

PENGARUH *FOOT AND HAND MASSAGE* TERHADAP TINGKAT NYERI IBU *POST SECTIO*

Rina Nuraeni¹, Diny Lisnawati¹, Lia Natalia¹, Yuyun Sri Wahyuni¹

¹Dosen Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas YPIB, Majalengka, Indonesia
Corresponding Email : rinasyifa79@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Proses melahirkan janin dengan *sectio caesarea*, melibatkan sayatan perut (laparotomi) dan sayatan rahim (histerotomi). Di Indonesia persalinan secara *caesar* semakin meningkat baik di rumah sakit umum maupun di rumah sakit swasta. Nyeri adalah rasa sakit fisik yang dikomunikasikan secara subyektif oleh orang yang mengalaminya, penatalaksanaan nonfarmakologi terhadap nyeri post operasi SC diantaranya dengan *foot and hand massage*. Tujuan penelitian : Mengetahui Pengaruh *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri ibu *post SC* Di Ruang Walet RSUD Cideres. Metode Penelitian : Menggunakan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien SC di Ruang Walet RSUD Cideres yaitu sebanyak 351 pasien. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 12 responden, dilaksanakan sesuai dengan etika penelitian, dengan pengukuran tingkat nyeri menggunakan lembar observasi *numeric rating score (NRS)*. Hasil Penelitian : Terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah dilakukan *Foot and Hand Massage* dengan nilai mean dari tingkat nyeri 9.92 menjadi 8.25 setelah dilakukan *Foot and Hand Massage* dengan nilai *Sig 2-tailed 000*. Kesimpulan : Metode *Foot and Hand Massage* pada penelitian ini bisa menjadi alternatif atau pilihan dalam penatalaksanaan terapi non farmakologi untuk mengurangi tingkat nyeri pada pasien post operasi SC, dari hasil penelitian ini merekomendasikan bahwa terapi pijat tangan dan kaki dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan independen untuk mengatasi rasa nyeri

Kata kunci : Tingkat Nyeri, *Food and Hand Massage*, *Sectio Caesarea*.

Abstract

Background: : Cesarean section childbirth involves an abdominal incision (laparotomy) and a uterine incision (histerotomi). In both public and private hospitals in Indonesia, the number of cesarean deliveries is rising. Pain is a physical sensation that the individual feeling it communicates in a subjective way. Hand and foot massages are examples of non-pharmacological methods for treating pain following surgery. Objective : was to ascertain how foot and hand massage affected the degree of pain experienced by post-SC mothers in the RSUD Cideres Walet Room. Methods: using quantitative techniques as research tools. The 351 patients who make up the whole SC population at the RSUD Cideres Chamber of Trustees are the study's population. Purposive sampling is used in the sampling technique, and a large sample of 12 respondents is used in accordance with the ethics of the research, with measurement of the degree of pain using the observation sheet numeric rating score (NRS). Results : There was an influence between before and after the foot and hand massage with an average value of 9.92 to 8.25 pain rates after the feet and hands massage with a Sig value of 2-tailed 000. Conclusions: The Foot and Hand Massage intervention in this study could be an alternative or an option in the stimulation of non-pharmacological therapy to reduce the level of pain in patients after SC surgery, The study recommends that The Foot and Hand Massage intervention can be used as an independent nursing intervention to overcome pain.

Keywords: *Pain Level, Food and Hand Massage, Sectio Caesarea*

PENDAHULUAN

Bagi seorang ibu, persalinan adalah proses alamiah penting yang melibatkan pengeluaran embrio dan plasenta setelah mereka berkembang menjadi cukup bulan (37-42 minggu). Menurut Cunningham dkk. (2018), ada dua pilihan persalinan yaitu persalinan alami melalui vagina dan persalinan Caesar menggunakan *Sectio Caesarea* (SC). SC merupakan metode persalinan melalui sayatan perut terbuka (*laparotomi*) dan sayatan dalam rahim (*Histerektomi*) (Sania, 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 10% hingga 15% dari semua persalinan adalah persalinan SC (Syahida dan Jannah, 2020). Menurut Rahim, Rompas, dan Kallo (2019), angka kejadian SC adalah 20% di negara-negara industri seperti Inggris, 23% di Amerika Serikat, dan 21% di Kanada. Menurut data RISKESDAS tahun 2018, terdapat 17,6% lebih banyak persalinan SC di Indonesia. Dengan persentase 23,2%, berbagai komplikasi termasuk posisi janin melintang/sungsang (3,1%), perdarahan (2,4%), kejang (0,2%), ketuban pecah dini (5,6%), partus lama (4,3%), partus macet (3%), lilitan tali pusat (2,9%), plasenta previa (0,7%), plasenta tertahan (0,8%), hipertensi (2,7%), dan lain-lain (4,6%) merupakan penyebab utama persalinan dengan metode SC (Kemenkes RI, 2018). Angka kejadian SC di Indonesia lima tahun terakhir adalah 15,3% dari total persalinan. Dari data tersebut, angka tertinggi terjadi provinsi DKI Jakarta 27,2%, kepulauan Riau 24,7% dan di Yogyakarta 20,8%. Angka persalinan secara SC di Jawa Barat untuk rentang usia 10-54 tahun sebanyak 15,48%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Cideres dan RSUD Majalengka. Data di RSUD Cideres di dapatkan data yang melakukan tindakan SC pada tahun 2022 sebanyak 351 (36 %) tindakan SC, sedangkan data di RSUD Majalengka di dapatkan data yang melakukan tindakan SC pada tahun 2022 sebanyak 126 (4.72 %) tindakan SC. Dari data tersebut di RSUD Cideres pada tahun 2022 lebih tinggi dibandingkan dengan RSUD Majalengka. Sehingga peneliti tertarik untuk mengambil penelitian di RSUD Cideres. Peneliti juga memiliki alasan mengambil pasien post SC karena peneliti ingin tahu dan ada ketertarikan apakah ada pengaruh terapi non farmakologis yaitu *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri ibu post SC.

Persalinan *sectio caesarea* (SC) adalah prosedur bedah caesar di mana bayi

dikeluarkan dengan membuat sayatan di perut ibu. Meskipun pemulihan mati rasa, rasa tidak nyaman, dan gatal di sekitar luka dapat berlangsung hingga 6 bulan, ibu yang menjalani operasi SC pada awalnya akan mengalami rasa sakit di area luka sayatan dan akan berangsur-angsur pulih selama 6 minggu. SC merupakan metode persalinan melalui sayatan perut terbuka (laparotomi) dan sayatan pada rahim (histerektomi) (Sania, 2023).

Terapi *Foot Massage* yang merupakan salah satu terapi komplementer berfungsi untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah karena dapat memberikan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil. Salah satu metode untuk mengurangi rasa sakit melalui relaksasi adalah dengan memberikan tekanan dan kontak ringan pada jaringan kulit. Pijatan tangan memiliki dampak menenangkan yang dapat membantu pasien merasa tidakterlalu tidak nyaman dan mencegah rasa sakit mereka bertambah parah. Relaksasi merupakan salah satu cara untuk mengurangi nyeri atau mencegah timbulnya nyeri dengan cara menurunkan tensi otot. Upaya meminimalkan nyeri dengan mengistirahatkan atau mengendurkan otot-otot pada bagian tubuh tertentu dengan Teknik yang mudah dipelajari oleh ibu-ibu post partum normal maupun SC (Ma'rifah, 2018).

Manipulasi jaringan ikat dengan pukulan, belaian, atau remasan selama pijat kaki dan tangan berdampak pada sirkulasi, meningkatkan karakteristik otot, dan memiliki efek menenangkan. Keuntungan pijat kaki sebagai teknik modulasi nyeri didokumentasikan untuk menekan rasa sakit dan memblokir transmisi impuls nyeri untuk menciptakan analgesik dan rasa sakit yang dialami setelah operasi diharapkan dapat berkurang. Pijat kaki juga bermanfaat dalam mengurangi rasa sakit pasca operasi. Intervensi pijat kaki dan tangan pada pasien dapat mempengaruhi tingkat rasa sakit ibu post SC, Tujuan dalam penelitian ini adalah setelah dilakukan pijat kaki dan tangan akan membantu mengurangi skala nyeri pada luka ibu post SC.

METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan dengan desain *pra experiment* dengan menggunakan pendekatan pretest-posttest dengan menggunakan lembar observasi *numeric rating score (NRS)*, sampel dalam penelitian

ini sebanyak 12 responden di ruang walet RSUD Cideres, pemberian perlakuan dilaksanakan mulai tanggal 31 Mei sampai dengan 12 Juni tahun 2023, proses pengambilan data dilaksanakan sesuai dengan kaidah pada etika penelitian, pemberian perlakuan pijat kaki dan tangan ini dilakukan selama 10-15 menit pada ibu post SC sekali dalam satu hari, pre dan post test nyerinya dilakukan satu jam sebelum dan sesudah perlakuan. Data kemudian diolah secara komputersasi menggunakan aplikasi statistic untuk mendapatkan hasil penelitian secara univariat yaitu tabel tendensi sentral dan bivariat yaitu uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dan uji statistik dengan uji t.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Gambaran tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *Foot and Hand Massage*

Variabel	Intervensi	Mean	Median	S.D	Minimal	Maksimal
<i>Foot and Hand Massage</i>	Pretest	9.92	10.00	289	9	10
	Posttest	8.25	8.00	622	7	9

Berdasarkan tabel 1 didapatkan nilai tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan nilai mean 9.92 menjadi 8.25 median sebelum intervensi 10.00 menjadi 8.00, standar deviasi sebelum 289 dan sesudah menjadi 622 dengan nilai minimum sebelum 9 menjadi 7 dan nilai maksimum sebelum 10 dan menjadi 9.

Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi hasil normalitas tingkat nyeri pada ibu *Sectio Caesarea* sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage*

Variabel	N	<i>Shapiro-Wilk</i>	
		Df	Sig.
<i>Foot and Hand Massage</i>	12	11	0,000

Uji normalitas yang digunakan adalah uji normalitas Shapiro-Wilk. Untuk sampel kecil, metode shapiro-wilk merupakan teknik uji normalitas yang handal dan efisien. Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil sampel data untuk masing- masing intervensi kurang dari 50. Sehingga penggunaan teknik *Shapiro wilk* untuk menguji kenormalan data dalam penelitian ini sudah tepat. Kemudian diketahui Hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikan 0,000, maka dapat dikatakan terdapat pengaruh *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri terdistribusi normal *p value* < 0,05 Dengan demikian, uji t berpasangan (Paired-Test) dapat digunakan untuk pengujian hipotesis.

Tabel 3. Distribusi Pengaruh *Foot and Hand Mssage* terhadap tingkat nyeri pada ibu SC

Variabel	Interve nsi	N	Mea n	Stand ar Devia si (SD)	Paired Differences	Stand ar Devia si (SD)	Sig. (2- tailed)
					Mea n		
Tingkat Nyeri	Pretest	1	9.92	289	9.917	289	0,000
	Posttest	2	8.25	622	8.250	622	

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa pengaruh *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri pada pasien *sectio caesarea* didapatkan hasil mean sebelum intervensi bernilai 9.92 dan sesudah intervensi bernilai 8.25 dengan selisih nilai 1,67 standar deviasi 289 dan sesudah intervensi 8.25 dengan standar deviasi 622. Maka perbedaan antara sebelum intervensi dan sesudah intervensi *Foot and Hand Massage* dengan mean 9.917 dengan standar deviasi 622. Dari Hasil perhitungan ujistatistic nilai sig (2-tailed) dari hasil uji statistika adalah 0,000.

PEMBAHASAN

Gambaran tingkat nyeri sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage* di Ruang Walet RSUD Cideres Tahun 2023

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, bahwa gambaran tingkat nyeri sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage* didapat tingkat nyeri *pretest* dengan nilai mean 9.92, median 10.00, standar deviasi 289 dengan nilai minimum 9 dan nilai maksimum 10. Hasil observasi dilapangan menunjukkan bahwa masih tinggi *post SC* dengan anastesi spinal.

Nyeri adalah suatu mekanisme pertahanan bagi tubuh yang timbul bila mana jaringan sedang dirusak yang menyebabkan individu tersebut bereaksi dengan cara memindahkan stimulus nyeri (Guyton & Hall, 2008 dalam Saifullah, 2015). Ketidaknyamanan atau nyeri harus diatasi karena kenyamanan merupakan kebutuhan dasar manusia yang dinyakan dalam hierarki Maslow. Nyeri akan mempengaruhi aktifitas sehari-hari dan pola tidur seseorang (Potter & Perry, 2006, dalam Sania 2023).

Penelitian ini juga diperkuat oleh Herniawati tentang pengaruh *foot hand massage* terhadap tingkat nyeri *post sectio caesarea* di BLUD RSUD Kota Langsa tahun 2021. Menyatakan uji normalitas pada kedua kelompok terdapat hasil distribusi normal ($<0,005$) sedangkan pada uji independent t-test didapatkan *Foot and Hand Massage* berpengaruh dalam pengurangan nyeri pada ibu *post Sectio Caesarea* dengan nilai *sig* 000.

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari setengah klien *post* operasi *sectio caesarea* berada di tingkat nyeri sedang (skala 6) sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage* dan hampir setengah memiliki tingkat nyeri ringan (skala 3) sesudah dilakukan *Foot and Hand Massage* dan didapatkan nilai *p value* = 0.000, sehingga disimpulkan ada pengaruh *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri pada klien *post* operasi *sectio caesarea*. (Muliani, 2019).

Berdasarkan penelitian ini, maka terapi non farmakologis pemberian *Foot and Hand Massage* dapat dijadikan alternatif untuk membantu menurunkan tingkat nyeri pada ibu *post SC.*, dan dapat diaplikasikan dalam asuhan keperawatan.

Gambaran tingkat nyeri sesudah dilakukan *Foot and Hand Massage* di Ruang Walet RSUD Cideres Tahun 2023

Gambaran tingkat nyeri sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage* didapat tingkat nyeri *pretest* dengan nilai mean 8.25, median 8.00, standar deviasi 622 dengan

nilai minimum 7 dan nilai maksimum 9. Hasil observasi di lapangan mengemukakan bahwa *foot and hand massage* bisa menjadi salah satu alternatif pengobatan non farmakologis.

Dengan memukul, memijat, atau meremas jaringan ikat pada kaki, pijat kaki dapat meningkatkan tonus otot, meningkatkan sirkulasi, dan memberikan efek menenangkan. Salah satu metode pereda nyeri adalah melalui penerapan tekanan ringan dan kontak ke jaringan kulit di bawah tangan. Pijat tangan memiliki dampak menenangkan yang dapat membantu pasien mengurangi rasa tidak nyaman dan mencegah rasa sakitnya bertambah parah. 2019 (Muliani)

Semacam relaksasi dengan teknik pijat kaki dan tangan adalah dasar dari teknik manajemen nyeri non-farmakologis tertentu. Pijat Kaki Tangan adalah jenis pijat untuk kaki atau tangan yang didasarkan pada gagasan bahwa bagian tubuh atau penyakit organ tertentu terkait dengan ketidaknyamanan atau rasa sakit di area tertentu pada kaki atau tangan (Stilwell, 2019).

Salah satu teknik penghilang stres adalah pijat kaki dan tangan, yang juga dapat digunakan bersama dengan konseling dan pendidikan kesehatan yang tepat untuk mengurangi ketidaknyamanan dan mendorong mobilisasi dini, yang dapat mempercepat pemulihan dan mengurangi masa inap di rumah sakit. pada tahun 2014 (Rini Sulistyowati).

Penelitian ini di perkuat oleh Rizky Muliani tentang pengaruh *foot hand massage* terhadap tingkat nyeri klien post SC di RS AMC tahun 2018. Dengan nilai p sebesar 0,0005, temuan ini menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik dalam intensitas nyeri pada ketiga terapi. Perbedaan rata-rata pada pijat tangan dan kaki masing- masing adalah -0,882, 1,059, dan 0,882. Perbedaan ini menunjukkan bahwa pijat tangan lebih bermanfaat daripada dua kelompok lainnya dalam mengurangi keparahan nyeri pasien pasca bedah sesar.

Intensitas nyeri dan tekanan nyeri menggunakan skala peringkat numerik 0 hingga 10 dengan jumlah sampel terdiri dari 18 pasien. Mereka melaporkan penurunan intensitas nyeri dari 4,65 menjadi 2,35 ($t = 8,154, p < .001$) dan dalam tekanan nyeri dari 4,00 menjadi 1,88 ($t = 5,683, p < .001$). Penurunan yang signifikan secara statistik pada respons simpatis terhadap nyeri.

Dari hasil penelitian ini, perawat dapat mengaplikasikan teknik penurunan tingkat

nyeri non farmakologis *Foot and Hand Massage*. Dan memberikan edukasi kepada responden sehingga bisa melakukannya dengan benar dan secara terus-menerus akan memberikan dampak pada tingkat nyeri.

Pengaruh *Foot and Hand Massage* sebelum dan sesudah dilakukan *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri pada pasien ibu post sectio caesarea di Ruang Walet RSUD Cideres sebelum dan sesudah dilakukan *Foot and Hand Massage*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *foot and hand massage* dengan tingkat nyeri di RSUD Cideres Tahun 2023 ($p\text{ value} = 0,000$). Sebelum dilakukan uji analisis bivariat dilakukan uji normalitas terlebih dahulu terhadap data yang ada. Uji normalitas yang digunakan adalah Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikan tingkat nyeri sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage* maka terdapat pengaruhnya adalah 0,000 dan menunjukkan data sebelum dilakukan *Foot and Hand Massage* terdistribusi normal ($p > 0,05$) sehingga pengujian hipotesis dapat menggunakan uji t berpasangan (*Paired-Test*). pengaruh *Foot and Hand Massage* terhadap tingkat nyeri pada pasien *sectio caesarea* didapat mean sebelum intervensi bernilai 9.92 dan sesudah intervensi bernilai 8.25 dengan standar deviasi 289 dan sesudah intervensi 8.25 dengan standar deviasi 622. Maka perbedaan antara sebelum intervensi dan sesudah intervensi *Foot and Hand Massage* dengan mean 9.917 dengan standar deviasi 622. Hasil uji statistic nilai sig (*2-tailed*) adalah 0,000. Adanya hubungan ini dikarenakan semakin baiknya *foot and hand massage* di aplikasikan sebagai terapi non farmakologis maka tingkat nyeri tersebut akan semakin berkurang dan teratasi.

Nyeri adalah rasa sakit fisik yang dikomunikasikan secara subyektif oleh orang yang mengalaminya. Ketika seseorang mengalami rasa sakit, mereka dikatakan terpengaruh oleh kondisi tersebut. Meskipun tidak ada penyebab fisik atau sumber rasa sakit yang diketahui, rasa sakit tetap dianggap nyata. Pasien benar-benar mengalami rasa sakit dengan berbagai cara dan tidak hanya membayangkannya, meskipun faktanya beberapa rasa sakit terkait dengan kesehatan mental atau psikologis. Namun, rangsangan fisik, mental, atau emosional yang menyebabkan timbulnya rasa nyeri (Potter & Perry, 2015). Uji normalitas pada kedua kelompok terdapat hasil distribusi normal ($< 0,005$) sedangkan pada uji independent t-test didapatkan *Foot and Hand*

Massage berpengaruh dalam pengurangan nyeri pada ibu *post Sectio Caesarea* dengan nilai *sig* 0,00. (Herniawati, 2021).

Salah satu cara untuk menghilangkan stres adalah pijat kaki dan tangan. Pendidikan kesehatan dan teknik konseling yang memadai dapat membantu mobilisasi dini untuk mempercepat pemulihan dan mengurangi hari rawat pasien (Rini Sulistyowati, 2014).

Dengan nilai *p* sebesar 0,0005, temuan ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam intensitas nyeri antara periode sebelum dan sesudah perawatan dari ketiga terapi tersebut. Perbedaan rata-rata antara pijat tangan dan kaki adalah -0,882, 1,059 untuk pijat tangan, dan 0,882 untuk pijat kaki. Berdasarkan perbedaan ini, pijat tangan lebih unggul dari dua kelompok lainnya dalam hal kemampuannya untuk mengurangi tingkat nyeri pasien pasca bedah.

Foot and Hand Massage bisa menjadi alternatif atau pilihan yang baik terapi non farmakologis untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien *post operasi SC* ataupun pasien dengan keluhan nyeri lainnya, yaitu penatalaksananya dilakukan dengan sedini mungkin dan secara terus-menerus oleh perawat maupun responden.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pijat tangan dan kaki dapat memberikan dampak positif dalam mengurangi rasa sakit setelah operasi caesar. Ada perbedaan signifikan dalam penurunan rasa sakit sebelum dan sesudah dilakukan pijatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pijat tangan dan kaki efektif dalam mengurangi rasa nyeri setelah operasi SC. Hasil penelitian ini merekomendasikan bahwa terapi pijat tangan dan kaki dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan independen untuk mengatasi rasa nyeri. Dan saran untuk peneliti selanjutnya, untuk dilakukan penelitian dengan menggunakan kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

Abbaspoor, Z., Akbari, M., & Najari, S. (2014). Effect of foot and hand massage in post-cesarean section pain control: a randomized control trial. *Pain Management*

- Nursing*, 15(1), 132-136 Amelia, W., & Saputri, D. M. A. (2020). Efektifitas Hand Massage Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi di RS. DR. Reksodiwiryo Padang. *Midwinerslion: Jurnal Kesehatan STIKes Buleleng*, 5(1), 96-105.
- Anarky, S. A. W. (2023). Pengaruh Pemberian Foot Hand Massage Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Appendectomy di ruang rawat inap Lantai 3 RS Famili Husada (Doctoral dissertation, STIKES Bina Usaha Bali).
- Anita, A., Agustanti, D., & Purwati, P. (2022). Pijat Refleksi dan Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 355-360.
- Anitescu, Benzon, & Wallace (2017) *Klasifikasi Nyeri Berdasarkan Jenisnya* 21. [Online]. Diakses dari : <http://repository.akperberkala.ac.id/id/eprint/59/> [26 Maret 2023].
- Arman, S. R. (2016). „*Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Pemilihan Metode Persalinan Sectio caesarea di Rumah Sakit Agung Jakarta Periode November 2016- Oktober 2017**. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(4).
- Ati Nurhayati, N., Andriyani, S., & Malisa, N. (2015). Relaksasi autogenik terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post operasi sectio saecarea. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(2), 52-61.
- Ayuningtyas (2018) *Pengertian Pembedahan Sectio Caesarea* 1. [Online]. Diakses dari : <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/870>. [6 Maret 2023].
- Chasanah, S. U. (2015). *Peran petugas kesehatan masyarakat dalam upaya penurunan angkakematian ibu pasca MDGs 2015*. *Jurnal kesehatan masyarakat Andalas*, 9(2), 73-79.
- Darma, I. Y., Sartiwi, W., Morika, H. D., Idaman, M., & Zaimy, S. (2022). Penatalaksanaan manajemen nyeri pada pasien post operasi di ruang bedah RSUD Mayjen Ha Thalib kota sungai penuh. *Jurnal Abdimas Saintika*, 4(1), 109-113.
- Degirmen, N., Ozerdogan, N., Sayiner, D., Kosgeroglu, N., & Ayranci, U. (2010). Effectiveness of foot and hand massage in postcesarean pain control in a group of Turkish pregnant women. *Applied nursing research*, 23(3), 153-158.
- Electric (2021) *Tindakan Mempercepat Penyembuhan Luka Post Sectio Caesarea* 3. [Online].
Diakses dari : <http://103.78.141.165/JIKK/article/view/25>, [20 Maret 2023]
- Fitrah, M. (2018). *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Fitrianti, D., & Febriani, P. (2021). Efektifitas Terapi Foot Massage terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea: Metode Literature Review.
- Hamdan Hariawan, Martini Tidore (2020) *Penatalaksanaan Nyeri* 6. [Online]. Diakses dari : <http://eprints.umpo.ac.id/2040/>, [20 Maret 2023]
- Handayani (2015) *Etiologi Nyeri* 22. [Online]. Diakses dari : <http://cyberchmk.net/ojs/index.php/sains/article/view/759>, [20 Maret 2023].
- Handayani (2020) *Pengertian Populasi & Sampel Penelitian* 48. [Online].
Diakses dari
http://eprints.undip.ac.id/44209/3/Bab_2.pdf, [27 Maret 2023].
- Handayani, S. (2021). Terapi Foot Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 35-42.
- Henniwati, H., Dewita, D., & Idawati, I. (2022). Pengaruh Foot and Hand Massage

- Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di Blud RSUD Langsa. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 1(2), 30-35.
- Jumatri, N. F., Herman, H., & Pane, M. D. (2022). Gambaran Indikasi Persalinan Sectio Caesarea di RSUD Kota Kendari Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan*, 6(01), 01-05.
- Khoirunnisa & Novitasari (2015) *Pengukuran Skala Nyeri Verbal Rating Scale (VRS)* 26-27.[Online]. Diakses dari : http://epri.nts.undip.ac.id/44209/3/Bab_2.pdf, [20 Maret 2023].
- Lestari, P., Haniah, S., & Utami, T. (2021, November). Asuhan Keperawatan pada Ny. S dengan Masalah Risiko Infeksi Post-Operasi Sectio Caesarea di Ruang Bougenville RSUD Dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. In *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 462-470).
- Lina Z, L. (2022). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Persalinan Sectio Caesarea Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sleman Tahun 2022* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Ma'rifah, A.R., Handayani, R.N, Dewi, P. (2018). *The Effectiveness Of Fingerhold Relaxation Teqhniques And Spiritual Emosional Freedom Teqhniques (SEFT) To The Pain Intensity scale On Patiens With Post Caesarian Section.* . *Journal of Maternity Care Reproduksi Health* Vol. 1, No. 2.
- Masturo, U., Kholisotin, K., & Agustin, Y. D. (2020). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan tentang SADARI dengan Metode Diskusi Kelompok dan Metode Demonstrasi terhadap Perilaku WUS dalam Melakukan SADARI. *Citra Delima: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(2), 141-154.[5 April 2023].
- 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.
- Mata, Y. P. R., & Kartini, M. Efektivitas Massage untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien PostOperasi Sectio Caesarea.
- Merdekawati, D., Dasuki, D., & Melany, H. (2019). Perbandingan validitas skala ukur nyeri VAS dan NRS terhadap penilaian nyeri di IGD RSUD Raden Mattaaher Jambi. *Riset Informasi Kesehatan*, 7(2), 114-121.
- Metasari, D., & Sianipar, B. K. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan nyeri post operasi sectio caesarea di RS. Raflessia Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 6(1).
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106-115.
- Muliani, R., Rumhaeni, A., & Nurlaelasari, D. (2019). Pengaruh foot massage terhadap tingkat nyeri klien post operasi sectio caesarea.
- Murtasiah, I. (2022). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada klien ibu post op sectio caesarea dengan gangguan rasa nyaman nyeri Di RSAU DR. Esnawan Antariksa (Doctoral dissertation, Akademi Keperawatan Berkala Widya Husada).
- Notoatmodjo, S. (2014). Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.
- Nurani, D., Keintjem, F., & Losu, F. N. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Proses Penyembuhan Luka Post Sectio Caesarea. *Jidan (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 3(1), 1-9.
- Nurarif & Kusuma (2016) Pengertian Etiologi Sectio Caesarea 1. [Online]. Diakses dari :

- <http://repository.akperberkala.ac.id/id/eprint/59/>, [20 Maret 2023].
- Parashita, S. A. P. (2020). Pengaruh pemberian aromatherapy terhadap intensitas nyeri pada penderita nyeri (Studi pada wilayah kerja puskesmas IV Denpasar selatan) (Doctoral dissertation, Poltekkes Denpasar Jurusan Keperawatan). 65-66.
- Pebrianti, A. E. (2021). TA Pengaruh Pemberian Foot Massage Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Ibu Post sectio Caesarea (Doctoral dissertation, Politeknik Yakpermas Banyumas).
- Sa'diyah, U. N., Purwanti, S., & Syukur, N. A. (2020). Efektifitas effleurage massage dan teknik counterpressure terhadap tingkat nyeri ibu bersalin kala I fase aktif: SystematicReview.
- Safitri, R., & Ernawati, R. (2015). Pengaruh Tindakan Terapi Massage Punggung Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid Pada Siswi SMA Negeri 8 Samarinda.
- Salamah, U., & Astuti, Y. (2022, June). Effect of Hand and Foot Massage Toward Pain Level in Postpartum Mother with Sectio Caesarea: Case Report. In *Proceedings University of Muhammadiyah Yogyakarta Undergraduate Conference* (Vol. 2, No. 2, pp. 206- 210).
- Salsabila, R. I. (2022). Asuhan keperawata gangguan kebutuhan nyeri dan kenyamanan pada pasien post sectio caesarea di Ruang Bedah RSUD jendral ahmad yani metro tahun 2022 .(Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang). 65-66
- Sania, Y., Maryati I., Ermiami E. (2023), Asuhan Keperawatan Pada Klien Post Sectio Atas Indikasi Plasenta Previa Marginalis. Studi Kasus Deskriptif. *Journal of Maternity Care Reproduksi Health*, 6(1).
- Sari, D. N. (2020). Foot Massage Reduce Post Operation Pain Sectio Caesarea At Post Partum. *Jawara (Jurnal Ilmiah Keperawatan)*, 1(1), 32-40
- Solehati, T. (2018). Terapi nonfarmakologi nyeri padapersalinan: Systematic review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1).
- Sugiyono (2018) Pengertian Data Primer & Data Sekunder 50. [online]. Diakses dari <http://jurnal.faperta-unras.ac.id/index.php/JS/article/view/99>, [27 Maret 2023]
- Sugiyono (2017) Penelitian eksperimen 48. [Online]. Diakses dari [https://scholar.google.co.id/scholar?q=Sugiyono+\(+2018\)+Pengertian+Instrumen+49+Sugiyono+\(2017\)+Penelitian+eksperimen&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.co.id/scholar?q=Sugiyono+(+2018)+Pengertian+Instrumen+49+Sugiyono+(2017)+Penelitian+eksperimen&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart), [27 Maret 2023].
- Sugiyono (2018) Pengertian Instrumen 49. [Online]. Diakses dari [https://scholar.google.co.id/scholar?q=Sugiyono+\(+2018\)+Pengertian+Instrumen+49+Sugiyono+\(2017\)+Penelitian+eksperimen&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.co.id/scholar?q=Sugiyono+(+2018)+Pengertian+Instrumen+49+Sugiyono+(2017)+Penelitian+eksperimen&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart), [27 Maret 2023]
- Sugiyono (2019) Pengertian Hipotesis Penelitian 46. [Online]. Diakses dari : [https://scholar.google.co.id/scholar?q=Sugiyono+\(+2019\)+Pengertian+Instrumen+49+Sugiyono+\(2017\)+Penelitian+eksperimen&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.co.id/scholar?q=Sugiyono+(+2019)+Pengertian+Instrumen+49+Sugiyono+(2017)+Penelitian+eksperimen&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart), [27 Maret 2023].
- Sung et al (2020) Indikasi Ibu untuk Operasi Sectio Caesarea 14. [Online]. Diakses dari <https://ojs2.kesdammedan.a.c.id/index.php/jurhesti/article/view/197>, [6 Maret 2023].
- Wahyudin, D., Khasanah, U., & Kamil, A. (2022). Literature Review: The Effect of Foot Massage with Lavender Aroma Therapy on Lowering Blood Pressure in

Hypertensive Patients. *Budapest International Research and Critics Institute-Journal (BIRCI-Journal)*, 5(4), 29023-29030.

Wang, H. L., & Keck, J. F. (2004). Foot and hand massage as an intervention for postoperative pain. *Pain management nursing*, 5(2), 59-65.

Yudiyanta, N. K., & Novitasari, R. W. (2015). Assessment nyeri. *Jurnal Cdk*, 226.