



## **TERAPI *HAND MASSAGE* TERHADAP NYERI PADA PASIEN *POTS SECTIO CAESAREA* DI RUANGAN KEBIDANAN RSUD DR. RASIDIN PADANG**

**Etri Yanti<sup>1\*</sup>, Nova Fridalni<sup>2</sup>**

Program Studi S1 Keperawatan, Stikes Syedza Saintika

Email : yantietri84@yahoo.co.id

### **ABSTRAK**

Manajemen nyeri merupakan suatu proses atau tindakan keperawatan yang dilakukan baik secara kolaboratif ataupun secara individu pada pasien pasca pembedahan guna mengontrol atau mengurangi nyeri serta mengendalikan rasa nyeri yang di rasa oleh pasien.. Manajemen secara individu dapat dilakukan dengan cara mengajarkan teknik distraksi dan relaksasi berupa nafas dalam dan teknik pengalihan perhatian guna mengurangi resiko nyeri pada pasien (Tamsuri, 2017). Nyeri dapat diatasi dengan beberapa terapi non farmakologis yaitu teknik relaksasi *hand message* dan relaksasi nafas dalam. Adapun, relaksasi nafas dalam adalah suatu bentuk asuhan keperawatan yang dilakukan perawat dalam mengajarkan klien dilakukan selama 10 menit setiap harinya dengan lima kali pengulangan. Selain itu, dapat menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan hormon endorfin dan meningkatkan oksigenasi darah (Arfa,2014). Tujuan dilakukan kegiatan ini adalah untuk mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan pasien post SC dan memandirikan pasien dan keluarga untuk dapat melakukan sendiri terapi hand massage yang diberikan. Metode yang dilakukan adalah dengan menjelaskan tentang hand massage , memberikan terapi pada pasien dan dan redemonstrasi oleh pasien post sectio cesaria dan keluarga yang berjumlah 24 orang, dilakukan selama satu minggu pada pasien post SC yang dirawat di ruang kebidanan RSUD Dr. Rasidin Kota Padang M. Kegiatan ini mampu mengurangi nyeri yang dirasakan pasien dan pasien mampu melakukan secara mandiriterapi hand massage yang diberikan. Diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan terapi non farmakologi pada pasien post Sc dalam mengurangi nyerinya

**Kata kunci** : Nyeri, hand massage

### **PENDAHULUAN**

Proses persalinan kadang tidak dapat berjalan semestinya dan janin tidak dapat lahir secara normal sehingga tindakan sectio caesarea (SC) merupakan pilihan utama bagi tenaga medis untuk menyelamatkan ibu dan janin. Persalinan secara sectio caesarea memberikan dampak bagi ibu dan bayi. PNC, ibu akan mengalami rasa nyeri, biasanya muncul 2 jam setelah proses persalinan selesai. Hal ini disebabkan karena pengaruh pemberian obat anastesi pada saat persalinan.

Nyeri pada proses persalinan normal adalah nyeri fisiologis saat persalinan, sedangkan nyeri PNC bukan merupakan nyeri fisiologis. Nyeri PNC diakibatkan karena proses pembedahan pada dinding abdomen dan dinding Rahim yang tidak

hilang dalam satu hari dengan intensitas nyeri dari nyeri ringan sampai berat (Afifah, 2019). Nyeri PNC akan memberi dampak seperti mobilisasi terbatas, bounding attachment (ikatan kasih sayang) terganggu/ tidak terpenuhi, Activity of daily Living (ADL) terganggu pada ibu yang akibatnya nutrisi bayi berkurang sebab tertundanya pemberian Air Susu Ibu (ASI) sejak awal, selain itu juga mempengaruhi Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yang akan mempengaruhi daya tahan bayi yang dilahirkan secara SC (Afifah, 2019). Dengan adanya masalah nyeri PNC maka diperlukan penatalaksanaan manajemen nyeri.

Manajemen nyeri merupakan suatu proses atau tindakan keperawatan yang dilakukan baik secara kolaboratif ataupun



secara individu pada pasien pasca pembedahan guna mengontrol atau mengurangi nyeri serta mengendalikan rasa nyeri yang di rasa oleh pasien. Manajemen nyeri penting dilakukan dan paling tidak harus mendapat perhatian dari petugas perawat atau petugas kesehatan lainnya untuk mengurangi keluhan nyeri pada pasien. Pengendalian nyeri pada pasien pasca pembedahan dapat mengurangi keluhan serta resiko lain akibat dari nyeri. Manajemen secara individu dapat dilakukan dengan cara mengajarkan teknik distraksi dan relaksasi berupa nafas dalam dan teknik pengalihan perhatian guna mengurangi resiko nyeri pada pasien (Tamsuri, 2017).

Faktor penyebab nyeri biasanya muncul karena luka post operasi yang masih basah atau matur dan belum lepas dari 2 x 24 jam sebagai ukuran pantauan untuk mengkaji status nyeri. Nyeri juga ditimbulkan karena gerak atau mobilisasi dini pada pasien post operasi. Untuk mencegah atau mengontrol nyeri perlu perhatian atau monitoring dan evaluasi serta kaji status nyeri pasien. Pada dasarnya pelayanan kesehatan dari suatu tim terpadu yang terdiri dari dokter, perawat, fisioterapis, ataupun tenaga kesehatan lainnya diperlukan agar terapi yang dilakukan pada pasien berjalan dan dilakukan optimal oleh penderita atau pasien itu sendiri.

Manajemen nyeri bertujuan untuk membantu pasien dalam mengontrol nyeri ataupun memajemen nyeri secara optimal, mengurangi resiko lanjut dari efek samping nyeri tersebut, yang pada akhirnya pasien mampu mengontrol ataupun nyeri yang dirasa tersebut hilang (Arfa, 2014). Nyeri adalah alasan utama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan. Nyeri terjadi bersama banyak proses penyakit atau bersama banyak proses penyakit atau bersamaan dengan beberapa pemeriksaan diagnostik atau pengobatan. Nyeri sangat mengganggu

dan menyulitkan lebih banyak orang dibanding suatu penyakit manapun.

Perawat menghabiskan lebih banyak waktunya bersama pasien yang mengalami nyeri dibanding tenaga profesional perawatan kesehatan lainnya dan perawat mempunyai kesempatan untuk menghilangkan nyeri dan efeknya yang membahayakan. Peran pemberi perawat primer adalah untuk mengidentifikasi dan mengobati penyebab nyeri dan meresepkan obat- obatan untuk menghilangkan nyeri (Tamsuri, 2017).

Nyeri dapat diatasi dengan beberapa terapi non farmakologis yaitu teknik relaksasi *hand message* dan relaksasi nafas dalam. Adapun, relaksasi nafas dalam adalah suatu bentuk asuhan keperawatan yang dilakukan perawat dalam mengajarkan klien dilakukan selama 10 menit setiap harinya dengan lima kali pengulangan. Selain itu, dapat menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan hormon endorfin dan meningkatkan oksigenasi darah (Arfa,2014)

Ruang rawat inap memiliki peranan penting untuk menangani masalah nyeri pada pasien. Ruang rawat inap kebidanan salah satu ruang rawat inap juga memiliki tanggung jawab dalam pemulihan kondisi pasien yang mengalami penyakit dengan keluhan nyeri akan penyakitnya. Keluhan nyeri yang sering muncul pada pasien pnc menandakan kurangnya pengetahuan pasien ataupun keluarga untuk mengatasi atau mengontrol nyeri. Hal ini perlu diperhatikan agar nyeri pasien sedini mungkin dapat di kontrol atau di atasi untuk penyembuhan yang seoptimal mungkin.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wayan (2021) dengan judul Efektivitas *Hand Massage, Foot Massage* Dan Kombinasi Terhadap Intensitas Nyeri Pasien *Post Sectio Caesarea* . Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan terapi *hand massage* didapatkan hasil terjadi penurunan tingkat nyeri berat (22,2%)



menjadi sedang (22,2%), nyeri sedang (55,5%) menjadi nyeri ringan (44,4%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Yanti (2021) dengan judul Pengaruh *Foot Hand Massage* Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Pasien *Post Sectio Caesarea* di *Hospital Langsa City* Tahun 2021. Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan terapi *hand massage* didapatkan hasil terjadi penurunan nyeri tingkat sedang (43,8%) menjadi nyeri tingkat ringan (68,8%), nyeri ringan (56,3%) menjadi tidak ada nyeri (25,0%).

Pasien post op di ruang rawat kebidanan pada tahun 2022, dibulan Desember tercatat sebanyak kurang lebih 250 pasien yang mengalami nyeri berdasarkan tingkat penyakitnya dengan diagnosa keperawatan nyeri. Oleh sebab itu, kelompok kami mengangkat topik mengenai teknik *hand massage* terhadap nyeri pada pasien *pnc* di ruangan kebidanan Berdasarkan latar belakang diatas tertarik untuk melakukan terapi *hand massage* pada pasien post SC.

## METODE

Bersadarkan identifikasi masalah, tim pelaksana melakukan langkah- langkah dalam penyelesaian masalah tersebut adalah :

Tujuan	Kegiatan ini bertujuan untuk membantu pasien dalam mengurangi nyeri secara non farmakologi .
Kegiatan	
Isi kegiatan	a. Penyampaian materi tentang <i>hand massage</i> , melakukan terapi pada masing-masing pasien. b. Redemonstrasi oleh pasien dan keluarga
Sasaran	Pasien dengan post <i>ssectio cesaria</i> di ruangan Kebidanan RSUD Rasidin Kota Padang
Strategi	Metode kegiatan yang dilakukan : a. ceramah/ penyuluhan b. memberikan terapi pada pasien c. redemonstrasi oleh pasien dan keluarga

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Senin sampai Sabtu 13-18 Maret 2023 2019 di Bangsal Kebidanan RSUD.Dr.Rasidin Kota Padang. Peserta yang menghadiri adalah pasien dengan post *sectio cesaria*, sebanyak 24 orang .

Pelaksanaan penyuluhan dilakukan dengan 3 tahap yaitu :

### 1. Tahap Pembukaan

Sebelum kegiatan dimulai, tim pengabmas melakukan perkenalan diri baik moderator maupun penyaji, menjelaskan tujuan pelaksanaan kegiatan, melakukan kontrak bahasa dan kontrak waktu dengan audien bahwa kegiatan dilaksanakan selama 50 menit

### 2. Tahap pelaksanaan

Sebelum pemberian terapi, tim mengkaji tingkat nyeri pasien , menanyakan pengetahuan pasien tentang terapi *hand massage* yang akan dilakukan . Dari penjelasan audien sebagian besar belum mengetahui dan belum pernah mendapatkan terapi *hand massage*.

Sebelum memberikan terapi, tim menjelaskan terlebih dahulu tentang pengertian, tujuan ,manfaat dan cara pelaksanaan *hand massage*. Kemudian tim pengabmas melakukan terapi *hand massage* pada seluruh pasien post SC yang dirawat, mengkaji kembali tingkat nyeri pasien setelah diberikan terapi. Meminta pasien untuk mengerjakan kembali terapi yang dilaksanakan supaya bisa dilaksanakan secara mandiri

di rumah dan juga dengan melibatkan suami/keluarga pasien .

Disaat pemateri memberikan terapi, pasien bersedia diterapi dan antusias dalam mengulang kembali terapi yang dilakukan . peserta yang meninggalkan ruangan kegiatan.

### 3. Tahap penutupan

Sebelum materi diakhiri tim pengabmas memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya tentang terapi yang sudah diberikan. Menjawab semua pertanyaan yang diberikan audien..

Pengabmas diakhiri dengan menyimpulkan kembali manfaat dan langkah-langkah dari terapi yang telah diberikan. Menekan kan kembali kepada audien untuk melaksanakanya.

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung sesuai dengan waktu yang disepakati,75 % audien tampak antusias dan, aktif dalam melakukan kembali gerakan-gerakan yang telah di ajarkan.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan didapatkan pengurangan nyeri yang dirasakan pasien post SC dan pasien dapat melakukan terapi hand massage secara mandiri. Diharapkan tenaga kesehatan meningkatkan terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri, sebagai penamping terapi farmakologi..

### DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz
- Arfa, Mohammad. 2014. *Nyeri*. Skripsi. Universitas Gorontalo
- Aziz Alimul.H. (2016). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Smeltzer, C. S., & Bare, B. G. 2019. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart*. Jakarta: EGC
- Tamsuri. 2017. *Konsep dan Pelaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC
- Wayan, ni, luh kusmirayanti. 2021. "Pengaruh Pemberian Terapi Hand Massahe Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Pre Operasi di Ruang Janger RSI Mangusada".
- Wei, Li, Chueh-Ho Lin, Pao-Yu Chou, Yeu-Hui Chuang, and Ching-Chiu Kao.2021. *Machine-Based Hand Massage Ameliorates Preoperative Anxiety inPatients Awaiting Ambulatory Surgery*.



**Dokumentasi Kegiatan**