

Terapi Foot Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea

Yopi Suryatim Pratiwi¹, Sri Handayani²

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, STIKes Yarsi Mataram, yopisuryatimpratiwi@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana, STIKes Yarsi Mataram, srikurniawan@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 7 Februari 2021

Accepted, 15 Maret 2021

Published, 30 Maret 2021

Keywords:

Terapi foot massage, nyeri, post sectio caesarea

Abstract

Maternal mortality rate (MMR) is an important indicator to see the health status in an area, especially in maternal and child health problems. Providing quality midwifery care at the time before delivery, at delivery, and after delivery is one way to reduce morbidity and mortality rates for mothers and children. The delivery process does not always run normally, so that a caesarean section can be done to save the mother and the fetus. Delivery by sectio caesarea is a surgical delivery procedure in which the fetus is delivered through an incision in the abdominal wall and uterus of the mother. Sectio caesarean deliveries experienced pain 27.3% compared to normal deliveries which were only 9%, besides that 19.4% were found not to breastfeed because of post sectional pain. Management strategies to overcome post sectio caesarean pain are needed, both pharmacologically and non-pharmacologically. Massage technique is a complementary therapy that can be used as a non-pharmacological therapy.

Massage is a touch technique as well as light massage that can produce a feeling of relaxation in the body, as well as provide a sense of comfort. Foot massage is a massage action that is considered to be the right method for reducing pain. Therefore it is necessary to have literature review evidence that aims to determine the effect of foot massage therapy on post sectio caesarean pain. This study is a literature review covering a systematic search study of computerized databases including research gate, pubmed, and google scholar. The search results obtained 6 international journal articles and 2 national journal articles which were reviewed, analyzed, and concluded to be of good quality so as to get conclusions about literature studies. The writing of this article uses the Harvard bibliography. Based on eight research articles, it shows that 20 minutes of foot massage therapy can effectively reduce post sectio caesarean pain.

Abstrak

Angka kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator yang penting untuk melihat derajat

kesehatan di suatu wilayah, khususnya pada masalah kesehatan ibu dan anak. Pemberian asuhan kebidanan yang berkualitas pada saat sebelum persalinan, saat persalinan, dan sesudah persalinan merupakan salah satu cara untuk menekan angka morbiditas dan mortalitas pada ibu dan anak. Proses persalinan tidak selalu berjalan normal, sehingga tindakan sectio caesarea dapat dilakukan untuk menyelamatkan ibu dan janin. Persalinan dengan sectio caesarea adalah prosedur persalinan melalui pembedahan dimana janin dilahirkan melalui insisi dinding abdomen dan rahim ibu. Persalinan sectio caesarea mengalami nyeri 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya 9%, selain itu 19,4% didapatkan tidak memberikan ASI karena nyeri post sectio caesarea. Strategi penatalaksanaan untuk mengatasi nyeri post sectio caesaria sangat diperlukan, baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Tehnik massage merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologi. Massage merupakan tehnik sentuhan serta pemijatan ringan yang dapat menghasilkan rasa rileks dalam tubuh, serta memberikan rasa nyaman. Foot massage merupakan salah satu tindakan massage yang dianggap menjadi metode yang tepat dalam mengurangi nyeri. Oleh karena itu perlu adanya bukti literature review yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi foot massage terhadap nyeri post sectio caesarea. Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (literature review) meliputi studi pencarian sistematis data base terkomputerisasi antara lain research gate, pubmed, dan google cendekia. Hasil pencarian didapatkan 6 artikel jurnal internasional dan 2 artikel jurnal nasional yang direview, dianalisis, dan disimpulkan memiliki kualitas baik sehingga mendapatkan kesimpulan mengenai studi literature. Penulisan artikel ini menggunakan penulisan daftar pustaka Harvard. Berdasarkan delapan artikel penelitian menunjukkan bahwa terapi foot massage selama 20 menit efektif dapat mengurangi nyeri post sectio caesarea.

Pendahuluan

Angka kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator yang penting untuk melihat derajat kesehatan di suatu wilayah, khususnya pada masalah kesehatan ibu dan anak. Menurut Survey Angka Sensus (Supas) angka kematian ibu pada tahun 2015 berkisar 305/100.000 kelahiran hidup. Tingginya AKI di Indonesia dapat dipengaruhi oleh kualitas pelayanan kesehatan di wilayah tertentu. Pemberian asuhan kebidanan yang berkualitas pada saat sebelum persalinan, saat persalinan, dan sesudah persalinan merupakan salah satu cara untuk menekan angka morbiditas dan mortalitas pada ibu dan anak (Kemenkes RI, 2019). Proses persalinan tidak selalu berjalan normal, sehingga tindakan sectio caesarea (SC) merupakan pilihan utama bagi tenaga kesehatan untuk menyelamatkan ibu dan janin. Berdasarkan laporan Survei Demografi dan Kesehatan

Indonesia (SDKI) 2017 menunjukkan bahwa persalinan dengan sectio caesarea (SC) mengalami peningkatan dari 7% pada SDKI 2007 menjadi 17% pada SDKI 2017 (SDKI, 2017).

Persalinan dengan sectio caesarea adalah prosedur persalinan melalui pembedahan dimana janin dilahirkan melalui insisi dinding abdomen dan rahim ibu. Persalinan Caesar dapat dilakukan dalam kondisi gawat darurat (sectio caesarea darurat) atau secara terencana (sectio caesarea elektif) (Prawirohardjo, 2010). Persalinan dengan sectio caesarea tidak jarang memberikan dampak bagi ibu maupun bayinya. Persalinan sectio caesarea biasanya mengalami nyeri yang lebih dibandingkan dengan persalinan normal. Rasa nyeri mulai timbul 2 jam setelah persalinan yang, hal ini terjadi karena pengaruh pemberian obat anestesi pada saat persalinan. Nyeri post sectio caesarea dapat menyebabkan beberapa hambatan dalam pemulihan, seperti mobilisasi terbatas, bonding attachment (ikatan kasih sayang) terganggu/tidak terpenuhi, serta dapat menghambat pemberian ASI (Pallasma, 2014). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk menjelaskan bahwa nyeri setelah persalinan dengan sectio caesarea dapat menghambat ibu dalam melakukan bonding attachment dan pemberian ASI. Penelitian ini melaporkan 19,4% ibu tidak memberikan ASI karena masih mengalami nyeri luka operasi.

Strategi penatalaksanaan untuk mengatasi nyeri pada ibu post sectio caesaria saat ini sangat diperlukan, baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Pemberian terapi farmakologi dinilai efektif untuk menghilangkan nyeri, tetapi mempunyai nilai ekonomis yang cukup mahal dengan harga obat yang beragam. Selain itu pemberian obat berupa obat analgetik untuk meringankan nyeri bisa saja menimbulkan efek samping dari penggunaan obat tersebut, sehingga perlunya terapi nonfarmakologi sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri post sectio caesarea. Terapi nonfarmakologi dipandang lebih aman dibandingkan terapi farmakologi. Beberapa teori komplementer dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologi seperti tehnik meditasi, terapi musik, pijat refleksi, obat herbal, hypnosis, terapi sentuh, dan massage (Pak. et al, 2015).

Massage merupakan tehnik sentuhan serta pemijatan ringan yang dapat menghasilkan rasa rileks dalam tubuh, serta memberikan rasa nyaman (Potter & Perry, 2010). Foot massage merupakan salah satu tindakan massage yang tidak memerlukan peralatan yang berlebih. Manfaat dari foot massage yaitu membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan. Foot massage banyak dikembangkan dan diimplementasikan di fasilitas kesehatan sebagai manajemen nyeri nonfarmakologi. Noreseptor adalah saraf yang memulai sensasi nyeri, reseptor ini yang mengirim sinyal nyeri dan terletak di permukaan jaringan internal dan dibawah kulit padat kaki (Chanif, 2013). Pemberian terapi foot massage dapat memberikan efek terhadap rasa nyeri post sectio caesarea karena pijatan yang diberikan menghasilkan stimulus yang lebih cepat sampai ke otak dibandingkan dengan rasa sakit yang dirasakan. Penelitian yang dilakukan oleh Masadah, dkk menjelaskan bahwa pemberian terapi foot massage dapat menurunkan skala nyeri pada pasien dengan post operasi sectio caesarea (Masadah, 2020).

Berdasarkan latar belakang diatas penyusun tertarik untuk membuat literature review dengan judul “Terapi Foot Massage terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea”.

Metode

Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (literature review) yang mencoba menggali terapi foot massage terhadap nyeri post sectio caesarea. Strategi yang digunakan dalam mencari artikel menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris yang relevan dengan judul. Sumber untuk melakukan tinjauan literatur ini meliputi studi pencarian sistematis

data base terkomputerisasi antara lain research gate, pubmed, google cendekia dari tahun 2015 sampai tahun 2020. *Keyword* yang digunakan adalah terapi foot massage terhadap nyeri post sectio caesarea, therapy foot massage for pain sectio caesarea. Peneliti membaca setiap abstrak dan *fulltext* dari setiap artikel penelitian untuk menilai kesesuaian artikel dengan judul, serta artikel tersebut layak untuk di review. Setelah dilakukan identifikasi yang relevan dengan judul, didapatkan 6 artikel jurnal internasional dan 2 artikel jurnal nasional yang memiliki kualitas baik karena lebih lengkap dalam penjelasan metode penelitian. Artikel penelitian yang diperoleh direview, dianalisis, dan disimpulkan sehingga mendapatkan kesimpulan mengenai studi literature. Beberapa artikel tersebut disajikan dalam bentuk narasi. Penulisan artikel ini menggunakan penulisan daftar pustaka Harvard.

Hasil dan Pembahasan

Artikel penelitian pertama merupakan penelitian yang dilakukan oleh Abdul Elhaleem S, Soad .A.Ramadan, Heba, A. El Kader, Amal, dan S. Taha dengan judul “*Effect Of Foot Massage on Relieving Mother’s Post Cesarean Sectio Incisional Pain*”. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu dengan post sectio caesarea yaitu sebanyak 148 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 74 orang. Kelompok I diberikan terapi foot massage sebagai kelompok intervensi, dan kelompok II sebagai kelompok kontrol. Tehnik sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*. *Independent variable* penelitian ini yaitu pemberian intervensi terapi foot massage, sedangkan *dependent variable* penelitian ini adalah nyeri post sectio caesarea. Terapi foot massage dilakukan setiap 6 jam, 12 jam, dan 18 jam post sectio caesarea selama 20 menit, dengan masing-masing kaki 10 menit. Penilaian dilakukan segera setelah intervensi. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji *paired T-test* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian didapatkan terdapat penurunan skor nyeri pada setiap penilaian. Hasil penilaian intervensi 6 jam post sectio caesarea yaitu $3,09 \pm 1,55$, intervensi 12 jam post sectio caesarea $2,05 \pm 1,17$, dan intervensi 18 jam post sectio caesarea $1,84 \pm 1,10$. Hal ini menunjukkan terdapat penurunan tingkat nyeri yang signifikan pada kelompok intervensi dengan waktu penilaian yang berbeda ($p < 0,001$).

Artikel penelitian ke dua yang dilakukan oleh Morvarid Irani, Masoumeh Kordi, Fatemeh Tara, Hamid Reza Bahrami, dan Kievan Shariati Nejad dengan judul “*The Effect of Hand and Foot Massage on Post-Cesarean Pain and Anxiety*”. Desain penelitian yang digunakan adalah *Randomized clinical trial-single blinded*. Sampel dalam penelitian ini yaitu 80 ibu post sectio caesarea yang dibagi menjadi kelompok intervensi 40 orang dan kelompok kontrol 40 orang. Kelompok intervensi diberikan terapi foot massage dan hand massage, dan kelompok kontrol melakukan kegiatan seperti biasa. Tehnik sampel yang digunakan yaitu *convenience sampling*. Pemberian foot massage dan hand massage dilakukan selama 20 menit (masing-masing ekstremitas 5 menit). Penilaian pertama dilakukan 4 jam post sectio caesarea untuk mengetahui tingkat nyeri ibu post sectio caesarea menggunakan *Visual Analogue Scale (VAS)*. Evaluasi penilaian intensitas nyeri dilakukan 3x, yaitu segera setelah intervensi, 60 menit setelah intervensi, dan 90 menit setelah intervensi. Hasil penelitian didapatkan rata-rata intensitas nyeri memiliki perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p < 0,001$).

Hasil penelitian Morvarid, et al didukung oleh artikel penelitian ke tiga yang dilakukan Manjula bahwa tehnik mengurangi nyeri selain foot massage pada pasien dengan post sectio caesarea yaitu dengan hand massage. Penelitian ini memberikan intervensi hand massage dan foot massage pada masing-masing kelompok ibu dengan post sectio caesarea. Kelompok hand massage dan kelompok foot massage dilakukan pemijatan

selama 20 menit. Hasil penelitian didapatkan rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan intervensi pada kelompok hand massage yaitu 7,82 (nyeri berat terkontrol), dan setelah diberikan intervensi rata-rata intensitas nyeri menurun menjadi 5,41 (nyeri sedang). Sedangkan pada kelompok foot massage didapatkan rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan intervensi yaitu 7,59 (nyeri berat terkontrol), dan setelah diberikan intervensi rata-rata intensitas nyeri menjadi 6,06 (Nyeri sedang). Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan setelah diberikan intervensi hand massage dan foot massage ($p < 0,05$).

Artikel penelitian ke empat yang dilakukan oleh Jayanthi Babu, Annie Annal M, dan Renuka K yaitu bertujuan untuk membandingkan efektivitas terapi hand massage dan foot massage. Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *true experimental* dengan *Randomized clinical trial (RCT)*. Sampel dalam penelitian ini adalah 90 ibu post sectio caesarea yang dibagi menjadi 3 kelompok. Kelompok I mendapat terapi hand massage, kelompok II mendapat terapi foot massage, dan kelompok III sebagai kelompok kontrol. Penilaian awal dilakukan untuk mengetahui nilai pretest pada masing-masing kelompok menggunakan *Numerical Rating Scale (NRS)*. Intervensi dilakukan selama 20 menit, dimana masing-masing ekstremitas dilakukan pemijatan selama 10 menit. Evaluasi skala nyeri dilakukan segera setelah intervensi pertama, dan segera setelah intervensi kedua dengan interval waktu 60 menit, sedangkan untuk kelompok kontrol tetap dengan aktivitas harian mereka. Hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata nyeri pada kelompok foot massage mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan kelompok hand massage dan kelompok kontrol. Rata-rata nyeri pada kelompok hand massage sebelum diberikan terapi yaitu $5,86 \pm 0,776$, sedangkan setelah diberikan terapi hand massage skor rata-rata nyeri menjadi $2,967 \pm 1,129$. Rata-rata nyeri pada kelompok foot massage sebelum diberikan terapi yaitu $5,633 \pm 0,718$, sedangkan setelah diberikan terapi foot massage skor rata-rata nyeri menjadi $1,967 \pm 1,098$. Skor rata-rata nyeri kelompok kontrol pada penilaian pertama dan kedua memiliki rata-rata nyeri yang sama yaitu $5,633 \pm 0,764$. Penelitian ini menunjukkan terdapat perbandingan yang sangat signifikan antara kelompok hand massage, foot massage, dan kelompok kontrol terhadap intensitas nyeri post sectio caesarea ($p < 0,05$). Temuan dalam penelitian ini yaitu pemberian terapi foot massage merupakan terapi yang paling efektif untuk mengurangi nyeri post sectio caesarea dibandingkan dengan hand massage.

Artikel penelitian ke lima oleh Niven R. Basyouni, Isis E. Gohar, dan Naglaa F. Zaied tentang "*Effect of Foot Reflexology on Post-Cesarean Pain*". Desain dalam penelitian ini adalah *Quasi experimental*. Sampel dalam penelitian ini melibatkan 70 ibu post sectio caesarea yang dibagi menjadi dua kelompok, kelompok intervensi terdiri dari 35 ibu post sectio caesarea, dan kelompok kontrol 35 ibu post sectio caesarea. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Evaluasi penilaian tingkat nyeri dilakukan 3 kali yaitu, 4-6 jam post sectio caesarea (sebelum intervensi), segera setelah intervensi, dan 1 jam setelah intervensi. Penilaian nyeri menggunakan *Johansson pain O- Meter scale (JPOM)* dan *Chamber Price Pain Rating Scale (CPPRS)*. Hasil pengukuran nyeri pada 3 kali pengukuran menggunakan *Johansson pain O- Meter scale (JPOM)* pada kelompok intervensi didapatkan skor nyeri pada pengukuran pertama yaitu 2,60, skor nyeri pengukuran kedua yaitu 1,59, dan skor nyeri pengukuran ketiga yaitu 1,59. Sedangkan kelompok kontrol skor nyeri dalam 3x pengukuran tetap pada 2,04. Hasil pengukuran nyeri pada 3 kali pengukuran menggunakan *Chamber Price Pain Rating Scale (CPPRS)* pada kelompok intervensi didapatkan skor nyeri pada pengukuran pertama yaitu 2,89, pengukuran kedua 1,57, dan pengukuran ketiga yaitu 1,45. Sedangkan pada kelompok kontrol skor nyeri pada pengukuran pertama yaitu 2,20, pengukuran kedua yaitu 2,44, dan pengukuran ketiga yaitu 2,87. Hasil pengukuran nyeri menggunakan *Johansson pain O- Meter scale (JPOM)* dan *Chamber Price Pain Rating Scale (CPPRS)* didapatkan

tingkat nyeri pada ibu post sectio caesarea terjadi penurunan selama 3 kali pengukuran. Hasil uji statistik didapatkan perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p=0,000$).

Artikel penelitian ke enam yang dilakukan oleh Abbasali Dorosti, Fatemeh Mallah, dan Zahra Ghavami tentang “*Effects of Foot Reflexology on Post-Cesarean Pain: A Randomized Clinical Trial*” ini serupa dengan artikel penelitian ke empat. Desain dalam penelitian ini adalah *Randomized clinical trial (RCT)* dengan melibatkan 60 ibu post sectio caesarea yang dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang masing-masing sebanyak 30 orang. Kelompok intervensi diberikan terapi foot massage, dan kelompok kontrol tanpa perlakuan. Intervensi foot massage dilakukan 6 jam post sectio caesarea selama 20 menit (10 menit masing-masing kaki) selama 3 hari berturut-turut. Penilaian skala nyeri dilakukan 2 jam setelah intervensi menggunakan *Visual Analog Scale (VAS)*. Kelompok kontrol tidak menerima perlakuan hanya melakukan percakapan dengan terapis selama 20 menit. Hasil penilaian pada kelompok intervensi skala nyeri menurun dari hari ke hari, sedangkan kelompok kontrol mengalami nyeri hebat pada hari ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri berkurang secara signifikan pada kelompok intervensi selama 3 hari ($p \leq 0,003$).

Artikel penelitian ke tujuh oleh Dewi Nurlaela Sari, dan Aay Rumhaeni tentang “*Foot Massage Reduce Post Operation Pain Sectio Caesarea at Post Partum*” yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat kaki terhadap skala nyeri pada klien post operasi sectio caesarea. Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pre-test and post-test*. Jumlah sampel yang digunakan yaitu sebanyak 27 ibu post sectio caesarea dengan menggunakan tehnik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk menilai tingkat nyeri yaitu *Numeric Rating Scale (NRS)*. Pemberian terapi foot massage dilakukan 1x setiap hari selama 2 hari dengan lama waktu 20 menit. Penilaian awal dilakukan 4 jam post operasi sectio, penilaian selanjutnya dilakukan 1-2 jam setelah intervensi. Hasil penelitian didapatkan bahwa skala nyeri pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi foot massage yaitu 52% ibu mengalami nyeri sedang (skala 6), dan setelah diberikan intervensi hampir 37% ibu mengalami nyeri ringan (skala 3). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi foot massage terhadap penurunan nyeri post sectio caesarea ($p < 0.000$).

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi, dkk didukung oleh artikel penelitian ke delapan yang dilakukan oleh Masadah, Cembun, dan Ridawati Sulaeman tentang “*Pengaruh Foot Massage Therapy terhadap Skala Nyeri Ibu Post Op Sectio Cesaria di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram*”. Desain dalam penelitian ini adalah *pre experimental* dengan pendekatan *one group pretest-postest*. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu dengan post sectio caesarea di ruang RSUD Kota Mataram yaitu sebanyak 42 orang yang dipilih menggunakan tehnik *purposive sampling*. Penilaian pretest dilakukan 24 jam post sectio caesarea menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Pemberian terapi foot massage diberikan selama 20 menit dengan masing-masing kaki 10 menit. Penilaian kembali dilakukan 1 jam setelah intervensi. Hasil penelitian didapatkan rata-rata skala nyeri sebelum intervensi yaitu 6,55, dan setelah intervensi skala nyeri menurun menjadi 4,86. Hasil uji statistik didapatkan $p < 0,000$, hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terapi foot massage terhadap nyeri post sectio caesarea.

Berdasarkan 8 artikel penelitian didapatkan bahwa foot massage atau pijat kaki selama 20 menit dapat membantu dalam mengurangi nyeri post sectio caesarea. Terapi foot massage yang diberikan pada pasien dengan post sectio caesarea dapat menurunkan skala nyeri, tetapi tidak menghilangkan nyeri tersebut karena luka operasi sectio caesarea mulai dari lapisan perut sampai ke lapisan uterus sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama

untuk penyembuhan. Reaksi lokal adanya nyeri dapat mengaktifkan syaraf-syaraf simpati yang menyebabkan keluarnya keringat yang berlebihan, respon metabolisme meningkat, serta peningkatan kardiovaskuler. Timbulnya rasa nyeri akan menimbulkan perasaan sensori dan emosional yang menyebabkan rasa tidak menyenangkan akibat rusaknya salah satu jaringan (Chanif, 2013). Terapi foot massage merupakan pemijatan yang melakukan penekanan pada area spesifik kaki yang membuat energi mengalir melalui bagian tubuh tersebut sehingga pada titik kaki yang di massage dapat mengatasi gejala yang terjadi pada organ tersebut. Manfaat dari foot massage yaitu dapat melancarkan sirkulasi darah di dalam seluruh tubuh, membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan serta merangsang pengeluaran hormon endorphin yang bersifat menenangkan, memberi rasa nyaman, dan merilekskan tubuh (Puthusseril, 2006).

Foot massage merupakan salah satu metode non farmakologis dan non invasive yang tidak memerlukan biaya serta peralatan yang berlebihan. Tehnik foot massage seperti efflurage, petrissage, tapotement, dan vibration mampu menstimulus nervus (A-Beta) yang terdapat di kaki dan lapisan kulit yang berisi taktil dan reseptor. Reseptor kemudian mengirimkan rangsangan saraf ke sistem saraf pusat. Sistem gate control diaktivasi melalui inhibitor interneuron dimana rangsangan interneuron dihambat, sehingga menghasilkan fungsi inhibis dari T-cell menutup gerbang. Pesan nyeri yang ditransmisikan ke sistem saraf pusat tidak diterima oleh otak dan menyebabkan nyeri tidak diinterpretasikan (Chanif, 2013). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizki dkk (2020), yang menjelaskan tentang tehnik foot massage menggunakan tehnik efflurage dan petrissage dengan tahapan massage pada tungkai bawah depan (otot tulang kering), tungkai bawah belakang (otot betis), otot punggung kaki, dan otot telapak kaki yang dilakukan 1 kali setiap hari dengan durasi waktu 20 menit selama 2 hari efektif dalam menurunkan nyeri ibu post sectio caesarea ($p < 0,000$).

Metode nonfarmakologi seperti foot massage dapat menjadi terapi komplementer bagi penanganan nyeri ibu post sectio caesarea. Selain efektif dalam menangani nyeri, terapi foot massage juga sangat efektif dari segi biaya, keamanan, dan mudah dalam pelaksanaan.

Simpulan dan saran

Berdasarkan hasil literatur review dapat ditarik kesimpulan terapi foot massage selama 20 menit mampu menurunkan nyeri pada ibu dengan post sectio caesarea. Terapi foot massage merupakan terapi komplementer nonfarmakologi yang dapat dikembangkan oleh tenaga kesehatan sebagai asuhan penanganan nyeri pada ibu post sectio caesarea. Selanjutnya perlunya ada penelitian tentang perbedaan efektivitas foot massage pada primipara dan multipara dengan post sectio caesarea.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada para editor dan reviewer yang telah berkontribusi dengan meluangkan waktu dan mencurahkan pikirannya demi terbitnya artikel literature review ini. Saran dan kritik selalu kami harapkan demi tercapainya manfaat dari penerbitan artikel ini.

Daftar Pustaka

Babu, J, Annie, AM, Renuka, K. 2019, 'Effectiveness of hand massage vs foot massage for pain in incision site among postcesarean mothers admitted in obstetrical care units at Mahatma Gandhi Medical College and Research Institute', *Puducherry journal of nursing*, Vol. 12, No. 3, hh. 70–73.

- Basyouni, NR, Gohar, IE, Zaied, NF. 2018, 'Effect of foot reflexology on post-cesarean pain' *Journal of Nursing and Health Science*, Vol. 7, No. 4, hh. 1-19.
- Chanif, Petpichetchian, W, & Changchareon, W. 2013, 'Does foot massage relieve acute post operave pain? a literature review', *Nurse Media Journal Of Nursing*, hh. 483-497.
- Dorosti, A, Mallah, F, Ghafan, Z. 2019, 'Effects of foot reflexology on post-cesarean pain: A randomized clinical trial', *Journal biochemical technology*, No. 2. hh. 170-174.
- Elhaleem, AS, Ramadan, SA, Kader, HA, Taha, AS. 2013, 'Effect of foot massage on relieving mother's post cesarean sectio incisional pain', *Journal of International Academic Research for Multidisciplinary*, Vol. 1, No. 7, hh. 202-213.
- Irani, M, Kordi, M, Tara, F, Bahrani, HR, Nejad, KS. 2015, 'The effect of hand and foot massage on post-cesarean pain and anxiety', *Journal of midwifery and reproductive health*, Vol. 3, No. 4, hh. 465-471.
- Kementrian Kesehatan RI, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Jakarta, Kemenkes RI.
- Kementrian Kesehatan RI, 2018, Survey demografi dan kesehatan indonesia 2017. SDKI 2017, Diperoleh tanggal 5 Februari <https://archive.org/details/LaporanSDKI2017/page/n192/mode/2upari>
- Manjula, B. 2016, 'Effectiveness of hand and foot massage on pain among post-caesarean mothers at Selected Hospitals, Salem', *International Journal of Nursing Care*, doi:10.5958/2320-8651.2016.00015.6.
- Masadah, Cembun, Sulaeman, R. 2020, 'Pengaruh foot massage therapy terhadap skala nyeri ibu post op sectio cesaria di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram', *Jurnal keperawatan terpadu*, Vol. 2, No. 1, hh. 64-70.
- Muliani, R, Rumhaeni, A, Nurlaelasari, D. 2020, 'Pengaruh foot massage terhadap tingkat nyeri klien post operasi sectio caesarea', *JNC*, Vol. 3, No. 2, hh. 73-80.
- Pak, SC, Micalos, PS, Maria, SJ, Lord, B. 2015, 'Nonpharmacological interventions for pain management in paramedicine and the emergency setting: a review of the literature', *Evidence-Based Complement Alternat Med*, doi: 10.1155/2015/873039.
- Pallasama, N. 2014, 'Cesarean secon short term maternal complicaons related to the mode of delivery, Universitas of Turki, Finland.
- Poer, PA & Perry, AG. 2010, *Fundamental of nursing*, Singapore.
- Prawirohardjo, S. 2010, *Ilmu kebidanan*, Yayasan bina Pustaka, Jakarta.
- Puthusseril, V. 2006, "Special foot massage" as a complimentary therapy in palliative care', *Indian Journal of Palliative Care*, Vol. 12, No. 2, hh. 71-76.
- Sari, DN, Rumhaeni, A. 2020, 'Foot massage reduce post operation pain sectio caesarea at post partum' *Jurnal kesehatan komunitas*, Vol. 6, No. 2, hh. 164-170.
- Wulandari, DR, Dewanti L. 2014, 'Rendahnya praktik menyusui pada ibu post sectio caesarea dan dukungan tenaga kesehatan di Rumah Sakit' *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, Vol. 8, No. 8. hh. 393-397.