

# **PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* DENGAN INTERVENSI *FOOT REFLEXOLOGY* UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI SEKSIO SESAREA DI RSUD PASAR MINGGU**

**Mar'atul Isnainyah**

## **Abstrak**

Seksio Sesarea merupakan sebuah tindakan pembedahan dengan membuat sayatan pada perut dan rahim untuk membantu mengeluarkan janin, hal tersebut menyebabkan timbulnya perasaan nyeri pada area insisi. Nyeri yang tidak ditangani dengan tepat dapat berdampak pada kegiatan sehari-hari menjadi terganggu dikarenakan mobilitasnya yang terbatas dan menyebabkan kurang optimalnya ibu dalam merawat dan menyusui bayinya. Dibutuhkan terapi komplementer, salah satunya *foot reflexology*. *Foot reflexology* atau pijat kaki merupakan teknik dengan cara memberikan tekanan kepada tubuh baik secara terstruktur, tidak terstruktur, yang dapat memberikan relaksasi, rasa nyaman, kebugaran dan nyeri post operasi seksio sesarea. Dalam penelitian ini terdapat 1 klien kelolaan (intervensi) dan 1 klien resume (kontrol). Terapi *Foot reflexology* ini dilakukan selama 3 hari perawatan berturut-turut, dimana klien mendapatkan terapi satu kali dalam sehari selama 20 menit. Skala yang digunakan untuk mengukur nyeri menggunakan instrument nyeri *Visual Analog Scale* (VAS) yang diukur sebelum diberikan terapi dan dua jam setelah diberikan terapi. Hasil penelitian pada klien kelolaan skala nyeri menurun menjadi 1.8 dari skala 9.2 setelah diberikan terapi *Foot reflexology*, sedangkan pada klien resume skala nyeri 4.3 dari skala 8.3. Kesimpulan: Terdapat perbedaan skala nyeri pada klien yang mendapatkan terapi dan yang tidak mendapatkan terapi, hal ini menunjukkan bahwa terapi *Foot reflexology* efektif dalam menurunkan skala nyeri post seksio sesarea.

**Kata Kunci:** Nyeri, Seksio Sesarea, *Foot reflexology*

# **APPLICATION OF EVIDENCE BASED NURSING WITH FOOT REFLEXOLOGY INTERVENTION TO REDUCE PAIN IN POSTOPERATIVE CESAREAN SECTION PATIENTS AT RSUD PASAR MINGGU**

**Mar'atul Isnainyah**

## **Abstract**

Cesarean section is a surgical procedure by making an incision in the abdomen and uterus to help remove the fetus, it causes a feeling of pain in the incision area. Pain that is not treated properly can have an impact on daily activities being disrupted due to limited mobility and cause less than optimal mothers in caring for and breastfeeding their babies. Complementary therapy is needed, one of which is foot reflexology. Foot reflexology or foot massage is a technique by applying pressure to the body either in a structured, unstructured manner, which can provide relaxation, a sense of comfort, fitness and pain after cesarean section surgery. In this study there were 1 managed client (intervention) and 1 resume client (control). Foot reflexology therapy is carried out for 3 consecutive treatment days, where clients get therapy once a day for 20 minutes. The scale used to measure pain uses a Visual Analog Scale (VAS) pain instrument which is measured before therapy and two hours after therapy. The results of the study in managed clients the pain scale decreased to 1.8 from a scale of 9.2 after being given Foot reflexology therapy, while in resume clients the pain scale was 4.3 from a scale of 8.3. Conclusion: There is a difference in the pain scale in clients who get therapy and who do not get therapy, this shows that Foot reflexology therapy is effective in reducing the pain scale post cesarean section.

**Keywords:** Pain, Cesarean section, Foot reflexology.