

EFFLEURAGE MASSAGE UNTUK MENGURANGI NYERI POST SECTIO CAESAREA

Atik Oktora Sulistiyorini¹, Murtiningsih²

atikoktora123@gmail.com¹, murtiningsihkadun@gmail.com²

Institut Kesehatan dan Teknologi Pondok Karya Pembangunan DKI Jakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri pasca Sectio Caesarea (SC) terjadi akibat luka yang ditinggalkan oleh sayatan pada dinding perut dan Rahim. Tujuan Penelitian : untuk menganalisis hasil praktik pada Ny. U dengan masalah nyeri post SC dengan menggunakan intervensi teknik effleurage massage yang dilakukan selama 3 hari di di ruang Paviliun Imam Soejudi RSPAD Gatot Soebroto tahun 2024. Metode Penelitian ini menggunakan Pre Eksperimen dengan pendekatan asuhan keperawatan. Desain penelitian One Group Pretest-Posttest. Penelitian ini tingkat nyeri diukur sebelum dan sesudah implementasi. Teknik effleurage massage dilakukan selama 3 hari selam 2 kali sehari durasi ± 15 menit. Hasil penelitian terdapat penurunan skala nyeri pada klien dari skala nyeri 5 (sedang) menjadi skala nyeri 2 (ringan). Diskusi.

Kata Kunci: Sectio Caesarea, Effleurage Massage, Nyeri.

ABSTRACT

Background: Post-Caesarean Section (CS) pain occurs due to wounds left by incisions on the abdominal wall and uterus. Research Objective: to analyze the results of practice on Mrs. U with post-CS pain problems using effleurage massage technique interventions carried out for 3 days in the Imam Soejudi Pavilion room, Gatot Soebroto Army Hospital in 2024. This research method uses Pre-Experiment with a nursing care approach. One Group Pretest-Posttest research design. In this study, the level of pain was measured before and after implementation. The effleurage massage technique was carried out for 3 days, 2 times a day, for a duration of ± 15 minutes. The results of the study showed a decrease in the pain scale in clients from a pain scale of 5 (moderate) to a pain scale of 2 (mild). Discussion: can improve blood circulation and muscle relaxation so that it can reduce the pain scale. Recommendation: it is hoped that the effleurage massage technique can be applied to reduce post-CS pain.

Keywords: Sectio Caesarea, Effleurage Massage, Pain.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang menandai akhir dari kehamilan dan menjadi pengalaman universal bagi hampir setiap wanita. Proses ini memungkinkan seorang ibu melahirkan bayinya melalui serangkaian perubahan kompleks secara anatomi dan fisiologis. Meskipun persalinan normal melalui jalan lahir (pervaginam) merupakan metode yang paling ideal, tidak semua wanita dapat menjalani proses ini secara spontan. Dalam kondisi tertentu yang berisiko bagi ibu dan janin, diperlukan tindakan pembedahan berupa sectio caesarea (SC) untuk menyelamatkan keduanya (Romadhon, 2022).

Sectio caesarea adalah prosedur pembedahan yang dilakukan dengan membuat irisan pada dinding perut (laparatomi) dan rahim (histerotomi) guna mengeluarkan janin. Prosedur ini menjadi pilihan ketika persalinan pervaginam tidak memungkinkan, misalnya pada kasus gawat janin, posisi janin sungsang, kehamilan kembar, atau kegagalan kemajuan persalinan (Adiputra et al., 2021). Data global menunjukkan peningkatan signifikan pada angka kelahiran melalui SC. Menurut World Health Organization (WHO) dalam survei tahun 2021, sekitar 41,3% persalinan dilakukan melalui SC, sedangkan sisanya masih menggunakan metode pervaginam (WHO, 2021).

Di Indonesia, angka persalinan melalui *sectio caesarea* juga menunjukkan tren peningkatan. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, persalinan dengan SC mencapai angka 17,6%, dengan wilayah DKI Jakarta mencatat prevalensi tertinggi sebesar 31,1%, dan Papua terendah sebesar 6,7% (RI, 2022). Salah satu dampak utama dari tindakan SC adalah nyeri pasca operasi. Nyeri ini disebabkan oleh trauma jaringan akibat tindakan pembedahan dan dapat memengaruhi kenyamanan pasien serta memperlambat proses pemulihan.

Nyeri pasca operasi bersifat subjektif, kompleks, dan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif jika tidak ditangani dengan tepat. Beberapa efek yang mungkin timbul antara lain gangguan mobilisasi, hambatan dalam pembentukan ikatan antara ibu dan bayi (*bonding attachment*), terganggunya inisiasi menyusui dini, hingga penurunan kemampuan ibu dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Susilawati et al., 2023). Oleh karena itu, penanganan nyeri secara efektif menjadi prioritas dalam asuhan keperawatan pasca SC. Penanganan nyeri dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Metode non-farmakologis semakin banyak digunakan karena relatif aman, minim efek samping, dan dapat meningkatkan kenyamanan pasien. Salah satu teknik yang terbukti efektif adalah teknik pijat *effleurage*. *Effleurage massage* merupakan teknik pijat ringan dengan gerakan menggosok yang lembut mengikuti aliran darah balik menuju jantung. Teknik ini membantu memperlancar sirkulasi darah, memberikan efek relaksasi, dan mengurangi persepsi nyeri (Alimah, 2012; Davim, 2017).

Effleurage massage terbukti menjadi salah satu intervensi yang aman, mudah diaplikasikan, dan efektif dalam manajemen nyeri, khususnya pada ibu post-*sectio caesarea*. Berdasarkan data di RSPAD Gatot Soebroto, tercatat sebanyak 378 ibu menjalani SC selama periode Januari hingga Desember 2023, dengan tren peningkatan setiap bulannya. Tingginya angka ini menegaskan pentingnya penerapan intervensi yang efektif dan minim risiko dalam mengurangi nyeri pasca operasi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan analisis terhadap penerapan teknik *effleurage massage* dalam membantu mengatasi nyeri pada ibu post *sectio caesarea*, khususnya di Ruang Paviliun Imam Soejudi RSPAD Gatot Soebroto.

METODE PENELITIAN

Karya tulis ilmiah ini menggunakan metode Pre Eksperimen dengan pendekatan asuhan keperawatan. Desain penelitian One Group Pretest-Posttest. Pada penelitian ini *Effleurage massage* dilakukan selama 3 hari dengan dua kali sehari masing-masing durasi ± 15 menit, gerakan dimulai dari usapan ringan, gerakan melingkar lebar dan mengurut seperti gelombang.

Sampel penelitian ini sebanyak 1 orang klien dengan menggunakan random sampling. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu klien dengan post SC dan kooperatif dalam melakukan intervensi selama 3 hari. Kriteria eksklusi yaitu klien yang post SC dan tidak mengikuti *Effleurage massage* selama 3 hari.

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 hari pada tanggal 14 – 16 Mei tahun 2024 di di Paviliun Imam Soejudi RSPAD Gatot Soebroto.

Instrumen yang digunakan peneliti ialah format asuhan keperawatan Maternitas (pengkajian- evaluasi) yang telah di tentukan oleh IKTJ PKP DKI Jakarta.

Etika pengambilan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan adanya persetujuan dari seorang klien dan keluarga, menjaga privasi dan memastikan keamanan klien sehingga penelitian ini dapat bermanfaat bagi klien dan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan kepada klien dengan post SC pada hasil akhir evaluasi didapatkan setelah diberikan teknik Effleurage massage kemudian hasil pengukuran skala nyeri diukur dengan Numerical Rating Scale (NRS).

Skala nyeri hari pertama sebelumnya diberikan teknik Effleurage massage yaitu 5 (sedang) setelah diberikan Effleurage massage menjadi 4, hari kedua menjadi skala nyeri 3 dan hari ketiga menjadi skala nyeri 2 (ringan).

Pembahasan

Asuhan keperawatan pada klien dengan nyeri post SC dilakukan mulai dari pengkajian, menentukan diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Intervensi pada klien dengan nyeri post SC di keperawatan maternitas dapat dilakukan dengan intervensi komplementer yaitu teknik Effleurage massage. Implementasi teknik Effleurage massage pada 1 klien dilakukan selama 6 kali intervensi selama 3 hari.

Setelah membandingkan hasil intervensi hari pertama sampai hari ke tiga, didapatkan hasil terdapat perbedaan skala nyeri dari skala 5 (sedang) menjadi 2 (ringan). Hasil penelitian ini didukung hasil penelitian lainnya.

Berdasarkan evaluasi subjektif hari terakhir Ny. U mengatakan semenjak dilakukan Effleurage massage terasa nyeri berkurang secara bertahap pada luka bekas operasi, hal ini sejalan dengan pendapat Hasanah (2022) mengatakan bahwa teknik effleurage ini juga bisa mengurangi ketegangan otot serta dapat meningkatkan sirkulasi darah pada area yang terasa nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian Bahari (2024) penerapan effleurage massage menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan effleurage massage selama 3 hari, terjadi penurunan skala nyeri.

Secara teoritis, Massage effleurage merupakan suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian- bagian tubuh yang digosok. Bentuk telapak tangan dan jari-jari selalu menyesuaikan dengan bagian tubuh yang digosok (Indriani,2023).

Efek terapeutik atau efek penyembuhan dari effleurage ini antara lain adalah membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran getah bening atau cairan limfe, membantu memperbaiki proses metabolisme, menyempurnakan proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi kelelahan, membantu penyerapan (absorpsi) odema akibat peradangan, relaksasi dan mengurangi rasa nyeri (Indriani,2023).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan maka dapat disimpulkan penerapan Effleurage massage yang diterapkan selama tiga hari, Effleurage massage digunakan untuk menurunkan skala nyeri pada klien dengan post SC.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Effleurage massage dapat membantu menurunkan skala nyeri klien.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Alimah, S. (2012). *Massage Exercise Therapy*. Akademi Fisioterapi Surakarta, 1.
- Bahari, B. D. J., Noorratri, E. D., & Purnamawati, F. (2024). Penerapan Massage Effleurage Terhadap Perubahan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Ponek Rsud Dr. Soeratno Gemolong. *An-Najat*, 2(3), 95– 101.

- Hasanah, U., & Chotimah, C. (2022). Efektivitas Penggunaan Terapi Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Haid Mahasiswi Stikes Abdi Nusantara Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 448–458.
- Indriani, A., Fitri, N. L., & Sari, S. A. (2023). Penerapan Massage Effleurage terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(46–54).
- RI., K. (2022). Enhanced Recovery After Caesarean Section (ERACS). Kementrian Kesehatan RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/236/enhanced-recovery-after-caesarean-section-eracs
- Rini, S., & Susanti, I. H. (2018). Penurunan Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesaria Pasca Intervensi Biologic Nurturing Baby Led Feeding. *Medisains*, 16(2), 83–88.
- Romadhon, N. N. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Sectio Caesarea Atas Indikasi Preeklamsia. Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Klaten.
- WHO. (2021). Prevalensi Data Sectio Caesarea. World Health Organization. <https://www.who.int/home/search-results>.