

# PENERAPAN TERAPI MASSAGE DALAM PENANGANAN NYERI PADA PASIEN DENGAN MELENA

Tresno Sunjaya

*Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto*

## ABSTRAK

Melena merupakan salah satu manifestasi perdarahan saluran gastrointestinal yang dapat disertai keluhan nyeri abdomen. Penatalaksanaan nyeri tidak hanya menggunakan terapi farmakologis, tetapi dapat dilengkapi dengan intervensi nonfarmakologis seperti massage. Artikel ini bertujuan menggambarkan penerapan terapi massage dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien dengan melena. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada satu pasien dengan diagnosis keperawatan nyeri akut di Ruang Mawar RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Intervensi massage dilakukan satu kali setiap shift selama 10–15 menit sebelum pemberian analgesik dan dilakukan selama tiga kali pengamatan. Intensitas nyeri dinilai menggunakan skala 0–10, disertai pengamatan tekanan darah, nadi, dan frekuensi pernapasan. Hasil menunjukkan penurunan intensitas nyeri dari skala 7 sebelum intervensi menjadi skala 6 pada pengamatan pertama, skala 5 pada pengamatan kedua, dan skala 4 pada pengamatan ketiga. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan terapi massage secara teratur dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien dengan melena. Terapi massage dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis pendamping dalam manajemen nyeri keperawatan.

**Kata kunci:** melena; nyeri akut; massage; terapi nonfarmakologis; keperawatan

## PENDAHULUAN

Melena didefinisikan sebagai feses berwarna hitam yang terjadi akibat degradasi darah menjadi hematin atau produk lain oleh bakteri usus. Melena merupakan gejala utama perdarahan saluran gastrointestinal bagian atas dan pada sebagian besar kasus berkaitan dengan pencernaan darah yang berasal dari lokasi proksimal ligamentum Treitz (Zhu et al., 2018).

Berbagai kondisi dapat menyebabkan perdarahan gastrointestinal bagian atas. Perdarahan akibat tukak lambung dilaporkan sebagai salah satu penyebab tersering, diikuti oleh varises esofagus, robekan Mallory-Weiss, penggunaan obat-obatan tertentu, neoplasma, erosi gastroduodenal, dan malformasi arteriovenosa (Strate, 2005 dalam Kumar et al., 2017). Perdarahan gastrointestinal juga dapat disertai ketidaknyamanan atau nyeri abdomen yang perlu mendapatkan perhatian dalam proses pengkajian dan penatalaksanaan pasien.

Nyeri merupakan pengalaman subjektif yang dapat menunjukkan adanya gangguan fisiologis dan membutuhkan respons serta intervensi untuk meningkatkan rasa nyaman pasien. Dalam praktik keperawatan, manajemen nyeri dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Massage

merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai intervensi pendamping dalam pengelolaan nyeri (Mitchinson et al., 2007).

Terapi massage dilaporkan dapat membantu menciptakan respons relaksasi, mengurangi ketegangan otot, dan mendukung kenyamanan pasien. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penerapan massage pada pasien dengan keluhan nyeri menjadi penting untuk dikaji sebagai bagian dari intervensi keperawatan nonfarmakologis. Artikel ini bertujuan menggambarkan penerapan terapi massage dalam penanganan nyeri pada pasien dengan melena di Ruang Mawar RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.

## METODE

Artikel ini menggunakan desain studi kasus. Subjek studi kasus adalah satu pasien dengan melena yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut. Intervensi dilaksanakan di Ruang Mawar RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Fokus intervensi adalah manajemen nyeri menggunakan terapi nonfarmakologis berupa massage.

Pengkajian nyeri dilakukan secara komprehensif meliputi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas, serta faktor yang memperberat atau mengurangi nyeri. Intensitas nyeri diukur menggunakan skala numerik 0–10. Terapi massage dilakukan selama 10–15 menit, satu kali setiap shift, sebelum pemberian obat analgesik, dan hasilnya dievaluasi setelah tindakan. Parameter yang diamati meliputi skala nyeri, tekanan darah, nadi, dan frekuensi pernapasan.

Pasien dalam studi kasus dilaporkan mengeluhkan nyeri ketika berbaring atau terlentang, terasa seperti ditusuk-tusuk pada perut bagian tengah dan menjalar ke punggung serta bahu. Nyeri dirasakan terus-menerus dengan skala 7, disertai badan lemas, BAB berwarna hitam, serta mual dan muntah saat makan. Pasien memiliki riwayat anemia dan asam lambung serta pernah dirawat di rumah sakit sebanyak dua kali.

## HASIL

Penerapan terapi massage dilakukan selama tiga kali pengamatan. Hasil menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri secara bertahap setelah intervensi. Data pengukuran disajikan pada Tabel 1.

| Variabel             | Sebelum massage | Pengamatan 1 | Pengamatan 2 | Pengamatan 3 |
|----------------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| Skala nyeri (0–10)   | 7               | 6            | 5            | 4            |
| Tekanan darah (mmHg) | 115/74          | 110/72       | 120/80       | 115/76       |
| Nadi (x/menit)       | 78              | 80           | 82           | 79           |

|                                      |    |    |    |    |
|--------------------------------------|----|----|----|----|
| Frekuensi<br>pernapasan<br>(x/menit) | 22 | 21 | 21 | 19 |
|--------------------------------------|----|----|----|----|

*Tabel 1. Perubahan intensitas nyeri dan tanda-tanda vital sebelum dan sesudah penerapan massage.*

Pada pengamatan pertama, setelah dilakukan massage pada area punggung dan bahu, pasien menyatakan nyeri sedikit berkurang dari skala 7 menjadi 6. Pada pengamatan kedua, skala nyeri menurun menjadi 5. Pada pengamatan ketiga, skala nyeri kembali menurun menjadi 4. Dengan demikian, terdapat penurunan skala nyeri sebesar tiga poin dari kondisi awal.

## PEMBAHASAN

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa terapi massage yang diberikan secara teratur berkaitan dengan penurunan intensitas nyeri pada pasien dengan melena. Intensitas nyeri menurun secara bertahap dari skala 7 menjadi 6, 5, dan akhirnya 4. Berdasarkan klasifikasi yang digunakan dalam laporan kasus, perubahan tersebut menggambarkan penurunan dari nyeri berat menjadi nyeri sedang.

Massage merupakan salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri. Pendekatan ini dapat digunakan sebagai pendamping terapi analgesik untuk membantu meningkatkan kenyamanan pasien. Mitchinson et al. (2007) melaporkan penggunaan massage sebagai terapi tambahan dalam manajemen nyeri akut. Dalam konteks studi kasus ini, massage diberikan sebelum analgesik sehingga perubahan skala nyeri diamati sebagai respons terhadap intervensi nonfarmakologis yang diterapkan.

Secara teoritis, massage dapat berhubungan dengan mekanisme modulasi nyeri melalui stimulasi serabut saraf berdiameter besar sebagaimana dijelaskan dalam teori gerbang-kontrol nyeri. Selain itu, massage dapat mendukung respons relaksasi yang ditandai dengan keadaan tubuh lebih tenang, berkurangnya ketegangan otot, dan meningkatnya kenyamanan pasien (Adams et al., 2010).

Peran perawat dalam manajemen nyeri meliputi pengkajian intensitas dan karakteristik nyeri, pemilihan intervensi, pemberian edukasi, penerapan teknik nonfarmakologis, serta evaluasi hasil intervensi. Oleh karena itu, terapi massage dapat menjadi salah satu pilihan intervensi keperawatan yang dilakukan dengan memperhatikan kondisi klinis, kenyamanan, dan respons pasien.

Meskipun hasil studi kasus menunjukkan perubahan yang positif, temuan ini perlu ditafsirkan secara hati-hati karena hanya melibatkan satu pasien dan tidak menggunakan kelompok pembandingan. Penurunan nyeri juga dapat dipengaruhi oleh terapi lain, perjalanan penyakit, istirahat, maupun pemberian analgesik. Dengan demikian, hasil ini lebih tepat dipandang sebagai gambaran penerapan intervensi pada satu kasus dan bukan sebagai bukti efektivitas yang dapat digeneralisasi.

## KESIMPULAN

Penerapan terapi massage pada pasien dengan melena menunjukkan penurunan intensitas nyeri secara bertahap dari skala 7 sebelum intervensi menjadi skala 6, 5, dan 4 pada tiga kali pengamatan. Terapi massage dapat digunakan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis pendamping dalam manajemen nyeri keperawatan, dengan tetap mempertimbangkan kondisi dan respons klinis pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, R., White, B., & Beckett, C. (2010). The effects of massage therapy on pain. *International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork*, 3(1).
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2005). *Medical-Surgical Nursing*. New York: Elsevier.
- Cutshall, S. M., Fenske, L. L., Kelly, R. F., Phillips, B. R., Sundt, T. M., & Bauer, B. A. (2007). Creation of a healing enhancement program at an academic medical center. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 13(4), 217–223.
- Egnew, T. R. (2005). The meaning of healing: transcending suffering. *Annals of Family Medicine*, 3(3), 255–262.
- Hidayat, A. A. A. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kumar, C., et al. (2017). Clinical profile of patients presenting with gastrointestinal bleeding in a tertiary care hospital. *International Journal of Advances in Medicine*, 4(6), 1616–1620.
- Mitchinson, A. R., Kim, H. M., Rosenberg, J. M., Geisser, M., Kirsh, M., & Cikrit, D., et al. (2007). Acute postoperative pain management using massage as an adjuvant therapy: a randomized trial. *Archives of Surgery*, 142(12), 1158–1167.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 4, Volume 2. Jakarta: EGC.
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2005). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Edisi 6, Vol. 2. Jakarta: EGC.
- Saljoughian, M. (2009). Gastrointestinal bleeding: an alarming sign. *US Pharmacist*, 34(12), HS12–HS16.
- Smith, M. C., Kemp, J., Hemphill, L., & Vojir, C. P. (2002). Outcomes of therapeutic massage for hospitalized cancer patients. *Journal of Nursing Scholarship*, 34(3), 257–262.
- Smeltzer, S. C., et al. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Zhu, C., Yan, B., Asfaha, S., Chande, N., Ponich, T., Gregor, J. C., & Sey, M. (2018). The presence of melena predicts a proximal bleeding site among patients with obscure gastrointestinal bleeding: results of a retrospective cohort study. *Journal of the Canadian Association of Gastroenterology*, 1(suppl\_1), 72–73.