

PENERAPAN TERAPI BACK MASSAGE DALAM PENANGANAN NYERI PADA PASIEN POST LAPARATOMI RUANG RAUDAH 5 RUMAH SAKIT UMUM DAERAH dr. ZAINOEL ABIDIN BANDA ACEH

Novi Afrianti¹, Iqlima Sari²

^{1,2} Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh

Email :

ABSTRAK

Laparotomi merupakan pembedahan perut sampai membuka selaput perut sehingga menimbulkan rasa nyeri. Nyeri adalah sensorik yang bersifat emosional dan subyektif berupa keadaan yang tidak menyenangkan yang diakibatkan oleh kerusakan jaringan yang benar-benar sudah rusak ataupun yang berpotensi untuk rusak. Nyeri ini dapat dikurangi dengan pemberian terapi Back Massage. Back Massage adalah salah satu tehnik memberikan tindakan massage pada punggung dengan usapan secara perlahan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan dengan penerapan terapi Back Massage dalam penanganan nyeri pada pasien post laparatomi. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, partisipasi, dan komunikasi langsung. Pengumpulan data dilakukan mulai tanggal 2 sampai dengan 7 april 2018 dengan 2 orang subjek. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada penurunan rasa nyeri setelah dilakukan terapi back massage, yang dibuktikan oleh skala nyeri berkurang dari 5 menjadi 0 pada subjek I dan pada subjek II dari skala nyeri 5 menjadi 1. Dengan demikian, terapi Back Massage dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam menurunkan nyeri pada pasien post laparatomi.

Kata Kunci: Laparatomi, Penurunan Nyeri, Terapi Back Massage.

ABSTRACT

Laparotomy is an abdominal surgery to open the lining of the stomach, causing pain. Pain is a sensory emotional and subjective in the form of an unpleasant condition caused by tissue damage that has actually been damaged or has the potential to be damaged. This pain can be reduced by giving Back Massage therapy. Back Massage is a technique to provide massage action to the back with gentle strokes. This study aims to describe nursing care with the application of Back Massage therapy in pain management in post-laparotomy patients. The type of research used is descriptive with data collection techniques in the form of observation, participation, and direct communication. Data collection was carried out from 2 to 7 April 2018 with 2 subjects. The results of this study indicate that there is a reduction in pain after back massage therapy, as evidenced by the pain scale reduced from 5 to 0 in subject I and in subject II from a pain scale of 5 to 1. Thus, Back Massage therapy can be used as one alternative in reducing pain in post-laparotomy patients.

Keywords: Laparotomy, Pain Reduction, Back Massage Therapy.

LATAR BELAKANG

Laparotomi adalah pembedahan perut sampai membuka selaput perut, dengan cara Midline incision, tranverse upper abdomen incision, dan Tranverse lower abdomen incision, pada pasien dengan trauma abdomen (tumpul atau tajam), peritonitis, pendarahan saluran pencernaan, sumbatan pada usus halus dan usus besar serta untuk mengetahui masa pada abdomen (Padila, 2012).

Data WHO menunjukkan bahwa selama lebih dari satu abad, perawatan bedah telah menjadi komponen penting dari perawatan kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan setiap tahun ada 230 juta tindakan laparotomi dilakukan di seluruh dunia (Harsi, dalam Kusumayanti, dkk 2014)

Sedangkan Data Tabulasi Nasional Departemen Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2009. Menjabarkan bahwa tindakan bedah menempati urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di Indonesia dengan persentase 12,8% dan diperkirakan 32% diantaranya merupakan bedah laparotomi (Kusumayanti, dkk 2014).

Laporan kementerian kesehatan RI Tahun 2013 menyebutkan jumlah kasus laparotomi di Indonesia meningkat dari 3.281 kasus pada tahun 2011 menjadi 3.625 kasus pada tahun 2014. Persentase jumlah kasus laparotomi yang ditangani di

rumah sakit pemerintah sebesar 38.5% dan rumah sakit swasta sebesar 60,5% (Kementrian Kesehatan RI, 2013 dalam Komalasari, 2014).

Berdasarkan data rekam medik RSUD PKU Muhammadiyah Gombong pada tanggal 16 Agustus 2010, dalam 1 tahun terakhir RS PKU Muhammadiyah Gombong telah menangani 168 kasus bedah laparotomi. Dari hasil wawancara dengan 5 pasien post operasi, mereka mengatakan mulai merasakan nyeri antara 3-4 jam pasca pembedahan dan nyeri akan berkurang dengan pemberian obat analgetik (Pinandita, dkk 2012).

Pasien pasca laparotomi mengeluhkan nyeri sedang sebanyak 57,70%, yang mengeluhkan nyeri berat 15,38%, dan nyeri ringan sebanyak 26,92% (Megawati, 2010 dalam Astarani dan Fitriana, 2015). Berdasarkan data awal yang dikumpulkan oleh peneliti pada tanggal 20 sampai dengan 24 bulan Oktober sampai Desember 2013 ada 184 kasus(Menurut Astarani Dan Fitria, 2015).

Menurut Zulaik (2008 dalam Pinandita, dkk 2012), pengalaman nyeri yang dirasakan setelah pembedahan dapat menjadi stressor bagi pasien dan akan menambah kecemasan serta ketegangan yang berarti pula menambah rasa nyeri menjadi pusat perhatiannya. Bila pasien mengeluh nyeri maka hanya satu yang mereka inginkan yaitu mengurangi rasa

nyeri. Hal itu wajar, karena nyeri dapat menjadi pengalaman yang kurang menyenangkan akibat pengelolaan nyeri yang tidak adekuat.

Tingkat dan keparahan nyeri pascaoperatif tergantung pada anggapan fisiologi dan psikologi individu, toleransi yang ditimbulkan untuk nyeri, letak insisi, sifat prosedur, kedalaman trauma bedah, dan jenis agens anestesia dan bagaimana agens tersebut diberikan (Brunner dan Suddarth, 2002).

Nyeri yang dialami pasien post operasi bersifat akut dan harus segera ditangani. Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup pendekatan farmakologi maupun non-farmakologi. Pendekatan ini diseleksi berdasarkan pada kebutuhan dan tujuan pasien secara individu. Semua intervensi akan berhasil bila dilakukan sebelum nyeri menjadi lebih parah dan keberhasilan terbesar sering dicapai jika beberapa intervensi ditetapkan secara stimulan (Smeltzer dan Bare, 2005, dalam Putri, dkk 2014).

Nyeri pada penderita post operasi abdomen sering mengakibatkan pasien sulit untuk tidur dan pasien tidak dapat mengontrol rasa nyeri dengan maksimal sehingga kecenderungan menggunakan obat analgesik (Astarani & Fitriana, 2015)

Pengobatan farmakologi diantaranya dengan obat hormonal dan pereda nyeri (analgesik) golongan Non

Steroid Anti Inflamasi (NSAI), misalnya: parasetamol atau asetamonofen (panadol), asam mefenamat (ponstelax), dan ibuprofen (Proverawati, 2009: 90). Sedangkan pengobatan nonfarmakologi salah satunya dengan masase (Zuliani, dkk. 2013)

Terapi back massage dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri pada pasien post operasi abdomen, hal ini disebabkan karena sel-sel saraf kulit yang ditekan mengirim sinyal melalui salah satu pusat nyeri, yakni sumsum tulang belakang, dalam perjalanannya, sinyal tekanan lebih cepat dari pada rasa sakit sehingga dapat mengurangi nyeri (Astarani & Fitriana, 2015). Selanjutnya, rangsangan taktil dan perasaan positif, yang berkembang ketika dilakukan bentuk sentuhan yang penuh perhatian dan empatik, bertindak memperkuat efek masase untuk mengendalikan nyeri, karena itu back massage sangat efektif dalam memberikan perasaan rileks dan nyaman sehingga dapat mempengaruhi skala nyeri pada pasien post operasi abdomen (Sulastyo Andarmoyo, 2013, dalam Astarani & Fitriana, 2015).

Back Massage Merupakan salah satu terapi non farmakologis yang memberikan tindakan massage pada punggung dengan usapan secara perlahan (Kenworthy et al, 2002 dalam Kristanto & Maliya 2011). Back Massage

atau pijatan punggung merupakan tehnik penyembuhan yang di terapkan dalam bentuk sentuhan langsung dengan tubuh pasien. Pijatan punggung yang ringan dapat menstimulus syaraf- syaraf yang ada dibawah kulit untuk mendapatkan rasa rileks (Mangoenprasoedjo dan Sri N, 2005, dalam Ahmad, dkk 2016).

Hasil penelitian membuktikan bahwa ada pengaruh terapi back massage terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi abdomen di Instalasi Rawat Inap RS Baptis Kediri, dimana 38 responden mengalami penurunan skala nyeri dari kategori sedang (6,00) menjadi kategori ringan (3,89) dengan rata – rata penurunan skala nyeri 2,10. (Astarani dan Fitriana, 2015).

Hal ini juga di buktikan oleh Zuliani, dkk (2013) dalam penelitiannya Pengaruh stimulasi kutaneus (Slow Stroke Back Masage) terhadap penurunan nyeri haid (Dismenorea), yaitu adanya pengaruh stimulus kutaneus terhadap penurunan nyeri haid (Dismenorea) dengan nilai signifikansi $P_v = \alpha < 0,05$.

Hal yang sama juga di utarakan oleh Krisntanto dan Maliya (2011), yaitu ada pengaruh terapi Back Massage pada lansia untuk penurunan intensitas nyeri di Puskesmas Karang Asem. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi Back Massage efektif menurunkan nyeri pada usia tua.

Sedangkan data dari Rumah Sakit Umur dr. Zainal Abidin khususnya ruang Rauzah 5 dihitung tiga bulan terakhir dari bulan januari sampai april di dapatkan kasus post laparatomi yaitu 68 kasus, diantaranya yaitu subjek penelitian penulis yang bernama Tn.Hm dan Tn.Rm yang mengeluh nyeri setelah dilakukan bedah laparatomi. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis ingin melihat terapi Back Massage dalam penurunan nyeri Pada pasien post Laparatomy.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisa perubahan nyeri setelah di berikan terapi Back Massage pada pasien post Laparatomi. Subyek dalam penelitian ini adalah dua orang pasien post laparatomy di Rumah Sakit umum dr. Zainoel Abidin Banda Aceh pada tanggal 02 sampai 07 April 2018 dengan kriteria sebagai berikut : 1. Pasien post laparotomy, 2. Pasien yang merasakn nyeri dengan skala 4 sampai 8, 3. Pasien yang bersedia dilakukan terapi Back Massage.

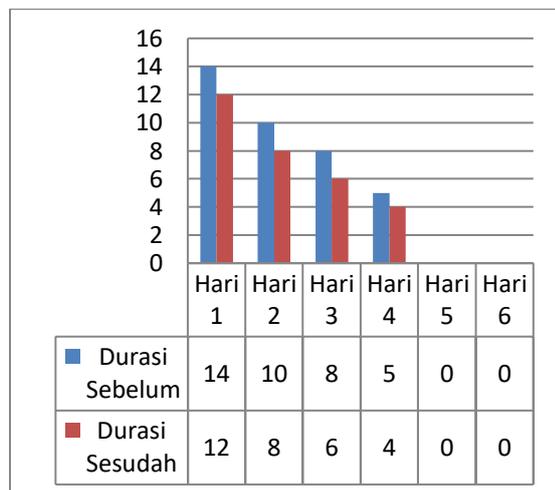
HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan di ketahui bahwa terjadi perubahan nyeri yang di rasakan pasien, dimana pada hari pertama ekspresi wajah pasien tampak meringis, skala nyeri 5, durasi 14 detik, lokasi di bagian perut yang luka, kualitas nyeri seperti di remas – remas, frekuensi tidak dapat diukur berapa kali, pasien nyeri ketika ada pergerakan. Sedangkan pada hari ke 6 ekspresi wajah tampak rileks, skala nyeri pasien 0, durasi, lokasi, frekuensi, dan kualitas tidak diukur lagi nyeri pasien hilang.

Diagram 1

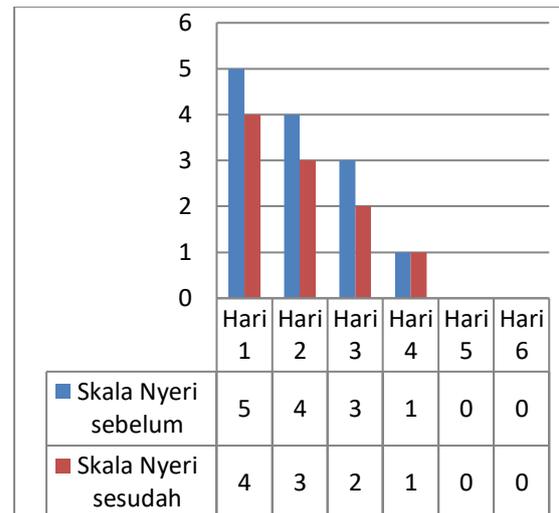
Durasi nyeri subjek 1 selama seminggu



Berdasarkan diagram diatas dapat di lihat durasi nyeri yang dirasakan subjek I pada hari pertama yaitu 14 detik sedangkan pada hari ke enam turun menjadi 0, durasinya hilang.

Diagram 2

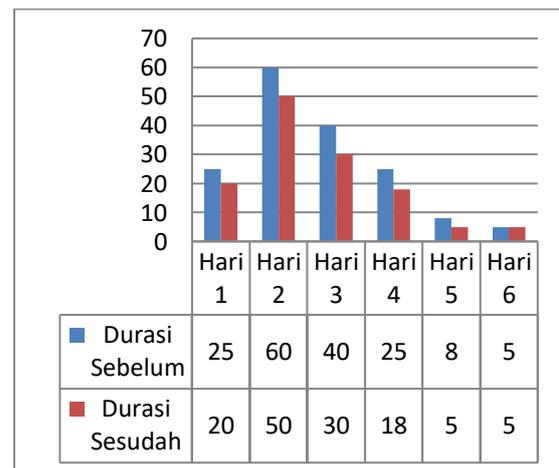
Skala nyeri Subjek 1 selama seminggu



Berdasarkan diagram diatas dapat di lihat skala nyeri yang dirasakan subjek I pada hari pertama yaitu 5 dan turun secara berskala, pada hari ke enam skala nyeri 0, nyeri hilang.

Diagram 3

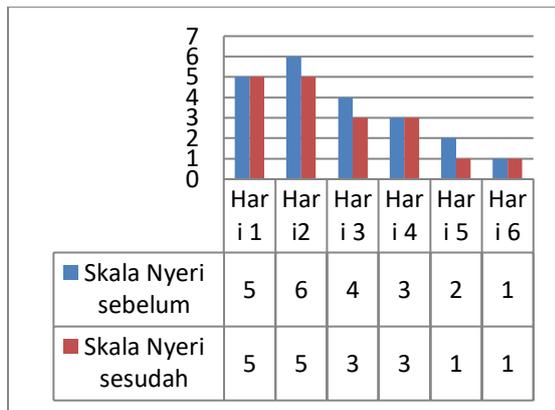
Durasi nyeri subjek II selama seminggu



Berdasarkan diagram diatas dapat di lihat durasi nyeri yang dirasakan subjek II pada hari pertama yaitu 25 detik sedangkan pada hari ke enam turun menjadi 5 detik.

Diagram 4

Skala nyeri Subjek II selama seminggu



Berdasarkan diagram diatas dapat di lihat skala nyeri yang dirasakan subjek II pada hari pertama yaitu 5 dan turun secara berskala, pada hari ke enam skala nyeri 1, nyeri ringan.

PEMBAHASAN

Laparotomi adalah pembedahan perut sampai membuka selaput perut salah satunya dengan cara Midline incision, Pasien dengan post laparatomi biasanya terjadi nyeri diakibat insisi biasanya pada pasien dengan trauma Abdomen (tumpul atau tajam), peritonitis, pendarahan saluran pencernaan, sumbatan pada usus halus dan usus besar serta untuk mengetahui masa pada abdomen.

Nyeri itu sendiri adalah sensori yang muncul akibat stimulus nyeri yang berupa biologis, zat kimia, panas, listrik, serta mekanik. Ada beberapa terapi dalam mengatasi nyeri yaitu secara farmakologi dan non farmakologi, dalam penelitian ini penulis melakukan terapi non farmakologi yaitu dengan melakukan back Massage. Salah satu penerapan pada pasien post

laparatomi untuk penanganan nyeri adalah dengan penerapan back massage, akan meningkatkan peredaran darah pada area yang di usap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menunjang proses penyembuhan (Kusyawati,2006 dalam Ilham, dkk 2015.

Back Massage adalah tindakan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak, biasanya otot tendon atau ligamen, tanpa menyebabkan pergeseran atau perubahan posisi sendi guna menurunkan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan/atau meningkatkan sirkulasi.

Dari hasil penelitian tentang nyeri pada pasien post laparatomi diperoleh hasil adanya perubahan penurunan nyeri sebelum dan sesudah di lakukan penerapan terapi back massage.

Sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Astarani dan Fitriana, (2015). Yang membuktikan bahwa ada pengaruh terapi back massage terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi abdomen di Instalasi Rawat Inap RS Baptis Kediri, dimana 38 responden mengalami penurunan skala nyeri dari kategori sedang (6,00) menjadi kategori ringan (3,89) dengan rata – rata penurunan skala nyeri 2,10.

Hal ini juga di buktikan oleh Zuliani, dkk (2013) dalam penelitiannya Pengaruh stimulasi kutaneus (Slow Stroke Back Masage) terhadap penurunan nyeri haid

(Dismenorea), yaitu adanya pengaruh stimulus kutaneus terhadap penurunan nyeri haid (Dismenorea) dengan nilai signifikansi $P_v = \alpha < 0,05$.

Hal yang sama juga di utarakan oleh Krisntanto dan Maliya (2011), yaitu ada pengaruh terapi Back Massage pada lansia untuk penurunan intensitas nyeri di Puskemas Karang Asem. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi Back Massage efektif menurunkan nyeri pada usia tua.

Pada subjek 1 didapat hasil bahwa skala nyeri pada pasien berkurang setelah dilakukan observasi selama 6 hari. Ini dibuktikan oleh observasi yang dilakukan peneliti pada hari terakhir yaitu hari keenam terapi back massage, ekspresi wajah tampak sangat rileks, tidak ada nyeri, durasi, lokasi, kualitas, dan frekuensi tidak diukur lagi serta skala nyeri 0 dengan tanda – tanda vital, Tekanan Darah :100/70 MmHg, Suhu:37,50C, Nadi:87 kali/menit, dan Frekuensi :23 kali/menit. Penjelasan diatas sesuai dengan tujuan terapi back massage menurut Astarani dan Fitriani (2015), Terapi back massage dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri pada pasien post operasi laparatomi, hal ini disebabkan karena sel-sel saraf kulit yang ditekan mengirim sinyal melalui salah satu pusat nyeri, yakni sumsum tulang belakang, dalam perjalanannya, sinyal tekanan lebih cepat

dari pada rasa sakit sehingga dapat mengurangi nyeri.

Disamping itu usia subjek 1 lebih tua sehingga mempengaruhi penurunan nyeri setelah dilakukan back massage ini dibuktikan bahwa usia adalah variabel penting yang mempengaruhi nyeri, perbedaan perkembangan yang ditemukan antara kelompok umur ini dapat mempengaruhi bagaimana individu tersebut bereaksi terhadap nyeri (Potter dan Perry 2006). Hal ini juga dapat dijelaskan oleh pendapat Yuliatun (2008) yang menyebut bahwa otak mengalami degenerasi seiring dengan penambahan umur seseorang sehingga orang yang lebih tua mempunyai ambang nyeri lebih rendah dan lebih banyak mengalami penurunan sensasi nyeri.

Pada subjek II didapat hasil bahwa skala nyeri pada pasien menurun setelah dilakukan terapi back massage, akan tetapi subjek masih merasakan nyeri pada hari terakhir ini dibuktikan oleh observasi yang dilakukan peneliti pada hari terakhir yaitu hari ke 6 dilakukan terapi back massage dengan ekspresi wajah pasien tampak sedikit nyeri, pasien mengatakan durasi masih sekitar 5 detik, lokasi nyeri dibagian luka, kualitas nyeri seperti di remas – remas, frekuensi tidak dapat diukur lagi, pasien nyeri saat duduk serta pasien mengatakan skala nyeri masih terasa 1 dengan tanda – tanda vital Tekanan

Darah: 120/60 Mmhg, Suhu:37,00c,
Nadi:90 kali/menit, dan Frekuensi:22
kali/menit.

Pada hari ke 2 saat akan dilakukan terapi back massage pasien mengeluh batuk, merasa cemas dengan kondisinya karena saat batuk memperberat nyeri yang dirasakanya. Disamping itu usia subjek II lebih muda dari subjek I yaitu berumur 40 tahun sehingga orang yang lebih muda mempunyai ambang nyeri yang lebih tinggi dan lebih banyak mengalami sensasi nyeri, maka dari itu subjek II masih merasakan sedikit nyeri dihari terakhir. Penjelasan diatas sesuai dengan pendapat Potter dan Perry (2006), beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri pasca bedah abdomen seperti faktor usia, jenis kelamin, kebudayaan, makna nyeri, perhatian, ansietas, kelelahan, pengalaman sebelumnya, gaya koping, dukungan keluarga dan sosial. Dan menurut Wijaya (2014), tingkat kecemasan merupakan faktor yang paling mempengaruhi intensitas nyeri fase pasca bedah abdomen dengan nilai Coefficients Beta 0,573. Semakin berat tingkat kecemasan pasien, semakin tinggi intensitas nyeri yang dirasakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan fokus studi dan pembahasan tentang terapi back massage dalam penurunan nyeri dapat

disimpulkan bahwa indikator kriteria observasi yaitu ekspresi wajah pasien,durasi, lokasi, frekuensi, kualitas dan TTV sebelum dan sesudah dilakukan terapi back massage di ketahui bahwa ada terjadi penurunan dari skala nyeri. Hal ini juga dipengaruhi oleh usia dan kondisi subjek dalam menerima terapi back massage untuk mendapatkan hasil yang optimal.

SARAN

Berdasarkan analisa dan kesimpulan penelitian, maka dalam sub bab ini peneliti akan menyampaikan beberapa saran diataranya:

1. Bagi Perawat

Perawat dapat melakukan penerapan terapi Back Massage sederhana secara mandiri, untuk hasil yang optimal perlu adanya pengawasan secara konsisten dalam pemberian Back Massage pada pasien post laparatomi yang mengalami nyeri.

2. Bagi Pengembangan ilmu dan tehnologi keperawatan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar pengembangan model – model penerapan terapi lainnya khususnya dalam menangani pasien post laparatomi dengan nyeri dalam asuhan keperawatan.

3. Penulis

Penulis dapat meningkatkan pengkajian dan penerapan terapi Back Massage dengan baik melalui pendekatan asuhan keperawatan yang sesuai untuk mendapatkan data yang akurat khususnya pada masalah keperawatan post laparatomi dalam penurunan nyeri.

4. Institusi Akper Kesdam IM Banda Aceh

Kepada pihak pendidikan diharapkan agar memperkenalkan jenis terapi back massage pada saat belajar diruangan. Agar mahasiswa mampu menguasai metodenlatihan yang akan diberikan pada saat melakukannpenelitian dan sebagai bahan tinjauan kepustakaan dalam meningkatkan kompetensi mahasiswa keperawatan untuk mampu melaksanakan penerapin terapi Back Masssage dengan masalah nyeri pada pasien post laparatomi.

KEPUSTAKAAN

Ahmad, dkk. (2016). Pengaruh Terapi Pijat Punggung (Back Massage) Terhadap Penurunan Tingkat Insomnia Pada Usia Dewasa Di Desa Sinomwidodo Kecamatan Tambakromo Kabupaten Pati. 27 November 2017: <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/5149.pdf>.

Astarani & Fitriana. (2015). Jurnal Terapi Back Massage Menurunkan Nyeri

Pada Pasien Post Operasi Abdomen. 28 Oktober:

<http://ejurnal.stikesbaptis.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/40/23>.

Brunner dan Suddarth. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

Haryono, R. (2012). Keperawatan Medikal Bedah Sistem Pencernaan. Yogyakarta : Gosyen Publishing.

Jitowiyono, S & Kristiyanasari, W. (2012). Asuhan Keperawatan Post

Operasi Dengan Pendekatan Nanda, NIC, NOC. Yogyakarta: Nuha Medika.

Juhda, dkk. (2012). Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Komalasari, Treasna. (2014). Pengaruh tehnik relaksasi terhadap penurunan intersitas nyeri pada pasien post laparatomi saat perawatan luka di RSUD Majalengka tahun 2014. 22 November 2017: <http://ejournal.akperypib.ac.id/wp-content/uploads/2016/09/MEDISIN-A-Jurnal-Keperawatan-dan-Kesehatan-AKPER-YPIB-MajalengkaVolume-I-Nomor-1-Februari-20155.pdf>.

Kristanto & Maliya, (2011). Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Intersitas Nyeri Reumatik Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Pembantu Karang Asem. 27 November 2017: <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/3660/THOMAA%20KRISTANTO%20-%20ARINA%20MALIYA%20Fix.pdf?sequence=1>.

Kusumayanti, dkk. (2014). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Lamanya Perawat Pada Pasien Pasca Operasi Laparatomi Di Instalasi Rawat Inap BRSU Tabanan. 23 November 2017:

<https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/10812/8164>.

- Setyowati, Silvia. 2015. Pemberian Massage Punggung dan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Tn. S dengan Post Appendektomi Hari Ke-2 Di Ruang Mawar RSUDdr. SOEDIRAN MANGUS SUMORSO WONOGIRI. 7 Maret 2018.
- Padila. (2012). Buku Ajar: Keperawatan Medika Bedah. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Pinandita, dkk. (2012). Pengaruh Tehnik Relaksasi genggam Jari Terhadap Penurunan Intersitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi. 27 November 2012: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=65820&val=4792>.
- Potter dan perry. (2006). Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Putri, dkk. (2014). Kajian Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Kenyamanan: nyeri Post Laparatomi Dengan Idikasi Apendiksitis Hari Ke-1 Di RSUD Dr.Moewardi. 22 November 2017: <http://digilib.stikespku.ac.id/files/disk1/2stikes%20pku--septianawh-75-1septiana-i.pdf>.
- Zuliani, dkk. 2013). Pengaruh Stimulasi Kutaneus (slow stroke Back Massage) terhadap penurunan nyeri Haid (Dismenorea). 27 November 2017: [http://download.portalgaruda.org/article.php?article=175498&val=5318&title=PENGARUH%20STIMULASI%20KUTANEUS%20\(SLOW%20STROKE%20BACK%20MASSAGE\)%20TERHADAP%20PENURUNAN%20NYERI%20HAID%20\(DISMENOREA\)](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=175498&val=5318&title=PENGARUH%20STIMULASI%20KUTANEUS%20(SLOW%20STROKE%20BACK%20MASSAGE)%20TERHADAP%20PENURUNAN%20NYERI%20HAID%20(DISMENOREA)).