

Efektifitas Kompres Dingin Untuk Penyembuhan Luka Perinium

Lolli Nababan¹, Sari Widya Ningsih²

^{1,2}STIKes Sapta Bakti Bengkulu Indonesia

¹lollynbb@gmail.com*; ²sariwidya0303@gmail.com

*corresponding author

Tanggal Submisi: 20 Januari 2021, Tanggal Penerimaan: 14 Maret 2021

Abstrak

Tujuan Penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan antara variable independen dan variable dependen. Mengamati sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin pada sampel yang akan dipilih. Jumlah Sampel yaitu 30 orang ibu nifas dengan luka episiotomi derajat I dan II. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa dari 15 orang responden ibu yang diberikan perlakuan kompres dingin sebagian besar 11 orang (73%) dengan penyembuhan luka perenium cepat, sedangkan 15 orang responden ibu nifas yang tidak dilakukan kompres dingin hanya sebagian kecil 1 orang (7%) dengan penyembuhan luka perenium cepat. Hasil p -value = 0,005 yang berarti ada pengaruh kompres dingin terhadap penyembuhan luka perineum.

Kata Kunci : luka episiotomi, kompres dingin, ibu nifas.

The Effectiveness Of Cold Compresses For Healing Perinium Wounds

Abstract

The purpose of this study is to determine the relationship between the independent variable and the dependent variable. Observe before and after cold compress on the sample to be selected. The number of samples is 30 postpartum mothers with grade I and II episiotomy wounds. The results of the univariate analysis showed that of the 15 respondents who were given cold compresses, most of 11 people (73%) had fast healing perenium wounds, while 15 respondents who were postpartum mothers who were not cold compressed were only a small part of 1 person (7%) with fast perenium wound healing. The result of p -value = 0.005, which means there is an effect of cold compresses on the healing of perineal wounds.

Keywords: *episiotomy wound, cold compress, postpartum mother*



PENDAHULUAN

Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2015, didapatkan kematian ibu sebanyak 49 orang, yang terdiri dari kematian ibu hamil 7 orang, kematian ibu bersalin 13 orang, kematian ibu nifas sebanyak 21 orang. Pada tahun 2016 Dinas kesehatan Kota Bengkulu mencatat ada 6 kematian, yang terdiri dari kematian ibu bersalin 2 orang, kematian ibu nifas 4 orang. Serta pada tahun 2017 Dinas Kesehatan Kota Bengkulu mencatat ada 4 kematian, yang terdiri dari kematian ibu hamil 1 orang, kematian ibu bersalin 1 orang, kematian ibu nifas 2 orang. Hal ini menunjukkan masih banyak kematian ibu yang disebabkan oleh masa nifas, salah satu kematian masa nifas terjadi karena adanya infeksi khusus untuk infeksi didapatkan juga kematian bersumber dari perlukaan jalan lahir yaitu *Rupture perineum* (Profil Kesehatan Kota Bengkulu, 2017).

Kematian ibu adalah kematian seorang wanita terjadi saat hamil, bersalin, atau 42 hari setelah persalinan (masa nifas) (Prawirohardjo et.al, 2005). Masa Nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu (Wakyani *et.al*, 2015)). 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, *et.al*, 2012.).

Luka perineum adalah luka dikarenakan adanya robekan jalan lahir maupun karena episiotomi pada waktu melahirkan. Dimana wanita yang melahirkan pervaginam sedikit banyak mengalami trauma seperti luka pada perineum akibat episiotomi, ruptur uteri atau laserasi perenium (Walyani *et.al* , 2015.). Adapun metode sederhana yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri secara alamiah yaitu dengan memberikan kompres dingin. 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 *et.al*, 2012.).

Adapun metode sederhana yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri yang secara alamiah yaitu dengan memberikan kompres dingin, kompres dingin merupakan alternatif pilihan yang alamiah dan sederhana yang dengan cepat mengurangi rasa nyeri selain dengan memakai obat-obatan analgetik seperti asam mefenamat (Dolang, 2019) Terapi dingin menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit sehingga menurunkan sensasi nyeri yang dirasakan hal ini sesuai dengan penelitian (Rahmawati, 2011).

Rasa nyeri dan tidak nyaman di area perineum dapat diatasi dengan menggunakan kompres dingin pada area perineum setiap 2 jam sekali selama 24 jam yang akan dilakukan setelah 6 jam pasca persalinan sampai rasa nyeri hilang \pm 7 hingga 10 hari (Judha, *et.al* , 2012). Kompres es ialah mengisi kantong dengan es sejumlah 0,5 kilogram atau 500 gram, balut bungkus es dengan kassa steril tempelkan pada perineum untuk mengurangi rasa nyeri, lakukan selama 2 menit dan ulangi sebanyak 3 kali atau dapat dilakukan apabila ibu merasa nyeri kembali (Rahmawati, 2011).

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian studi eksperimen dengan jenis Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis pre eskperimen. Instrument penelitian menggunakan lembar observasi dan wawancara dengan metode prngukuran nyeri *Wong Baker Faces Pain Rating Scale*. Analisa data dengan tehnik analisis univariat untuk memperoleh gambaran dari masing- masing variabel dan distribusi frekuensi, sedangkan analisis bivariat dengan menggunakan rancangan “One Group pretest post test” pada uji statistic “Paired Sample t– test”. Untuk mengetahui hubungan antara variable independen dan variable dependen. Mengamati sebelum dan sesudah dilakukan kompres dingin pada sampel yang akan dipilih. Menentukan apakah H_0 akan diterima atau di tolak dan H_a di terima , dan sebaliknya. Jumlah Sampel yaitu 30 orang ibu nifas dengan luka episiotomi derajat I dan II.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perenium pada ibu Nifas

Kompres dingin	Penyembuhan Luka Perenium				Total	P	α Value
	Cepat		Lambat				
	f	%	f	%	f	%	
Ya	11	73	4	27	15	100	
Tidak	1	7	14	93	15	100	0,022
Total	12		18		30	100	0,005

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dari 15 orang responden ibu yang diberikan perlakuan kompres dingin sebagian besar 11 orang (73%) dengan penyembuhan luka perenium lebih cepat ,sedangkan 15 orang responden ibu nifas yang tidak dilakukan kompres dingin hanya sebagian kecil 1 orang (7%) dengan penyembuhan luka perenium cepat, Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesembuhan luka perenium dibagi 2, yaitu: faktor internal (usia, cara perawatan, personal hygiene/kebersihan diri, over aktivitas, infeksi) dan faktor

eksternal (gizi (nutrisi), tradisi atau lingkungan, pengetahuan, sosial ekonomi dan sarana prasarana, penanganan petugas pada saat persalinan dan kondisi ibu. Dalam penelitian (Mochtar, Rustam, 2005) menyebutkan bahwa penerapan kompres dingin terbukti dapat mempercepat penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu nifas.

Masa nifas berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil dan berlangsung selama 6 minggu. Pada masa ini terjadi perubahan fisiologi meliputi perubahan fisik, involusio, lokhea, laktasi, perubahan sistem lain dan perubahan psikologis. Asuhan masa nifas diperlukan dalam periode ini karena merupakan masa kritis baik ibu maupun bayinya (Prawirohardjo *et.al*, 2005).

Kompres dingin adalah suatu metode dalam penggunaan suhu rendah setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologi (Ardela, 2010). Pemberian kompres dingin pada luka dapat mempercepat penyembuhan luka, karena kompres dingin membuat analgesik pada area luka sehingga menyebabkan pembuluh darah mengecil. Hal ini didukung oleh teori (Ardela, 2010). yang mana pengaplikasian kompres dingin pada luka dapat mengurangi aliran darah ke suatu bagian dan mengurangi perdarahan serta *oedema*, terapi dingin menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Hal ini juga didukung oleh teori (Sylvia, 2010). Efek *fisiologis* kompres dingin antaralain : memperkecil pembuluh darah (*vasokonstriksi*), menurunkan *permeabilitas kapiler*, merelaksasikan otot, memperlambat pertumbuhan bakteri, mengurangi *inflamasi*, meredakan nyeri dengan memperlambat aliran impuls nyeri, efek anastesi lokal meredakan perdarahan.

Percepatan penyembuhan luka perineum dan peningkatan terhadap kadar hemoglobin menggunakan intervensi putih telur masih banyak belum dipahami oleh masyarakat secara luas. Hampir di seluruh wilayah Indonesia baik rural maupun urban, dapat ditemukan ibu nifas yang berpantang makanan. Tradisi berpantang makanan ini secara tidak langsung akan mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas karena kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan selama masa penyembuhan luka perineum tidak tercukupi (Wakyani *et.al*, 2015).

Robekan jalan lahir merupakan penyebab kedua perdarahan setelah atonia uteri yang terjadi pada hampir persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Luka biasanya ringan tetapi kadang-kadang terjadi juga luka yang luas dan berbahaya. Sebagai akibat persalinan terutama pada seorang primipara, biasa timbul luka pada vulva di sekitar introitus vagina yang biasanya tidak dalam, akan tetapi kadang-kadang bisa timbul perdarahan banyak (Rukiyah, 2011).

Infeksi postpartum yang merupakan penyebab kematian maternal pada urutan kedua setelah perdarahan jika tidak segera ditangani Infeksi postpartum terjadi di traktus genitalia setelah kelahiran yang diakibatkan oleh bakteri, hal ini akan meningkatkan resiko infeksi postpartum yang salah satunya disebabkan oleh luka episiotomi yang dapat menyebabkan syok septic (Astuti, 2015).

Infeksi perineum dapat dihindari bahkan penyembuhan dapat dipercepat bila dilakukan perawatan secara cepat dan tepat, perawatan yang tidak tepat dapat merugikan pasien (Nugroho *et.al* 2014), Nyeri perineum merupakan sumber

masalah yang signifikan bagi banyak perempuan setelah melahirkan, tidak hanya pada periode pascalahir langsung tetapi juga dalam jangka panjang. Luka pasca episiotomi harus dirawat dengan benar sehingga luka cepat sembuh dan tidak terjadi infeksi (Andasmoyo, S 2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat pengaruh kompres dingin pada ibu nifas dengan penyembuhan luka perineum. Dari 30 Responden yang diteliti, yang dilakukan tindakan Kompres air dingin mengalami penyembuhan luka perineum lebih cepat (7 orang) dibandingkan yang tidak dilakukan kompres air dingin. rata-rata penyembuhan luka perineum kelompok eksperimen 5,4 hari sedangkan penyembuhan luka perineum pada kelompok kontrol adalah 6,9 Hari. Hasil p -value = 0,000 yang berarti ada pengaruh kompres dingin terhadap penyembuhan luka perineum. Selisih waktu yang dibutuhkan ibu nifas untuk kesembuhan luka jahitan perineum adalah 1,5 hari lebih cepat hari dibandingkan ibu yang tidak dilakukan kompres dingin dan mengalami perbedaan secara signifikan.

Berdasarkan Hasil Penelitian (Putri *et.al*, 2016) Tingkatan nyeri sebelum dilakukan kompres dingin adalah nyeri berat sebanyak 5 responden (50%) dan nyeri sedang sebanyak 5 responden (50%). 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%). Simpulan dan Saran: 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 $0.000 < 0.05$. Diharapkan metode ini digunakan di RSUD Muhammadiyah Bantul untuk meningkatkan pelayanan dalam penatalaksanaan nyeri luka perineum.

Penelitian yang dilakukan (Ilda *et.al*, 2019) dengan judul Pengaruh Kompres dingin Terhadap Tingkat Nyeri Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas Di RSUD Muhammadiyah Bantul bahwa terdapat pengaruh kompres dingin terhadap penurunan nyeri luka *perineum* dengan nilai kemaknaan p value $0,00 < 0,05$ dengan menggunakan uji-T. Menurut peneliti pemberian kompres dingin terhadap luka *rupture perineum* pada kelompok eksperimen sebagian besar mengalami penyembuhan luka cepat dibandingkan dengan kelompok kontrol yang penyembuhan lukanya hanya sebagian kecil. Dikarenakan pemberian kompres dingin pada luka *rupture perineum* dapat memperlambat pertumbuhan bakteri yang dapat menghambat penyembuhan luka, selain itu kompres dingin juga dapat memperkecil aliran suplai darah sehingga ibu menjadi lebih rileks dan mudah untuk mobilisasi. *Vasokonstriksi* pada tubuh juga dapat menyebabkan meminimalkan pendarahan dan membantu *koagulasi* serta membantu memperbaiki kerusakan sel yang dialami oleh luka.

Hasil penelitian ini juga didukung yang menyimpulkan bahwa, mayoritas responden yang mengkonsumsi putih telur dengan di rebus sembuh normal dengan waktu rata-rata 6 hari mencapai sebesar 55,6%. Sedangkan ibu nifas yang mengalami percepatan kesembuhan luka jahitan perineum membutuhkan waktu kurang dari atau dalam waktu 5

hari hanya 44,4%, dan tidak ditemukan ibu nifas yang membutuhkan waktu lebih dari 8 hari untuk kesembuhan luka jahitan perineum yang mengkonsumsi putih telur (Rismawati, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Lama penyembuhan luka rupture perineum yang tidak menggunakan kompres didapatkan hampir seluruhnya (77,78%) mengalami sembuh lambat dan sebagian kecil mengalami sembuh cepat (22,22%). Lama penyembuhan luka rupture perineum yang menggunakan kompres dingin sebagian besar (55,56%) mengalami sembuh cepat dan hampir setengahnya (44,44%) mengalami sembuh lambat. 3. Ada efektivitas kompres dingin terhadap lama penyembuhan luka rupture perineum (Adawiah *et.al*, 2018).

Berdasarkan Hasil penelitian (Rahmawati, 2011.) sebelum diberikan perlakuan kompres dingin sebagian besar Responden mengalami nyeri sedang 12 (60%), nyeri ringan dan berat 4 (20%) dan setelah diberikan perlakuan kompres dingin sebagian besar Responden mengalami nyeri ringan 15 (75%), nyeri sedang 4 (20%) serta 1 (5%) yang mengalami nyeri berat. Dari hasil perhitungan dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan Whitung lebih kecil Wtabel maka H0 ditolak artinya ada pengaruh kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Hal ini sesuai dengan teori menurut (Sylvia, 2010) yang mana dampak fisiologis dari kompres dingin adalah *vasokonstriksi* (pembuluh darah penguncup) penurunan *metabolik*, membantu mengontrol perdarahan dan pembengkakan karena *trauma*, mengurangi nyeri dan menurunkan aktivitas ujung saraf pada otot.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan Penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa yang dilakukan Tindakan Kompres dingin lebih cepat dibandingkan dengan yang tidak dilakukan Tindakan Kompres dingin Yaitu Selisih waktu yang dibutuhkan ibu nifas untuk kesembuhan luka jahitan perineum adalah 1,5 hari lebih cepat hari dibandingkan ibu yang tidak mengkonsumsi telur puyuh rebus dan mengalami perbedaan secara signifikan, Terdapat Pengaruh Tindakan Kompres dingin terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah Telaga Dewa Kota Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiah, dkk. (2018). Efektifitas Kompres Dingin Terhadap Lama Penyembuhan Luka Ruptur Perineum Pada Ibu Post Partum. Jurnal Darul Azhar, Vol 5, No.1 : 64-71
- Andasmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*, Ar- Ruzz, Yogyakarta.

-
- Ardela. (2010) Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka : Jakarta
- Astuti (2015). *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)* . Cetakan Pertama Jakarta ; Trans Info Media
- Dolang, M. Pengaruh Pemberian Kompres Air Dingin Terhadap Nyeri Luka Perinium Pada Ibu Post Partum. JIKKHC Vol. 03/No.02/Juni-2019.
- Ilda, dkk. (2019). Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perinium Pada Ibu Post Partum Di BPM Siti Julaeha Pekanbaru. Journal Of Midwifery Science, Vol 3, No.1, Januari 2019.
- Judha, Mohammad. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Jakarta: Nuha Medika. Profil Kesehatan Kota Bengkulu, 2017.
- Mochtar, Rustam, 2005, *Sinopsis Obsetri*.Edisi Ke 6 , Jilid 1, Jakarta ; EGC
- 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).
- Nugroho, T, dkk. (2014). *Buku Ajar Askeb I Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medik Prawirohardjo, Sarwono. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta ; Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Putri. A. Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Luka Perinium Pada Ibu Nifas Di RSUD Muhammadiyah Bantul. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Rahmawati. (2011). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pergurangan Nyeri Luka Perinium Pada Ibu Nifas Di BPS Siti Alifirdaus Kingking Kabupaten Tuban. Jurnal Sain Med Vol 5 No 2 Desember 2013
- Rahmawati. (2011). *Skala Nyeri*, Jakarta : EGC.
- Rismawati. (2017). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengaruh Nyeri Luka Perinium Pada Ibu Post Partum Di RSKDIA Pertiwi Makasar.
- Rukiyah(2011). *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)* . Cetakan Pertama Jakarta ; Trans Info Media
- Sylvia. (2010). *Buku Panduan Asuhan Masa Nifas Fisiologis Edisi 2*. Jakarta : EGC.
- Wakyaning dan Purwoastuti (2015). *Asuhan pada Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta ; Pustaka Baru Pres.
- Walyani, Elisabeth Siwi. 2015. *Asuhan Kebidanan Pada KeHamilan*. Yogyakarta ; Pustaka Barupess