



## Penerapan Terapi Pijat Refleksi Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea H-O Di Ruang Anggrek (Nifas) RSUD. Dr T.C Hillers Maumere.

Faridah Derang<sup>1</sup>, Regina Ona Adesta<sup>2</sup>

Universitas Nusa Nipa Indonesia, Nusa Tenggara Timur (NTT), Indonesia

[faridahderang27@gmail.com](mailto:faridahderang27@gmail.com)

**Abstrak** *With a scar from a caesarean section operation sectio caesarea cause pain to the patient so the patient tends to just lie down, therefore postpartum mothers with a history sectio caesarea early mobilization care is needed. On mother sectio caesarea allowed to get out of bed no later than 24-48 hours after giving birth. one way to reduce pain in mothers after surgery sectio caesarea is by doing reflexology massage therapy. The purpose of this case study is to find out adaptation of pain levels in post-mothers sectio caesarea after reflexology massage therapy. The method used in this case study case study design with a nursing care process approach. The subjects in this case study were 2 patients, obtained from inclusion and exclusion criteria, data collection using Numerik rating scale (NRS). The case study results show that on average pain level of the two patients after being given therapeutic intervention reflexology massage for 2x8 hours, namely experiencing changes from severe pain to moderate pain and the patient looks more comfortable and relaxed. The conclusion of this case study shows that there are changes that occur after it is given reflexology therapy intervention for the two patients and experienced a decrease in the pain scale so that both patients are able to adapt to the pain what they feel.*

**Keywords:** *post caesarean section wounds, pain, reflexology.*

**Abstrak** Dengan adanya luka bekas operasi sectio caesarea menimbulkan nyeri pada pasien sehingga pasien cenderung berbaring saja, oleh karena itu ibu nifas dengan riwayat sectio caesarea dibutuhkan asuhan mobilisasi dini. Pada ibu post sectio caesarea diperbolehkan bangun dari tempat tidur paling lama 24-48 jam setelah melahirkan. salah satu cara untuk menurunkan rasa nyeri pada ibu pasca operasi section caesarea adalah dengan melakukan terapi pijat refleksi. **Tujuan** dari studi kasus ini yaitu untuk mengetahui adaptasi tingkat nyeri pada ibu post sc setelah dilakukan terapi pijat refleksi. **Metode** yang digunakan dalam studi kasus ini case study design dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Subyek dalam studi kasus ini berjumlah 2 pasien, yang didapatkan dari kriteria inklusi dan eklusi, pengambilan data dengan menggunakan Numerik rating scale (NRS). **Hasil** studi kasus menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri dari kedua pasien tersebut setelah diberikan intervensi terapi pijat refleksi selama 2x8 jam yaitu mengalami perubahan dari nyeri berat ke nyeri sedang dan pasien tampak lebih nyaman, dan rileks. **Kesimpulan** dari studi kasus ini menunjukkan bahwa ada perubahan yang terjadi setelah diberikan intervensi terapi pijat refleksi ke pada kedua pasien tersebut dan mengalami penurunan skala nyeri sehingga kedua pasien mampu beradaptasi dengan nyeri yang mereka rasakan.

**Kata kunci:** post sectio caesarea, Nyeri, pijat refleksi

### PENDAHULUAN

Masa nifas (puerperium) adalah dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika organ dalam kandungan kembali seperti sebelum hamil. masa nifas berlangsung kira- kira 6 minggu (Prawihardjo, 2018). Masa nifas merupakan masa penting atau kritis bagi ibu maupun bayinya. *World Health Organisation* (WHO) menyatakan bahwa persalinan di negara berkembang sekitar 10-15% dengan metode sectio caesarea. Dengan adanya luka bekas operasi sectio caesarea menimbulkan nyeri pada pasien sehingga pasien cenderung berbaring saja, oleh karena itu ibu nifas dengan riwayat sectio caesarea dibutuhkan asuhan mobilisasi dini. Pada ibu post sectio

caesarea diperbolehkan bangun dari tempat tidur paling lama 24-48 jam setelah melahirkan (Ferinawati, 2019: 319-321).

Secara fisik tindakan section caesarea menyebabkan nyeri pada abdomen yang berasal dari luka operasi. Persalinan sectio caesarea memiliki tingkat nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% di bandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9%. Umumnya tingkat nyeri yang dirasakan dominan tinggi pada hari pertama post operasi section caesarea. Secara psikologis tindakan sectio caesarea berdampak terhadap rasa takut, cemas terhadap nyeri yang dirasakan setelah analgetik hilang. Nyeri dapat diatasi dengan penatalaksanaan nyeri. Tujuan penatalaksanaan nyeri untuk meringankan atau mengurangi rasa nyeri. (Utami, 2016)

Data WHO mengenai status kesehatan nasional pada pencapaian target SDGs menyatakan secara global sekitar 830 wanita meninggal dalam setiap harinya karena komplikasi selama kehamilan, persalinan, serta nifas dengan tingkat AKI sebanyak 216 per 100.000 kelahiran yang hidup. Sebanyak 99% kematian ibu di akibatkan oleh masalah kehamilan, persalinan, dan nifas di Negara-negara berkembang (WHO, 2017). Angka kematian ibu (AKI) adalah jumlah kematian ibu yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaaannya tetapi bukan di karenakan penyebab lain seperti kecelakaan, AKI mencapai angka 100.000 kelahiran hidup di dunia dan angka kematian ibu di Indonesia masih tinggi yaitu sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. (KEMENKES RI, 2016).

Tingkat kasus ibu nifas dengan riwayat sectio caesarea menurut WHO memperkirakan angka persalinan dengan sectio caesarea sekitar 10-15 % dari semua proses persalinan dinegara berkembang jika dibandingkan dengan Negara Amerika Serikat sekitar 23% dan Canada 21%. Sedangkan Indonesia peningkatan sectio caesarea sebesar 9,8% dan provinsi Sulawesi Selatan juga terjadi peningkatan kurang lebih 44% kasus pertahunnya. (Zulhaedah, 2016). Menurut penelitian Zulhaedah tahun 2016 berdasarkan data yang diperoleh dari data rekam medik di RSIA Pertiwi Makassar tahun 2016 diperoleh jumlah ibu yang melakukan persalinan sectio caesarea yaitu sebanyak 259 ibu dimana prevelensinya sebesar 0,1% sama dengan tingkat kasus ibu nifas dengan riwayat sectio caesarea. (Zulhaedah, 2016).

Nyeri akut pasca operasi masi menjadi permasalahan dalam pelayanan kesehatan di seluruh dunia. hampir 50% pasien pasca operasi mengalami nyeri yang berujung terhadap peningkatan kejadian nyeri kronik dan penurunan kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan. Nyeri yang berdasar atas *international association for the study of pain* (IASP) adalah sensori tidak nyaman dan pengalaman emosional yang sangat berhubungan dengan potensial kerusakan jaringan atau terdapat kerusakan jaringan yang nyata. Nyeri umumnya dapat hilang dengan sendirinya namun jika respon nyeri tersebut tidak ditangani dengan baik akan

menyebabkan perubahan menjadi nyeri kronik. Nyeri harus dinilai dengan benar agar dapat di tangani secara efektif. Standar umum yang digunakan adalah penilaian pasien itu sendiri yang dilakukan secara rutin setelah operasi menggunakan sistem skoring 0-10, dinilai dengan 0 tidak nyeri, dan 10 merupakan nyeri yang paling berat. Kunci utama keberhasilan kontrol nyeri adalah evaluasi ulang skala nyeri pasien secara berkala untuk meminimalkan kemungkinan terapi nyeri yang tidak diketahui. (Prabandari, dkk, 2018).

Terapi pijat refleksi merupakan salah satu teknik yang memberikan efek penurunan nyeri serta kecemasan dan ketegangan otot, sehingga pada masing-masing bagian telapak dan kaki untuk mencapai hasil relaksasi yang maksimal untuk penurunan nyeri. Kelebihan dari terapi pijat refleksi dibandingkan teknik lainnya adalah lebih mudah dilakukan dan tidak ada efek samping apapun (Solehati (Steenkamp.2009).

Berdasarkan masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan tinjauan kasus dengan judul “Asuhan keperawatan pada pasien *post sc* dengan penerapan Terapi pijat refleksi Terhadap Penurunan Skala Nyeri Di Ruang Anggrek dr. T.C Hillers Maumere”

## **METODE**

Jenis desain yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu *case study design*, suatu bentuk studi kasus dan intervensi untuk suatu masalah yang bersifat tertentu, seperti individu,, keluarga, kelompok atau masyarakat (Basuki, 2017).

Penelitian ini dilakukan pengukuran nyeri pada pasien *post sc*. Selanjutnya peneliti memberikan intervensi terapi relaksasi selama 2 hari dengan durasi 10-15 menit frekuensi 2x, lalu skala nyeri akan diukur.

## **HASIL**

Asuhan keperawatan ini dimulai dari pengkajian yang dilakukan pada tanggal 12-12-2023, pengumpulan data dilakukan dalam bentuk wawancara langsung dengan pasien dan keluarga pasien. Dalam memberikan asuhan keperawatan, penulis memberikan intervensi kepada pasien selama 2 hari dan saat diberikan intervensi pasien selalu di damping oleh keluarga. *Sectio Caesarea* merupakan tindakan pembedahan untuk melahirkan janin dengan cara membuat sayatan untuk membuka dinding perut dan dinding uterus atau suatu histerotomi untuk mengeluarkan janin yang berada di dalam Rahim ibu.

## PEMBAHASAN

Nyeri merupakan sensasi yang rumit, unik, universal dan bersifat individual, sehingga tidak ada dua individu yang mengalami nyeri yang sama dan tidak ada dua kejadian nyeri yang sama menghasilkan respon atau perasaan yang identik pada individu (Asmadi, 2013). Namun pada penelitian ini kedua pasien Ny.M.M dan Ny.K.D memiliki keluhan yang sama yaitu pasien mengatakan sakit pada luka operasi yang dirasakan pada saat bergerak dirasa seperti tertusuk-tusuk dengan durasi waktu 8-9 detik dengan skala nyeri 9 (nyeri berat).

### 1. Diagnosa Keperawatan

Menurut teori Diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien *post sc* ada 2 diagnosa yaitu, Nyeri akut b/d agen pencedera fisik, resiko infeksi b/d tindakan invasive. (SDKI, 2016). Sedangkan diagnose yang muncul dalam studi kasus ini berdasarkan tanda dan gejala yang dirasakan oleh kedua pasien yaitu diagnose nyeri akut b/d agen pencedera fisik (Luka operasi *post sc*). Dengan data subyektif pasien mengatakan sakit pada luka operasi, data obyektif pasien nampak meringis kesakitan, sakit berat, skala nyeri 9, sakit saat ditekan dan saat bergerak.

### 2. Intervensi

Merumuskan rencana tindakan keperawatan merupakan kegiatan spesifik untuk membantu pasien dalam mencapai tujuan dan criteria hasil (Rohmah, 2012). Sebelum diberikan terapi kedua pasien mengalami nyeri berat (9), sakitnya hilang muncul seperti ditusuk-tusuk. Rencana tindakan keperawatan untuk masalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, intervensi yang akan dilakukan lebih berfokus pada teknik non farmakologi yaitu Teknik pijat refleksi. Hasil penelitian tentang pengaruh terapi pijat refleksi terhadap penurunan skala nyeri *post sc* di RSUD dr. T.C Hillers Maumere didapatkan hasil Analisa uji *t* pre eksperimen dan post eksperimen kelompok intervensi diperoleh nilai  $p=0.000$ , yang berarti nilai  $p < 0.05$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan pada skala nyeri *post sc* di RSUD dr. T.C Hillers Maumere setelah dilakukan Teknik pijat refleksi.

### 3. Implementasi Keperawatan

Pada tanggal 02-12-2023 dilakukan tindakan untuk masalah Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik dengan implementasi yang digunakan adalah Mengidentifikasi lokasi, durasi, dan frekuensi nyeri, Nyeri pada luka *Post sc* sakitnya hilang muncul seperti ditusuk-tusuk dengan durasi 7-8 detik, Mengidentifikasi skala nyeri, Skala nyeri 9, sakit berat. Mengidentifikasi faktor yang memperberat nyeri, sakit

saat ditekan dan semakin terasa apabila bergerak, ,Mengajarkan tehnik non farmakologi, Mengajarkan tehnik pijat refleksi, dan melakukan kolaborasi dalam pemberian analgetik.

Prosedur terapi pijat refleksi itu siapkan situasi ruangan / lingkungan tenang, atur posisi nyaman. Kemudian pijat kedua telapak tangan dan kedua telapak kaki secara perlahan dengan lembut.

Setelah melakukan intervensi yang diberikan, peneliti mengkaji ulang skala nyeri yang dirasakan dan pasien mengatakan skala nyeri sedang (6). Pada tanggal 03-12-2023 dilakukan tindakan yang kedua kepada pasien masih dilakukan dengan melaksanakan tindakan sesuai intervensi yaitu Mengidentifikasi ilokasi, durasi, dan frekuensi nyeri, Nyeri pada luka *Post sc*, sakitnya hilang muncul seperti ditusuk-tusuk dengan durasi 4-6 detik, Mengidentifikasi skala nyeri, Skala nyeri 6, Mengontrol lingkungan yang memperberat nyeri, Mengajarkan tehnik non farmakologi, Mengajarkan tehnik pijat refleksi dan melakukan kolaborasi pemberian analgetik.

#### **4. Evaluasi Keperawatan**

Setelah di lakukan implementasi selama 4x dalam 2 hari, nyeri yang dirasakan pasien dari nyeri sedang (6) turun menjadi nyeri ringan (3) dengan durasi 2-4 detik. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anita, Dwi Agustanti, Purwati 2022) Pengaruh Tehnik pijat refleksi Terhadap penurunan Skala Nyeri Post sc di RS Bhayangkara Bandar Lampung.

### **SIMPULAN**

Kesimpulan dari Penerapan terapi *pijat refleksi* yang sudah dilakukan selama 2x8 jam dapat menurunkan skala nyeri dari nyeri berat ke nyeri sedang. Saran bagi pasien teknik terapi *pijat refleksi* yang sudah diberikan bisa diterapkan lagi untuk kehamilan berikutnya. Bagi rumah sakit agar menjadi salah satu tindakan keperawatan dalam mengatasi nyeri pada ibu post sc.

### **SARAN**

Saran bagi pasien teknik terapi *pijat refleksi* yang sudah diberikan bisa diterapkan lagi untuk kehamilan berikutnya. Bagi rumah sakit agar menjadi salah satu tindakan keperawatan dalam mengatasi nyeri pada ibu post sc.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Anita. Dwi Agustanti. Purwati. 2022. *Pijat Refleksi dan Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea*. RS Bhayangkara Bandar Lampung dan RSIA AMC.  
Tim pokja SDKI DPP PPNI. (2016). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia.

Tim pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia