



# JNPH

Volume 11 No. 1 (April 2023)

© The Author(s) 2023

## EFEKTIVITAS THERAPY KOMPLEMENTER MASSAGE PUNGGUNG TERHADAP PENURUNANAN NYERI POST SECTIO CESSAREA PADA IBU POSTPARTUM DI KOTA BENGKULU

## THE EFFECTIVENESS OF COMPLEMENTARY BACK MASSAGE THERAPY FOR REDUCING POST SECTIO CESSAREA PAIN IN POSTPARTUM MOTHERS IN BENGKULU CITY

**DES METASARI, YANCE HIDAYAT**  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU  
Email: [desmetaheri@gmail.com](mailto:desmetaheri@gmail.com)

### ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan dimana seseorang merasakan perasaan yang tidak nyaman yang disebabkan oleh kerusakan jaringan akibat pembedahan, Terapi untuk mengatasi nyeri post-operasi dapat dilakukan dengan teknik non farmakologis sebagai alternatif yang aman dalam menurunkan rasa nyeri post operasi SC, terapi komplementer merupakan rangkaian terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern. Komplementer adalah penggunaan terapi tradisional ke dalam pengobatan modern, therapi komplementer yang dapat digunakan dalam menurunkan rasa nyeri diantaranya adalah, Teknik message punggung. Metode: Jenis penelitian ini eksperimen semu (Quasy experiment), dengan pendekatan One Group Pre-Post Test yang bertujuan untuk melihat efektivitas message punggung terhadap penurunan nyeri pada pasien post op sectio cessarea. Hasil dan Pembahasan: Message Punggung efektif untuk mengurangi nyeri post operasi SC. Kesimpulan: Therapy message punggung yang merupakan therapy alternatif dan kompelementer efektif dalam menurunkan nyeri post operasi SC, sehingga dapat dijadikan solusi yang aman digunakan pada ibu postpartum SC yang mengalami nyeri.

**Kata Kunci:** Postpartum, Sectio Cessarea, Message Punggung, Nyeri

### ABSTRACT

Introduction: Pain is an unpleasant sensory and emotional experience where a person feels an uncomfortable feeling caused by tissue damage due to surgery. Therapy for treating post-operative pain can be carried out with non-pharmacological techniques as a safe alternative in reducing postoperative SC pain, Complementary therapy is a series of traditional therapies that are combined in modern medicine. Complementary is the use of traditional therapy into modern medicine, complementary therapy that can be used to reduce pain, including the back message technique. Methods: This type of research was quasi-experimental, with the One Group Pre-

Post Test approach which aims to see the effectiveness of back messages on pain reduction in post-op section cessarea patients. Results and Discussion: Back Message is effective for reducing postoperative SC pain. Conclusion: Back therapy message which is an alternative and complementary therapy is effective in reducing postoperative SC pain, so that it can be used as a safe solution for postpartum SC mothers who experience pain.

**Keywords: Postpartum, Sectio Cessarea, Back Message, Pain**

## PENDAHULUAN

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan dimana seseorang merasakan perasaan yang tidak nyaman yang disebabkan oleh kerusakan jaringan akibat pembedahan, Terapi untuk mengatasi nyeri post-operasi dapat dilakukan dengan teknik nonfarmakologis sebagai alternatif yang aman dalam menurunkan rasa nyeri post operasi SC, terapi komplementer merupakan rangkaian terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern. Komplementer adalah penggunaan terapi tradisional ke dalam pengobatan modern, therapi komplementer yang dapat digunakan dalam menurunkan rasa nyeri diantaranya adalah, Teknik message punggung. Massage merupakan tindakan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak. massage atau pemijatan secara lembut akan membantu ibu merasa lebih segar, rileks dan nyaman setelah operasi caesarea. Hal itu terjadi karena pijat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit alami.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Jenis penelitian ini eksperimen semu (Quasy experiment), dengan pendekatan *One Group Pre-Post Test* yang bertujuan untuk melihat efektivitas message punggung terhadap penurunan nyeri pada pasien post op sectio cessarea, respnden diberikan therapy message punggung sebanyak 1 kali sehari dengan durasi 1 kali pemberian 10 menit yang diberikan selama 1 minggu setiap responden, pengukuran skala nyerinya menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*) yang diukur sebelum diberikan

message punggung dan 3 hari setelah dilakukan message punggung, pada 40 orang ibu postpartum SC hari ke 2 sebagai responden, yang diambil dengan teknik *purposive sampling*.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri pada pasien post operasi SC setelah dilakukan message punggung, hasil penelitian menunjukkan bahwa message punggung efektif untuk menurunkan skala nyeri pada ibu postpartum dengan SC

**Tabel 1. Efektivitas Message Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Post Op SC**

Therapi	kelompok	N	Mean Rank
Message punggung	1	10	12,70
	2	10	8,30
	Total	20	

*Sumber: Data Diolah, 2022*

## PEMBAHASAN

Tehnik yang dipakai untuk mengurangi nyeri post SC metode masase punggung dengan effluerage yaitu mengurangi nyeri dengan cara pijatan pada punggung digunakan untuk membantu relaksasi dan menurunkan nyeri melalui peningkatan aliran darah pada daerah-daerah yang terpengaruh, merangsang reseptor-reseptor raba kulit sehingga merilekskan otot-otot, mengubah suhu kulit dan secara umum memberikan perasaan yang nyaman yang berhubungan dengan keeratan hubungan manusia

Teknik message punggung merupakan tindakan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak. massage atau pemijatan secara lembut

akan membantu ibu merasa lebih segar, rileks dan nyaman setelah operasi caesarea. Hal itu terjadi karena pijat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit alami.

Message punggung dapat membantu rekasasi sendi, otot dan tulang serta melancarkan aliran darah ke setiap organ, dengan dialksanakannya message punggung aliran darah keadaerah luka akan lancar, karena letak abdomen yang berdekatan dan searah dengan jalur punggung sehingga akan membantu melancarkan aliran darah dan membantu mendepresi pelepasan impuls nyeri di system syaraf.

Message punggung efektif untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi SC, sehingga dapat menjadi solusi dalam menurunkan nyeri pasien post operasi SC, karena penggunaan Teknik non farmakologis dalam mengurangi nyeri ini akan lebih aman dan sedikit efek samping bagi ibu postpartum dengan SC.

## KESIMPULAN

Therapy message punggung yang merupakan therapy alternatif dan kompelementer efektif dalam menurunkan nyeri post operasi SC, sehingga dapat dijadikan solusi yang aman digunakan pada ibu postpartum SC yang mengalami nyeri

## SARAN

Ibu post partum dengan SC yang mengalami nyeri dapat dilakukan therapy komplementer jenis message punggung untuk mengurangi nyeri, karena therapy non farmakologis ini lebih aman dan sedikit efek samaping.

## DAFTAR PUSTAKA

Astrani & Fitriana, (2015). *Terapi Back Massage Menurunkan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Abdomen*. Stikes\_rsbaptis@yahoo.co.id

Dwi, Astuti. 2017. *Teknik Message Punggung*

*untuk Mengurangi Nyeri Persalinan. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*. Vol. 8, No.2 Tahun 2017. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id>

Juniartati E, Widyawati MN. Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri 2019;1:105–12 Kelompok PKK 2. 2020. *Pentingnya Terapi untuk Mengatasi Nyeri Post-Operasi*. *Airlangga Nursing Journalist*. <https://ners.unair.ac.id/diakses>. tanggal 08 Agustus 2022

Monica, Kartini. 2020. *Efektivitas Massage untuk Menurunkan Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea*. *Jurnal Kesehatan*, vol.9, no.2, 2020, pISSN: 2301-783X, eISSN: 2721-8007 <https://www.researchgate.net> dikases tanggal 09 Agustus 2022.

Rilyani, Kusumaningsih D, Rohmah S. Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri di Rumah Sakit DKT Bandar Lampung 2020;2:726–35.