

PENERAPAN EVIDENCE BASED PRACTICE (EBP) FOOT REFLEXOLOGY UNTUK MENGATASI NYERI PASCA MELAHIRKAN PADA IBU POST SECTIO CAESAREA

Talitha Syifa Laili

Abstrak

Prevalensi persalinan dengan caesar mengalami peningkatan secara global. Negara maju seperti Skotlandia, Australia, dan German melaporkan peningkatan prevalensi persalinan caesar, hal ini juga berlaku di Indonesia yang merupakan negara berkembang. Meningkatnya prevalensi persalinan caesar juga akan meningkatkan risiko dari prosedur yang dilakukan. Nyeri pada ibu pasca persalinan caesar merupakan salah satu risikonya, namun nyeri yang tidak tertangani akan berubah menjadi komplikasi seperti *chronic post-surgical pain* atau disingkat CPSP. Penanganan nyeri dengan terapi non-farmakologi merupakan cara yang aman yang dapat dilakukan, salah satu contoh terapi yang dibahas dalam karya ilmiah ini adalah pijat kaki refleksi. Karya ilmiah ini memberikan asuhan keperawatan pada ibu pasca caesar dengan memberikan terapi pijat kaki untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakannya. Sebelum diberikan intervensi pijat kaki refleksi, skala nyeri dilaporkan oleh pasien kelolaan berada pada skala 5 atau nyeri sedang dan setelah segera diberikan intervensi skala nyeri turun menjadi 2 atau nyeri ringan. Hal tersebut membuktikan bahwa terapi pijat kaki refleksi yang telah ditemukan beberapa ribu tahun lalu efektif dalam mengatasi nyeri pada ibu pasca persalinan caesar.

Kata Kunci : *Foot Reflexology*, Nyeri, Sectio Caesarea

APPLICATION OF EVIDENCE BASED PRACTICE (EBP) FOOT REFLEXOLOGY TO OVERCOME POSTPARTUM PAIN IN MOTHERS POST SECTIO CAESAREA

Talitha Syifa Laili

Abstract

The prevalence of cesarean delivery is increasing globally. Developed countries such as Scotland, Australia and Germany report an increase in the prevalence of cesarean deliveries, this also applies to Indonesia, which is a developing country. The increasing prevalence of cesarean deliveries will also increase the risks of the procedure. Pain in mothers after cesarean delivery is one of the risks, but untreated pain will turn into complications such as chronic post-surgical pain or abbreviated as CPSP. Pain management with non-pharmacological therapy is a safe method that can be done, one example of therapy discussed in this research is reflexology foot massage. This study provides nursing care to post-cesarean mothers by providing foot massage therapy to reduce the pain they. Before being given the reflexology foot massage intervention, the pain scale reported by the patient was on a scale of 5 or moderate pain and after immediately being given the intervention the pain scale dropped to 2 or mild pain. This proves that reflexology foot massage therapy, which was discovered several thousand years ago, is effective. in managing pain in mothers after cesarean delivery.

Keyword : *Foot Reflexology, Pain, Sectio Caesarea*