

BAB II TINJAUAN TEORI

A. Konsep *Effleurage massage* untuk mengurangi Nyeri Ibu Pasca Operasi *Sectio Caesarea*

1. Nyeri

a. Pengertian

Nyeri merupakan sensasi tidak menyenangkan yang kerap dirasakan oleh seseorang, terutama setelah menjalani prosedur pembedahan. Keluhan ini menjadi salah satu yang paling umum disampaikan oleh pasien pascaoperasi. Setiap individu memiliki persepsi yang berbeda terhadap nyeri dan membutuhkan rasa nyaman sesuai dengan pengalaman subjektif masing-masing (Septiani & Islamiyati, 2021).

Pada prosedur operasi *sectio caesarea*, terdapat tujuh lapisan pada dinding perut yang harus dibuka dan kemudian dijahit kembali. Proses ini seringkali menimbulkan nyeri yang cukup mengganggu di area insisi, sehingga menyebabkan ketidaknyamanan pada pasien. Nyeri yang dirasakan setelah tindakan ini tergolong sebagai nyeri akut karena berkaitan langsung dengan trauma bedah (Septiani & Islamiyati, 2021)

Nyeri pascaoperasi dapat memicu berbagai reaksi fisik maupun psikologis pada ibu yang baru melahirkan, seperti terbatasnya mobilitas, terganggunya ikatan emosional antara ibu dan bayi (*bounding attachment*), hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (*Activity of Daily Living/ADL*), serta kesulitan dalam melaksanakan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan merawat bayi. Oleh karena itu, penting untuk mengelola nyeri secara efektif agar ibu dapat beradaptasi dengan kondisi pascaoperasi dan mempercepat proses pemulihan masa nifas (Rahayu *et al.*, 2023).

b. Klasifikasi Nyeri

Menurut (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017) nyeri dibedakan menjadi 2 yaitu :

1) Nyeri Akut

Nyeri akut merupakan pengalaman sensorik maupun emosional yang muncul sebagai respons terhadap kerusakan jaringan, baik yang bersifat nyata maupun potensial. Nyeri ini dapat timbul secara mendadak atau bertahap, dengan intensitas yang bervariasi dari ringan hingga berat, dan umumnya berlangsung kurang dari tiga bulan. Nyeri yang dialami oleh pasien pascaoperasi sectio caesarea termasuk dalam kategori nyeri akut.

2) Nyeri Kronis

Nyeri kronis adalah suatu bentuk pengalaman sensorik maupun emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan, baik yang nyata maupun fungsional. Nyeri ini bisa muncul secara tiba-tiba atau perlahan, dengan tingkat keparahan yang bervariasi dari ringan hingga berat dan bersifat menetap, serta berlangsung dalam jangka waktu lebih dari tiga bulan.

c. Faktor Penyebab Nyeri

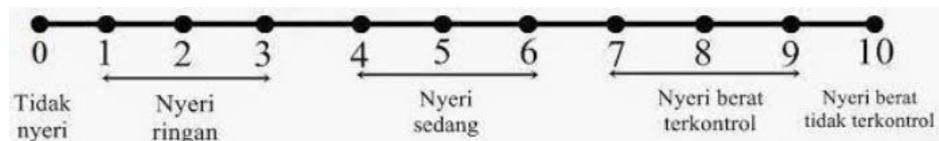
Menurut (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017), nyeri dapat disebabkan oleh beberapa hal, antara lain :

- 1) Agen pencedera fisiologis (inflamasi, iskemia, neoplasma)
- 2) Agen pencedera kimia (terbakar, bahan kimia iritan)
- 3) Agen pencedera fisik (abses, amputasi, terbakar, terpotong, mengangkat berat, prosedur operasi, trauma, latihan fisik berlebihan)

d. Pengukuran Intensitas Nyeri

Skala Penilaian Numerik (Numerical Rating Scale/NRS) merupakan alat ukur nyeri yang digunakan sebagai alternatif dari pendeskripsian verbal. Dalam skala ini, pasien diminta untuk menilai tingkat nyeri yang dirasakan dengan memilih angka dari 0 hingga 10,

di mana angka 0 berarti “tidak merasakan nyeri sama sekali” dan angka 10 menunjukkan “nyeri paling hebat yang dapat dibayangkan”. NRS umumnya digunakan untuk menilai intensitas nyeri, baik sebelum maupun sesudah dilakukan tindakan terapeutik. Penggunaan skala ini memudahkan pasien dalam mengungkapkan tingkat nyeri yang dirasakan karena setiap nilai pada skala disertai penjelasan mengenai karakteristik nyeri yang sesuai.



Gambar 2. 1 *Numeric Rating Scale (NRS)* (Bahrudin, 2018; Rahma & Muallifah, 2023; Septiani & Islamiyati, 2021; Setyowati *et al.*, 2023)

Keterangan :

- 1) 0: Tidak nyeri
 - 2) 1-3: Nyeri ringan : secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik dan memiliki gejala yang tidak dapat terdeteksi.
 - 3) 4-6: Nyeri sedang : Secara obyektif klien mendesis,menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik. Memiliki karateristik adanya peningkatan frekuensi pernafasan , tekanan darah, kekuatan otot, dan dilatasi pupil.
 - 4) 7-9: Nyeri berat : secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi. Memiliki karateristik muka klien pucat, kekakuan otot, kelelahan dan keletihan
 - 5) 10: Nyeri sangat berat : Pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul.
- e. Penatalaksanaan Nyeri
- Menurut (Yulendasari *et al.*, 2022) Terdapat 2 jenis penatalaksanaan nyeri yaitu :

1) Metode Farmakologi

Metode farmakologi merupakan pendekatan pengurangan nyeri dengan menggunakan obat-obatan analgesik. Obat ini dapat diberikan melalui berbagai rute, seperti injeksi intravena, inhalasi, atau dengan cara memblokir saraf yang menghantarkan sinyal nyeri.

2) Metode Non-Farmakologis,

Pemberian intervensi nyeri melalui pendekatan farmakologis umumnya dilakukan untuk membantu pasien dalam mengelola nyeri yang dirasakan secara lebih efektif. Namun, agar hasilnya lebih optimal, pendekatan ini sebaiknya dikombinasikan dengan metode non-farmakologis yaitu *effleurage massage*, beberapa contoh lain seperti bimbingan antisipasi, Kompres panas dan dingin, Distraksi, Relaksasi, Imajinasi Terbimbing, Aromaterapi, *Massage/Pijatan*.

2. Pasca *Sectio Caesarea*

a. Pengertian

Sectio caesarea adalah tindakan insisi dalam menolong persalinan dengan melalui dinding abdomen (laparatomi) dan uterus (histerektomi) dalam mencegah kematian pada janin maupun ibu yang disebabkan adanya bahaya komplikasi yang terjadi apabila ibu melahirkan secara pervagina (Juliathi *et al.*, 2021).

Persalinan *sectio caesarea* (SC) merupakan prosedur bedah di mana proses kelahiran bayi dilakukan melalui sayatan pada dinding perut dan rahim. Tindakan ini biasanya dilakukan berdasarkan indikasi medis, baik dari pihak ibu maupun janin, seperti kondisi plasenta previa, posisi janin yang tidak normal, atau gangguan lain yang dapat mengancam keselamatan ibu dan bayi (Farida *et al.*, 2024).

b. Indikasi

Ada beberapa hal yang jadi pertimbangan untuk dilakukan tindakan *sectio caesarea* menurut (Juliathi *et al.*, 2021), antara lain:

1) Indikasi berasal dari ibu

Faktor-faktor yang berasal dari ibu meliputi riwayat kehamilan dan persalinan yang kurang baik, adanya plasenta previa terutama pada kehamilan pertama (primigravida), ketidaksesuaian antara ukuran panggul dan kepala janin (disproporsi sefalopelvik/CPD), rangsangan persalinan yang tidak optimal sehingga menghambat proses persalinan normal, penyempitan pada serviks atau vagina, risiko ruptur uterus yang meningkat, riwayat obstetri yang buruk, solusio plasenta derajat ringan hingga sedang, preeklampsia berat, permintaan ibu untuk melakukan operasi caesar secara elektif, kondisi kehamilan yang disertai penyakit penyerta seperti penyakit jantung atau diabetes melitus, serta gangguan pada jalannya persalinan seperti adanya kista ovarium, mioma uteri, ketuban pecah dini (KPD), riwayat operasi caesar sebelumnya, dan adanya hambatan mekanis pada jalan lahir.

2) Indikasi berasal dari janin

Indikasi yang berkaitan dengan kondisi janin meliputi adanya tanda-tanda gawat janin (fetal distress), posisi janin yang tidak normal (malpresentasi), serta kedudukan janin yang tidak sesuai (malposisi). Selain itu, faktor lain termasuk turunnya tali pusat saat pembukaan masih belum lengkap (prolaps tali pusat dengan pembukaan minimal) dan kegagalan tindakan persalinan dengan bantuan vakum maupun forceps.

c. Kontra Indikasi

Menurut (Yusuf *et al.*, 2024) dalam Praktek keperawatan maternitas modern, sectio caesarea (SC) umumnya tidak memiliki kontraindikasi absolut. Namun, prosedur ini jarang dilakukan pada beberapa kondisi tertentu, seperti kematian janin dalam kandungan (Intra Uterine Fetal Death/IUFD), janin yang sangat prematur dengan kemungkinan bertahan hidup rendah, adanya infeksi pada

dinding perut, anemia berat yang belum tertangani, kelainan bawaan pada janin, serta keterbatasan fasilitas medis yang memadai.

d. Komplikasi *Sectio Caesarea*

Menurut (Juliathi *et al.*, 2021) komplikasi yang terjadi saat dilakukan tindakan SC yaitu komplikasi jangka pendek dan jarak panjang, antara lain :

1) Komplikasi jangka pendek

a) Kematian

Ibu Tindakan operasi caesar berisiko menyebabkan kematian ibu, umumnya disebabkan oleh infeksi berat (sepsis) atau komplikasi akibat anestesi.

b) Tromboemboli

Prosedur bedah caesar dapat memicu terjadinya tromboemboli, terutama pada ibu dengan kondisi obesitas, yang merupakan salah satu faktor risiko utama.

c) Perdarahan

Perdarahan bisa terjadi ketika pembuluh darah pada rahim mengalami robekan, biasanya akibat insisi yang tidak tepat saat operasi.

d) Infeksi

Infeksi merupakan salah satu komplikasi paling umum dari operasi caesar, yang dapat muncul karena pemberian antibiotik profilaksis yang tidak sesuai.

e) Cedera bedah incidental

Kantong kemih rentan mengalami cedera selama operasi caesar karena letaknya yang berdekatan dengan rahim.

f) Lama rawat inap bertambah

Setelah operasi caesar, pasien umumnya membutuhkan waktu perawatan lebih lama karena perlunya evaluasi pascaoperasi, yang turut meningkatkan biaya persalinan.

g) Histerektomi

Pengangkatan rahim mungkin dilakukan jika terjadi perdarahan hebat dari rahim yang tidak merespons terhadap terapi oksitosin.

h) Nyeri akut

Setelah efek anestesi hilang, ibu biasanya merasakan nyeri intens pascaoperasi caesar. Penanganan umumnya menggunakan analgesik narkotik, namun penggunaannya harus hati-hati karena dapat berdampak pada kondisi psikologis ibu.

2) Komplikasi jangka panjang

a) Nyeri kronis

Rasa sakit yang menetap dengan intensitas tinggi setelah operasi caesar merupakan kondisi umum yang dialami sebagian wanita, sehingga penilaian nyeri yang tepat sangat penting untuk memberikan penanganan preventif maupun kuratif guna mempercepat proses pemulihan dan mencegah nyeri berkepanjangan.

b) Infertilitas

Proses penyembuhan luka operasi caesar kadang menghasilkan jaringan parut yang abnormal, yang dapat memengaruhi kesuburan wanita setelah persalinan.

c) Kematian neonatal

Walaupun operasi caesar biasanya dilakukan untuk menyelamatkan bayi, dalam kondisi tertentu prosedur ini justru bisa menyebabkan kematian pada bayi yang dilahirkan.

d) Transient takipnea

Bayi yang lahir melalui operasi caesar berpotensi mengalami gangguan pernapasan sementara sesaat setelah lahir, akibat paru-paru yang belum berfungsi optimal untuk napas pertama.

e) Trauma pada bayi

Selama proses persalinan dengan operasi caesar, bayi dapat mengalami cedera, yang umumnya terjadi akibat sayatan bedah.

f) Ruptur uteri

Risiko robekan pada rahim lebih tinggi pada wanita yang sebelumnya telah menjalani persalinan melalui operasi caesar dibandingkan dengan persalinan normal.

3. *Effleurage Massage*

a. Pengertian *Effleurage Massage*

Pijat (*massage*) merupakan suatu teknik manipulasi jaringan lunak pada tubuh yang dilakukan secara sistematis. Teknik ini umumnya dilakukan dengan tekanan tangan yang terkontrol untuk memberikan efek terhadap sistem saraf, otot, pernapasan, sirkulasi darah, serta sistem limfatik, baik secara lokal maupun menyeluruh (Setyowati *et al.*, 2023).

Pijat juga dikenal sebagai salah satu metode manajemen nyeri nonfarmakologis yang bertujuan membantu tubuh mencapai kondisi rileks. Terapi ini memiliki berbagai manfaat, di antaranya mengurangi rasa nyeri, menenangkan pikiran, memberikan efek relaksasi, menstabilkan sistem saraf, dan menurunkan tekanan darah (Amin *et al.*, 2021).

b. Aspek Penting *Effleurage Massage* untuk mengurangi nyeri Pasca operasi Sectio Caesarea. *Effleurage massage* bukan sekadar sentuhan, melainkan sebuah teknik yang memiliki aspek-aspek spesifik yang berkontribusi pada penurunan intensitas nyeri. Ini adalah terapi komplementer yang bekerja melalui beberapa mekanisme penting:

1) Aspek Kualitas Sentuhan

Sentuhan adalah inti dari *effleurage*. Kualitas sentuhan sangat memengaruhi respons tubuh:

- a) Lembut dan Ritmis: Usapan harus lembut, tidak menekan dalam, dan dilakukan secara berirama (ritmis). Kelembutan ini penting agar tidak memicu nyeri lebih lanjut pada area luka yang sensitif. Ritme yang konsisten memberikan efek menenangkan pada sistem saraf.
- b) Arah yang Tepat: Usapan biasanya dilakukan searah aliran balik vena menuju jantung. Ini membantu melancarkan sirkulasi dan drainase limfatik, yang meskipun tidak langsung mengurangi nyeri, mendukung pemulihan jaringan dan mengurangi pembengkakan yang bisa memperburuk nyeri.

2) Aspek Neurofisiologis

Ini adalah mekanisme paling langsung dalam pengurangan nyeri:

- a) Aktivasi Serabut Saraf A-Beta (Teori Gate Control): Seperti yang sudah dibahas, usapan lembut effleurage massage secara spesifik mengaktifkan serabut saraf berdiameter besar (A-beta fibers) di kulit. Serabut ini menghantarkan sensasi sentuhan non-nyeri. Ketika impuls dari A-beta fibers mencapai sumsum tulang belakang, mereka secara efektif "menutup gerbang" terhadap sinyal nyeri yang dihantarkan oleh serabut saraf kecil (A-delta dan C fibers). Ini berarti lebih sedikit sinyal nyeri yang berhasil mencapai otak, sehingga persepsi nyeri berkurang.
- b) Pelepasan Endorfin dan kortisol: Sentuhan menenangkan dan stimulasi sensorik yang menyenangkan dari effleurage massage dapat memicu pelepasan endorfin dari kelenjar pituitari dan hipotalamus. Endorfin adalah opioid alami tubuh yang bekerja sebagai pereda nyeri dan peningkat mood. Pelepasan endorfin ini memberikan efek analgesik internal. Effleurage massage tidak hanya meredakan nyeri

fisik melalui endorfin, tetapi juga mengatasi komponen emosional nyeri (stres, cemas) melalui penurunan kortisol.

3) Aspek Fisiologis Lainnya

Meskipun kurang langsung dalam mengurangi nyeri, efek fisiologis ini sangat mendukung kenyamanan dan pemulihan:

- a) Peningkatan Sirkulasi Lokal : Usapan lembut membantu meningkatkan aliran darah di area yang dipijat, membawa lebih banyak oksigen dan nutrisi ke jaringan serta membantu menghilangkan produk sisa metabolisme yang dapat berkontribusi pada nyeri atau pembengkakan.
- b) Relaksasi Otot : Sentuhan yang menenangkan dapat membantu meredakan ketegangan otot di sekitar area perut atau punggung, yang seringkali menjadi respons terhadap nyeri atau stres pasca-operasi. Otot yang rileks akan terasa lebih nyaman.
- c) Pengurangan Edema/Pembengkakan : Dengan mendukung sirkulasi limfatik, effleurage dapat membantu mengurangi penumpukan cairan di sekitar luka, yang jika berlebihan bisa menyebabkan tekanan dan nyeri.

4) Aspek Psikologis dan Emosional

Nyeri pasca-operasi seringkali diperparah oleh faktor psikologis. *Effleurage massage* mengatasi ini dengan:

- a) Penurunan Stres dan Kecemasan: Sentuhan manusia yang menenangkan dan berirama mengaktifkan sistem saraf *parasimpatis*, yang mendorong respons "istirahat dan cerna". Ini secara langsung menurunkan kadar hormon stres seperti *kortisol*, yang pada gilirannya mengurangi kecemasan dan stres yang dapat memperburuk persepsi nyeri.
- b) Distraksi Kognitif: Sensasi sentuhan yang menyenangkan dari pijatan mengalihkan perhatian otak dari fokus pada sinyal nyeri. Ini adalah bentuk distraksi yang efektif, terutama untuk nyeri dengan intensitas ringan hingga sedang.

c) Peningkatan Rasa Kontrol dan Kesejahteraan: Ketika pasien diajarkan *effleurage massage* untuk dilakukan sendiri atau dibantu keluarga, ini memberikan rasa kontrol atas nyeri mereka. Rasa perhatian dan sentuhan juga dapat meningkatkan mood dan perasaan sejahtera secara keseluruhan, yang sangat penting untuk pemulihan mental pasca-melahirkan.

5) Aspek Implementasi (Edukasi dan Pemberdayaan)

Keberhasilan *effleurage massage* sebagai terapi pendukung juga bergantung pada bagaimana ia diimplementasikan:

- 1) Edukasi Pasien: Memberikan pemahaman yang jelas kepada pasien tentang bagaimana dan kapan melakukan *effleurage massage*, serta ekspektasi yang realistis tentang manfaatnya.
- 2) Pemberdayaan Pasien dan Keluarga: Mengajarkan teknik ini kepada pasien atau anggota keluarga yang mendampingi, memungkinkan mereka berperan aktif dalam manajemen nyeri secara mandiri di rumah.

Dengan kombinasi efek neurofisiologis, fisiologis, dan psikologis, *effleurage massage* memberikan pendekatan multifaset yang aman dan efektif dalam membantu mengurangi intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu pasca operasi SC.

b. Teknik *Effleurage Massage*

Effleurage massage merupakan teknik pijat yang bertujuan mempercepat pemulihan nyeri melalui sentuhan tangan guna menimbulkan efek relaksasi. Teknik ini melibatkan manipulasi berupa usapan lembut dengan tekanan yang bervariasi dari ringan hingga kuat, menggunakan seluruh permukaan satu atau kedua tangan. Tidak ada ukuran kekuatan tertentu yang baku untuk teknik *effleurage massage*, karena kekuatan pijatan harus disesuaikan dengan kebutuhan dan preferensi individu, serta area tubuh yang dipijat. Namun, dimasyarakat *effleurage massage* umumnya dilakukan sesuai dengan kebiasaan atau kondisi masing-masing

individu, pemijatan dilakukan dengan tekanan yang ringan hingga sedang, serta gerakan meluncur yang lembut dan Panjang. Gerakan usapan dilakukan secara menyeluruh dengan arah menuju jantung atau mengikuti aliran pembuluh darah, sehingga memberikan efek positif terhadap sirkulasi darah. Tekanan yang diberikan membantu mempercepat aliran darah balik menuju jantung (Setyowati *et al.*, 2023).

Effleurage massage terdiri dari gerakan usapan permukaan yang dapat bersifat dangkal maupun dalam, dan umumnya digunakan untuk membantu pengembalian cairan limfatik serta memperlancar aliran darah di ekstremitas. Terdapat tiga jenis gerakan *effleurage massage*, yaitu *palm stroking* yang merupakan gerakan luncur telapak, *thumb stroking* merupakan gerakan luncur menggunakan ibu jari, serta *finger stroking* yang merupakan gerakan menggunakan jari-jari. Teknik ini juga berfungsi sebagai metode untuk mengevaluasi area nyeri, gangguan jaringan lunak, serta ketegangan atau kekakuan pada kelompok otot tertentu.

Physiological Benefits of Effleurage Massage



Sumber : ebook.The Essence of Indonesian Spa
Gambar 2. 2 Teknik *Massage Effleurage*

Menurut Gulo, A (2018) teknik relaksasi *effleurage massage* yaitu :

1) Usapan Ringan

Letakkan kedua telapak tangan pada permukaan tubuh dengan jari yang rapat dan ujung-ujungnya agak mendongak. Saat sesekali gerakan tidak terputus, luncurkan kedua tangan ke bagian atas tubuh yang kemudian pisahkan tangan dan kembali ke bagian bawah. Gerakan ini harus mengusap seluas mungkin pada permukaan tubuh



Gambar 2. 3 Usapan ringan (*Effleurage Massage*)

2) Gerakan Melingkar lebar

Sekali lagi, letakkan tangan mendatar dengan jari yang rapat dan lakukan gerakan seperti berenggang. Buatlah melingkar-lingkar yang saling bertumpukkan dengan kedua telapak tangan secara bergantian. Usap pada seluruh permukaan tubuh sampai bagian sisanya. Saat sampai bagian bawah gerakan kembali lagi keatas.



Gambar 2. 4 Gerakan melingkar lebar (*effleurage massage*)

3) Mengurut seperti gelombang

Setelah mengusap ringan pada permukaan tubuh, misalnya bagian punggung, gerakan tangan turun *zig-zag* bergelombang menuju pada bagian tengah dari pada sisi tubuh. Usap seluas mungkin pada permukaan tubuh.



Gambar 2. 5 Mengurut seperti gelombang (*Massage Effleurage*)

c. Efek *Effleurage Massage*

Menurut (Setyowati *et al.*, 2023), *effleurage massage* memiliki berbagai dampak fisiologis terhadap tubuh, antara lain:

1) Efek terhadap sirkulasi darah dan sistem limfatik

Teknik *effleurage* mampu memperlancar aliran darah dengan gerakan yang diarahkan menuju jantung, sehingga membantu pergerakan darah dalam pembuluh vena kembali ke jantung secara mekanis. Selain itu, pijatan ini juga mempercepat aliran cairan limfatik, yang berperan penting dalam membantu proses pengeluaran limbah metabolik dari tubuh.

2) Efek terhadap jaringan otot

Effleurage massage berperan dalam memperlancar proses eliminasi sisa metabolisme dalam jaringan otot yang berkaitan dengan kelelahan otot. Tekanan yang diberikan saat pijatan dapat membantu mengeluarkan darah yang mengandung limbah metabolik dari otot menuju pembuluh vena. Saat tekanan dilepaskan, darah segar yang mengandung nutrisi dan oksigen akan masuk, sehingga mengurangi kelelahan otot. Selain itu,

massage juga membantu mengatasi ketegangan otot atau pemendekan dengan cara merangsang sistem saraf secara lembut guna mengurangi stimulasi berlebih yang memicu ketegangan.

3) Efek terhadap kulit

Teknik *effleurage massage* membantu melonggarkan jaringan ikat di bawah kulit serta menghilangkan penebalan ringan pada jaringan tersebut, sehingga meningkatkan proses penyerapan dan sirkulasi lokal di area kulit.

4) Efek terhadap sistem saraf

Massage memengaruhi sistem saraf perifer, yang terdiri dari saraf sensorik dan motorik yang menghubungkan organ internal serta rangsangan eksternal dengan sistem saraf pusat. Saraf motorik membawa sinyal dari otak dan sumsum tulang belakang menuju organ, otot, dan kelenjar. Sistem saraf perifer dibagi menjadi sistem somatik (mengontrol otot rangka) dan sistem otonom (mengontrol otot polos, jantung, dan kelenjar). Sistem otonom terbagi lagi menjadi sistem simpatis dan parasimpatis, yang bekerja secara antagonis namun saling melengkapi dalam mengatur fungsi tubuh secara optimal.

5) Efek terhadap persepsi nyeri

Rahayu *et al.*, (2022) menyatakan bahwa teknik *effleurage massage* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri apabila dilakukan selama kurang lebih 10 menit. Rangsangan dari pijatan dapat merangsang pelepasan *endorfin*, yaitu zat analgesik alami tubuh, serta mengaktifkan serabut saraf *A-beta* yang besar dan cepat. Aktivasi ini dapat menutup "gerbang nyeri" di sumsum tulang belakang sebagaimana dijelaskan dalam teori *gate control*, sehingga transmisi impuls nyeri menuju otak terhambat, dan persepsi nyeri pun berkurang.

d. Indikasi *Effleurage Massage*

Setyowati *et al.*, (2023) menjelaskan bahwa massage *effleurage* direkomendasikan dalam beberapa kondisi berikut:

- 1) Ketika individu mengalami kelelahan fisik yang berlebihan,
 - 2) Terdapat otot yang terasa kaku, melekat antarjaringan, menebal, atau menimbulkan rasa nyeri,
 - 3) Muncul gangguan pada sistem saraf atau adanya ketegangan saraf yang mengganggu kenyamanan, serta
 - 4) Kondisi tubuh yang lemah atau kehilangan kekuatan otot secara signifikan.
- e. Kontraindikasi *Effleurage Massage*

Menurut Setyowati *et al.*, (2023), terdapat beberapa kondisi yang tidak dianjurkan untuk diberikan terapi massage effleurage, antara lain:

- 1) Cedera yang masih dalam fase akut,
- 2) Kondisi tubuh yang mengalami demam,
- 3) Adanya pembengkakan atau akumulasi cairan (edema),
- 4) Gangguan atau infeksi pada kulit,
- 5) Aterosklerosis atau pengapuran pada pembuluh darah arteri,
- 6) Luka bakar yang belum sembuh, serta
- 7) Adanya patah tulang (fraktur).

B. Hasil Review Literatur

1. Pertanyaan Klinis (PICOT)

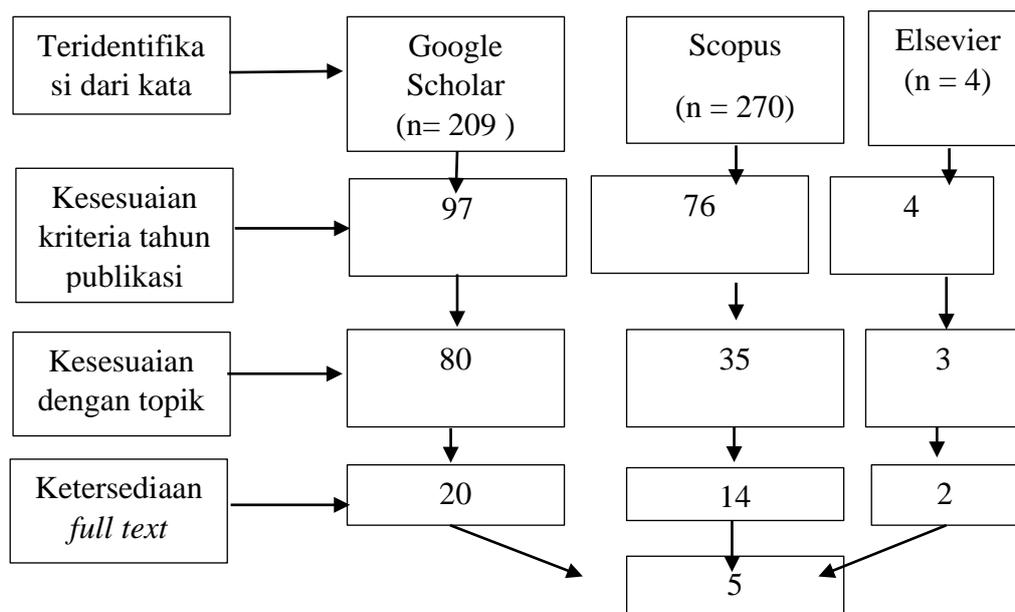
Berisi rumusan pertanyaan klinis yang tepat sebagai berikut :

- a. *Problem* : Pasien dengan pasca Sescutio caesarea yang mengalami nyeri akut
- b. *Intervention* : Penerapan *effleurage massage*
- c. *Comparation* : Pasien yang tidak diberikan intervensi relaksasi (atau hanya diberikan perawatan standar)
- d. *Outcome* : Penurunan tingkat nyeri, diukur menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*
- e. *Time* : Sebelum dan sesudah intervensi selama 3–5 hari perawatan atau sesuai protokol yang ditetapkan

Sehingga dapat dirumuskan masalah klinis dari permasalahan yang ditemukan yaitu “Penerapan *effleurage massage* pada Ibu Pasca *Sectio Caesarea*”.

2. Metode Penelusuran Evidence

Metode penelusuran artikel yang dilakukan melalui jurnal yang terpublikasi baik nasional maupun internasional dengan Batasan waktu 5 tahun terakhir (2022-2025). Sumber pencarian literatur *review* meliputi data Elsevier, PubMed, dan Google Scholar. Kata kunci (*Keyword*) yang digunakan dalam pencarian artikel internasional yaitu : *Effleurage massage, pascapartum, sectio caesarea, pain management*. Sementara itu, kata kunci untuk pencarian jurnal nasional yaitu : *effleurage massage, pascapartum, sectio caesarea, manajemen nyeri*. Selain itu dalam penelusuran artikel, dilakukan dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi artikel ilmiah yang ditulis dalam Bahasa Inggris ataupun Bahasa Indonesia, Literatur dalam bentuk artikel ilmiah yang dimuat pada jurnal maupun proseiding, Artikel terpublikasi pada tahun 2022 – 2025 dan pembahasan artikel ilmiah yang memuat intervensi untuk mengurangi nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea* beserta faktor penyebabnya. Kriteria eksklusi antara lain : artikel ilmiah tidak dapat diakses *full text*.



Gambar 2. 6 Metode Penelusuran Evidence

Penulis menemukan total 283 artikel yang teridentifikasi dari tiga database utama yaitu *Google Scholar* (209 artikel), *Scopus* (270 artikel) dan *Elsevier* (4 artikel). Setelah dilakukan penyaringan berdasarkan kriteria tahun publikasi didapatkan 283 artikel yang sesuai, selanjutnya dilakukan skrining kesesuaian dengan topik, dan diperoleh 177 artikel yang relevan. Dari 36 artikel yang memiliki *full text* dan dapat diakses secara lengkap. Penulis memilih jurnal dari *Google scholar* 4 dan *Elsevier* 1 untuk dianalisis lebih lanjut yang digunakan sebagai data penunjang yang relevan dengan kasus dan intervensi yang sedang dikaji.

3. Review Literatur

Tabel 2. 1 Review Literatur

No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	Kesimpulan
1	Efektifitas <i>Massage Effleurage</i> Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca SC (<i>Sectio Caesaria</i>) ERACS Di RSUP Dr. Kariadi (Hidayah. A.N, Musika. D.N, Damayanti. F.N. dan Puspitaningrum. D.2023)	<p>P : Pasien Pasca Ops SC dengan Metode <i>ERACS</i></p> <p>I : Dilakukan Pemijatan <i>Effleurage Massage</i> pada area punggung, sebelum dan setelah dilakukan <i>massage</i>, dilakukan pengukuran skala nyeri dengan menggunakan metode <i>VAS (visual analog score)</i></p> <p>C : Tidak ada pembanding</p> <p>O : <i>Massage effleurage</i> terbukti efektif terhadap</p>	<p>Desaian Penelitian : Penelitian Kuantitatif dengan metode Pre-Eksperimental dengan rancangan <i>one group pre est-pasca test without control group design</i></p> <p>Responden : 30 orang pasien pada saat dilakukan pengkajian, sebanyak 17 orang (56,67%) sebelum dilakukan intervensi berada pada rentang nyeri Skala Sedang, 13 orang lainnya (43,33%) berada pada rentang skala Nyeri Berat Kriteria inklusi Pasca Ops dengan metode <i>ERACS</i>, dan kriteria Eksklusi Pasca Ops metode Konvensional.</p>	Responden yang diukur skala nyerinya di hari ke-1 pasca Ops SC, sudah berada pada rentang nyeri skala ringan sesudah diberikan <i>massage effleurage</i> , masih ada 1 responden yang tetap berada pada rentang nyeri skala berat. Saat dilakuan pengkajian nyeri dengan metode <i>VAS (Visual Analog Score)</i> sebelum intervensi <i>massage effleurage</i> , didapatkan skala nyeri 9 dan pengukuran nyeri setelah intervensi, skala nyerinya adalah 7. Responden adalah primipara yang artinya belum pernah memiliki anak sebelumnya sehingga sedikit merasakan kesulitan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terdapat perbedaan rata-rata nyeri pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi <i>massage effleurage</i>. 2. <i>Massage effleurage</i> terbukti efektif terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien Pasca SC (<i>Sectio Caesarea</i>) ERACS. 3. Berdasarkan teori dan beberapa penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, <i>massage effleurage</i> mampu menurunkan tingkat nyeri.

No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	Kesimpulan
		<p>penurunan tingkat nyeri pada pasien Pasca SC (<i>Sectio Caesarea</i>) ERACS. T ; Intervensi dilakukan 1x dalam sehari selama 1-2 hari</p>	<p>Durasi Penelitian : 1-2 Hari Tempat : Rg. Obstetri RSUP dr. Kariadi</p>	<p>dalam memenuhi kebutuhan dirinya sendiri dan orang lain (bayinya). Pasien tidak melakukan mobilisasi dini sesuai dengan protokol ERACS.</p>	
2	<p>Penerapan <i>Massage Effluerage</i> Terhadap Perubahan Nyeri Pada Pasien <i>Pasca sectio Caesaria</i> Di Ruang Ponek RSUD Dr. Soeratno Gemolong (Bahari Juniana. B.D, Nooratri E.D, Purnamawati. F., 2024)</p>	<p>P : Pasien Pasca SC I : Dilakukan Pemijatan dengan teknik <i>Effleurage Massage</i>, dengan pemijatan dilakukan sebanyak 2 kali sehari (pagi dan sore), selama tiga hari berturut-turut. Sebelum dilakukan pemijatan, akan dilakukan pengukuiran skala nyeri menggunakan metode NRS</p>	<p>Desain Penelitian : Desain penelitian yang digunakan peneliti adalah metode <i>true eksperimentalpre-pascatest</i> Responden : Responden dalam penelitian ini sebanyak 2 responden dengan Pasca Ops <i>Sectio Caesaria</i> (SC). Durasi Penelitian : 3 hari, pemijatan</p>	<p>Pengukuran nyeri pada kedua ibu pasca sc ditemukan keduanya masih mengalami nyeri berat (rentang 6-8) menggunakan Numeric Rating Scale) sebelum dilakukan <i>massage effleurage</i>, setelah dilakukan implementasi dengan Effleurage Massage selama 3 hari mengalami penurunan menjadi skala ringan, dengan rentang nyeri 1-5.</p>	<p>Penerapan <i>massage effleurage</i> pada dua responden selama 3 hari, dengan satu hari dilakukan 2x pertemuan, didapatkan hasil terjadi penurunan yang signifikan terhadap penurunan nyeri ibu dengan pasca sc.</p>

No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	Kesimpulan
		<p>C : Tidak ada Pembeding</p> <p>O : Penerapan <i>Effleurage Massage</i> didapatkan hasil terjadinya penurunan yang signifikan terhadap penurunan nyeri Ibu Pasca SC.</p> <p>T : Selama 3 hari</p>	<p>dilakukan 2 x sehari, pagi dan sore hari.</p> <p>Tempat : Rg. Bersalin (PONEK) Lt.2 Gedung baru RSUD dr. Soeratno Gemolong</p>		
3	<p><i>Application Of Effleurage Massage Technique In Pasca Partum Pain</i> (Hidayati. T.A, Mualifah. L, Riyana. S, 2024).</p>	<p>P : Pasien Nyeri Pasca Persalinan</p> <p>I : Dilakukan Pemijatan dengan teknik <i>Effleurage Massage</i> sebanyak 2 - 3 kali dalam sehari (pagi, siang dan malam hari), dengan</p>	<p>Desain Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yaitu studi kasus untuk mendeskripsikan penerapan teknik <i>effleurage massage</i> dalam menurunkan skala nyeri pada ibu pasca</p>	<p>Pada studi kasus ini dapat dikemukakan bahwa bahwa sebelum diberikan teknik massage effleurage pasien diobservasi mengenai skala nyeri dengan menggunakan <i>Comparative Scale</i> yang menunjukkan pada skala nyeri 4, setelah dilakukan</p>	<p>Setelah dilakukan teknik <i>massage effleurage</i> selama 3 hari dalam 1 minggu, mampu menurunkan skala nyeri. Secara umum penelitian ini dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan skala nyeri.</p>

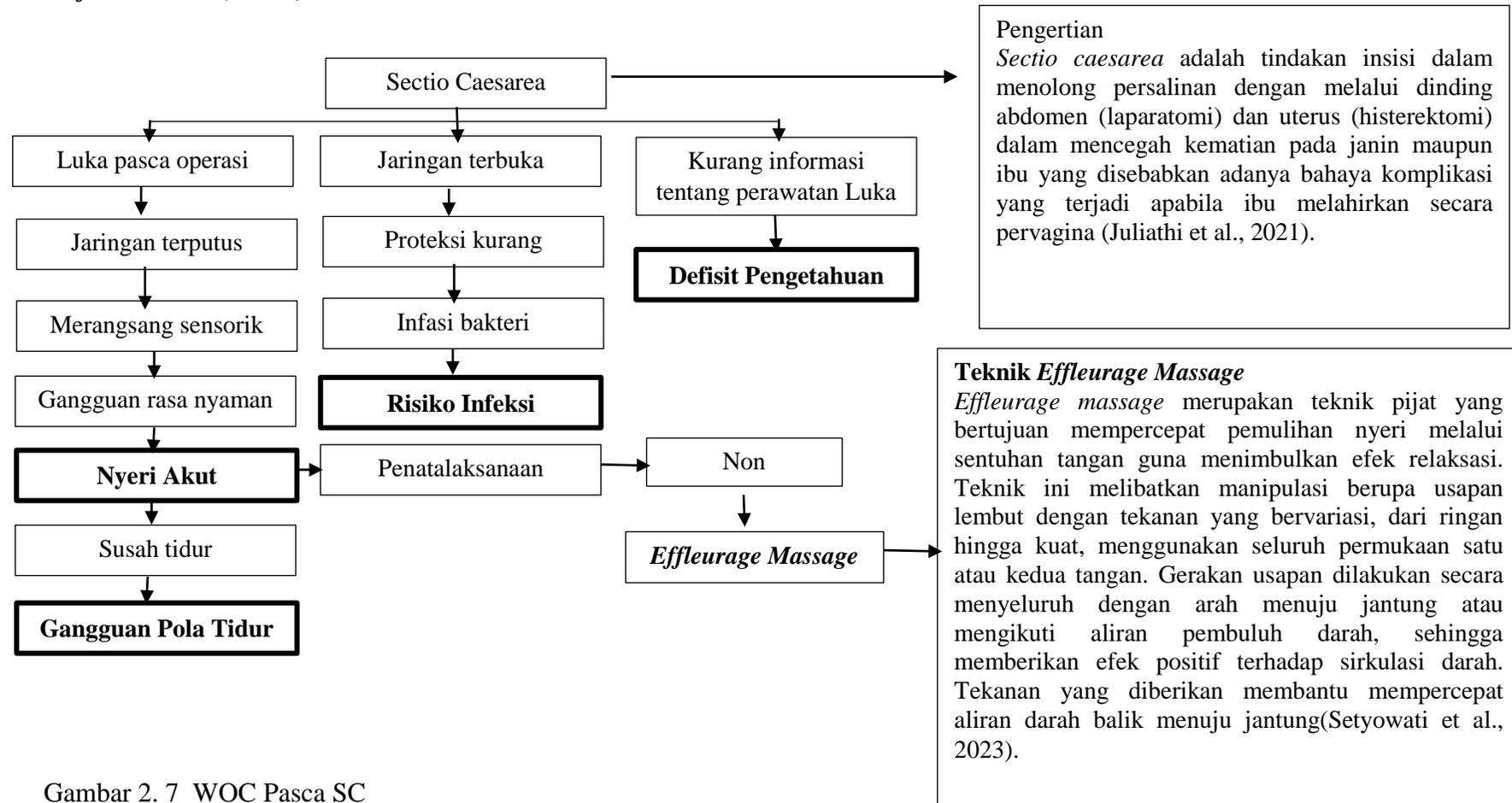
No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	Kesimpulan
		<p>durasi waktu 5 menit, selama 3 hari. Sebelum pemijatan dilakukan pengukuran skala nyeri dengan menggunakan metode skala Komparatif</p> <p>C : Tidak ada Pembeding</p> <p>O : Penerapan <i>Effleurage Massage</i> terdapat penurunan skala nyeri terhadap ibu pasca persalinan</p> <p>T : Selama 3 hari.</p>	<p>partum</p> <p>Responden : Sebanyak 1 responden dengan kriteria nyeri pasca partum hari ke 0-4 yang mengalami nyeri pada skala ringan sampai sedang (skala 1-6)</p> <p>Durasi : Teknik Pijat <i>effleurage massage</i> ini dilakukan selama 3 hari berturut-turut, dengan waktu pemijatan selama 5 menit sebanyak 2 kali, yaitu Pagi dan Sore</p> <p>Tempat : Rg. Obstetri RSUD Panembahan Senopati</p>	<p>teknik <i>massage effleurage</i> selama 3 hari dalam 1 minggu skala nyeri menurun menjadi 1, sehingga teknik <i>massage effleurage</i> mampu menurunkan skala nyeri dengan rata-rata skala nyeri dalam rentang sebesar skala 2</p>	

No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	Kesimpulan
4	<p><i>The Effectiveness of Effleurage Back Massage Therapy on Pain, Pulse, Systolic Blood Pressure, Diastolic Blood Pressure, and Respiration among Pasca-Operative Clients in Selected Hospitals, Andhra Pradesh</i> (Kanakalakshmi. S, 2022)</p>	<p>P : Pasien pasca Operasi</p> <p>I : Intervensi pijat effleurage dengan bedak diberikan pada pagi dan sore selama 10-15 menit kepada kelompok intervensi selama 5 hari dari hari ke 1 sampai ke hari 5 pasca operasi</p> <p>C: Terapi Standar Dengan Analgetik</p> <p>O : Nilai nyeri kelompok eksperimen menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pra-tes dan pasca-</p>	<p>Desain Penelitian : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif evaluatif dengan desain Kuasi Eksperimen Time Series</p> <p>Responden : 200 klien pasca operasi. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol masing-masing terdiri dari 100 sampel</p> <p>Durasi : Lima Hari, dengan lama pemijatan 10-15 menit, pagi dan sore</p> <p>Tempat : Rumah Sakit Medicover, Visakhapatnam,</p>	<p>Pada kelompok eksperimen 100 klien pasca operasi yang dirawat di Rumah Sakit Medicover, Visakhapatnam, menerima pijat punggung effleurage dua kali sehari dari hari pertama Pasca Ops sampai hari ke lima, menunjukkan perbedaan yang signifikan pada kadar nyeri pasca ops. Hasil pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa nilai rerata denyut nadi sebelum dan sesudah hari ke-1 adalah 113,04 yang berkurang menjadi 108,86 pada nilai rerata pasca hari ke-5, nilai rerata tekanan darah sistolik (TD) adalah 136,54 yang berkurang menjadi 112,06, nilai rerata TD diastolik adalah 76,92 yang</p>	<p>Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi dengan pemberian <i>Effleurage Massage</i> dengan bedak.</p>

No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	Kesimpulan
		tes. T : Lima hari.		berkurang menjadi 72,82, dan nilai rerata laju pernapasan adalah 31,52 yang berkurang menjadi 26,269 pada nilai rerata pasca hari ke-5	
5	<i>Effleurage massage menggunakan esensial oil serai (cymbopogon sp) dan teh sereh efektif untuk menurunkan nyeri pada ibu pasca partum</i> (Widiawati & Mulyati, (2022))	P : 78 wanita pasca melahirkan I : Instrumen pada penelitian ini berupa kuesioner <i>numerik rating scale</i> , PSAS. <i>Effleurage massage</i> menggunakan minyak esensial serai 1 dan diberikan minuman teh serai 2x2 gram setelah dilakukan pijatan. C :	Desain Penelitian : <i>Quasi eksperiment</i> dengan kelompok kontrol Responden : Jumlah sampel 39 responden, untuk kelompok intervensi dan 39 orang kelompok kontrol, Durasi : <i>Effleurage massage</i> menggunakan minyak esensial serai 1 hari sekali selama 10 menit dan diberikan teh serai 2x2 gram selama 7 hari pasca partum, sedangkan kelompok Kontrol	Hasil pada kelompok intervensi adalah penurunan skor (median 4), lebih tinggi dari penurunan skor nyeri pada kelompok kontrol (median 2), hasil analisis $p < 0,05$, terdapat efek pemberian pijat <i>effleurage</i> menggunakan minyak esensial dan teh serai (<i>Cymbopogon sp</i>) terhadap nyeri pada ibu pascapersalinan	Hasil penelitian menunjukkan <i>effleurage massage</i> dengan <i>essential oil</i> serai dan minuman teh serai <i>cymbopogon sp</i> efektif menurunkan nyeri (<i>after pain</i>) pada ibu pasca partum.

No	Judul	Analisis PICO	Desain Penelitian dan Responden	Hasil	<i>Kesimpulan</i>
		<p>Ada Pembanding. Pada kelompok kontrol diberikan standar pengobatan yang ada</p> <p>O : Terdapat penurunan skor nyeri pada kelompok intervensi yang diberikan <i>Effleurage Massage</i>, dan juga pemberian teh Serai.</p> <p>T : Selama 7 hari</p>	<p>dilakukan penatalaksanaan sesuai standar program pengobatan yang ada</p>		

C. Web of Causation (WOC)



Gambar 2. 7 WOC Pasca SC

Sumber : (Alimah, 2023; Putra *et al.*, 2021; Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017)