

**PENERAPAN INTERVENSI EFFLEURAGE BACK MASSAGE TERHADAP
TINGKAT PENURUNAN NYERI POST SECTIO CAESAREA DI RUANG NIFAS
RSUD KARDINAH TEGAL**

Adinda Syaliana Putri¹, Ratnawati², Enike Wiwiek Widiyanti³

¹Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

²Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

³RSUD Kardinah Tegal

adindasyalianaputri914@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan

Sectio Caesarea merupakan melahirkan janin dengan membuat sayatan pada daerah abdomen yang menyebabkan rasa nyeri di area sayatan hingga punggung. Ketidaknyamanan tersebut dapat diatasi dengan terapi non farmakologi dengan *Effleurage Back Massage*. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan *Effleurage Back Massage* terhadap tingkat penurunan nyeri *Post Sectio Caesarea*.

Metode

Penulis karya ilmiah ini menggunakan Studi Kasus pada satu ibu *Post Sectio Caesarea* diruang nifas RSUD Kardinah. Intervensi yang digunakan adalah *Effleurage Back Massage* yang dilakukan selama 2 hari setiap 2 kali sehari. Pengukuran skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*.

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan nyeri *post Sectio Caesarea* sebelum terapi adalah 7, setelah dilakukan terapi selama 2 hari nyeri skala 4. Dengan kriteria hasil ibu tampak lebih tenang dan rileks.

Simpulan dan Saran

Terapi *Effleurage Back Massage* memiliki pengaruh positif dalam penurunan nyeri *Post Sectio Caesarea*. Bagi tenaga kesehatan khususnya perawat ruangan bisa mengaplikasikan terapi *Effleurage Back Masage* untuk mengurangi nyeri *Post Sectio Caesarea*.

Kata kunci: Nyeri; *Effleurage Back Massage*; *Post Sectio Caesarea*, *Manajemen Nyeri*

Latar Belakang

Persalinan adalah rangkaian peristiwa yang terjadi ketika bayi cukup bulan berada dalam kandungan ibunya, diikuti keluarnya plasenta dan selaput ketuban dari tubuh ibu (Putri Damayanti, 2023). Persalinan dapat berjalan dengan normal dan persalinan dapat mengalami hambatan yang tidak dapat dilakukan tindakan persalinan secara normal (Annisa, 2023). Tindakan alternatif yang dapat dilakukan untuk mengeluarkan janin yaitu persalinan sectio caesarea (SC). Persalinan sectio caesarea (SC) merupakan proses persalinan dengan indikasi medis baik dari sisi ibu dan janin, seperti placenta previa, presentasi atau letak abdomen pada janin, serta indikasi lainnya yang beresiko kepada komplikasi medis dan dapat membahayakan nyawa ibu maupun janin (Herlian, Nina, dkk, 2024).

Menurut World Health Organization (WHO), menyatakan tindakan operasi Sectio Caesarea (SC) sekitar 5-15%. Data WHO dalam Global Survey on Maternal and Perinatal Health tahun 2021 menunjukkan sebesar 46,1% dari seluruh kelahiran dilakukan melalui Sectio Caesarea (SC) (World Health Organization, 2019). Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2021, jumlah persalinan dengan metode Sectio Caesarea (SC) di Indonesia sebesar 17,6%. Indikasi dilakukannya persalinan secara Sectio Caesarea (SC) disebabkan oleh beberapa komplikasi dengan persentase sebesar 23,2% dengan posisi janin melintang/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 lainnya (4,6%) (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Menurut data SDKI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia) tahun 2021, menyatakan angka kejadian persalinan di Indonesia dengan metode SC sebanyak 17% dari total jumlah kelahiran di fasilitas kesehatan. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan angka persalinan melalui metode Sectio Caesarea (SC) (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Angka kejadian ketuban pecah dini diperkirakan mencapai 3-10% dari total persalinan (Muliani & Handayani, 2024).

Komplikasi yang mungkin timbul saat kehamilan juga dapat mempengaruhi jalannya persalinan sehingga sectio caesarea dianggap sebagai cara terbaik untuk melahirkan janin (Komarijah et al., 2023). Seksio caesarea (SC) dikenal sebagai salah satu prosedur yang mampu menyelamatkan baik ibu maupun bayi. Seksio caesarea secara efektif dapat mencegah kematian serta kecacatan pada ibu dan bayi yang baru lahir (Pramono & Wiyati, 2021). Sectio Caesarea adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui dinding depan perut atau vagina atau Sectio Caesarea adalah suatu histerotomia untuk melahirkan janin dalam rahim (Sirait, 2022).

Dalam melakukan tindakan atau prosedur sc, pasien akan mengalami beberapa masalah antara lain , kecemasan, nyeri , gangguan pola tidur dan bahkan infeksi pada luka jahitan. Kebanyakan perempuan pada masa persalinan secara subjektif dirasakan sebagai proses nyeri yang menimbulkan kecemasan dan takut secara bersamaan (Pratiwi & Diarti, 2019). Biasanya ibu dengan post selain merasakan nyeri di sayatan ibu juga sering nyeri didaerah punggung dan merasa kelelahan (Wijayanti et al., 2024). Masa nifas berkaitan dengan gangguan pola tidur, tiga hari pertama setelah melahirkan merupakan hari yang sulit bagi ibu karena persalinan dan kesulitan beristirahat (Sari et al., 2023). Luka operasi pembedahan pada wilayah abdomen yang tidak bisa lekas sembuh sesudah pembedahan, sehingga memerlukan waktu yang lumayan lama untuk pengobatannya (Eriyani et al., 2018).

Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional pribadi yang tidak menyenangkan, yang diekspresikan secara berbeda pada masing-masing individu. Rasa nyeri merupakan stressor yang dapat menimbulkan ketegangan. Individu akan merespon secara biologis dan perilaku yang menimbulkan respon fisik dan psikis. Respon fisik meliputi perubahan keadaan umum, ekspresi wajah, nadi, pernafasan, suhu, sikap badan dan apabila nyeri berada pada derajat dapat menyebabkan kolaps kardiovaskuler dan syok. Respon psikis akibat nyeri dapat merangsang respon stress yang dapat menekan sistem imun, peradangan, serta menghambat penyembuhan. Respon yang lebih parah akan menghambat pada ancaman merusak diri (Nurfadillah, 2020). Untuk penatalaksanaan nyeri tersebut ada terapi farmakologi dan nonfarmakologi.

Penatalaksanaan terapi farmakologis untuk penanganan nyeri salah satunya meliputi analgesic non-opioid dan opioid, analgesik adjuvan, dan kortikosteroid (Alorfi, 2023). Terapi non farmakologi salah satunya yang telah dikembangkan untuk mengurangi nyeri akut post SC, salah satunya yaitu pijat atau massage (Wijayanti et al., 2024).

Massage mempunyai pengaruh terapeutik yaitu dapat menguatkan otot melalui gerakan gerakan yang tetap berirama, merangsang keadaan sirkulasi cairan-cairan tubuh seperti darah dan limfe, merangsang keadaan supel melalui manipulasi dari jaringan tulang, mengatasi problem-problem muskuloskeletal seperti sendi yang dapat dikurangi dengan meningkatkan keadaan supel dari otot, system saraf dapat bekerja lebih harmonis melalui stimulasi dan relaksasi, organ-organ dalam terstimulasi dan fungsinya lebih baik sehingga dapat merangsang secara langsung kelenjar-kelenjar hormon, dan menyebabkan kekakuan otot dapat dikurangi atau dihindari (Nanda et al., 2019).

Teknik pijat atau massage merupakan alternatif atau pilihan penanggulangan nyeri non farmakologi dengan melakukan teknik sentuhan berupa teknik pemijatan secara ringan yang dapat membantu proses relaksasi didalam tubuh dan menimbulkan rasa nyaman pada bagian

kulit dan menurunkan tingkat nyeri (Wijayanti et al., 2024). Effleurage Back Massage (EBM) sebagai manajemen nyeri non farmakologis dapat diberikan kepada ibu post sectio Caesarea untuk mengurangi nyeri pasca persalinan. Intervensi ini berupa pemberian pijatan halus atau gosokan di area punggung yang dapat merelaksasikan otot abdomen, meningkatkan sirkulasi darah dan meningkatkan kenyamanan (Widayati et al., 2022).

Terdapat fenomena yang ada pada ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal terhadap masalah nyeri *post sectio caesarea* dengan riwayat *sectio caesarea*. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dengan penerapan *effleurage back massage* pada ibu nifas *post sectio caesarea*. Adapun jumlah pasien yang mengalami post sc pada bulan oktober 2023 sebanyak 27 pasien. Rata-rata pasien melakukan sc karena riwayat sc, ada 5 orang yang sudah saya tanyakan mengenai skala nyeri pada pasien post sc dan didapatkan hasil bahwa pasien mengalami skala nyeri rata-rata 4-6 skala pada pasien yang memiliki riwayat post sc.

Metode

Penelitian ini menggunakan studi kasus *Evidence Based Practice* (EBP) seperti pubmed, portal garuda dan google scholar. Menggunakan 1 responden yang diteliti dengan masalah keperawatan nyeri akut. Implementasi yang dilakukan yaitu tindakan terapi non farmakologi berupa *effleurage back massage* dan dilakukan *pre-post* test tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Intervensi terapi non farmakologi berupa *effleurage back massage* dilakukan selama 2 hari berturut-turut dalam waktu 10-15 menit. Peneliti mengamati adanya penurunan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data pengkajian pada tanggal 21 November 2023 didapatkan Ny. L 29 tahun post sc dengan indikasi KPD pada G2P1A0 hamil 36-37 minggu. Pada tanggal 21 November 2023 pukul 06.00 WIB klien menjalankan operasi SC dengan indikasi Ketuban Pecah Dini, dilakukan pengkajian pada tanggal 21 november 2023 dengan diagnosa medis P2A0. Pasien merintih kesakitan pada bekas luka post operasi SC. Berdasarkan pengkajian nyeri didapatkan hasil (P: nyeri post SC atau saat digerakkan, Q: seperti tersayat-sayat, R: di perut bagian bawah, S: skala 7, T: hilang timbul).

Dari data tersebut didapatkan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik prosedur operasi. Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan. Nyeri akut ditandai dengan data subjektif klien mengatakan nyeri area post sc ketika klien melakukan pergerakan dan dapat ditandai dengan data objektif seperti klien tampak meringis, bersikap

protektif (misal, waspada, posisi menghindari nyeri), gelisah, frekuensi nadi meningkat, sulit tidur, tekanan darah meningkat, pola napas berubah, nafsu makan berubah, proses berfikir terganggu, menarik diri, berfokus pada diri sendiri, diaforesisi (Tim Pokja SDKI DPP PPNI). Nyeri yang dirasakan oleh klien pada skala 7 yang berarti nyeri skala berat. Berdasarkan teori tersebut dapat dikatakan klien mengeluh, klien tampak meringis, klien mengalami kegelisahan, dan mengalami sulit tidur. Untuk mengetahui skala nyeri yang dirasakan pasien penulis memperhatikan gambar ekspresi wajah ketika menahan nyeri pada pasien dan penulis menjelaskan ekspresi wajah secara detail yang terdapat pada gambar, agar klien mampu mengidentifikasi gambar tersebut sesuai nyeri yang dirasakan. Hal tersebut menjadikan penulis memberikan tindakan keperawatan untuk mengurangi nyeri yang sudah direncanakan agar nyeri yang dialami pasien mengalami penurunan skala nyeri.

Mengatasi masalah tersebut penulis melakukan rencana keparawatan yang akan diterapkan kepada responden yaitu indentifikasi tujuan dan keinginan menurunkan skala nyeri, gelisah menurun, kesulitan tidur menurun, libatkan sistem pendukung (suami dan keluarga). Rencana keperawatan manajemen nyeri berdasarkan teori dapat diobservasi melalui identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon non verbal. Terapeutik pada rencana keperawatan berikan teknik non farmakologi effleurage back massage untuk mengurangi rasa nyeri, kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, memfasilitasi istirahat dan tidur. Edukasi yang dapat diberikan jelaskan penyebab dan periode dan pemicu nyeri, jelaskan strategi meredakan nyeri dan anjurkan monitor nyeri secara mandiri. Untuk kolaborasi dapat diberikan pemberian analgetik jika perlu atau jika klien merasakan nyeri berat (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Intervensi yang sudah diberikan pada klien dan memiliki kesesuaian dengan teori yang sudah dibahas penulis mengajarkan teknik non farmakologi effleurage back massage untuk mengurangi rasa nyeri, kontrol lingkungan yang memperkuat rasa nyeri, memfasilitasi istirahat dan tidur dan jelaskan strategi meredakan nyeri. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Daniati et al., 2024) terapi non farmakologi sudah sering diberikan dan terbukti membantu meredakan nyeri punggung khususnya pada ibu hamil trimester III, salah satunya adalah pijat effleurage. Mekanisme kerja pijat effleurage dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III adalah dengan gerakan dengan menggunakan seluruh permukaan telapak tangan yang ditempelkan pada bagian tubuh yang digosok. Bentuk telapak tangan dan jari selalu menyesuaikan dengan bagian tubuh yang diusap. Efek terapeutik atau efek penyembuhan dari effleurage ini antara lain membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran limfe/cairan getah bening, membantu memperbaiki proses metabolisme,

memperbaiki proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi kelelahan, membantu penyerapan (absorpsi) odema akibat peradangan., relaksasi dan mengurangi nyeri (Daniati et al., 2024).

Terapi effleurage back massage merupakan tindakan pemijatan yang ringan dan berirama sehingga menimbulkan perasaan nyaman dan rileks. tindakan effleurage back massage ini dapat menstimulasi produksi endorfin sehingga dapat meredakan nyeri. Sehingga dalam hal ini penulis menerapkan terapi Efflurage Back Massage selama 2 hari berturut-turut selama 10-15 menit pada punggung. Pada pemberian terapi Efflurage Back Massage diharapkan menjaga privasi pasien klien, klien yang sudah dikelola dan sudah diberikan terapi Efflurage Back Massage klien belum bisa duduk secara maksimal dikarenakan klien masih menahan rasa nyeri sehingga tindakan tersebut dilakukan dengan klien memposisikan dirinya berbaring miring kesebelah kiri dan baju pasien bagian belakang dibuka untuk mempermudah dilakukannya pemijatan, saat dilakukannya pemijatan pasien tampak memposisikan dirinya dengan nyaman dan pasien tampak mengikuti arahan yang diberikan.

Tabel
Pengukuran skala nyeri

No.	Hari	Skala nyeri	
		Pre	Post
1.	1	7	6
2.	2	6	4

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa :

- a. Pada tanggal 21 November 2023 sebelum diberikan terapi effleurage back massage didapatkan skor nyeri 7 (nyeri berat). Setelah dilakukan terapi back effleurage back massage didapatkan skala nyeri 6 (sedang)
- b. Pada tanggal 22 November 2023 sebelum diberikan terapi back effleurage back massage didapatkan skor snyeri 6 (sedang). Setelah dilakukan terapi effleurage back massge didapatkan skor nyeri 4 (ringan)

Simpulan dan Saran

Disimpulkan bahwa tetdapat pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post sc dengan intervensi effluragge back massage. Intervensi yang dilakukan selama 2 hari dengan waktu selama 10-15 menit dengan penilaian nyeri pre dan post. Pada hari ke dua setelah diberikan intervensi tersebut didapatkan skala nyeri menjadi 4 (ringan) dengan skala nyeri awal 7 (berat). Pada penulisan dapat menjadi bahan kajian dalam melakukan tindakan asuhan

keperawatan sehingga tenaga kesehatan didalamnya dapat menerapkan dan melakukan edukasi sehingga dapat dilakukan secara mandiri guna menurunkan nyeri.

Daftar Pustaka

- Alorfi, N. M. (2023). Pharmacological Methods of Pain Management: Narrative Review of Medication Used. *International Journal of General Medicine, Volume 16*(July), 3247–3256. <https://doi.org/10.2147/ijgm.s419239>.
- Daniati, O., Sulistyorini, C., Puspitasari, D. I., Meihartati, T., Daniati, O., Sulistyorini, C., Puspitasari, D. I., Meihartati, T., Kesehatan, T., & Kebidanan, P. S. (2024). The Effectiveness Of The Combination Of Effleurage Massage And Warm Compresses In Reducing Back Pain In The Third Trimester Pregnant. *Jurnal Kebidanan Malahayati, 10*, 490–499.
- Endarwati, S., Mustika Dewi, I., Margaretha Marsiyah, M., Panembahan Senopati Bantul, R., Wahidin Sudiro Husodo, J., Studi Keperawatan, P. D., Wira Husada, S., Babarsari, J., & Bayan, T. (2024). Terapi Murottal Untuk Mengatasi Nyeri Post Sectio Caesaria. *Jurnal Keperawatan, 16*(1), 249–256. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Eriyani, T., Shalahuddin, I., & Maulana, I. (2018). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penyembuhan Luka Post Operasi Sectio Caesarea. *Media Informasi, 14*(2), 182–190. <https://doi.org/10.37160/bmi.v14i2.213>.
- Komarajah, N., Setiawandari, & Waroh, Y. K. (2023). Determinan Kejadian Persalinan Sectio Caesarea (Sc) Di RsudSyamrabu Bangkalan. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian, 2513–2522*.
- Mulazimah, M., Nurahmawati, D., Kholis, M. N., Noeraini, A. R., Junita, M. E., & Klau, A. S. (2023). Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Melalui Breast Care Di Puskesmas Perawatan Ngletih Kota Kediri. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 3*(2), 88–97. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v3i2.183>
- Muliani, R. H., & Handayani, R. D. (2024). *Sosialisasi Faktor Resiko dan Bahaya Ketuban Pecah Dini pada Ibu Bersalin di Puskesmas Sumurpanggang Kecamatan Margadana Tegal. 3*(1), 12–17
- Nanda, H. Y., Ardhi, I., Junaidi, S., Rizki, B., Anis, Z., & Anugrah, W. (2019). Cara cepat Kuasai Massage Kebugaran. In *Main* (Issue February).
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Dewana Pengurusan Pusat Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (n.d.). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Widayati, D., Hayati, F., & Fajarotin, D. R. (2022). Peningkatan kenyamanan dan early mobilization pada ibu post SC melalui efflurage back massage. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, 6*(1), 31–41. <https://doi.org/10.32536/jrki.v6i1.217>.
- Wijayanti, N. W. D., Sulastri, & Nurlaili, S. (2024). Penerapan Hand And Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Post Sestio Caesarea. *Healthy Tadulako Journal, 10*(1), 96–10