

PENERAPAN *FOOT MESSAGE* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* DI RSUD dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO WONOGIRI

Dea Fitriani^{1*}, Rovica Probawati², Witriyani³, Florentina Merdiana Setyaningrum⁴

Program Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa Surakarta^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : deafitriani05@gmail.com

ABSTRAK

Sectio Caesarea merupakan tindakan pembedahan berupa insisi di perut dan uterus untuk mengeluarkan bayi. Masalah yang sering muncul setelah tindakan *sectio caesarea* adalah nyeri. Maka dari itu penatalaksanaan manajemen nyeri diperlukan untuk mengatasi nyeri. *Foot massage* merupakan penanganan non farmakologi pada nyeri *post* operasi SC, karena di area kaki banyak sekali saraf saraf yang terhubung ke organ dalam. Untuk mengimplementasikan intervensi teknik *foot massage* untuk mengurangi skala nyeri pada ibu *post op sectio caesarea* di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. Studi kasus dengan desain studi deskriptif dan dilakukan pendekatan studi *pre-post test*. Studi kasus ini berjumlah 2 responden pasien *Post Sectio Caesarea* yang dipilih sesuai kriteria inklusi yang sudah ditentukan dan menggunakan instrument NRS (*Numeric Rating Scale*) sebagai pengukuran skala nyeri *pre* dan *post*. Terapi *Foot Massage* diberikan 2 kali dengan waktu 20 menit selama 2 hari. Hasil penerapan terapi *foot massage* menunjukkan penurunan skala nyeri pada kedua responden. Ny. A menunjukkan perubahan nyeri menurun menjadi 5 (nyeri sedang) pada hari ke-1 dan menjadi 3 pada hari ke-2 (nyeri ringan). Sedangkan Ny. F menunjukkan perubahan nyeri, dengan penurunan dari skala 5 ke 4 pada hari ke 1 dan menjadi 2 (nyeri ringan) pada hari ke-2. Terapi *foot massage* dapat menurunkan skala nyeri pada pasien *post* operasi *sectio caesarea* di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.

Kata kunci : *foot massage*, nyeri, *sectio caesarea*

ABSTRACT

Sectio Caesarea is a surgical procedure in the form of an incision in the abdomen and uterus to remove the baby. The problem that often arises after a *sectio caesarea* procedure is pain. Therefore, pain management is needed to overcome pain. *Foot massage* is a non-pharmacological treatment for *post-sectio caesarea* pain, because in the foot area there are many nerves that are connected to internal organs. To implement *foot massage* technique interventions to reduce the pain scale in *post-op sectio caesarea* mothers at RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. Case study with a descriptive study design and a *pre-post test* study approach was carried out. This case study consisted of 2 respondents of *Post Sectio Caesarea* patients who were selected according to the predetermined inclusion criteria and used the NRS (*Numeric Rating Scale*) instrument as a measurement of the *pre* and *post* pain scale. *Foot Massage* therapy was given 2 times with a time of 20 minutes for 2 days. The results of the application of *foot massage* therapy showed a decrease in the pain scale in both respondents. Mrs. A showed a change in pain decreasing to 5 (moderate pain) on the 1st day and to 3 on the 2nd day (mild pain). While Mrs. F shows changes in pain, with a decrease from a scale of 5 to 4 on day 1 and to 2 (mild pain) on day 2. *Foot massage* therapy can reduce the pain scale in *post-caesarean section* patients at RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.

Keywords : *foot massage*, pain, *sectio caesarea*

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses yang dimulai dari pembukaan leher rahim hingga keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir (rahim). Terdapat tiga jenis persalinan meliputi persalinan normal, persalinan buatan, dan persalinan induksi. Persalinan normal berlangsung melalui vagina (per vaginam). Persalinan induksi dilakukan setelah pemecahan ketuban atau dengan

pemberian obat seperti pitocin atau prostaglandin. Sementara itu, persalinan buatan melibatkan bantuan tenaga luar, seperti melalui operasi *sectio caesarea* (Pamilangan, 2020). Angka kelahiran di Indonesia masih tinggi dan kira-kira 15% dari seluruh wanita hamil mengalami komplikasi dalam persalinan. Hal ini membutuhkan penanganan khusus selama persalinan (Novi Frima Lestari, 2019). Beberapa wanita tidak bisa melahirkan secara normal dan harus mempertimbangkan metode lain karena alasan kesehatan. Prosedur ini sering kali diperlukan untuk menyelamatkan ibu dan bayi dalam keadaan darurat, dan operasi *sectio caesarea* menjadi pilihan yang dapat diambil. Meskipun demikian, saat ini semakin banyak ibu hamil yang secara sengaja memilih operasi *sectio caesarea* sebagai pilihan persalinan tanpa masalah medis tertentu sebelumnya. (Zahroh et al., 2020).

Sectio caesarea adalah prosedur medis yang sangat penting dilakukan ketika persalinan secara normal melalui jalan lahir tidak memungkinkan, biasanya karena adanya masalah kesehatan yang dialami oleh ibu atau kondisi janin yang tidak memungkinkan untuk dilahirkan secara alami. Dalam situasi ini, prosedur bedah diperlukan untuk memastikan keselamatan baik ibu maupun bayi. Prosedur ini dikenal sebagai pembedahan untuk melahirkan bayi dengan cara membuka dinding perut dan rahim, sehingga bayi dapat dikeluarkan dari dalam rahim (Kristensen 2018). *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa di negara-negara berkembang, sekitar 10-15% dari semua persalinan dilakukan melalui operasi *caesar* sejak tahun 1985. Data dari *Global Survey on Maternal and Perinatal Health* tahun 2021 menunjukkan bahwa 46,1% dari total kelahiran di seluruh dunia dilakukan dengan metode *sectio caesarea* (*World Health Organization*, 2019). Sementara itu, data RISKESDAS tahun 2021 mencatat bahwa di Indonesia, persentase persalinan dengan metode *sectio caesarea* adalah sebesar 17,6% tertinggi di wilayah DKI Jakarta sebesar 31,3% dan terendah di papua sebesar 6,7% (RISKESDAS, 2021)

Di Indonesia, alasan utama dilakukannya persalinan melalui *sectio caesarea* adalah karena beberapa komplikasi, dengan total persentase sebesar 23,2%. Komplikasi tersebut meliputi posisi janin yang melintang atau sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), eklamsi (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertinggal (0,8%), hipertensi (2,7%), dan penyebab lainnya (4,6%) (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Prevalensi *sectio caesarea* di Jawa Tengah menunjukkan peningkatan dari tahun 2019 hingga 2023, dengan proporsi persalinan menggunakan metode SC mencapai 17,1% dari total 9.291 persalinan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Angka ini mengindikasikan bahwa semakin banyak ibu yang memilih persalinan melalui SC. Di Jawa Tengah, Kota Semarang berada di peringkat pertama dengan persalinan SC sebesar 23%, atau 21.321 persalinan, sementara Kabupaten Kudus berada di peringkat ke-13 dengan 7% persalinan SC, atau 6.489 persalinan. Tingkat kejadian SC di Jawa Tengah hampir setara dengan rata-rata persalinan *section caesarea* di Indonesia (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019).

Masalah yang sering muncul setelah tindakan *sectio caesarea* adalah nyeri akibat insisi pada dinding perut dan rahim, yang mengakibatkan perubahan struktur jaringan dan menyebabkan ibu merasa sakit (Nurul Bariyah, 2023). Rasa nyeri biasanya muncul setelah efek anestesi hilang, yaitu sekitar dua jam setelah operasi selesai. Selama pembedahan, ibu diberikan obat bius, tetapi begitu efeknya habis, rasa nyeri di area perut mulai terasa karena luka bedah. Nyeri pasca operasi ini dapat memicu respons fisik dan psikologis, sehingga diperlukan upaya untuk mengelola rasa nyeri agar ibu dapat menyesuaikan diri dan mempercepat proses pemulihan. Perawatan pasca *sectio caesarea* fokus pada memenuhi kebutuhan kenyamanan, terutama dalam mengatasi nyeri, serta memberikan asuhan keperawatan melalui manajemen nyeri yang meliputi observasi, tindakan terapeutik, dan edukasi kepada pasien (Mela Oktapia, 2022). Manajemen untuk mengurangi intensitas nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* dapat dilakukan dengan metode farmakologi maupun non-

farmakologi. Metode farmakologi melibatkan penggunaan obat analgesik, seperti morfin, untuk meredakan nyeri. Sementara itu, metode non-farmakologi mencakup teknik distraksi seperti melakukan hobi, kompres hangat, pernapasan lembut, menyanyi, dan terapi musik. Selain itu, teknik relaksasi, pijatan (*sectioage*), dan imajinasi terpimpin (*guided imagery*) juga efektif dalam membantu mengurangi rasa nyeri (Novia Febiantri, 2021).

Pijat (*massage*) adalah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat memberikan efek relaksasi pada tubuh serta meningkatkan rasa nyaman (Pratiwi & Handayani, 2021). Ada beberapa jenis pijat untuk mengurangi nyeri, seperti pijat tangan, *effleurage*, pijat punggung dalam, dan pijat kaki (*foot massage*). *Foot massage* dianggap paling cocok untuk pasien pasca operasi perut atau abdomen karena banyak saraf di kaki yang terhubung ke organ dalam dan pijat kaki ini merupakan jenis pijat sederhana yang tidak memerlukan banyak peralatan. Nosisseptor, yaitu saraf yang memicu sensasi nyeri, terletak di permukaan jaringan internal dan di bawah kulit padat kaki. Karena itu, pijat kaki dianggap sebagai metode yang efektif untuk mengurangi nyeri (Sari & Rumhaeni, 2020).

Foot Massage bekerja dengan menutup gerbang nyeri di bagian posterior horns sumsum tulang belakang, yang memblokir sebagian sinyal nyeri menuju sistem saraf pusat. Selain itu, pijat kaki juga mampu menurunkan tingkat kecemasan dan stres dengan meningkatkan kadar dopamine dalam tubuh, sehingga bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental-emosional. Teknik pijat kaki ini akan efektif jika dilakukan selama 5-20 menit dengan frekuensi 1-2 kali sehari (Sari & Rumhaeni, 2020). *Foot Massage* adalah salah satu metode yang paling terjangkau, aman, dan efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien pasca *sectio caesarea*. Ini terjadi karena stimulasi serabut saraf di kaki meningkatkan produksi endorfin, yang berfungsi sebagai pereda nyeri (Fathey Ahmed Eittah *et al.*, 2021). Terdapat lima teknik *foot massage*, yaitu *effleurage*, *petrissage*, *tapotement*, *vibration*, dan *friction*. Kelima teknik ini mampu merangsang saraf A-Beta di kaki dan lapisan kulit yang mengandung reseptor taktil. Reseptor ini mengirimkan impuls saraf ke sistem saraf pusat, dan sistem "gate control" diaktifkan melalui inhibitor interneuron, yang menahan rangsangan. Akibatnya, sel T menghentikan transmisi pesan nyeri ke sistem saraf pusat, sehingga otak tidak menerima sinyal nyeri dan tidak menginterpretasikannya sebagai rasa sakit (Sari & Rumhaeni, 2020).

Meskipun pijatan hanya dilakukan pada kaki, *foot massage* memiliki manfaat yang luas karena dapat meningkatkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh. Pijatan lembut pada kaki mampu meningkatkan aliran darah yang mengarah ke organ-organ vital, sehingga membantu mendistribusikan oksigen dan nutrisi penting ke berbagai organ dan jaringan tubuh. Jika ada bagian tubuh yang mengalami luka, *foot massage* juga dapat membantu mempercepat proses penyembuhan dengan memperbaiki jaringan yang rusak. Selain itu, pijatan ini juga memberikan efek relaksasi, membuat tubuh terasa lebih nyaman dan tenang, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan fisik dan mental secara keseluruhan (Masadah, Cembun, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syahrumsdhan (2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi *foot massage* terhadap penurunan skala nyeri pasien *post sectio caesarea*. Sedangkan penelitian yang dilakukan Ismiati (2023) menunjukkan bahwa Metode *foot massage* yang diterapkan pada pasien pasca melahirkan, dengan teknik menggosok dan memijat kaki selama dua sesi pertemuan masing-masing 20 menit, telah terbukti efektif dalam mengurangi tingkat rasa nyeri.

Hasil wawancara dengan perawat di ruang rawat inap Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis berupa teknik *foot massage* belum diterapkan secara optimal dalam praktik keperawatan sehari-hari. Dalam upaya mengurangi ketidaknyamanan atau nyeri pada pasien, perawat lebih sering menggunakan teknik relaksasi napas dalam serta pemberian terapi farmakologis sebagai pendekatan utama. Hal ini menunjukkan bahwa pemanfaatan metode nonfarmakologis alternatif, seperti *foot massage*, masih belum menjadi bagian dari standar intervensi yang umum digunakan,

meskipun berbagai penelitian telah membuktikan efektivitasnya dalam meningkatkan kenyamanan dan menurunkan tingkat nyeri pasien. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi penerapan teknik *foot massage* sebagai salah satu intervensi keperawatan yang potensial, terutama dalam mendukung pendekatan holistik terhadap manajemen nyeri.

Tujuan Penelitian ini yaitu mampu memahami dan menerapkan asuhan keperawatan yang baik dan benar dalam mengurangi nyeri pada ibu *post* operasi *sectio Caesarea*.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan desain studi deskriptif dan dilakukan pendekatan studi *pre-post test*. Studi kasus ini berjumlah 2 responden pasien *Post Sectio Caesarea*. Responden akan dipilih sesuai kriteria inklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti. Lembar Observasi *Numeric Rating Scale* (NRS) akan diberikan setelah dan sebelum dilakukan terapi *foot massage* untuk mengukur skala nyeri. Terapi *foot massage* diberikan dengan waktu 20 menit selama 2 hari. Setelah mendapatkan data yang diinginkan, peneliti akan menganalisa data dengan melihat apakah ada atau tidak penurunan nyeri pada pasien *post* SC sebelum dan sesudah diberikan terapi *foot massage*.

HASIL

Hasil penerapan terapi *foot massage* untuk mengurangi nyeri pada pasien *Post Sectio Caesarea* di Ruang Nifas / Bangsal Melati RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri pada tanggal 13 Januari-19 Januari 2025. Penelitian ini melibatkan 2 orang responden sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditentukan sebelumnya. Responden pertama adalah Ny. A, seorang ibu berusia 26 tahun dengan riwayat obstetri G1P1A0, yang menjalani persalinan pertama melalui tindakan *sectio caesarea* dengan indikasi KPD (Ketuban pecah dini). Responden kedua adalah Ny. F, berusia 34 tahun, dengan riwayat obstetri G2P1A0. Pada kehamilan pertamanya, Ny. F melahirkan secara spontan, sedangkan pada kehamilan keduanya, ia menjalani persalinan melalui prosedur *sectio caesarea* dengan indikasi Kala II lama. Kedua responden mengalami nyeri pascaoperasi, yang merupakan kondisi umum pada pasien *post sectio caesarea*. Terapi *foot massage* diberikan secara teratur selama periode penerapan atau 2 hari berturut-turut, dan hasil dari intervensi tersebut disajikan sebagai berikut:

Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan *Foot Massage*

Tabel 1. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan *Foot Massage*

Hari ke - 1		
Nama	Hasil <i>Pre-Test</i>	Keterangan
Ny. A	6	Nyeri Sedang
Ny. F	5	Nyeri Sedang

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan data skala nyeri pada 2 responden sebelum dilakukan intervensi, dengan hasil kedua responden mengalami nyeri sedang.

Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Penerapan *Foot Massage*

Tabel 2. Hasil Pengukuran Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Penerapan *Foot Massage*

Hari ke - 2		
Nama	Hasil <i>Post Test</i>	Keterangan
Ny. A	3	Nyeri Ringan
Ny. F	2	Nyeri Ringan

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan data skala nyeri pada 2 responden sesudah dilakukan intervensi, dengan hasil kedua responden mengalami nyeri ringan.

Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian *Foot Massage*

Tabel 3. Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian *Foot Massage*

Skala Nyeri		
Nama	Hari ke - 1	Hari ke - 2
Ny. A	5	3
Ny. F	4	2

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan data skala nyeri setelah diberikan *foot massage* pada kedua responden mengalami penurunan pada hari kedua dengan kategori nyeri ringan.

Perbandingan Hasil Akhir antara 2 Responden

Tabel 4. Perbandingan Hasil Akhir antara 2 Responden

Perbandingan Hasil		
Nama	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
Ny. A	6	3
Ny. F	5	2

Berdasarkan data pada tabel 4, terlihat bahwa terjadi penurunan tingkat nyeri pada kedua responden setelah diberikan terapi *foot massage*. Penurunan ini mulai tampak secara signifikan pada hari kedua intervensi, di mana skala nyeri yang awalnya berada pada kategori sedang berubah menjadi kategori ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian terapi *foot massage* dapat memberikan efek relaksasi yang membantu meredakan ketegangan otot dan meningkatkan sirkulasi darah, sehingga berdampak pada penurunan intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien *post sectio caesarea*. Efektivitas terapi ini tampak konsisten pada kedua responden, meskipun terdapat perbedaan dalam usia maupun riwayat obstetri.

PEMBAHASAN

Hasil Skala Nyeri Sebelum Dilakukan *Foot Massage*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi *foot massage*, kedua responden berada pada kategori nyeri sedang berdasarkan skala nyeri yang digunakan. Pada tahap pengkajian awal, Ny. A, seorang ibu berusia 26 tahun, mengeluhkan nyeri pada area luka jahitan operasi. Nyeri yang dirasakan digambarkan seperti tertusuk-tusuk, bersifat terus menerus, dengan intensitas nyeri berada pada skala 6. Intensitas nyeri dilaporkan meningkat saat pasien melakukan pergerakan, seperti berpindah posisi atau berjalan. Responden kedua, yaitu Ny. F yang berusia 34 tahun, juga mengalami keluhan serupa, yakni nyeri pada luka jahitan operasi. Nyeri digambarkan sebagai nyeri tajam seperti tertusuk, bersifat terus-menerus, dengan skala nyeri 5, dan juga semakin bertambah saat melakukan aktivitas fisik atau bergerak.

Tindakan *sectio caesarea* merupakan salah satu metode persalinan alternatif, baik karena indikasi medis seperti gawat janin, malpresentasi janin, maupun indikasi non-medis seperti pilihan pasien sendiri. Prosedur ini melibatkan insisi atau pemotongan jaringan dinding perut dan uterus yang menyebabkan putusnya kontinuitas jaringan. Proses insisi ini memicu aktivasi reseptor nyeri, sehingga nyeri pascaoperasi menjadi gejala umum yang dialami pasien, terutama ketika efek anestesi mulai menghilang. Oleh karena itu, manajemen nyeri *post sectio caesarea* menjadi hal penting dalam asuhan keperawatan, salah satunya dengan menggunakan terapi nonfarmakologis seperti *foot massage* untuk membantu mengurangi intensitas nyeri

yang dirasakan pasien (Morita *et al.*,2020). Rasa nyeri merupakan salah satu stressor utama yang dapat memicu berbagai respons biologis dalam tubuh. Ketika individu mengalami nyeri, tubuh secara otomatis merespons baik secara fisik maupun psikologis. Respons ini bisa berupa peningkatan tekanan darah, perubahan pola pernapasan, gelisah, hingga gangguan emosional seperti kecemasan dan stres.

Pada pasien *post sectio caesarea*, nyeri luka operasi umumnya masih dirasakan pada hari pertama hingga kedua pasca tindakan. Bahkan, dalam beberapa kasus, nyeri tersebut masih berlanjut saat pasien sudah diperbolehkan pulang ke rumah. Menurut penelitian Metasari & Sianipar (2018), sekitar 32% pasien masih mengalami nyeri luka setelah pulang, dan pada sebagian dari mereka, nyeri tersebut bahkan semakin memburuk sehingga memerlukan penggunaan obat analgesik tambahan. Penelitian lain oleh Damayanti (2020) juga menguatkan bahwa tindakan *sectio caesarea*, yang dilakukan ketika persalinan pervaginam tidak memungkinkan, meninggalkan luka pembedahan yang memerlukan waktu penyembuhan sekitar 7 hari untuk jaringan luar dan hingga 3 bulan untuk pemulihan rahim secara keseluruhan. Dalam fase awal penyembuhan, nyeri biasanya berada pada skala 5–7, yang tergolong nyeri sedang hingga berat.

Respon individu terhadap nyeri sangat bervariasi, bergantung pada persepsi, ambang nyeri, dan kemampuan koping masing-masing. Oleh karena itu, penting dilakukan eksplorasi dan penilaian yang menyeluruh untuk mengetahui tingkat nyeri secara objektif. Perbedaan persepsi terhadap nyeri ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Sari & Rumhaeni (2020), faktor-faktor yang memengaruhi persepsi nyeri dibagi menjadi tiga kategori utama: Faktor fisiologis: usia, kelelahan, faktor genetik, dan kondisi sistem saraf. Faktor sosial: pengalaman nyeri sebelumnya dan dukungan dari lingkungan, terutama keluarga. Faktor psikologis: kecemasan, ketakutan, serta pola koping individu dalam menghadapi stres dan ketidaknyamanan. Selain itu, latar belakang budaya juga berperan dalam cara seseorang mengekspresikan dan menoleransi nyeri. Dengan memahami berbagai faktor tersebut, intervensi keperawatan, seperti terapi nonfarmakologis misalnya *foot massage* atau *breast care*, dapat dirancang lebih tepat sasaran untuk membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien.

Hasil Skala Nyeri Sesudah Dilakukan *Foot Massage*

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa skala nyeri sebelum dilakukan *foot massage* pada kedua responden berada dalam kategori nyeri sedang. Peneliti kemudian melakukan wawancara mendalam untuk mengeksplorasi perubahan yang dirasakan klien setelah intervensi dilakukan. Responden pertama, Ny. A, menyampaikan bahwa tubuhnya terasa lebih rileks dan intensitas nyeri yang dirasakan pada area luka jahitan operasi mulai berkurang. Sementara itu, Ny. F mengungkapkan bahwa setelah dilakukan *foot massage*, ia tidak lagi terbangun karena nyeri saat tidur, kaki terasa lebih nyaman, dan tingkat nyeri berkurang. Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Muliani (2020) dalam Eka (2021), yang menyatakan bahwa *foot massage* bekerja dengan memberikan stimulasi pada otot-otot tungkai bawah seperti *musculus tibialis anterior*, *tibialis posterior*, *gastrocnemius*, *soleus*, *extensor digitorum longus*, *peroneus brevis*, dan *peroneus longus*. Kombinasi lima teknik pijat dalam *foot massage*, yaitu *effleurage* (usap), *petrissage* (remas), *friction* (gosokan), *tapotement* (tepukan), dan *vibration* (getaran), mampu menstimulasi reseptor sensorik di area kaki.

Stimulasi tersebut kemudian mengaktifkan nervus A-beta dan reseptor taktil di lapisan kulit, yang akan mengirimkan impuls ke sistem saraf pusat melalui mekanisme *gate control*. Sistem ini bekerja dengan mengaktifkan interneuron inhibitor yang berperan dalam menghambat transmisi sinyal nyeri melalui T-cell, sehingga gerbang nyeri ditutup dan impuls nyeri tidak sampai ke otak. Akibatnya, otak tidak menginterpretasikan sinyal nyeri dan pasien merasakan pengurangan nyeri secara signifikan (Sari & Rumhaeni, 2020). Pelaksanaan terapi

foot massage selama 20 menit per sesi selama dua hari berturut-turut terbukti efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada ibu *post sectio caesarea*. Hasil ini diperkuat oleh penelitian Sari & Rumhaeni (2020) yang menunjukkan bahwa pijat kaki merupakan metode nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan nyeri *post operasi Sectio Caesarea* pada ibu nifas. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aay et al. (2018) dengan judul “*Foot Massage Menurunkan Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea Pada Post Partum*” mendukung temuan ini. Dalam penelitian tersebut, lebih dari separuh ibu *post sectio caesarea* mengalami nyeri dengan skala 6 sebelum dilakukan *foot massage*, dan hampir setengahnya menunjukkan penurunan nyeri hingga skala 3 setelah dilakukan intervensi. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari terapi *foot massage* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *post sectio caesarea*.

Perkembangan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian *Foot Massage*

Berdasarkan hasil observasi selama penerapan intervensi, diperoleh bahwa terapi *foot massage* memberikan rangsangan bioelektrik pada organ tubuh tertentu yang menimbulkan efek relaksasi melalui pengaruh terhadap hormon tertentu dan kelancaran aliran darah. Hasil implementasi menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, kedua responden, yakni Ny. A dan Ny. F, mengalami nyeri dengan kategori sedang. Ny. A menunjukkan skala nyeri 6, sedangkan Ny. F menunjukkan skala 5. Skala nyeri 4 hingga 6 tergolong dalam kategori nyeri sedang, yang umumnya ditandai dengan rasa nyeri yang mengganggu, menimbulkan ketidaknyamanan, dan membatasi sebagian aktivitas fisik.

Setelah pemberian *foot massage* dilakukan pada hari pertama, terjadi penurunan intensitas nyeri. Ny. A menunjukkan penurunan ke skala 5, dan Ny. F ke skala 4. Intervensi dilanjutkan hingga hari kedua, dan hasilnya menunjukkan bahwa skala nyeri Ny. A turun ke skala 3, sedangkan Ny. F mengalami penurunan ke skala 2. Skala nyeri 1 hingga 3 dikategorikan sebagai nyeri ringan, yang biasanya tidak terlalu mengganggu aktivitas dan tidak memerlukan penanganan farmakologis intensif. Penurunan ini menunjukkan adanya pengaruh positif dari terapi *foot massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien *post sectio caesarea*. Selain itu, melalui wawancara, responden menyatakan bahwa mereka merasakan kenyamanan pada area kaki dan tidak mengalami nyeri saat pemijatan dilakukan. Mereka juga melaporkan perubahan signifikan terhadap tingkat nyeri, yang sebelumnya mengganggu menjadi lebih ringan dan tertoleransi dengan baik (Sisy Rizkia, 2020).

Faktor usia dan paritas juga berperan dalam persepsi nyeri yang dirasakan. Menurut Masadah (2020), ibu dengan usia lebih muda cenderung memiliki ambang nyeri yang lebih rendah dan kondisi psikologis yang belum stabil, sehingga persepsi terhadap nyeri menjadi lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang lebih tua atau sudah berpengalaman melahirkan. Hal ini juga terkait dengan faktor paritas, di mana ibu yang pertama kali melahirkan lebih rentan merasakan nyeri yang intens. Mekanisme kerja *foot massage* dapat dijelaskan melalui teori gate control, di mana rangsangan taktil dari pijatan akan dikirim lebih cepat ke otak dibandingkan stimulus nyeri, sehingga pintu gerbang nyeri pada sistem saraf ditutup dan transmisi rasa nyeri menjadi terhambat. Pemberian *foot massage* secara efektif dilakukan selama 20 menit sekali sehari, yang mampu meningkatkan suhu lokal kulit, memperlancar sirkulasi darah, dan mengurangi spasme otot, sehingga secara keseluruhan menurunkan persepsi nyeri (Anastasia Puri Damayanti & Anjar Nurrohmah, 2023).

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shebi *et al* (2020) dalam penelitiannya berjudul “*Effectiveness of Foot Massage on Level of Pain Perception among Lower Segment Caesarean Section Mothers*”, yang menyatakan bahwa *foot massage* merupakan metode nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan tingkat persepsi nyeri pada ibu *post sectio caesarea*.

Perbandingan Hasil Akhir antara 2 Responden

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus yang dilakukan, diperoleh temuan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap intensitas nyeri yang dirasakan oleh kedua responden setelah dilakukan intervensi berupa terapi *foot massage*. Tabel 4.4 menunjukkan bahwa kedua responden mengalami penurunan skala nyeri yang sama, yakni sebesar 3 tingkat pada skala Numeric Rating Scale (NRS) setelah diberikan intervensi. Skala nyeri yang dialami Ny. A sebelum intervensi adalah 6, kemudian menurun menjadi 3. Sementara itu, skala nyeri pada Ny. F yang semula berada pada angka 5, menurun menjadi 2 setelah pelaksanaan intervensi. Hasil ini mengindikasikan bahwa pemberian *foot massage* memberikan efek positif terhadap penurunan persepsi nyeri pada kedua responden.. Skala nyeri 4–6 termasuk dalam kategori nyeri sedang, yaitu nyeri yang cukup mengganggu aktivitas namun masih dapat ditoleransi.

Setelah dilakukan intervensi *foot massage*, terjadi penurunan skala nyeri yang cukup bermakna, yaitu Ny. A mengalami penurunan ke skala 3, dan Ny. F ke skala 2, yang mana kedua angka tersebut termasuk dalam kategori nyeri ringan. Nyeri ringan umumnya bersifat tidak terlalu mengganggu dan dapat ditangani tanpa intervensi farmakologis yang berat. Penurunan nyeri yang terjadi ini mencerminkan efektivitas terapi *foot massage* dalam menurunkan nyeri pasca operasi *sectio caesarea*, yang didukung oleh berbagai faktor, salah satunya adalah waktu pemberian intervensi pasca operasi. Responden yang mendapatkan *foot massage* pada hari ke-0 masih merasakan nyeri yang cukup tinggi, dikarenakan proses regenerasi sel-sel di sekitar luka pembedahan belum optimal. Sementara itu, pada hari kedua, terjadi penurunan nyeri yang lebih signifikan seiring dengan dimulainya mobilisasi dan percepatan proses penyembuhan luka.

Menurut Muliani (2020), nyeri pada ibu *post sectio caesarea* umumnya muncul dalam waktu 3–6 jam setelah operasi, dan akan mengalami penurunan secara bertahap pada hari ketiga seiring dengan proses regenerasi sel-sel pada area sayatan. Hal ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya oleh Devi *et al.* (2019) dalam penelitiannya yang berjudul “Efektivitas Foot Massage Terhadap Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Islam Klaten”. Dalam penelitian tersebut, rerata skala nyeri sebelum dilakukan *foot massage* adalah 4,6, dan menurun menjadi 3,7 setelah intervensi dilakukan. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh positif dari terapi *foot massage* terhadap penurunan nyeri *post sectio caesarea*, sebagaimana yang juga telah terbukti dalam berbagai studi sebelumnya. Oleh karena itu, intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif terapi nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri *post operasi*, termasuk di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri sebagai lokasi penelitian.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terapi *foot massage* dapat menurunkan skala nyeri pada pasien *post operasi sectio caesarea* di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri . Hasil penerapan terapi *foot massage* menunjukkan penurunan skala nyeri pada kedua responden. Ny. A menunjukkan perubahan nyeri menurun menjadi 5 (nyeri sedang) pada hari ke-1 dan menjadi 3 pada hari ke-2 (nyeri ringan). Sedangkan Ny. F menunjukkan perubahan nyeri, dengan penurunan dari skala 5 ke 4 pada hari ke 1 dan menjadi 2 (nyeri ringan) pada hari ke-2.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada Ketua Program Pendidikan Profesi NERS Universitas Duta Bangsa Surakarta, Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan, kritik, saran dan pengarahan dengan

penuh kesabaran kepada penulis dalam penyusunan KIAN (Karya Ilmiah Akhir Ners) ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengapresiasi dan berterima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dalam menyelesaikan artikel karya ilmiah akhir ners ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Admaja, T. S., Ningrum, A. N., & Novitasari, M. (2024). Gambaran Pengelolaan Resiko Infeksi Pada *Post Prostatektomi* Di RSUD Dr . Gunawan Mangunkusumo Ambarawa. 3(2).
- Agustina BG, Nasution SK, Juliana S. 2017. Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Pasien Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Darussalam Medan. *Akademia* Vol. 21 No. 3.
- Aliyana, A.P., Zahroh, S. (2020). Peran Teman Sebaya Dan Mentor Dalam Proses Rehabilitasi Di Pusat Rehabilitasi Narkoba Yayasan Rumah Damai Semarang. *Orphanet Journal of Rare Diseases*, 21(1), 1–9.
- Anastasia Puri Damayanti, & Anjar Nurrohmah. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 433–441. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i3.1951>
- Arda, D., & Hartaty, H. (2021). Penerapan Asuhan Keperawatan *Post Op Sectio Caesarea* dalam Indikasi Preeklampsia Berat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 447–451. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.631>
- Astuti, D., Wasidi, & Sinthia, R. (2019). ISSN 2599-1221 (Cetak) ISSN 26205343 (Online) https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia. *Jurnal Consilia*, 2(1), 66–74. https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia
- Astuti, P., Abidin, A. R., & Efendi, A. S. (2021). Analisis Pengambilan Keputusan Untuk Tindakan *Sectio Caesarea* Pada Ibu Hamil Di Rumah
- Ayowembun, K., Kelrey, F., & Pangandaheng, T. (2023). Asuhan Keperawatan Maternitas Pada Ibu Dengan *Post Op Sectio Caesarea* Dalam Upaya Mengurangi Nyeri Dengan Teknik Relaksasi Foot Massage Di RSUD Al-Fatah Ambon. *Jurnal Latumeten Indonesia*, 1(2) 39-44.
- Damayanti, A. P., & Nurrohmah, A. (2023). Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Sehat Rakyat*, 2 (3) 433-.
- Damayanti, I. (2020). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyembuhan Luka *Post Sectio Caesarea* di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2 (5) : 20.
- Devi Permata Sari, Chori Elsera, & Arlina Dhian Sulistyowati. (2023). Hubungan Tingkat Nyeri *Post Sectio Caesarea* Dengan Kualitas Tidur Pasien Postpartum. *TRIAGE Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 8–16. <https://doi.org/10.61902/triage.v9i2.599>
- Fatriona, E. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian *Sectio Caesarea* Pada Ibu Bersalin di Bangsal Kebidanan RSUD Majid H.A Thalib. *Malahayati Nursing Journal*, 5(2), 384–394. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.5918>
- Fitrianti, D. (2021). Efektifitas Terapi *Foot Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea*: Metode *Literatur Review*. *Andrew's Disease of the Skin Clinical Dermatology*, 7–22.
- Hijratun. (2019). Perawatan Luka Pada Pasien *Post sectio caesarea*. Jakarta : Pustaka Taman Ilmu.

- Intan Prasetyanti, I. (2023). Penerapan *Foot Massage* Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di Ruang Melati RSUD Salatiga. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Ismiati, I., & Rejeki, S. (2023). Terapi *foot massage* menurunkan intensitas nyeri pasien *post sectio caesarea*. *Ners Muda*, 4(3), 330. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i3.13658>
- Isnaini, N., Sari, A., & Sulastomo, E. (2023). Upaya Meningkatkan Mobilitas Fisik Dengan Latihan Mobilisasi Dini luka pasca operasi. 1(4), 107–121.
- Jannah, M. (2023). Evaluasi Penggunaan Antibiotik Profilaksis Pada Pasien *Sectio Caesarea* Di Rumah Sakit “X” Jambi. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 1818–1828. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i8.367>
- Jaya, H., Amin, M., Putro, S. A., & Zannati, Z. (2023). Mobilisasi Dini Pasien *Post Sectio Caesarea* Dengan Masalah Gangguan Mobilitas Fisik. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 3(1), 21–27. <https://doi.org/10.36086/jkm.v3i1.1563>
- Kartikasari, R., & Apriningrum, N. (2020). Determinan Terjadinya Infeksi Luka Operasi (ILO) *Post Sectio Caesarea Determinants of Post Caesarean Section Surgical Site Infection (SSI)*. *Faletehan Health Journal*, 7(3), 162–169. <https://journal.lppm-stikesfa.ac.id/index.php/FHJ/article/download/195/67/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Pencegahan Infeksi di Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI.
- Keperawatan Al Hikmah, A., Tati Karyawati Akademi Keperawatan Al Hikmah, B., & Siti Fatimah Akademi Keperawatan Al Hikmah, B. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Ny. S Dengan *Post Operasi Sectio Carsarea* Indikasi Partus Tak Maju Di Ruang Nusa Indah RSUD dr. Soeselo Kabupaten Tegal Futuhatil Ilahiyah. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(4), 65–78. <https://doi.org/10.59841/an-najat.v1i4.482>
- Komarijah, N., Stiawandari, & Waroh, Y. K. (2023). Determinan Kejadian Persalinan *Sectio Caesarea* Di Rsud Syamrabu Bangkalan. Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian, 2513–2522. <https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/view/833>
- Lestari, M. D. P., Sari, I. M., & Fitri, A. (2023). Penerapan *Foot Massage* Dalam Menurunkan Nyeri Setelah Operasi *Sectio Caesarea* Pada Ibu Nifas Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 18(2) 59-6.
- Masadah, C., & Sulaeman, R. (2020). Pengaruh *Foot Massage Therapy* terhadap Skala Nyeri Ibu *Post Op Sectio Cesaria* di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram. *Integrated Nursing Journal Peningkatan Pemberdayaan Keluarga Melalui PINKESGA (Paket Informasi Keluarga) Kehamilan Dalam Mengambil Keputusan Merawat Ibu Hamil*, 2(1).
- Mata, Y. P. R., & Kartini, M. (2020). Efektivitas *Massage* untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien *Post Operasi Sectio Caesarea (The Effectiveness of Massage in Pain Reduction of Post Caesarean Section Patients)*. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 58–75.
- Metasari, & Sianipar, B. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penurunan Nyeri *Post Operasi Sectio Caesarea* Di Rs. Raflessia Bengkulu. *JNPH*, 6(1), 1–7.
- Mullyanti, M., Saputri, L. H., Akbar, N., Sundari, S., & S, S. (2021). Manajemen Asuhan Kebidanan *Post Sectio Caesarea* Hari Kedua Pada Ny. M dengan Nyeri Luka Operasi. *Window of Midwifery Journal* 2(1) 1-11.
- Nisma, Nurul Hidayah, N. R. (2022). Hubungan komplikasi kehamilan dengan tindakan *sectio caesarea* di kota pontianak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing*, Vol 8, No, 291–297.
- Nursika et al, . (2023). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah, 2(4), 1275-1289.
- Oktapia, M., Iskandar, S., Nafratilova, M., & Lasmadasari, N. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman : Nyeri Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Dengan

- Pemberian Terapi Sujok Di Ruang Rawat Inap Kebidanan RSUD HD Kota Bengkulu. Jurnal Ilmu Kesehatan, vol.1, 12– 20.
- Oktarini, S., & Prima, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Fraktur *Pre Operasi*. Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (*Journal of Nursing Sciences*), 10(1), 54–62. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v10i1.1590>
- Paratami, A., Purwaningsih, P., & Rofida, A. (2024). Asuhan Keperawatan Mobilisasi Dini Pada Ibu *Post Op Sectio Caesarea* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Di Rumah Sakit Tk Ii Putri Hijau Medan. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah, 3(4), 2138–2154. <https://doi.org/10.55681/sentri.v3i4.2609>
- Pipi Oktaviani, P. (2020). Gambaran Penanganan Nyeri Dengan Teknik Mobilisasi Dini. Jurnal Kesehatan
- Pratiwi, L., Rz, A. D., Zahra, F. F., Maknun, J., Ramahwati, N., & Yuniandani, S. (2023). Asuhan Keperawatan Penurunan Nyeri Pada Ibu *Post Operasi Sectio Caesarea* Dengan Penerapan *Foot Massage* Di Rumah Sakit Mitra Plumbon Tahun 2021. Journal of Public Health Science Research, 4(1).
- Pratiwi, N. I., Sari, D. P., & Wulandari, E. (2023). Edukasi perawatan luka *post sectio caesarea* di rumah. Jurnal Keperawatan Maternitas, 9(1), 45–52.
- Probowati, R. (2019). Gambaran Kehamilan Resiko di Puskesmas Grogol Sukoharjo. Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta, 1(1), 1–16.
- Rahim, W. Abd., Rompas, S., & Kallo, V. D. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Perawatan Luka Pasca Bedah *Sectio Caesarea* (Sc) Dengan Tingkat Kemandirian Pasien Di Ruang Instalasi Rawat Inap Kebidanan Dan Kandungan Rumah Sakit Bhayangkara Manado. Jurnal Keperawatan, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22890>
- Rahmanti, A., Aromanis, K., & Pamungkas, S. (2022). Penerapan Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Di Rumkit Tk.Iii 04.06.02 Bhakti Wira Tamtama Semarang. 4(2), 36–43.
- Raja, S. N., Carr, D. B., Cohen, M., Finnerup, N. B., Flor, H., Gibson, S., Keefe, F. J., Mogil, J. S., Ringkamp, M., Sluka, K. A., Song, X. J., Stevens, B., Sullivan, M. D., Tutelman, P. R., Ushida, T., & Vader, K. (2020). *The Revised International Association for the Study of Pain Definition of Pain: Concepts, Challenges, and Compromises*. .
- Rudhy Pramono, Herawati, V. D., & Indriyati, I. (2023). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Intensitas Nyeri *Post Operasi Hernia* Di Rsud Dr. Soediran Mangun Sumarso. Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI), 16(2), 100–109. <https://doi.org/10.47942/jiki.v16i2.1308>
- Sakit Syafira Pekanbaru. Media Kemas (Public Health Media), 1(2), 516–524. <https://doi.org/10.25311/kesmas.vol1.iss2.74>
- Sc, C., Ruang, D. I., Rs, E., Hoesin, M., & Natosba, J. (2024). Nabilah Salsabila, 2 Zulfah *The Differences In Early Mobilization Alication With Autogenic Relaxtion Technique On Pain Scale Reduction In Post Sectio Caesarea Mothers In Enim 2 Room, DR. Mohammad Hoesin Hospital Palembang*.
- Sholihah, Devi Widia Ira Saputri. 2019. “Asuhan Keperawatan pada Ibu *Post Partum SC (Sectio Caesarea)* dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Siti Walidah Rumah Sakit Umum Muhammadiyah Ponorogo”. Yogyakarta: Repository Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Sindi, G., & Syahruramdhani, S. (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), 93–102. <https://doi.org/10.57214/jusika.v7i1.283>
- Sofyan, K. S. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Nifas *Post Sectio Caesarea* Di Rsud Abduln Wahab Sjahanie. 21(1), 1–9.
- Solehati. (2017). Konsep Keperawatan Maternitas. Bandung: PT Refika Aditama.

- Syahruramdhani, S. (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), 93-102.
- Ummah, M. S. (2019). SAP (Satuan Acara Penyuluhan) Perawatan *Post SC* 11(1), 1–14. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/::dx.doi.org/10.1016/::www.researchgate.net>
- Yadhy, M. Q., Kusumajaya, H., & Mardiana, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Meningkatnya Kasus Tindakan *Sectio Caesarea*. *Jurnal Penelitian Perawat Nasional*, 4(November), 1377–1386.
- Yuliani, D., Fitriani, R., & Handayani, R. (2021). Perawatan luka *post operasi caesarea* untuk mencegah infeksi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(2), 78–85.