

Pengaruh Kompres Dingin terhadap Tingkat Nyeri Luka *Perineum* pada Ibu Nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang Tahun 2020

The Effect of Cold Compress on The Level Of Perineal Wound Pain in Public Women at Mulyajati Cikole Clinic, Pandeglang District, 2020

Lilis Zuniawati Setianingsih^{1*}
& Rina Octavia¹

¹STIKes Salsabila Serang, Indonesia

Penulis Korespondensi:

*liliszunia90@gmail.com

Proses Artikel

Dikirim : April 2022
Direview : Mei 2022
Diterima : Juni 2022
Tersedia Online : Juli 2022

Keywords: Puerperal Period, Cold Compress, Perineal Wound Pain

Kata Kunci: Masa Nifas, Kompres Dingin, Nyeri Luka Perineum

Diterbitkan oleh: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila, Serang Banten

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of cold compresses on the level of perineal wound pain in postpartum mothers at the Mulyajati Cikole Clinic, Pandeglang Regency. This research is an experimental study with a pre-experiment type. The method used in this research is the One Group Pre Test-Post Test Design. The sampling technique used incidental sampling with inclusion exclusion criteria. The results of this study The level of pain before cold compresses were severe pain as many as 5 respondents (50%) and moderate pain as many as 5 respondents (50%).

Result and Discussion: The results of the 1 hour posttest were moderate pain in 6 respondents (60%) and severe pain in 1 respondent (10%). The results of the 24-hour posttest were mild pain in 9 respondents (90%) and moderate pain in 1 respondent (10%). There is an effect of cold compresses on the level of perineal wound pain in postpartum mothers with the results of the hypothesis test H_0 being rejected and H_a accepted a significance value of $0.000 < 0.05$.

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis pre eskperimen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *One Group Pre Test- Post Test Design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan insidental sampling dengan kriteria inklusi eksklusi. Hasil dari penelitian ini Tingkatan nyeri sebelum dilakukan kompres dingin adalah nyeri berat sebanyak 5 responden (50%) dan nyeri sedang sebanyak 5 responden (50%). Hasil Penelitian berdasarkan hasil posttest 1 jam adalah nyeri sedang sejumlah 6 responden (60%) dan nyeri berat sebanyak 1 responden (10%). Hasil posttest 24 jam adalah nyeri ringan sejumlah 9 responden (90%) dan nyeri sedang sebanyak 1 responden (10%). Ada pengaruh kompres dingin terhadap tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas dengan hasil uji hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima nilai signifikansi $0.000 < 0.05$.

Cara Mengutip Artikel :

Setianingsih, L.Z. & Octavia, O. (2022). Pengaruh Kompres Dingin terhadap Tingkat Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang Tahun 2020, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5(1): 13-16. DOI: <https://doi.org/10.60010/jikd/v5i1.71>

PENDAHULUAN

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, diantaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan, terjatuh dan lain-lain disetiap 100.000 kelahiran hidup. Masalah kematian maternal merupakan masalah yang kompleks karena menyangkut banyak hal. Penyebab langsung maupun tidak langsung dari kesakitan dan kematian maternal tersebut merupakan komplikasi obstetri, salah satunya yaitu komplikasi pada masa nifas (Depkes RI, 2015)

Ibu menyakini bahwa melahirkan merupakan suatu pengalaman yang mendalam, memberi makna yang berarti bagi wanita, keluarga dan masyarakat. Periode postpartum menyebabkan stress emosional terhadap ibu primipara, bahkan lebih menyulitkan bila disertai dengan perubahan fisik yang hebat, sehingga perlu diciptakan suatu proses persalinan yang alami dengan kemungkinan trauma seminimal mungkin, termasuk tindakan episiotomi. Nyeri pasca episiotomi menyebabkan kemampuan mobilitas ibu lebih sedikit, memicu timbulnya stress post partum dan memicu ibu takut untuk melakukan perawatan personal hygienenya sehingga perawatan episiotomi kurang maksimal. Selama beberapa hari setelah kelahiran, permukaan jalan lahir merupakan daerah yang rentan terhadap bakteri patogen sehingga rawan infeksi (Reeder, 2012).

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2017 hampir 90% proses persalinan normal mengalami luka robekan pada perineum. Luka robekan perineum di Asia juga merupakan masalah yang cukup banyak terjadi dalam masyarakat, 50% dari kejadian ruptur perineum di dunia terjadi di Asia. Nyeri yang dirasakan oleh ibu postpartum pada bagian perineum disebabkan oleh luka jahitan pada waktu melahirkan karena adanya jaringan yang terputus. Respon nyeri pada setiap individu adalah unik dan relatif berbeda. Hal ini dipengaruhi antara lain oleh pengalaman, persepsi, maupun sosial kultural individu. Setiap ibu nifas memiliki persepsi dan dugaan yang unik tentang nyeri pada masa nifas, yaitu tentang nyeri dan bagaimana kemampuan mengatasi nyeri. Nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas akan berpengaruh terhadap mobilisasi yang dilakukan oleh ibu, pola istirahat, pola makan, pola

tidur, suasana hati ibu, kemampuan untuk buang air besar (BAB) atau buang air kecil (BAK), aktivitas sehari-hari, antara lain dalam hal mengurus bayi, mengerjakan pekerjaan rumah tangga, sosialisasi dengan lingkungan dan masyarakat, dan menghambat ketika ibu akan mulai bekerja (Judha, 2012).

Mengingat permasalahan yang dapat timbul sebagai akibat robekan perineum pada saat melahirkan, maka penanganan setiap kejadian robekan perineum harus segera dilakukan secara berkualitas, guna meminimalkan kemungkinan penyulit yang bisa menyertai robekan perineum tersebut. Bidan sebagai salah satu praktisi kesehatan harus mengetahui anatomi otot panggul sehingga dapat memastikan dengan benar kesejahteraan jaringan tersebut. Hal ini sangat penting karena dapat mempengaruhi penyatuan jaringan. Ada beberapa cara penanggulangan nyeri pada luka robekan perineum, tetapi yang paling populer adalah dengan teknik kompres dingin (Mohamed, 2012).

Nyeri dapat dikendalikan dengan 2 metode yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Metode penghilang rasa nyeri secara farmakologis adalah metode penghilang rasa nyeri dengan menggunakan obat-obatan kimiawi, antara lain dengan pemberian analgesi inhalasi, analgesi opioid, dan anestesi regional, sedangkan metode nonfarmakologis adalah metode penghilang rasa nyeri secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi. Manajemen nyeri dengan tindakan kompres dingin merupakan metode yang dapat diterapkan untuk membantu kenyamanan pada ibu nifas untuk mengurangi rasa nyeri. Manfaat kompres dingin diantaranya adalah mengurangi aliran darah ke daerah luka sehingga dapat mengurangi resiko perdarahan dan oedema, kompres dingin menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak akan lebih sedikit. Mekanisme lain yang mungkin bekerja adalah bahwa kompres dingin menjadi dominan dan mengurangi rasa nyeri (Judha, 2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang, terdapat jumlah persalinan normal selama tahun 2019 sebanyak 190 persalinan. Ibu nifas dengan luka perineum sebanyak 77% dan ibu nifas tanpa luka perineum sebanyak 23%. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis pre eskperimen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan *One Group PreTest- Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas dengan luka perineum pada bulan Agustus - September tahun 2020 di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang, sejumlah 30 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 10 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan insidental sampling dengan kriteria inklusi eksklusif. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala nyeri numerik dari Potter dan Perry, es batu, termos es dan kain bersih untuk membungkus es saat pengompresan. Analisis data menggunakan uji statistik T-Test Berpasangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden berdasarkan Kehamilan, Pendidikan, Pekerjaan

Didapatkan mayoritas kehamilan responden yaitu primigravida sebanyak 6 orang (60%), mayoritas pendidikan responden yaitu sarjana sebanyak 7 orang (70%), dan mayoritas pekerjaan responden yaitu swasta sebanyak 5 orang (50%).

1. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Penelitian menunjukkan tingkat nyeri luka perineum pretest dengan prosentase nyeri berat sejumlah 5 responden (50%), nyeri sedang sebanyak 5 responden (50%) dan nyeri ringan sebanyak 0 responden (0%). Tingkat nyeri luka perineum posttest 1 jam dengan prosentase tertinggi yaitu nyeri sedang sejumlah 6 responden (60%) dan prosentase terendah yaitu nyeri berat sebanyak 1 responden (10%). Tingkat nyeri luka perineum posttest 24 jam dengan prosentase tertinggi yaitu nyeri ringan sejumlah 9 responden (90%) dan prosentase terendah yaitu nyeri sedang sebanyak 1 responden (10%).

Skala penilaian tingkatan nyeri dibedakan menjadi 5 kategori yaitu tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat, dan nyeri sangat berat. Hasil jawaban didapatkan dari observasi yang dilakukan peneliti dengan menggunakan kuesioner tingkatan nyeri pada 10 responden yang menjadi sampel, didapatkan hasil seimbang yaitu responden yang mengalami nyeri berat sejumlah 5 responden (50%) dan nyeri sedang sejumlah 5 responden (50%).

Menurut Utami (2014), masa nifas dengan luka perineum merupakan pengalaman fisik yang menimbulkan sensasi nyeri. Tingkatan rasa nyeri merupakan subyektif dan sebagian besar setiap ibu akan mengalami, merasakan dan mendeskripsikan nyeri yang berbeda. Rasa nyeri daerah perineum pada ibu nifas disebabkan oleh adanya robekan pada daerah tersebut pada proses persalinan. Nyeri luka perineum dapat diartikan ketika seorang ibu merasakan nyeri akibat adanya perlukaan pada daerah perineum setelah melalui proses kelahiran bayinya. Rasa nyeri ini dapat terjadi akibat robekan spontan maupun episiotomi pada perineum. Intensitas nyeri yang dirasakan oleh masing-masing individu akan berbeda (Judha, 2012).

b. Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa tes hipotesis pretest dan posttest 1 jam terdapat perbedaan yang signifikan karena nilai sig atau p adalah 0.000 atau $p < 0.05$, tes hipotesis pretest dan post test 24 jam terdapat perbedaan yang signifikan karena nilai sig atau p adalah 0.000 atau $p < 0.05$ dan tes hipotesis posttest 1 jam dan 24 jam terdapat perbedaan yang signifikan karena nilai sig atau p adalah 0.000 atau $p < 0.05$.

Pengaruh pemberian kompres dingin terhadap tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan kompres dingin kepada ibu nifas dengan luka perineum yang bersalin di bulan September di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang tingkatan nyeri luka perineum adalah menjadi nyeri berat sebanyak 1 responden (10%), nyeri sedang sebanyak 6 responden (60%), dan nyeri ringan sebanyak 3 responden (30%). Ini menunjukkan bahwa memberikan kompres dingin dapat mengurangi tingkat nyeri, sesuai dengan teori Hidayat, 2014, rasa dingin dapat mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa dingin pada daerah tertentu (Hidayat, 2014).

Hasil penelitian didapatkan *posttest* jauh lebih baik dibandingkan dengan hasil pretest, hal ini disebabkan karena adanya suatu perlakuan yaitu sebelum posttest ibu nifas dengan luka perineum diberikan kompres dingin pada daerah luka perineum selama 15 menit. Hal ini sesuai dengan teori Amrin, 2015 yang menyatakan bahwa memberikan rasa dingin pada daerah tertentu dengan menggunakan kompres dingin dapat mengurangi rasa nyeri pada daerah luka.

Kompres dingin atau *cold therapy* merupakan modalitas terapi fisik yang menggunakan sifat fisik dingin untuk terapi berbagai kondisi, termasuk pada

nyeri luka perineum. Kompres dingin bekerja dengan menstimulasi permukaan kulit untuk mengontrol nyeri. Terapi dingin yang diberikan akan mempengaruhi impuls yang dibawa oleh serabut taktil A-Beta untuk lebih mendominasi sehingga “gerbang” akan menutup dan impuls nyeri akan terhalangi. Nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang untuk sementara waktu. Tujuan dilakukannya kompres dingin yaitu untuk mengurangi inflamasi yang terjadi pada tempat yang terserang nyeri sehingga sensasi nyeri pasien dapat berkurang (Nurchairiah, 2014).

Dalam bidang kedokteran, kompres dingin banyak digunakan untuk mengurangi rasa nyeri. Pada aplikasi dingin memberikan efek fisiologis yakni menurunkan respon inflamasi, menurunkan aliran darah dan mengurangi edema, mengurangi rasa nyeri lokal. Teknik ini berkaitan dengan teori gate control dimana stimulasi kulit berupa kompres dingin dapat mengaktifasi transmisi serabut saraf sensorik A-Beta yang lebih besar dan lebih cepat. Hal ini menutup “gerbang” sehingga menurunkan transmisi nyeri melalui serabut C dengan diameter yang kecil (Purnamasari, 2014).

Pada penelitian ini digunakan uji hipotesis dengan Uji-T Sampel Berpasangan. Uji-T Sampel Berpasangan pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin. Setelah dilakukan analisa dapat diketahui bahwa besarnya signifikansi adalah 0.000. Nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkatan nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin. Berdasarkan hasil uji dengan Uji-T Sampel Berpasangan dapat diartikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh kompres dingin terhadap tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang.

Dilihat dari data di atas dapat dinyatakan bahwa setelah dilakukan kompres dingin pada bagian luka perineum pada ibu nifas didapatkan adanya penurunan tingkat nyeri yang signifikan. Berdasarkan hasil analisa diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas mengalami penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan kompres dingin hal ini sesuai dengan teori bahwa kompres dingin merupakan faktor yang mempengaruhi pengurangan rasa nyeri pada luka. Kompres dingin memberikan efek fisiologis yakni menurunkan respon inflamasi, menurunkan aliran darah dan mengurangi edema, mengurangi rasa nyeri lokal (Purnamasari, 2014).

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu: terdapat pengaruh pemberian kompres dingin terhadap tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang, hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi yaitu $0.000 < 0.05$.

Intensitas tingkat nyeri responden sebelum dilakukan kompres dingin adalah nyeri berat sebanyak 5 responden (50%) dan nyeri sedang sebanyak 5 responden (50%). Intensitas tingkat nyeri responden sesudah dilakukan kompres dingin pada 1 jam pertama masa nifas adalah nyeri berat sebanyak 1 responden (10%), nyeri sedang sebanyak 6 responden (60%), dan nyeri ringan sebanyak 3 responden (30%). Intensitas tingkat nyeri responden sesudah dilakukan kompres dingin pada 24 jam masa nifas adalah nyeri sedang sebanyak 1 responden (10%) dan nyeri ringan sebanyak 9 responden (90%).

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E.R, Wulandari, D. 2012. *Asuhan Kebidanan (Nifas)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Hidayat. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Judha, Mohammad. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Jakarta: Nuha Medika.
- Mohamed, Hoda Abed El-Azim & Nahed Saied El-Nagger. 2012. *Effect of Self Perineal Care Instructions on Episiotomy Pain and Wound Healing of Postpartum Women*. Journal of American Science, 2012;8(6).
- Nurchairiah, Andi. 2014. *Efektifitas Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum di Ruang Dahlia RSUD Arifin Achmad*. Pekanbaru: Universitas Riau.
- Potter, P.A, Perry, A.G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4 Volume 2. Alih Bahasa: Renata Komalasari, dkk*. Jakarta: EGC.
- Purnamasari, Elia. 2014. *Efektifitas Kompres Dingin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri di RSUD Ungaran*. Jawa Tengah: STIKES Telogorejo Semarang.
- Siswosudarmo, Risanto dan Ova Emilia. 2008. *Obstetri Fisiologi*. Yogyakarta: Pustaka Cendekia