diproduksi oleh sistem saraf pusat dan kelenjar pituitary, yang memiliki efek serupa dengan morfin dalam menghambat transmisi sinyal nyeri serta menimbulkan sensasi nyaman dan rileks. Selain mengaktifkan sistem penghambat nyeri melalui mekanisme *gate control theory*, pijat juga meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi ketegangan otot, yang secara kumulatif, dapat mempercepat pemulihan pasca operasi. Pijat kaki atau *Foot Massage* dipandang sebagai pendekatan non farmakologis yang aman, dan efektif, karena tidak hanya mengurangi nyeri terapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* [9].

Menurut pendapat peneliti, hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa *Foot Massage* dapat menjadi terapi tambahan non farmakologis yang dapat membantu menurunkan skala Nyeri pada ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea*, terlihat dari adanya penurunan skala Nyeri setelah tindakan dan hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *pre* dan *Post* tindakan.

4. KESIMPULAN

Adanya pengaruh tindakan *Foot Massage* terhadap skala nyeri sebelum dan sesudah tindakan *Foot Massage* pada ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* di Ruang Nifas RSUD Brigjen H. Hasan Basry Kandangan, $p = 0,000 < 0,05$.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. M. Nirnasari, T. Astuti, N. Evi, D. Marianthi, and A. Azza, *Buku Patologi Persalinan*. Mahakarya Citra Utama Group, 2025.
- [2]. A. Sugito, D. Ramlan, and C1nta, P. P. R., *Aromaterapi dan akupresur pada {Sectio Caesarea}*. Penerbit Pustaka Rumah C1nta, 2023.
- [3]. World Health Organization, "Maternal mortality," 2020.
- [4]. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, "Survei kesehatan Indonesia," 2023.
- [5]. N. K. Astuti, P. P. Purnamayanthi, and I. G. Karuniadi, "Pengaruh *Foot Massage* therapy terhadap penurunan skala Nyeri pada *Post {Sectio Caesarea}* di ruang {Margapati RSD Mangusada}," *J. Sakti Bidadari*, vol. 8, no. 2, pp. 99–105, 2025.
- [6]. S. M. Gianina and S. Syahruramdhani, "Penerapan Teknik Relaksasi *Foot Massage* Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di Bangsal Firdaus PKU Gamping," *J. Sains dan Kesehat.*, vol. 7, no. 1, pp. 93–102, 2023, doi: 10.57214/jusika.v7i1.283.
- [7]. N. Wijayanti, S. Sulastri, and S. Nurlaili, "Penerapan *Hand and foot massage* untuk mengurangi Nyeri pada ibu *Post {Sectio Caesarea}*," *Heal. Tadulako J. (Jurnal Kesehat. Tadulako)*, vol. 10, no. 1, pp. 96–104, 2024, doi: 10.22487/htj.v10i1.1003.
- [8]. D. Oktarosada and E. Yunitasari, "Penerapan *Foot Massage* therapy terhadap skala Nyeri *Post {Sectio Caesarea}*," *CENDEKIA J. Penelit. Dan Pengkaj. Ilm.*, vol. 1, no. 9, pp. 562–568, 2024, doi: 10.62335/4q1w3y86.
- [9]. S. Nurmadina, I. Made Sudarta, and M. Ahmad, "Implementasi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien *Post Sectio Caesarea*," *J. Keperawatan Majampangi*, vol. 2, no. 1, 2025, [Online]. Available: <http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/p>.
- [10]. Masadah, Cembun, and R. Sulaeman, "Pengaruh *Foot Massage* Therapy terhadap Skala Nyeri Ibu *Post Op Sectio Cesaria* di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram," *J. Keperawatan Terpadu*, vol. 2, no. 9, pp. 64–70, 2020, doi: 10.1016/S2213-8587(16)00038-3.

- [11]. H. Feby Elisa, M. Indriati, D. P. Sari, and D. Triwidiyanti, "Efektivitas *Hand and foot massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Day-1 DI RSUD Bandung Kiwari Tahun 2025," 2025.
- [12]. G. Firmansyah, A. Rahmawaty, M. A. Septiawan, R. N. Lina, and D. A. Palupi, "Evaluation Of Pain Scale Reduction In *Post-Sectio Caesarea* Patients Using Ketorolac Injection With NRS And FPS Evaluasi Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Pasca Seksio Caesarea dengan Injeksi Ketorolac dengan NRS dan FPS," *J. Pharm. Sci.*, vol. 9, no. 1, pp. 14–18, 2025, [Online]. Available: <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jops>.
- [13]. C. Anacelsia, R. E. Pakaya, and Maryam, "Implementasi Pemberian Terapi *Foot Massage* Pada Ibu *Post Op Sectio Caesare* Dengan Diagnosa Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Matahari RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah," *Kolaboratif Sains*, vol. 8, no. 12, pp. 7682–7686, 2025.
- [14]. M. Anfika Wahyuni and D. Nur Anisa, "Asuhan Keperawatan Pada Ny. K Dengan *Foot Massage* Pada Nyeri Akut *Post Sectio Caesarea* RSUP dr Sardjito Yogyakarta: Case Report," *J. Penelit. Nusantara*, vol. 1, no. 6, pp. 1136–1144, 2025, doi: 10.59435/menulis.v1i6.489.
- [15]. N. S. Taqiyaah, N. A. Amanupunnyo, and A. Batmomolin, "Penerapan Tindakan *Foot Massage* Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Di RSU Karel Sadsuitubun Langgur," *J. Keperawatan Dan Inov. Kesehat.*, vol. 1, no. 1, pp. 17–21, 2025.
- [16]. P. N. Azizah, Y. Hermayanti, and L. Mamuroh, "*Foot Massage* Berpengaruh Terhadap Nyeri Pada Pasien Dengan *Post Sectio Caesarea* Di Ruang Jade RSUD Dr Slamet Garut: Studi Kasus," *J. Ilm. Keperawatan*, vol. 7, no. 3, pp. 149–163, 2023.
- [17]. S. M. Hasan, D. Puspita, and A. Widianingsih, "Post Cesarean Pain Response and Breastfeeding Outcomes After *Foot Massage* in Primiparous and Multiparous Mothers: A Case Report," *Borneo Nurs. J.*, vol. 8, no. 2, pp. 2936–2950, 2026.
- [18]. H. Z. Habsillah, Marsaid, T. Nataliswati, and N. Hidayah, "Pengaruh Pijat Kaki menggunakan Minyak Melati terhadap Nyeri Ibu *Post-Operasi Sectio Caesarea* di RSUD Ngudi Waluyo Wlingi," *J. Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 10, no. 2, pp. 74–82, 2025.