

TERAPI FOOT MASSAGE TERHADAP NYERI POST SECTIO CAESAREA

Priharyanti Wulandari*, Dewi Oktaviani

Prodi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Raflesia Depok, Jl. Mahkota Raya No.32 B, Tugu, Cimanggis,
Depok, Jawa Barat 16451 Indonesia

[*priharyantiwulandari16@gmail.com](mailto:priharyantiwulandari16@gmail.com)

ABSTRAK

Persalinan secara Sectio Caesarea (SC) pasien akan mengalami rasa nyeri biasanya muncul 4-6 jam setelah proses persalinan selesai, perawatan nyeri dapat dilakukan dengan terapi obat-obatan maupun terapi non farmakologi, salah satu terapi nonfarmakologi ialah terapi foot massage. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh terapi foot massage terhadap nyeri pada ibu post partum dengan sectio caesarea di RSUD Cibinong. Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan menggunakan metode studi kasus dengan jumlah responden sebanyak 8 ibu post partum dengan sectio caesarea. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan numeric rating scale (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri dan lembar standar operasional prosedur (SOP) terapi foot massage. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis deskriptif. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi foot massage terhadap nyeri post sectio caesarea rata-rata mengalami penurunan intensitas nyeri, yang memiliki tingkat nyeri sedang (4-6) sebanyak 2 orang (25%) dan nyeri ringan (1-3) sebanyak 6 orang (75%). Berarti terapi foot massage mempunyai pengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien post sectio caesarea di RSUD Cibinong. Terapi foot massage dapat menjadi salah satu alternatif terapi non farmakologi dalam memberikan asuhan keperawatan untuk mengurangi nyeri pada ibu post partum dengan sectio caesarea.

Kata kunci: foot massage; nyeri; post sectio caesarea

FOOT MASSAGE THERAPY FOR POST SECTIO CAESAREA PAIN

ABSTRACT

Sectio Caesarea (CS) delivery patients will experience pain that usually appears 4-6 hours after the delivery process is complete, pain treatment can be done with drug therapy or non-pharmacological therapy, one of the non-pharmacological therapies is Foot Massage therapy. The purpose of this study was to identify the effect of foot massage therapy on pain in postpartum mothers with sectio caesarea at Cibinong Hospital. The research design used was descriptive research using a case study method with a total of 8 postpartum mothers with sectio caesarea respondents. The instrument used in this study used a numeric rating scale (NRS) to measure pain intensity and a standard operating procedure (SOP) sheet for foot massage therapy. The data obtained were analyzed using descriptive analysis. The results of the case study showed that after foot massage therapy for post-section caesarea pain, the average pain intensity decreased, which had a moderate pain level (4-6) of 2 people (25%) and mild pain (1-3) of 6 people (75%). This means that foot massage therapy has an effect on reducing pain levels in post-section caesarea patients at Cibinong Hospital. Foot massage therapy can be an alternative non-pharmacological therapy in providing nursing care to reduce pain in postpartum mothers with sectio caesarea.

Keywords: foot massage; pain; post sectio caesarea

PENDAHULUAN

Persalinan secara Sectio Caesarea (SC) dilakukan karena ada beberapa faktor indikasi yang menjadi kendala ibu hamil melahirkan secara spontan. Menurut World Health Organization (WHO), presentase tindakan bedah Sectio Caesarea (SC) berkisaran antara 5 hingga 15 per 100 kelahiran di seluruh dunia. Angka kejadian ini berbeda-beda di rumah sakit pemerintah dan swasta, dengan rata-rata sekitar 11% di rumah sakit pemerintah dan lebih dari 30% di Rumah Sakit swasta. Setiap tahun, jumlah kasus SC di negara-negara berkembang mengalami peningkatan yang signifikan. Selain itu, berdasarkan laporan WHO, jumlah kasus SC meningkat sebesar 46% di Cina dan 25% di wilayah Asia, Eropa, serta Amerika Latin. Salah satu peristiwa yang semakin meningkat di seluruh dunia adalah perbuatan SC (WHO, 2020). Pada tindakan Post Sectio Caesarea (SC) akan memberikan suatu efek yaitu efek ibu akan

merasakan sensasi nyeri, pada pasien Post Sectio Caesarea (SC) sering kali mengalami nyeri hebat meskipun tersedia obat-obat analgetik yang efektif, sekitar 60% pasien Post Sectio Caesarea (SC) masih mengalami nyeri dalam 24 jam post partum, bila nyeri tidak ditangani ibu akan mengalami kesakitan atau ketidak nyamanan dan bahkan akan menghambat proses pemulihan pada ibu, berbagai teknik dan juga metode didalam asuhan keperawatan secara mandiri, salah satunya adalah manajemen kontrol nyeri (Sindi & Syahruramdhani, 2023). Perawatan nyeri dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obatan dan juga non farmakologi. Terapi obat-obatan merupakan penggunaan obat-obatan analgetik, sedangkan terapi selain obat-obatan yaitu dengan menggunakan stimulus dan perilaku kognitif serta penanganan fisik.

Persalinan secara Sectio Caesarea (SC) memberikan dampak bagi ibu dan bayi. Pada ibu Post Sectio Caesarea (SC), ibu akan mengalami rasa nyeri rasa nyeri biasanya muncul 4-6 jam setelah proses persalinan selesai. Hal ini disebabkan karena pengaruh pemberian obat anastesi pada saat persalinan. Nyeri pada proses persalinan normal adalah nyeri fisiologis, sedangkan nyeri Post Sectio Caesarea (SC) bukan lagi nyeri fisiologis. Nyeri Post Sectio Caesarea (SC) diakibatkan karena proses pembedahan pada dinding abdomen dan dinding Rahim yang tidak hilang hanya dalam satu hari dengan intensitas nyeri dari nyeri ringan sampai berat (Sari & Rumhaeni, 2020). Menurut Napisah (2022) terdapat berbagai macam metode terapi non farmakologi yang dapat dipakai dalam mengurangi intensitas nyeri yaitu dengan terapi intervensi tunggal dan intervensi kombinasi. Intervensi tunggal yang dapat dilakukan seperti terapi guided imagery, pijat jaringan dalam, relaksaksi otot progresif, latihan relaksaksi benson, terapi distraksi melalui mendengarkan musik meditasi, dzikir, penggunaan ekstrak lavender, dan pijat pada area kaki. Salah satu terapi yang dapat diaplikasikan pada pasien Post Sectio Caesarea yaitu Foot Massage.

Pemberian terapi Foot Massage dapat memberikan efek terhadap nyeri Post Sectio Caesarea karena pijatan yang diberikan menghasilkan stimulus yang lebih cepat sampai ke otak dibandingkan dengan rasa sakit yang dirasakan. Penelitian yang dilakukan oleh Masadah, dkk menjelaskan bahwa terapi Foot Massage dapat menurunkan skala nyeri pada pasien dengan Post Sectio Cesarea (Masadah, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil implementasi terapi foot massage terhadap nyeri pada ibu post partum dengan sectio caesarea di RSUD Cibinong.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu ibu post partum Sectio Caesarea yang menjalani rawat inap di RSUD Cibinong. Sample dalam penelitian ini adalah 8 responden dengan masalah keperawatan yang sama yaitu ibu post partum Sectio Caesarea yang mengalami nyeri. Kriteria responden yang digunakan dalam penelitian ini yaitu : Kriteria inklusi, Ibu post Sectio Caesarea hari ke-2, Ibu post Sectio Caesarea yang menggunakan analgetik spinal dengan kesadaran penuh, Ibu post Sectio Caesarea yang mendapatkan analgetik tramadol IV setelah 6 jam pemberian, Ibu post Sectio Caesarea yang mengalami nyeri ringan dan nyeri sedang. Kriteria eksklusi, Ibu post Sectio Caesarea yang memiliki penyakit penyerta (kontra indikasi dilakukan pijat kaki), Ibu post Sectio Caesarea dengan pemasangan IV kateter di kaki, Ibu post Sectio Caesarea yang mendapatkan analgetik duogesic. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik non probability sampling yakni purposive sampling, dengan mempertimbangkan kriteria responden. Penerapan ini alat yang digunakan adalah pedoman terapi foot massage, prosedur penerapannya yaitu dengan cara mengukur nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi foot massage. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran responden dalam studi kasus ini menggunakan 8 responden yang telah ditentukan oleh peneliti berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Subjek 1 Ny. D berusia 30 tahun dengan status obstetri

G4P2A1, melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 03 Juli 2024, subjek 1 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan), nyeri seperti ditusuk-tusuk dan hilang timbul, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat duduk di tempat tidur dan berjalan ke kamar mandi. Subjek 2 Ny. D berusia 36 tahun dengan status obstetri G4P3A0, melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 03 Juli 2024, subjek 2 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang), nyeri seperti ditusuk-tusuk dan hilang timbul, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat turun dari tempat tidur dan berjalan ke kamar mandi. Subjek 3 Ny. S berusia 22 tahun dengan status obstetri G1P0A0, melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 05 Juli 2024, subjek 3 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang), nyeri seperti ditusuk-tusuk dan hilang timbul, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat duduk dan berjalan ke kamar mandi.

Subjek 4 Ny. S berusia 26 tahun dengan status obstetri G2P1A0, melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 06 Juli 2024, subjek 4 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan), nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat berjalan. Subjek 5 Ny. N berusia 21 tahun dengan status obstetri G1P0A0 melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 09 Juli 2024, subjek 5 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan), nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat berjalan ke kamar mandi. Subjek 6 Ny. D berusia 33 tahun dengan status obstetri G3P2A0 melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 08 Juli 2024, subjek 6 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 4 (nyeri sedang), nyeri seperti ditusuk-tusuk dan hilang timbul, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat duduk dan beraktivitas seperti berjalan. Subjek 7 Ny. R berusia 37 tahun dengan status obstetri G3P2A0, melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 11 Juli 2024, subjek 7 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang), nyeri seperti ditusuk-tusuk, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat ke kamar mandi. Subjek 8 Ny. D berusia 33 tahun dengan status obstetri G6P5A0, melakukan operasi Sectio Caesarea pada tanggal 12 Juli 2024, subjek 8 mengeluh nyeri post Sectio Caesarea dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang), nyeri seperti ditusuk-tusuk dan hilang timbul, nyeri pada daerah luka operasi, nyeri pada saat berjalan ke kamar mandi.

Tabel1. Skala Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi *Foot Massage*

Kategori	f	%
Nyeri Sedang (4-6)	5	62,50
Nyeri Ringan (1-3)	3	37,50
Total	8	100,00

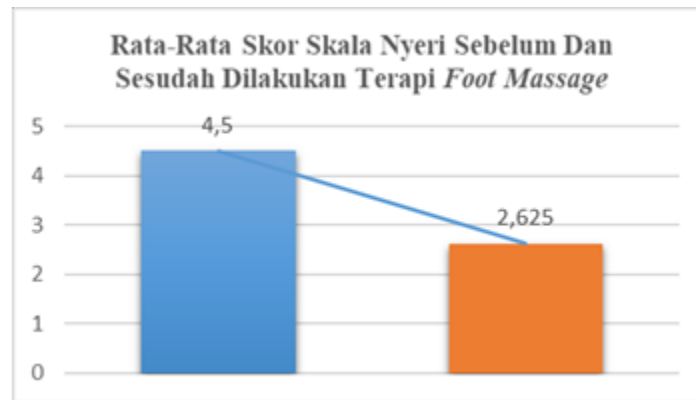
Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan terapi *foot massage* sebagian besar responden mengalami nyeri sedang (6-4) berjumlah 5 orang (62,50%).

Tabel 2.

Skala Nyeri Sesudah Dilakukan Terapi *Foot Massage*

Kategori	f	%
Nyeri Sedang (4-6)	2	25,00
Nyeri Ringan (1-3)	6	75,00
Total	8	100,00

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa sesudah dilakukan terapi *Foot Massage* sebagian responden mengalami nyeri ringan, responden yang mengalami nyeri ringan (3-1) berjumlah 6 orang (75,00%). Diagram Rata-Rata Skor Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi *Foot Massage*



Dari diagram diatas didapatkan hasil penelitian yang telah dilakukan di RSUD Cibinong dengan 8 responden pada pasien post *Sectio Caesarea* sebelum dan sesudah penerapan terapi *foot massage* setelah dilakukan 2 kali intervensi. Sebelum dilakukan terapi *foot massage* didapatkan hasil skor rata-rata yaitu 4,5 dan hasil skor rata-rata setelah dilakukan terapi *foot massage* yaitu 2,625. Nyeri post *Sectio Caesarea* diakibatkan karena proses pembedahan pada dinding abdomen dan dinding rahim yang tidak hilang hanya dalam satu hari dengan intensitas nyeri dari nyeri ringan sampai berat (Yanti& Rumhaeni, 2020). Nyeri post *Sectio Caesarea* akan menimbulkan dampak pada mobilitasi seperti pemenuhan kebutuhan yang terganggu, dan juga berdampak pada inisiasi menyusui dini (IMD) yang terganggu. Hal ini sejalan dengan penelitian (Ismiati, 2023) mengungkapkan bahwa pasien post *Sectio Caesarea* mengalami rasa nyeri terutama setelah efek anestesi pasca operasi hilang. Nyeri dapat menyebabkan gangguan dalam aktivitas sehari-hari, pergerakan tubuh terganggu, penggunaan susu ibu tertunda, serta mempengaruhi proses menyusui awal pasca persalinan *Sectio Caesarea* yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kekuatan bayi yang lahir.

Respon nyeri terhadap responden yang dirasakan berbeda-beda sehingga memerlukan observasi untuk menentukan nilai nyeri yang dirasakan oleh responden, kemampuan untuk mempresentasikan nyeri ada beberapa faktor yang berbeda dengan responden lainnya. Faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang terhadap nyeri adalah faktor fisiologis yang terdiri dari faktor usia, kelelahan, faktor genetik, fungsi neurologis, dan faktor sosial yang terdiri dari faktor pengalaman sebelumnya, dukungan keluarga, dan faktor psikologis yang terdiri dari faktor kecemasan, dan pola koping, serta faktor budaya (Suryatim & Handayani, 2021). Terapi *foot massage* menjadi intervensi pilihan peneliti dalam mengurangi intensitas nyeri pada pasien post *Sectio Caesarea*, karena peneliti merasa terapi *foot massage* ini sangat sederhana dan mudah dilakukan serta tidak perlu memerlukan banyak alat dan bahan untuk menerapkannya. Penerapan penelitian ini bertujuan untuk mengurangi rasa sakit post *Sectio Caesarea* dan penerapan terapi *Foot Massage* ini dapat menjadi terapi tambahan dalam mengurangi nyeri post *Sectio Caesarea*. Pemberian terapi *Foot Massage* dapat meningkatkan pelepasan hormone endoprin, dimana hormone endoprin juga dapat dikenal sebagai zat yang dapat meminimalisir rasa nyeri serta sakit yang permanen (Lestari, 2023).

Setelah penerapan terapi *foot massage* didapatkan perubahan pada responden, responden mengatakan setelah penerapan terapi *foot massage* terasa lebih rileks dan nyeri yang dirasakan berkurang. Pengaruh terapi *foot massage* ini juga dapat dilihat dari semakin berkurangnya skala nyeri, skala nyeri yang awalnya nyeri sedang berubah menjadi nyeri ringan, responden juga merasakan perubahan penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi *foot massage*. Terapi *foot massage* melibatkan dua teknik pijatan yang berbeda, yaitu *effleurage* dan *petrissage*. Segala metode ini dapat merangsang saraf di kaki dan lapisan kulit yang mengandung penginderaan sentuhan dan reseptor. Terapi *Foot Massage* juga dapat meningkatkan hormone endoprin yang dapat meminimalisir rasa nyeri. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ismiati, 2023) mengataka bahwa terapi *Foot Massage* diterapkan pada pasien setelah melahirkan dengan cara menggosok dan memijat kaki selama 20 menit terbukti efektif

dalam mengurangi tingkat rasa nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Luthfi Ryaswati, Anjar Nurrohmah, 2023) menunjukkan bahwa terapi *foot massage* selain dapat menghambat pesan nyeri ke pada sistem saraf pusat juga dapat membuat tubuh bereaksi dengan mengeluarkan endorfin karena pemijatan. Endorfin yaitu zat yang diproduksi secara alami oleh tubuh, bekerja serta memiliki efek seperti morfin. Endorfin bersifat menenangkan, memberikan efek nyaman.

Terapi *foot massage* efektif dilakukan dengan frekuensi 1x sehari, dalam waktu 20 menit, selama 2 hari pada pasien post *Sectio Caesarea*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anastasia Puri Damayanti, 2023) yang mengatakan bahwa penerapan terapi *Foot Massage* efektif diintervensikan pada 24 jam dan 48 jam post *Sectio Caesarea* dengan frekuensi 1x sehari, durasi 20 menit dengan 10 menit pada masing-masing ekstremitas, penerapan terapi *Foot Massage* dapat meningkatkan sirkulasi, menurunkan intensitas nyeri, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien post *Sectio Caesarea*. Pijatan yang dilakukan pada kaki menyebabkan stimulus yang jauh lebih cepat sampai menuju otak dibandingkan dengan rasa nyeri yang dirasakan. Selain itu, pijatan pada kaki merangsang pengeluaran hormon endorfin yang menyebabkan tubuh terasa lebih rileks karena aktifitas saraf simpatis menurun. Endorfin juga memiliki fungsi sebagai penghambat transmisi nyeri dengan cara memblok transmisi nyeri dalam otak dan medula spinalis sehingga nyeri berkurang. Baishya & Ridhwaanah (2022) dalam penelitiannya yang membandingkan efektifitas *foot massage* dengan *hand massage* menyatakan bahwa *foot massage* memiliki pengaruh lebih efektif dalam mengurangi nyeri pada ibu post SC dengan rata-rata skor skala nyeri setelah dilakukan *foot massage* yaitu $1,75 \pm 0,910$ dibandingkan dengan *hand massage* dengan rata-rata skor skala nyeri setelah intervensi yaitu $4,75 \pm 0,910$. Meskipun hanya dilakukan pijatan pada bagian kaki, *foot massage* dapat meningkatkan aliran darah keseluruh tubuh sehingga nutrisi dan oksigen dapat disampaikan dengan lancar ke berbagai organ serta jaringan tubuh. Apabila terdapat tubuh yang mengalami luka, *foot massage* secara tidak langsung membantu perbaikan jaringan yang luka juga memberikan efek bagi tubuh menjadi lebih rileks dan nyaman.

Melakukan *foot massage* pada ibu post SC menurut beberapa penelitian telah terbukti pengaruhnya dalam menurunkan skala nyeri. Namun beberapa kondisi harus diperhatikan karena dapat menjadi kontraindikasi dilakukannya *foot massage* diantaranya yaitu terdapat edema, terdapat luka terbuka atau bakar pada kaki, terdapat pembengkakan atau tumor yang diperkirakan sebagai kanker ganas atau tidak ganas pada kaki, mengalami pengapuran pembuluh darah arteri pada kaki, dan terdapat fraktur pada bagian kaki (Lestari, 2023). *Foot massage* selain dapat menghambat pesan nyeri ke sistem saraf pusat juga dapat membuat tubuh bereaksi dengan mengeluarkan endorfin karena pemijatan. Endorfin adalah zat yang diproduksi secara alamiah oleh tubuh, bekerja, serta memiliki efek seperti morfin. Endorfin bersifat menenangkan, memberi efek nyaman, dan sangat berperan dalam regenerasi sel-sel guna memperbaiki bagian tubuh yang sudah usang atau rusak. Terapi *foot massage* yang diberikan pada pasien dengan post *sectio caesarea* dapat menurunkan skala nyeri, tetapi tidak menghilangkan nyeri tersebut karena luka operasi *sectio caesarea* mulai dari lapisan perut sampai ke lapisan uterus sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama untuk penyembuhan. Reaksi lokal adanya nyeri dapat mengaktifkan syaraf-syaraf simpatis yang menyebabkan keluarnya keringat yang berlebih, respon metabolisme meningkat, serta peningkatan kardiovaskuler. Timbulnya rasa nyeri akan menimbulkan perasaan sensori dan emosional yang menyebabkan rasa tidak menyenangkan akibat rusaknya salah satu jaringan (Novianti, dkk, 2023).

Terapi *foot massage* merupakan pemijatan yang melakukan penekanan pada area spesifik kaki yang membuat energi mengalir melalui bagian tubuh tersebut sehingga pada titik kaki yang di massage dapat mengatasi gejala yang terjadi pada organ tersebut. Manfaat dari *foot massage* yaitu dapat melancarkan sirkulasi darah di dalam seluruh tubuh, membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan serta merangsang

pengeluaran hormon endorfin yang bersifat menenangkan, memberi rasa nyaman, dan merilekskan tubuh (Ryaswati & Nurrohmah, 2023).

SIMPULAN

Setelah dilakukan intervensi foot massage dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi Foot Massage selama 20 menit mampu menurunkan nyeri pada ibu post sectio caesarea. Terapi foot massage merupakan terapi komplementer nonfarmakologi yang dapat dikembangkan oleh tenaga kesehatan sebagai intervensi keperawatan untuk mengatasi nyeri pada ibu post sectio caesarea hal ini terjadi karena adanya pelepasan hormon endorfin yang dapat meminimalisir rasa nyeri. Selanjutnya perlunya dilakukan penelitian tentang perbedaan efektivitas foot massage terhadap intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan ibu post partum spontan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baishya, P., & Ridhwaanah, S. (2022). A Comparative Study to Assess the Effectiveness of Hand Massage and Foot Massage on Pain Reduction among Post Cesarean Mothers at Gauhati Medical College & Hospital, Guwahati, Assam. *International Journal of Science and Research*, 714–721. <https://doi.org/10.21275/SR22311100545>
- Damayanti, A.P., & Nurrohmah, A. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *SEHAT RAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*, 2(3), 433–441. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i3.1951>
- Dorosti, A, Mallah, F, Ghafan, Z. (2019), Effects of foot reflexology on post-cesarean pain: A randomized clinical trial, *Journal biochemical technology*, No. 2. hh.170-174.
- Fahreza Arraisyi, & Imran, Y. (2022). Pengaruh Nyeri Kronik dalam Penurunan Fungsi kognitif. *Sanus Medical Journal*, 3 (1), 19–24. <https://doi.org/10.22236/sanus.v3i1.8525>
- Hidayah, S. N., & Wiwin, W. (2023). Terapi Foot Massage Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Post Operasi Seksio Sesarea. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3, 382–392. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i3.1222>
- Irwan, M. (2020). Penanganan Nyeri Dengan Teknik Distraksi Pada Pemasangan Infus Anak : Literature Review. *Journal of Health Education and Literacy*, 4(1), 20–26. <https://doi.org/10.31605/j-health.v2i1>
- Ismiati, I., & Rejeki, S. (2023). Terapi foot massage menurunkan intensitas nyeri pasien post sectio caesarea. *Ners Muda*, 4(3), 330. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i3.13658>
- Lestari, M. D. P. (2023). Penerapan Foot Massage Dalam Menurunkan Nyeri Setelah Operasi Sectio Caesarea Pada Ibu Nifas Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 18(2), 59–62. <https://doi.org/10.26874/jkkes.v18i2.276>
- Masadah, Cembun, Sulaeman, R. (2020), „Pengaruh foot massage therapy terhadap skala nyeri ibu post op sectio cesaria di Ruang Nifas RSUD Kota Mataram“, *Jurnal keperawatan terpadu*, Vol. 2, No. 1, hh. 64-70
- Napisah, P. (2022). Intervensi Untuk Menurunkan Nyeri Post Sectio Caesarea. *Healthy : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2), 92–100. <https://doi.org/10.51878/healthy.v1i2.1113>
- Nor Khimayasari, I., Mualifah, L., & Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, K. (2023). Penerapan Mobilisasi Dini Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea.

- Borobudur Nursing Review, 03(02), Saragih, E. P. (2023). Mobilisasi Dini, Asupan Nut. <https://doi.org/10.31603/bnur.10670>
- Novianti, R. A., Ratnawati, R., & Rosikhah, R. (2023). Penerapan Pijat Oketani Pada Pasien Post Sectio Caesarea Diruang Ayyub I Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. *Jurnal Ilmiah JKA (Jurnal Kesehatan Aeromedika)*, 9(2), 84–90. <https://doi.org/10.58550/jka.v9i2.220>
- Ryaswati, L., & Nurrohmah, A. (2023). Application of Foot Massage in Reducing Pain After Cesarean Section Surgery in Postpartum Women Application of Foot Massage in Reducing Pain After Cesarean Section Surgery in Postpartum Women. *KIAN Journal*, 2(2), 73–80. <https://doi.org/10.56359/kian.v2i2.277>
- Sari, DN, Rumhaeni, A. (2020), „Foot massage reduce post operation pain sectio caesarea at post partum“ *Jurnal kesehatan komunitas*, Vol. 6, No. 2, hh. 164-170.
- Sindi, G., & Syahruramdhani, S. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Foot Massage Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Bangsal Firdaus PKU Gamping. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 7(1), 93–102. <https://doi.org/10.57214/jusika.v7i1.283>
- Suryatim pratiwi, Y., & Handayani, S. (2021). Terapi Foot Massage Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 35. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.849>
- Yanti, R. P., Mardiana, N., & Haloho, C. (2023). Pengaruh Foot Massage Terhadap Mobilisasi Dini Pada Post Sectio Caesarea Di Rsd Dr H Soemarno Sosroatmodjo Tahun 2023. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(4), 574–585. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i4.215>.

