



Foot Massage Reduce Post Operation Pain Sectio Caesarea at Post Partum

Pijat Kaki dalam Menurunkan Nyeri Setelah Operasi Sectio Caesar pada Ibu Nifas

Dewi Nurlaela Sari¹, Aay Rumhaeni²

¹ Program Studi D3 Kebidanan Universitas Bhakti Kencana

² Program Studi Profesi Ners Universitas Bhakti Kencana

ABSTRACT

Sectio Caesarea is an alternative action in the delivery process to save the mother and fetus. Pain is the most common impact felt by postpartum with postoperative cesarean section, so that it will have an impact on disturbed bounding attachments, limited mobilization, disrupted Activity Daily Living, and affect Early Breastfeeding Initiation. The purpose of this study was to determine the effect of foot massage on pain scales on postoperative cesarean clients. This research was pre-experimental research with one group pre-test and post-test design approach. The number of samples used amounted to 27 people using a purposive sampling technique. The instrument used the Numeric Rating Scale and foot massage work procedures. Respondents performed foot massage for 20 minutes for 2 days. Data analyzed using the Wilcoxon test. The results showed that more than half of the client's post section Caesarea was on the pain scale 6 before the foot massage procedure and almost half had a pain scale 3 after foot massage and the p-value = 0.000 was obtained, so it was concluded there was an influence of foot massage on the pain scale on the client postoperative cesarean section. It is suggested for hospitals doing foot massage as an alternative non-pharmacological management for pain management.

ABSTRAK

Sectio caesarea merupakan tindakan alternatif dalam proses persalinan untuk menyelamatkan ibu dan janin. Nyeri merupakan dampak yang paling sering muncul dirasakan oleh ibu nifas dengan post operasi sectio caesarea, sehingga akan berdampak pada bounding attachment terganggu, mobilisasi terbatas, Activity Daily Living terganggu serta berpengaruh terhadap Inisiasi Menyusui Dini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Pijat kaki terhadap skala nyeri pada klien post operasi sectio caesarea. Penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimen dengan pendekatan one group pre test post test design. Jumlah sampel yang digunakan berjumlah 27 orang dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah Numeric Rating Scale dan prosedur kerja Pijat kaki. Responden dilakukan Pijat kaki selama 20 menit selama 2 hari. Data di analisis dengan menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari setengah klien post operasi sectio caesarea berada di skala nyeri 6 sebelum dilakukan Pijat kaki dan hampir setengah memiliki skala nyeri 3 sesudah dilakukan Pijat kaki dan didapatkan nilai p-value = 0.000, sehingga disimpulkan ada pengaruh Pijat kaki terhadap skala nyeri pada klien post operasi sectio caesarea. Diharapkan rumah sakit dapat menjadikan Pijat kaki sebagai salah satu alternatif manajemen non farmakologi dalam penanganan nyeri.

Keywords : Caesarean sectio, foot massage, pain, post partum .

Kata Kunci : Nifas, nyeri, pijat kaki, sectio caesarea .

Correspondence : Dewi Nurlaela Sari, Alamat : Cluster Pesona Regency Blok I No 25 Pasirwangi Kota Bandung
Email : dewi.nurlaela@bku.ac.id, 081221765312

• Received 10 Maret 2020 • Accepted 10 Agustus 2020 • p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 •

DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol6.Iss2.528>

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat kemajuan kesehatan suatu negara, khususnya yang berkaitan dengan masalah kesehatan ibu dan anak. Angka Kematian Ibu (AKI) juga merupakan salah satu target yang telah ditentukan dalam Sustainable Development Goals (SDGs) (BPS, 2014).

Salah satu upaya untuk menekan angka morbiditas dan mortalitas ibu dan anak adalah dengan pemberian asuhan keperawatan yang berkualitas pada saat sebelum persalinan, saat persalinan dan sesudah persalinan. Proses persalinan kadang tidak dapat berjalan semestinya dan janin tidak dapat lahir secara normal, tindakan *sectio caesarea* (SC) merupakan pilihan utama bagi tenaga medis untuk menyelamatkan ibu dan janin. Sejak 1985 organisasi World Health Organization menetapkan standar rata-rata SC di sebuah Negara adalah 10-15%. Sejak hal itu angka kejadian SC meningkat baik dinegara maju maupun negara berkembang (WHO, 2015).

Persalinan secara SC memberikan dampak bagi ibu dan bayi. Pada ibu post SC, ibu akan mengalami rasa nyeri. Rasa nyeri biasanya muncul 2 jam setelah proses persalinan selesai. Hal ini disebabkan karena pengaruh pemberian obat anastesi pada saat persalinan. Nyeri pada proses persalinan normal adalah nyeri fisiologis saat persalinan, sedangkan nyeri post SC sudah tidak lagi nyeri fisiologis. Nyeri post SC diakibatkan karena proses pembedahan pada dinding abdomen dan dinding Rahim yang tidak hilang dalam satu hari dengan intensitas nyeri dari nyeri ringan sampai berat (Pallasma, 2014).

Nyeri post SC akan memberi dampak seperti mobilisasi terbatas, *bounding attachment* (ikatan kasih sayang) terganggu/tidak terpenuhi, *Activity of daily Living* (ADL) terganggu pada ibu yang akibatnya nutrisi bayi berkurang sebab tertundanya pemberian Air Susu Ibu (ASI) sejak awal, selain itu juga mempengaruhi Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yang akan mempengaruhi daya tahan bayi yang dilahirkan secara SC. Oleh karena itu, diperlukan adanya suatu manajemen yang dapat menurunkan komplikasi dan meningkatkan kualitas ibu post partum (Jacobs, 2011).

Pelaksanaan manajemen nyeri di rumah sakit atau fasilitas pelayanan kesehatan saat ini mulai bergeser yang sebelumnya fokus pada pemberian farmakologi sekarang mulai dikembangkan pemberian manajemen nyeri non farmakologi. Komite Akreditasi Rumah Sakit (KARS) mempersyaratkan semua pasien yang masuk ke rumah sakit di *assessment* nyeri dan diberikan penanganan nyeri bagi pasien yang mengalami nyeri agar pasien terbebas dari rasa nyeri (KARS, 2017).

Walaupun tindakan farmakologi dinilai efektif untuk menghilangkan nyeri pasien, tetapi tindakan ini mempunyai nilai ekonomis yang cukup mahal yaitu harga obat yang cukup mahal,

dan kemungkinan terjadinya efek samping dari obat pada pasien mulai dari yang ringan sampai berat. Efek samping dari obat analgetik dapat berupa, mual pusing, konstipasi, gangguan ginjal, gangguan fungsi jantung gangguan fungsi hati, reaksi alergi obat dan sebagainya (Potter & Perry, 2010).

Sebagai alternatif pelayanan manajemen nyeri maka sekarang dikembangkanlah berbagai tindakan non farmakologi atau komplementer untuk penanganan nyeri, yang salah satunya adalah tindakan pemijatan. Teknik pemijatan/ *massage* merupakan salah satu alternatif pilihan penanganan nyeri non farmakologi. Tindakan pemijatan dirasa efektif mengurangi atau menghilangkan rasa tidak nyaman, tindakannya cukup sederhana dan dapat dilakukan oleh diri sendiri atau dengan bantuan orang lain. Teknik *massage* ini efektif untuk mengurangi rasa nyeri akut post operatif (Trisnowiyanto, 2011.)

Massage merupakan teknik sentuhan serta pemijatan ringan yang dapat meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit dan mengurangi rasa sakit, hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorfin (Kuswandi, 2011 dalam Nurrochmi, 2014). Teknik non farmakologis Pijatan (*massage*) dapat memberikan relaksasi fisik dan mental, mengurangi nyeri dan meningkatkan keefektifan dalam pengobatan. *Massage* pada daerah yang diinginkan selama 20 menit dapat merelaksasikan otot dan memberikan istirahat yang tenang dan kenyamanan (Potter & Perry, 2010).

Rasa nyaman yang dirasakan dari tindakan *massage* juga dapat mendistraksi rasa nyeri yang dirasakan oleh seseorang, hal ini sesuai dengan teori distraksi yang menyatakan apabila seseorang mendapatkan dua rangsangan atau stimulus 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 (Yuliatun, 2011).

Manajemen nyeri dengan tindakan *massage* mencakup *hand massage*, *effleurage*, *deep back massage*, Pijat kaki dan lain-lain (Degimen, Ozerdogan, Sayiner, Kosgeroglu, & Ayranci, 2010). Untuk penanganan non farmakologi nyeri post operasi abdomen Pijat kaki merupakan salah satu pilihan, hal ini disebabkan karena didaerah kaki banyak terdapat saraf-saraf yang terhubung ke organ dalam, tindakan dapat diberikan saat pasien terlentang dan minimal melakukan pergerakan daerah abdomen untuk mengurangi rasa nyeri. Pelaksanaan Pijat kaki dapat dilakukan pada 24-48 jam post operasi, dan setelah 5 jam pemberian injeksi ketorolac, dimana pada saat itu pasien kemungkinan mengalami nyeri terkait dengan waktu paruh obat ketorolac 5 jam dari waktu pemberian (Chanif, 2013).

Pijat kaki menjadi salah satu tindakan *massage* yang dikembangkan dan diimplementasikan di rumah sakit dalam manajemen nyeri non farmakologi (Chanif, 2013). *Nosireseptor*

adalah saraf yang memulai sensasi nyeri dimana reseptor ini yang mengirim sinyal nyeri dan terletak di permukaan jaringan internal dan dibawah kulit padat kaki, oleh karena itu Pijat kaki dianggap menjadi metode yang sangat tepat untuk mengurangi nyeri (Abbaspoor, M, & S, 2014). Pijat kaki dapat membantu menutup gerbang di posterior horns dari sumsum tulang belakang dan memblokir bagian dari nyeri ke sistem saraf pusat, selain itu Pijat kaki juga dapat menurunkan tingkat kecemasan dan stres dengan cara meningkatkan tingkat dopamine yang ada di tubuh (Abdelaziz & Mohammed, 2014) sehingga Pijat kaki dapat bermanfaat secara fisik dan mental emosional (Setyawati, Ibrahim, & Mulyati, 2016).

Kelebihan lain Pijat kaki dari tindakan manajemen nyeri non farmakologi lainnya adalah Pijat kaki sama efektifnya dengan teknik nonfarmakologi lainnya dalam menurunkan intensitas nyeri, tindakannya sederhana, dapat dipelajari dengan pelatihan singkat, tidak memerlukan alat khusus seperti pada tindakan TENS, tidak memerlukan bahan-bahan terapi atau persiapan khusus seperti pada aroma terapi, tidak memerlukan ruang khusus seperti pada tindakan relaksasi, distraksi, guide imagery, tidak memerlukan keahlian khusus seperti pada tindakan hipno terapi yang perlu adanya bukti sertifikasi kewenangan melakukan hipnoterapy.

Menurut Chanif (2013) dan Kemendikbud (2015) ada lima teknik Pijat kaki, yaitu: effleurage, petrissage, tapotement, vibration dan friction. Kelima teknik ini mampu menstimulasi nervus (A-Beta) di kaki dan lapisan kulit yang berisi tactile dan reseptor. Kemudian reseptor mengirimkan impuls nervus ke pusat nervus sistem. Sistem gate control diaktivasi melalui inhibitor interneuron dimana rangsangan interneuron di hambat, hasilnya fungsi inhibisi dari T-cell menutup gerbang. Pesan nyeri tidak ditransmisikan ke nervus sistem pusat. Oleh karena itu, otak tidak menerima pesan nyeri, sehingga nyeri tidak diinterpretasikan.

Teknik Pijat kaki akan efektif bila dilakukan dengan durasi waktu pemberian 5-20 menit dengan frekuensi pemberian 1 sampai 2 kali (Chanif 2013) hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hariyanto, Hadisaputro dan Supriyadi (2013) yang menyatakan bahwa foot hand massage yang diberikan 4 kali selama 20 menit dalam 2 hari dapat menurunkan intensitas nyeri pada klien dengan Infark Miokard.

Berdasarkan uraian diatas tentang Pijat kaki maka, Pijat kaki dapat dijadikan alternatif utama dalam pelaksanaan manajemen nyeri non farmakologi pada pasien-pasien post operasi sectio caesarea di rumah sakit. Hal ini dikarenakan tindakan Pijat kaki mudah dilakukan, ekonomis dan terbukti sangat efektif menurunkan nyeri secara evidence based.

RS AMC merupakan rumah sakit yang berada digerbang Timur kota Bandung. Berdasarkan laporan SIMRS di RS AMC didapatkan hasil bahwa pasien yang menjalani operasi sectio

caesarea tahun 2016 sebanyak 276 orang, tahun 2017 sebanyak 408 orang dan bulan Maret-Mei 2018 sebanyak 111 orang. Sedangkan ibu dengan post partum spontan pada bulan Maret 2018 sebanyak 32 orang, April sebanyak 26 orang dan Mei sebanyak 30 orang. Banyaknya pasien post operasi yang membutuhkan perawatan maksimal untuk mendapatkan kenyamanan selama perawatan, sehingga perawat dapat mengaplikasikan intervensi mandiri keperawatan untuk memenuhi kenyamanan pasien dan tidak melakukan kolaborasi saja dengan pemberian analgetik. (SIMRS AMC. 2018)

Dari hasil wawancara dengan 10 pasien post SC di RS AMC, mereka mengatakan mulai merasakan nyeri setelah 3-4 jam post operasi, dengan menggunakan pengukuran skala nyeri Numeric Rating Scale mereka mengatakan merasakan nyeri dari nyeri sedang dengan skala nyeri 5 sebanyak 4 orang dan skala nyeri 6 sebanyak 5 orang sampai nyeri berat dengan skala nyeri 7 sebanyak 1 orang, meskipun pasien sudah mendapatkan terapi farmakologis untuk mengurangi nyeri. Untuk mengurangi rasa nyeri, dari 10 pasien hanya 3 pasien yang melakukan teknik mengurangi nyeri non farmakologi yaitu dengan tarik napas dalam sedangkan sisanya hanya mengandalkan dari obat analgetik. Keluhan dirasakan klien hingga menggigil bahkan sampai tidak mau bergerak karena nyeri.

Nyeri yang dirasakan membuat pasien tidak mau mobilisasi dini atau beraktivitas sebanyak 4 orang, menunda untuk rawat gabung dengan bayi sebanyak 2 orang, bahkan tidak mau memberikan ASI kepada bayinya karena nyeri bila bergerak sebanyak 4 orang. Hasil wawancara peneliti dengan perawat di RS AMC didapatkan bahwa manajemen nyeri non farmakologis yang biasa dilakukan untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi SC adalah relaksasi nafas dalam namun tidak ada standar prosedur operasional untuk teknik tersebut dan penatalaksanaan nyeri pasca operasi SC lebih banyak menggunakan obat anti nyeri dibandingkan dengan intervensi non farmakologis.

METODE

Jenis penelitian adalah quasi experimental dengan pendekatan pre test dan post test one group design. Intervensi (foot masaage) diwali dengan pre test kemudian dilakukan pengukuran post test setelah intervensi dilakukan. (Nursalam, 2013). Pengukuran pre test dan post test dilakukan dengan menggunakan instrumen NRS (Numeric Rating Scale) untuk mengukur skala nyeri ibu post partum post SC (Yudiyanta, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien post partum dengan sectio caesarea yang menjalani rawat inap di RS AMC pada bulan Maret sampai Mei 2018 sebanyak 111 pasien, dengan rata-rata setiap bulannya terdapat 37 pasien post partum dengan sectio caesarea (SIMRS, 2018). Pada Penelitian ini memerhatikan kaidah penelitian yaitu dengan cara peneliti menjamin hak-hak

responden dengan cara menjamin kerahasiaan, identitas responden, memberikan hak kepada responden untuk menolak dan memberikan informed consent kepada responden (Hamid, 2008). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan memperhatikan kriteria inklusi yaitu post partum SC hari ke-2 dengan anastesi spinal dengan kesadaran penuh, mendapatkan analgetik trimadol IV setelah 6 jam pemberian. Sedangkan, kriteria eksklusi yaitu memiliki penyakit penyerta (kontra indikasi dilakukan Pijat kaki), pemasangan IV kateter di kaki, mendapatkan analgetik duogesic.

Intervensi (Pijat kaki) diberikan dengan tahap pre intervensi untuk mengukur skala nyeri, intervensi dilakukan 1 kali setiap hari selama 2 hari dengan lama waktu pemberian selama 20 menit sesuai dengan petunjuk teknis pemberian terapi Pijat kaki yang ada, dan post intervensi yaitu dilakukan dengan mengukur kembali skala nyeri responden 1 sampai 2 jam setelah pemberian Pijat kaki yang kedua, kemudian mencatatnya di lembar observasi (post test) hari ke-2.

Variabel dalam penelitian ini yaitu variabel independen dan dependen. Variabel independen yaitu Pijat kaki dan variabel dependen yaitu nyeri luka post SC. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran karakteristik responden dan tingkat nyeri, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan Pijat kaki terhadap pengurangan nyeri post partum post SC. Analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon dan uji normalitas menggunakan Shapiro- Wilk dengan hasil berdistribusi normal.

HASIL

Karakteristik responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini digambarkan berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, suku bangsa, pengalaman SC dan skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan Pijat kaki.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Nifas Post Operasi sectio caesarea

Kategori	F	%
Usia		
17 - 25 Tahun	11	41
26 - 35 Tahun	12	44
36 - 45 Tahun	4	15
Pendidikan		
SD	1	4
SMP	5	19
SMA	17	62
DIII	1	4
S1	2	7
S2	1	4
Pekerjaan		
Swasta	7	26
PNS	3	11
IRT	17	63
Pengalaman SC		
Ya	14	52
Tidak	13	48

Berdasarkan tabel diatas, dapat dijelaskan bahwa hampir setengahnya klien post operasi sectio caesarea (44%) berusia 26-35 tahun. Lebih dari setengahnya (62%) klien post operasi sectio caesarea memiliki tingkat pendidikan SMA. Lebih dari setengahnya klien post operasi sectio caesarea (63%) bekerja sebagai ibu rumah tangga dan lebih dari setengahnya klien post operasi sectio caesarea (52%) memiliki pengalaman sectio caesaria sebelumnya.

Tabel 2. Skala nyeri Ibu Nifas Post operasi Sectio Caesarea Sebelum diberikan foot massage

Skala Nyeri	F	%
1	0	0
2	0	0
3	0	0
4	3	11
5	10	37
6	14	52
7	0	0
8	0	0
9	0	0
10	0	0
Jumlah	27	100

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan bahwa skala nyeri sebelum dilakukan foot massage lebih dari setengahnya (52%) berada pada skala nyeri 6, dimana skala ini termasuk ke dalam nyeri sedang.

Tabel 3. Skala nyeri Ibu Nifas Post operasi Sectio Caesarea Sesudah diberikan foot massage

Skala Nyeri	f	%
0	1	4
1	0	0
2	6	22
3	10	37
4	6	22
5	4	15
6	0	0
7	0	0
8	0	0
9	0	0
10	0	0
Jumlah	27	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa skala nyeri klien post operasi sectio caesaria sesudah dilakukan foot massage hampir setengahnya (37%) pada skala 3, dimana skala ini termasuk ke dalam nyeri ringan.

Tabel 4. Pengaruh foot massage terhadap skala nyeri pada Ibu Nifas Post operasi sectio caesarea

Pengukuran	Median	SD	Min-Maks	p-value	Z
Pre test	6	0.694	4-6	0.000	-4.597
Post test	3	1.178	0-5		

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil penelitian tentang pengaruh foot massage terhadap skala nyeri dengan responden 27 ibu post operasi sectio caesarea yang diberikan selama 20 menit selama 2 hari didapatkan nilai p-value 0.000 (nilai p < nilai

alpha 0.05). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna pemberian foot massage terhadap nyeri pada klien post operasi sectio caesarea.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan bahwa sebelum dilakukan intervensi skala nyeri yang dirasakan oleh responden berada pada nyeri sedang dimana 3 orang responden berada pada skala nyeri 4, 10 orang berada pada skala nyeri 5 dan 14 orang berada pada skala nyeri 6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri yang dirasakan oleh klien post operasi sectio caesarea hari kedua berada direntang 4 - 6 yang tergolong kedalam nyeri sedang. Nyeri sedang ini rasa nyeri yang mengganggu, tidak nyaman, merepotkan, dapat melakukan sebagian aktivitas dengan waktu istirahat (Aziato, Dedey, Marfo, Asmani, & Clampsey, 2015).

Tiap individu mempunyai tingkat nyeri yang berbeda-beda dikarenakan nyeri merupakan sesuatu hal yang bersifat subjektif (Potter & Perry, 2010). Respon individu terhadap nyeri yang dirasakan pun berbeda-beda sehingga perlu dilakukan eksplorasi untuk menentukan nilai nyeri tersebut. Perbedaan skala nyeri yang dipersepsikan oleh seseorang disebabkan oleh kemampuan sikap individu dalam merespon dan mempersepsikan nyeri yang dialami. Kemampuan mempersepsikan nyeri dipengaruhi oleh beberapa faktor dan berbeda diantara individu. Faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang terhadap nyeri adalah faktor fisiologis yang terdiri dari faktor usia, kelelahan, faktor genetik, fungsi neurologis dan faktor sosial yang terdiri dari faktor perhatian, pengalaman sebelumnya, dukungan keluarga dan faktor psikologis yang terdiri dari faktor kecemasan, dan pola koping, serta faktor budaya (Potter & Perry, 2010).

Persepsi yang berbeda-beda dikarenakan adanya perbedaan usia, dan pengalaman sectio caesarea sebelumnya, banyaknya yang mengalami nyeri sectio caesarea dengan skala tinggi dikarenakan usia ibu banyak dengan usia 26-35 tahun, pada usia tersebut maka termasuk dewasa awal sehingga lebih mempersepsikan dalam rasa nyeri dan dengan adanya pengalaman sectio caesarea, hal ini dikarenakan masih traumanya ibu pada bekas luka sectio caesarea sehingga ibu mengalami nyeri lebih terasa dibandingkan sectio caesarea sebelumnya.

Sesudah dilakukan intervensi pada Tabel 3 didapatkan data bahwa skala nyeri yang dirasakan oleh responden berada pada rentang tidak nyeri sampai nyeri sedang, dimana 1 orang responden berada pada skala nyeri 0, 6 orang berada pada skala nyeri 2, 10 orang berada pada skala nyeri 3, 6 orang pada skala nyeri 4, dan 4 orang pada skala nyeri 5. Penurunan skala nyeri pada klien setelah diberikan Pijat kaki sebagian besar mengalami penurunan skala nyeri 2.

Otot yang terkena ketika dilakukan pemijatan pada saat foot

massage adalah semua otot yang berada di sekitar tungkai bawah dan telapak kaki musculus tersebut adalah m. tibialis anterior, m. tibialis posterior, m. gastrocnemius, m. soleus, m. ekstensor digitorum longus, m. peronous brevis, m. perinous longus. Foot massage melibatkan empat teknik pijatan yaitu effleurage, petrissage, tapotement dan vibration. Semua teknik ini mampu menstimulasi nervus (A-Beta) di kaki dan lapisan kulit yang berisi tactile dan reseptor. Kemudian reseptor mengirimkan impuls nervus ke pusat nervus sistem. Sistem gate control diaktivasi melalui inhibitor interneuron dimana rangsangan interneuron di hambat. Hasilnya fungsi inhibis dari T-cell menutup gerbang. Pesan nyeri tidak ditransmisikan ke nervus sistem pusat. Oleh karena itu, otak tidak menerima pesan nyeri sehingga nyeri tidak diinterpretasikan (Chanif, 2013).

Pemberian Pijat kaki mempengaruhi penurunan skala nyeri pada klien post operasi sectio caesarea di RS AMC. Penurunan skala nyeri ini menurut beberapa penelitian dapat disebabkan karena massage dapat menyebabkan pelepasan neurotransmitter tertentu seperti serotonin dan dopamin yang dapat membuat pasien relaksasi sehingga nyeri berkurang (Afianti & mardhiyah, 2017).

Pijat kaki memiliki beberapa gerakan yaitu effleurage, prestissage, tapotement, friction dan vibration. Gerakan-gerakan ini merangsang serabut saraf (A-beta fibers) pada kaki dan lapisan dermatom yang mengandung reseptor taktil dan tekanan permukaan kaki juga merupakan area yang paling banyak dipersyarafi dengan 7000 ujung saraf. Reseptor kemudian mengirimkan impuls saraf ke sistem saraf pusat. Gate control system diaktifkan melalui penghambatan interneuron rangsang sehingga mengakibatkan penghambatan fungsi T-cell yang akan menutup gerbang. Sehingga pesan nyeri tidak ditransmisikan ke sistem saraf pusat, karena itu otak tidak menerima pesan nyeri.

Pijat kaki selain dapat menghambat pesan nyeri ke sistem saraf pusat juga dapat membuat tubuh bereaksi dengan mengeluarkan endorfin karena pemijatan. Endorfin adalah zat yang diproduksi secara alamiah oleh tubuh, bekerja, serta memiliki efek seperti morfin. Endorfin bersifat menenangkan, memberi efek nyaman, dan sangat berperan dalam regenerasi sel-sel guna memperbaiki bagian tubuh yang sudah usang atau rusak.

Pijat kaki yang dilakukan selama 20 menit 1-2 kali dapat menurunkan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shehata, Elhy dan Elsalam (2016) pada pasien post operasi bedah abdomen yang menyatakan bahwa bila setelah dilakukan pijat kaki tetapi skala nyeri masih diatas 3 maka dilakukan pijat kaki yang kedua oleh peneliti sedangkan Hariyanto, Hadisaputro dan Supriyadi (2013) yang menyatakan bahwa foot hand massage yang diberikan 4 kali selama 20 menit dalam 2 hari dapat menurunkan intensitas nyeri pada klien dengan Infark Miokard.

Pada penelitian ini dilakukan Pijat kaki untuk mengurangi nyeri pada post operasi sectio caesarea dimana nyeri merupakan sensasi yang rumit, unik, universal dan bersifat individual. Dikatakan bersifat individual karena respons individu terhadap sensasi nyeri beragam dan tidak bisa disamakan satu dengan lainnya. Nyeri muncul karena adanya kiriman impuls yang memasuki medulla spinalis dan berinteraksi dengan sel-sel saraf inhibitor sehingga akan ditransmisi mencapai ke korteks cerebri untuk diinterpretasikan menjadi sensasi nyeri (Potter & Perry, 2010).

Pasien post operasi sectio caesarea yang dilakukan Pijat kaki mengalami penurunan skala nyeri tetapi tidak menghilangkan nyeri tersebut karena luka dari operasi sectio caesarea tersebut merupakan luka yang dibuat mulai dari lapisan perut sampai ke lapisan uterus yang penyembuhannya bertahap sehingga masih merasakan nyeri. Reaksi lokal adanya nyeri itu juga mengaktifkan syaraf-syaraf simpati berupa keluarnya keringat yang berlebihan, respon metabolisme yang meningkat, peningkatan kardiovaskuler. Nyeri akan menimbulkan perasaan sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan. Nyeri yang dirasakan ibu post operasi sectio caesarea dapat dikendalikan dengan metode penatalaksanaan nyeri seperti yang dilakukan oleh peneliti pada penelitiannya saat ini.

Pijat kaki merupakan terapi tambahan pada pasien yang telah menjalani operasi untuk meminimalkan tingkat rasa nyeri post operasi. Pijat kaki menjadi salah satu metode non farmakologis dan non invasive, tanpa biaya dan tidak memerlukan peralatan yang berlebihan. Pijat kaki membantu pasien dalam mengatasi nyeri dan cemas serta meningkatkan kualitas hidup pasien. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Abbaspoor (2011) di RS. Mustafa Khomeini Iran terhadap 80 ibu post operasi caesarea elektif didapatkan hasil terdapat perbedaan penurunan intensitas nyeri yang signifikan.

Berdasarkan pembahasan mengenai hasil penelitian dari peneliti dan peneliti sebelumnya, tentu saja diperlukan adanya solusi dari permasalahan yang berkaitan dengan skala nyeri pada ibu post operasi sectio caesarea. Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah ini tentu saja diperlukan adanya peningkatan dari penggabungan metode farmakologi dan non farmakologis secara efektif dan menyeluruh. Metode non farmakologis berupa Pijat kaki diharapkan dapat menjadi komplementer bagi ibu post operasi sectio caesarea untuk dapat mengontrol nyeri yang dirasakan secara tiba-tiba sehingga nantinya aktivitas ibu post operasi sectio caesarea tidak terganggu serta dapat melewati fase letting go atau kemandirian.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dapat diambil simpulan bahwa Pijat kaki dapat menurunkan tingkat nyeri pada ibu nifas dengan sectio caesarea. Pijat kaki merupakan terapi non komplementer yang

dapat dikembangkan sebagai asuhan penanganan nyeri pada ibu post partum post SC.

Konflik kepentingan

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam artikel ini

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada Direktur RS AMC beserta jajarannya yang telah memberikan ijin kepada penyusun untuk melakukan penelitian, Ketua LPPM STIKes Bhakti Kencana Bandung yang telah memberikan support dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS). 2014. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Jakarta
- WHO. Maternal Mortality. 2015. World Health Organization
- Pallasama, N. 2014. Cesarean section Short Term Maternal Complications Related to The Mode of Delivery . Universitas of Turki
- Matasarin Jacobs. 2011. Medical Surgical Nursing : Clinical management for continuity of care. (Edisi V). Philadelphia: Wb Saunders Company.
- Standar Nasional Akreditasi Rumah Sakit. 2017. KARS versi 2012. Jakarta.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. 2010. Fundamental of Nursing. Singapore.
- Trisnowiyanto B. 2012. Keterampilan Dasar Massage. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Nurrochmi, E., Nurasih, & Romadon, A. R. 2014. Pengaruh Kombinasi Metode Zilgri dan Endorphine Massage Pada Ibu Inpartu Primigravida Terhadap Lamanya Kala I Fase Aktif di RSUD Indramayu Periode April-Mei 2013.23-31.
- Nursalam. 2013. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. 2010. Fundamental of Nursing. Singapore
- Sistem Informasi Manajemen Rumah Sakit. 2018. Data Pasien Rawat Inap dan Rawat Jalan RS AMC.
- Chanif, Petpichetchian, W., & Changchareon, W. 2013. Does Foot Massage Relieve Acute Post Operative Pain? A Literature Review. Nurse Media Journal Of Nursing , 483-497.
- Aziato, L., Dedey, F., Marfo, K., Asmani, J. A., & Clamptey, J. N. 2015. Validation of three pain scales among adult postoperative patients in Ghana. Aziato et al BMC Nursing.
- Hariyanto, A., Hadisaputro, S., & Supriyadi. 2013. Efektivitas Foot Hand Massage Terhadap Respon Fisiologis dan Intensitas Nyeri Pada Pasien Infark Miokard Akut : Studi Di Ruang ICCU RSUD DR. Iskak

- Tulungagung. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK).
- McGuire. Pain. In S. L. Groen, M. H. Fragge, M. Goodman, and C. H. Yarbrow (Edt.). 2016. Cancer nursing: Principles and practice (3rd Ed.). Boston, NA: Jones and Bartlett Publisher.
- Irani, M., Kordi, M., Tara, F., Bahrami, H. R., & Nezhad, K. S. 2015. The Effect Hand And Foot Massage On Post Cesarean Pain And Anxiety. *Journal Of Midwifery And Reproductive Health*, 465-471.
- Yudiyanta, Novita. 2015. Assessment Nyeri. Patient Comfort Assessment Guide