

Penerapan Foot Massage Pada Ny. Y Untuk Menurunkan Nyeri Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Mawar RSUD Kardinah Kota Tegal

Restu Puji Lestari¹, Ema Wahyuningrum^{*2}, Elok Faola³
^{1,2,3} Universitas Harapan Bangsa
Email: restupujilestari2002@gmail.com

Abstrak

Persalinan sectio caesarea adalah suatu bentuk proses persalinan yang dilakukan dengan melakukan insisi pada dinding abdomen dan dinding uterus untuk melahirkan janin dari dalam rahim. Pasien yang melakukan persalinan dengan metode *sectio caesarea* biasanya akan merasakan berbagai ketidaknyamanan. Ketidaknyamanan yang dirasakan salah satunya yaitu nyeri yang berasal dari insisi *abdominal*. Sehingga diperlukan suatu manajemen yang dapat menurunkan komplikasi dan meningkatkan kualitas pada ibu post partum, yaitu dengan melakukan teknik relaksasi *foot massage*. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui pengaruh *foot massage* dalam menurunkan nyeri pada pasien post sectio caesarea. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan yaitu mengambil 1 pasien sebagai analisis deskriptif. Metode pengumpulan data dengan wawancara, observasi, intervensi sebelum, pemberian intervensi, dan intervensi sesudah. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 21-23 Juli 2025 di Ruang Mawar RSUD Kardinah Kota Tegal. Hasil studi kasus menunjukkan adanya penurunan skala nyeri pada hari pertama dari skala 7 menjadi 6, hari kedua dari skala 6 menjadi 5, dan hari ke tiga skala 6 menjadi 5 pada pasien post *sectio caesarea* setelah dilakukan tindakan *foot massage*. Dari hasil studi kasus dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan terapi *foot massage* terhadap perubahan nyeri pada pasien post sectio caesarea.

Kata kunci: Terapi *Foot Massage*, *Sectio Caesarea*, Nyeri

Abstract

Cesarean section is a method of childbirth performed by making an incision in the abdominal wall and the uterine wall to deliver the fetus from the womb. Patients who undergo cesarean section generally experience various discomforts, one of which is pain originating from the abdominal incision. Therefore, a management approach is needed to reduce complications and improve the quality of life for postpartum mothers, one of which is through the relaxation technique of foot massage. The purpose of this case study was to determine the effect of foot massage in reducing pain in post-cesarean section patients. This study used a case study method with a nursing care approach involving one patient, analyzed descriptively. Data were collected through interviews, observation, and the administration of foot massage interventions before and after the procedure. The study was conducted on July 21–23, 2025, in the Mawar Ward of Kardinah Regional Hospital, Tegal City. The results showed a decrease in pain scale: on the first day from 7 to 6, on the second day from 6 to 5, and on the third day from 6 to 5 after the foot massage intervention. Based on these findings, it can be concluded that foot massage therapy has a significant effect on reducing pain in post-cesarean section patients.

Keywords: *Foot Massage*, *Cesarean Section*, *Pain*

1. PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses keluarnya janin beserta plasenta dan membran rahim melalui jalan lahir (Marselina dkk., 2020). Terdapat dua macam proses persalinan yaitu persalinan pervaginam atau persalinan spontan dan persalinan *sectio caesarea* (Viandika & Septiasari, 2020). Persalinan *sectio caesarea* adalah suatu bentuk proses persalinan yang dilakukan dengan melakukan insisi dinding abdomen dan dinding uterus untuk melahirkan janin dari dalam rahim (Marselina dkk., 2020). Prevalensi *sectio caesarea* setiap tahun terus mengalami peningkatan, berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) menetapkan bahwa standar rata-rata *sectio caesarea* di setiap negara adalah sekitar 5-15% per 1000 kelahiran didunia . Menurut *World Health Organization* (2020) peningkatan persalinan *sectio caesarea* di seluruh Asia selama tahun 2007-2008 yaitu 110.000 per kelahiran. Riskesdas tahun 2018 menyebutkan tingkat persalinan *sectio caesarea* di Indonesia sudah melewati batas maksimal standar WHO. Tingkat persalinan *sectio caesarea* di Indonesia yaitu 15,3% sampel dari 20.591 ibu yang melahirkan dalam kurun waktu 5 tahun terakhir yang disurvei dari 33 provinsi. Jumlah persalinan *sectio caesarea* di rumah sakit pemerintah adalah sekitar 20-25% dari total jumlah persalinan, sedangkan di rumah sakit swasta jumlahnya lebih tinggi yaitu sekitar 30- 80% dari total jumlah persalinan (Viandika & Septiasari, 2020).

Pasien yang melakukan persalinan dengan metode *sectio cesarea* biasanya akan merasakan berbagai ketidaknyamanan. Ketidaknyamanan yang dirasakan salah satunya yaitu nyeri yang berasal dari insisi abdominal (Masadah & Cembun, 2020). Penelitian yang dilakukan Mata & Kartini (2020) menunjukkan bahwa sekitar 60% pasien post *sectio caesarea* masih mengalami nyeri dalam 24 jam postpartum. Apabila nyeri tidak ditangani, maka pasien akan mengalami ketidaknyamanan dan bahkan akan menghambat proses pemulihan pasien. Selain merasakan nyeri akibat insisi post operasi, pasien post *sectio caesarea* juga sering mengeluhkan nyeri punggung dan kelelahan

Penatalaksanaan manajemen nyeri mempunyai dua metode yaitu dengan farmakologi dan nonfarmakologi. Saat ini dirumah sakit mulai dikembangkan pemberian manajemen nyeri secara nonfarmakologi, yang sebelumnya hanya fokus pada pemberian farmakologi saja (Marselina dkk., 2020). Teknik nonfarmakologi yang banyak digunakan dalam penurunan nyeri pada pasien post *sectio caesarea*, salah satunya adalah teknik relaksasi yaitu massage (Mata & Kartini, 2020). Massage adalah teknik sentuhan atau pemijatan ringan yang dapat menghasilkan relaksasi dalam tubuh dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit dan mengurangi rasa sakit. Ada beberapa macam jenis massage untuk menurunkan nyeri antara lain *hand massage*, *effleurage*, *deep back massage*, dan *foot massage*. Teknik relaksasi massage yang paling tepat untuk pasien post operasi abdomen adalah *foot massage*, hal ini disebabkan karena didaerah kaki terdapat banyak saraf – saraf yang terhubung ke organ dalam (Sari & Rumhaeni, 2020).

Foot massage therapy 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 hormon serotonin dan dopamine (Masadah & Cembun, 2020). Teknik *foot massage* efektif bila dilakukan dengan durasi 5 -20 menit dengan frekuensi pemberian 1 – 2 kali sehari. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa *foot massage* yang dilakukan selama 20 menit dalam 2 hari dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi abdomen atau laparatomi (Sari & Rumhaeni, 2020)). Sesuai dengan penjelasan diatas *foot massage* dapat dijadikan alternatif utama dalam pelaksanaan manajemen nyeri nonfarmakologi untuk pasien post operasi *sectio caesarea*. Hal ini dikarenakan tindakan *foot massage* tidak membutuhkan peralatan yang khusus, mudah dilakukan dan mempunyai efektivitas yang tinggi. Berdasarkan uraian di atas

peneliti tertarik untuk memberikan *Foot massage therapy* dalam upaya mengatasi nyeri post *Sectio Caesarea* pada pasien di ruang mawar RSUD Kardinah Kota Tegal.

2. METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan dalam studi kasus ini berupa metode asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Studi kasus ini berfokus pada satu diagnosis keperawatan nyeri akut. Sasaran dalam studi ini adalah pasien bernama Ny. Y berusia 33 tahun dengan Riwayat G4P1A2. Pasien datang ke IGD RSUD Kardinah Kota Tegal pada hari minggu 20 Juli 2025 pada pukul 20.00 WIB atas indikasi CPD sehingga dirasakan untuk melakukan operasi section caesarea. Pada saat pengkajian tanggal 21 Juli 2025 pukul 10.00 WIB pasien dengan P2A2 mengeluh nyeri pada luka post sc, terasa seperti ditusuk-tusuk, lokasi di perut bagian bawah, skala nyeri 7 (berat), dan hilang timbul. Hasil pengkajian TTV adalah TD 135/90 mmHg, nadi 101x/menit, RR 22x/menit dan suhu 36,7 C.

Pada tahap awal dilakukan pengumpulan data dengan cara pengkajian dan pemeriksaan fisik. Proses pengumpulan data menggunakan format pengkajian postnatal. Proses asuhan keperawatan dilakukan dengan melakukan pengumpulan data, menganalisa data, menetapkan diagnosa keperawatan, merencanakan asuhan keperawatan dan melakukan implementasi asuhan keperawatan sesuai dengan standar SDKI, SLKI, SIKI dan evidence based. Tahap pelaksanaan dimulai setelah 24 jam post *sectio caesarea*, dilakukan pengukuran nyeri menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*) sebagai pre test terhadap pasien. Selanjutnya, pasien diberikan intervensi *foot massage* selama 20 menit, dengan masing – masing 10 menit pada setiap kaki. Pengukuran skala nyeri dilakukan kembali menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*) 30 – 60 menit setelah pemberian tindakan *foot massage* sebagai post test. Intervensi *foot massage* dilakukan selama 3 hari sejak 21 Juli-23 Juli 2025.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien diberikan terapi *foot massage* selama 3 hari dengan durasi 20 menit, masing – masing 10 menit pada setiap kaki. Penulis memastikan kondisi ruangan nyaman dan tenang. Selain itu, penulis juga mengajak keluarga pasien untuk melihat tindakan terapi *foot massage* kepada pasien, sehingga keluarga pasien dapat melakukan terapi *foot massage* secara mandiri di rumah pada saat pasien sudah pulang.

Tabel 1. Skala nyeri pasien *post section caesarea* sebelum dan sesudah diberikan terapi *foot massage*.

Hari ke	Pengukuran Skala	
	Sebelum	Sesudah
Hari ke-1 (21 Juli 2025)	7 (berat)	6 (sedang)
Hari ke-2 (22 Juli 2025)	6 (sedang)	5 (sedang)
Hari ke-3 (23 Juli 2025)	6 (sedang)	5 (sedang)

Berdasarkan tabel di atas pada pertemuan pertama terapi *foot massage* pada tanggal 21 Juli 2025 yang dilakukan pada pukul 09.15, sebelum dilakukan tindakan, nyeri yang dirasakan oleh pasien yang diukur menggunakan skala NRS adalah 7 (berat). Selanjutnya, pasien diberikan intervensi *foot massage* selama 20 menit dan mendapatkan hasil skala nyeri menurun setelah dilakukan tindakan menjadi 6 (sedang).

Pada tanggal 22 Juli 2025, dilakukan intervensi kedua terapi *foot massage* pada Ny.Y pada pukul 09.00. Sebelum dilakukan tindakan, nyeri yang dirasakan oleh pasien yang diukur

menggunakan skala NRS adalah 6 (sedang). Selanjutnya, pasien diberikan intervensi *foot massage* selama 20 menit dan mendapatkan hasil skala nyeri menurun setelah dilakukan tindakan menjadi 5 (sedang).

Pada pertemuan terakhir tanggal 23 Juli 2025 dilakukan kembali intervensi *foot massage*. Sebelum dilakukan tindakan, nyeri yang dirasakan oleh pasien yang diukur menggunakan skala NRS adalah 6 (sedang). Selanjutnya, pasien diberikan intervensi *foot massage* selama 20 menit dan mendapatkan hasil skala nyeri menurun setelah dilakukan tindakan menjadi 5 (sedang). Selama 3 hari dilakukan terapi *foot massage* pada pasien didapatkan penurunan skala nyeri yang signifikan pada pasien di setiap pertemuan. Pasien mengatakan setiap dilakukan terapi *foot massage* tubuhnya akan terasa lebih nyaman dan rileks.

Berdasarkan hasil intervensi sebelum dan sesudah terapi *foot massage*, terdapat penurunan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien. Pada hari pertama skala nyeri sebelum diberikan intervensi *foot massage* yaitu 7 (berat). Setelah diberikan intervensi skala nyeri menurun menjadi 6 (sedang). Pada hari kedua skala nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu 6 (sedang), setelah diberikan intervensi menjadi 5 (sedang). Pada hari ketiga skala nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu 6 (sedang), setelah diberikan intervensi menjadi 5 (sedang).

Pada penelitian ini dilakukan terapi *foot massage* untuk mengurangi nyeri pada post sectio caesarea dimana nyeri merupakan perasaan emosional yang bersifat subjektif dan hanya seseorang dengan kondisi tersebut yang dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan. Nyeri muncul karena adanya kiriman impuls yang memasuki medulla spinalis dan berinteraksi dengan sel-sel saraf inhibitor sehingga akan ditransmisi mencapai korteks cerebri untuk diinterpretasikan menjadi sensasi nyeri. Pasien post sectio caesarea yang diberikan terapi *foot massage* mengalami penurunan tingkat nyeri tetapi tidak menghilangkan nyeri tersebut karena luka operasi sectio caesarea merupakan luka yang dibuat mulai dari lapisan perut sampai ke lapisan uterus yang penyembuhannya bertahap sehingga masih merasakan nyeri (Pragholapati, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa studi terbaru di Indonesia yang menunjukkan bahwa terapi *foot massage* efektif dalam menurunkan nyeri post-sectio caesarea. Stimulasi saraf perifer di area kaki mampu memicu pelepasan endorfin dan meningkatkan sirkulasi darah lokal sehingga pasien merasakan relaksasi dan penurunan nyeri (Lestari & Fitriyah, 2023; Puspitasari et al., 2024; Kusumawardani & Handoko, 2023; Rizki & Nurjanah, 2025).

Perunun nyeri pada pasien dapat disebabkan oleh faktor pengalihan, yaitu ketika pasien mengalihkan perhatiannya dari rasa nyeri ke hal –hal yang membuatnya nyaman dan rileks maka pasien dapat melupakan nyeri yang dirasakannya (Masadah & Cembun, 2020). Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Sari & Rumhaeni, 2020) yang mengatakan bahwa rasa nyaman yang dirasakan dari tindakan *foot massage* dapat mendistraksi rasa nyeri, hal ini sesuai dengan teori distraksi yang menyatakan apabila seseorang mendapatkan dua rangsangan secara bersamaan maka otak manusia tidak dapat mempersepsikan rangsangan tersebut secara bersamaan, melainkan rangsangan yang lebih kuat dan yang dirasakan paling menyenangkanlah yang akan dipersepsikan oleh otak. Selain itu, *foot massage* efektif untuk mengurangi kecemasan dan memperbaiki parameter fisiologis (tekanan darah, pernapasan, dan denyut nadi) pasien post sectio caesarea (Putri dkk., 2022) meningkatkan kenyamanan, kesejahteraan, dan meringankan rasa sakit pasien. Serabut saraf di kaki dirangsang, kemudian menghasilkan hormon endorfin sebagai penghilang rasa sakit. Pada bagian kaki memiliki reseptor nyeri tertinggi dimana setiap ekstremitas memiliki lebih dari 7.000 saraf ujung, sehingga *foot massage* mungkin menjadi salah satu cara yang efektif untuk menghilangkan rasa sakit dan kelelahan post sectio caesarea (Fathey dkk., 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Masdah & Cembun (2020) membuktikan bahwa terapi *foot massage* bermanfaat dalam penurunan intensitas nyeri akibat luka insisi post operasi abdomen atau laparatomi. Terapi *foot massage* menunjukkan manfaat dalam mengatasi berbagai masalah kesehatan terutama mengurangi nyeri yang dapat berpengaruh terhadap psikologis dan kondisi medis. Secara naluri, manusia merespon sakit dan nyeri dengan menggosok-gosok area tersebut. Terapi *foot massage* mengembangkan reaksi ini menjadi cara untuk menghilangkan rasa sakit dan ketegangan. Selain sebagai pereda nyeri, *foot massage* juga dapat meningkatkan apgar pada menit pertama dan kelima bayi baru lahir, mengurangi perdarahan postpartum, dan mengurangi kecemasan ibu selama persalinan (Putri dkk., 2022)

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam studi kasus ini dapat disimpulkan 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.

Dari hasil studi kasus diharapkan rumah sakit dapat mensosialisasikan terapi *foot massage* pada pasien post sectio caesarea. Dan menyediakan standar operasional prosedur yang dapat diaplikasikan di ruang rawat inap nifas guna untuk mengontrol nyeri dan kecemasan pasien post sectio caesarea. Diharapkan juga kepada perawat untuk dapat mengatasi masalah keperawatan seperti nyeri yang dirasakan pasien post sectio caesarea dengan memasukkan terapi *foot massage* kedalam asuhan keperawatan pasien dan mengaplikasikannya untuk mengontrol nyeri pasien

5. DAFTAR PUSTAKA

- Fathey, H., Eittah, A., Saber, F., Mohammed, N., Shalaby, S., Hassan, N., & Mohamed, A. (2021). Effect of Foot Massage on Fatigue and Incisional Pain among Post Caesarean Women. In *Original Article Egyptian Journal of Health Care* (Vol. 12, Issue 1).
- Kusumawardani, E., & Handoko, S. (2023). *Terapi pijat kaki sebagai manajemen nyeri nonfarmakologis pada pasien post sectio caesarea*. *Jurnal Keperawatan Sehat Mandiri*, 11(3), 155–162.
- Lestari, I. A., & Fitriyah, N. (2023). *Efektivitas foot massage terhadap penurunan nyeri post operasi abdomen di ruang nifas*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 45–52.
- Masadah, Cembun, R. S. (2020). Vol. 2 No. 1 April 2020. Pengaruh Foot Massage Therapy Terhadap Skala Nyeri Ibu Post Sectio Caesarea Di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram, 2(1), 16.
- Mata, Y. P. R., & Kartini, M. (2020). Efektivitas Massage untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 58. <https://doi.org/10.46815/jkanwvol8.v9i2.99>
- Marselina, I., Lasmadasari, N., Elly, N., Tinggi, S., Kesehatan, I., Bakti, S., & Massage, F. (2020). Pemberian *foot massage* dalam manajemen nyeri pada pasien post sectio caesarea dirumah sakit harapan dan doa kota bengkulu. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia*, 1(5).

- Pragholapati, A. (2020). Effect Of Progressive Muscle Relaxation Technique On Pain In Post Sectio caesarea. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(2), 112–122. <https://doi.org/10.36858/jkds.v8i2.216>
- Putri, A., Dewi, S., Setianingsih, N. J., Maesaroh, S., Sulasih, U., Rahmadhani, W., & Novyriana, E. (2022). The Role of Early Mobilization on Wound Healing After Sectio Caesarea. In *Journal of Sexual and Reproductive Health Sciences* (Vol. 1, Issue 1).
- Puspitasari, R., Wulandari, D., & Hidayat, T. (2024). Pengaruh foot massage terhadap intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea di RSUD Soewondo Kendal. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Indonesia*, 12(2), 63–70.
- Rizki, A. P., & Nurjanah, D. (2025). Efek foot massage terhadap nyeri, kualitas tidur, dan mobilisasi awal pasien post SC di RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan Nusantara*, 14(1), 21–29.
- Sari, D. N., & Rumhaeni, A. (2020). Foot Massage Menurunkan Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea Pada Post Partum. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), 164–170. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss2.528>
- Viandika, N., & Septiasari, R. M. (2020). Pengaruh Continuity Of Care Terhadap Angka Kejadian Sectio Cessarea. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.41>