

GIVING A COLD COMPRESS TO MRS. A WITH THE DISCOMFORT OF PERINEAL WOUND PAIN IN PKD TLAHAB LOR

PEMBERIAN KOMPRES DINGIN PADA NY. A DENGAN KETIDAKNYAMANAN NYERI LUKA PERINEUM DI PKD TLAHAB LOR

Barkah Ruliyanto¹, Eko Sari Ajiningtyas², Dwi Astuti³

^{1,2,3} Program Studi D3 Keperawatan Politeknik Yakpermas Banyumas

e-mail: barkahruliy14@gmail.com

ABSTRACT

The incidence of perineal injuries from WHO (World Health Organization) data in mothers giving birth in the world there are 2.7 million cases, where this figure is expected to reach 6.3 million in 2050. The results of a preliminary study conducted on October 28, 2022, at the Health Center Karangreja obtained data from 234 mothers giving birth, and from January to September 2022, it was found that 47 of them came from the village of Tlahab Lor. Cold compresses, or cold therapy, are a physical therapy modality that uses the physical properties of cold to treat various conditions, including perineal wound pain. To determine the effectiveness of giving cold compresses to postpartum mothers with perineal wound discomfort. This study used a case study method with respondents giving birth to perineal wounds on day 2. Using three instruments, namely observation sheets, interview sheets, and the Gordon assessment format, This research was conducted in Tlahab Lor Village for 3 days, from April 30 to May 2, 2023. After 3 days of action, the perineal wound pain was reduced. The pain scale before the cold compress was 6, but after being given a cold compress, it was 2. Applying cold compresses to mothers with perineal wounds is effective in reducing pain and discomfort.

Keywords: Cold Compress, Pain, Perineum Wound

ABSTRAK

Kejadian luka perineum dari data WHO (*World Health Organization*) pada ibu bersalin di dunia terdapat 2,7 juta kasus, dimana angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan 28 Oktober 2022 di Puskesmas Karangreja didapatkan data sejumlah 234 ibu bersalin, serta pada bulan Januari sampai September 2022 didapatkan sejumlah 47 diantaranya berasal dari desa Tlahab Lor. Kompres dingin atau *cold therapy* merupakan modalitas terapi fisik yang menggunakan sifat fisik dingin untuk terapi berbagai kondisi, termasuk pada nyeri luka perineum. Untuk mengetahui keefektifan pemberian kompres dingin pada ibu post partum dengan ketidaknyamanan nyeri luka perineum. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan responden ibu melahirkan dengan luka perineum hari ke 2. Menggunakan 3 instrumen yaitu lembar observasi, lembar wawancara dan format pengkajian Gordon. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tlahab Lor selama 3 hari dari tanggal 30 April-2 Mei 2023. Setelah dilakukan tindakan selama 3 hari, nyeri luka perineum berkurang. Skala nyeri sebelum dilakukan kompres dingin 6, setelah diberikan kompres dingin menjadi 2. Pemberian kompres dingin pada ibu dengan luka perineum efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan nyeri.

Kata kunci : Kompres Dingin, Nyeri, Luka Perineum

PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperium*) dimulai sesaat sesudah terlahirnya plasenta, hingga 6 minggu setelah lahir. Periode kehamilan diawali sesudah terlahirnya plasenta dan berakhir masa organ-organ rahim seperti kondisi sebelum hamil, yang berproses sekitar 6 minggu (Marmi, 2017).

Kejadian luka perineum dari data WHO (*World Health Organization*) pada ibu bersalin di dunia terdapat 2,7 juta kasus, dimana angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Amerika ada 26 juta ibu bersalin yang mengalami luka perineum. Di Asia luka perineum juga merupakan masalah yang cukup banyak dalam masyarakat, 50% mengalami luka perineum di dunia terjadi di Asia. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami luka perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% sedangkan pada ibu bersalin usia 32-39 tahun sebesar 62%. Luka perineum menjadi penyebab perdarahan ibu postpartum. Perdarahan postpartum menjadi penyebab utama 40% kematian ibu di Indonesia (Triyanti dkk, 2017).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 28 Oktober 2022 di Puskesmas Karangreja didapatkan data sejumlah 234 ibu bersalin, serta pada bulan Januari sampai September 2022 didapatkan sejumlah 47 diantaranya berasal dari desa Tlahab Lor.

Salah satu permasalahan yang muncul dalam persalinan adalah terjadinya perlukaan pada jalan lahir atau robekan perineum. Robekan perineum terjadi pada hampir seluruh persalinan pervaginam baik itu robekan yang disengaja dengan episiotomi atau spontan akibat persalinan, Robekan perineum ada yang butuh tindakan penjahitan dan ada yang tidak. Robekan perineum merupakan robeknya organ genital wanita yang umumnya terjadi saat melahirkan, umumnya terjadi di garis tengah dan bisa menjadi lebar apabila kepala janin lahir terlalu cepat (Fatimah dan Lestari, 2019).

Ibu nifas yang tidak nyaman adalah jenis ibu yang merasakan nyeri akibat jahitan perineum sebelum dan sesudah prosedur. 38% ibu melaporkan peningkatan nyeri perineum pada hari ketujuh pascapersalinan, 60% ibu yang pertama kali terjadi robekan perineum tahap 2, serta 91% terjadi robekan tahap 3 dan 4. Dari 241 ibu nifas yang mengalami nyeri perineum, 173 diantaranya 92% ibu nifas yang mengeluh nyeri perineum di hari pertama (Rosmiyati, 2016).

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. Kompres dingin adalah suatu metode dalam penggunaan suhu rendah setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Aplikasi kompres dingin adalah mengurangi aliran darah ke suatu bagian dan mengurangi perdarahan serta edema. Diperkirakan bahwa terapi dingin menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Mekanisme lain yang mungkin bekerja adalah bahwa persepsi dingin menjadi dominan dan mengurangi persepsi nyeri (Permatasari, 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pemberian Kompres Dingin pada Ny. A dengan Ketidaknyamanan Nyeri Luka Perineum di PKD Tlahab Lor.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian studi kasus dengan teknik riset narasi. Subjek studi kasus ini sesuai dengan kriteria inklusi berupa ibu *pasca partum* yang mengalami nyeri (nyeri lemah, nyeri sedang, nyeri kuat, nyeri sangat kuat), dalam masa nifas 1x24 jam, mengalami riwayat persalinan primipara. kriteria eksklusi ibu dalam keadaan tidak sadar dan memiliki komplikasi. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu Strategi pemilahan data untuk mendapatkan informasi penting dan tepat untuk studi situasi ini, pencipta melibatkan prosedur pemilahan informasi sebagai pertemuan dan persepsi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Implementasi Kompres Dingin

Tanggal/ Jam	Implementasi Keperawatan	Respon Pasien
30 April 2023 11.00 WIB	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan kompres dingin 2. Menjelaskan strategi untuk meredakan nyeri 3. Berkolaborasi dalam pemberian analgetik (asam mefenamat) 4. Berkolaborasi dengan keluarga dalam pemberian kompres dingin 	<p>DS :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Keluarga bersedia untuk berkolaborasi dalam pemberian kompres dingin <p>DO :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Klien tampak meminum analgetik 2. Wajah tampak meringis saat menahan nyeri 3. Klien tampak lemah
1 Mei 2023 10.00 WIB	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri 3. Memonitor keberhasilan pemberian kompres dingin 4. Memonitor TTV 5. Berkolaborasi dalam pemberian analgetik (asam mefenamat) 	<p>DS :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nyeri di area perineum sudah berkurang, skala nyeri 4, dengan frekuensi nyeri hilang timbul <p>DO :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tampak lebih rileks 2. TD : 125/85 mmHg 3. Nadi : 88x/menit 4. Suhu : 36,4°C 5. RR : 20x/menit
2 Mei 2023 10.00 WIB	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri 2. Memonitor keberhasilan pemberian kompres dingin 3. Memonitor TTV 4. Berkolaborasi dalam pemberian analgetik (asam mefenamat) 	<p>DS :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sudah tidak nyeri di area luka perineum karena sudah diberi kompres dingin, skala nyeri 2 <p>DO :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tampak lebih rileks 2. Keadaan umum baik 3. Tampak meminum analgetik sesuai yang diajurkan 4. TD : 120/80 mmHg 5. Nadi : 85x/menit 6. Suhu : 36,6°C 7. RR : 20x/menit

Dari hasil pengkajian yang telah dilakukan pada Ny. A didapatkan data yaitu klien mengatakan nyeri seperti tersayat-sayat dibagian perineum akibat jahitan, di sertai rasa panas, perih, dengan skala nyeri 7, frekuensi nyeri hilang timbul, pemeriksaan tanda-tanda vital , tekanan darah 130/80 mmHg, nadi 90x/menit, suhu 36,5°C dan frekuensi pernapasan 20x/menit. Berdasarkan masalah tersebut, penulis memberikan kompres dingin selama 3 hari. Setelah dilakukan pemberian kompres dingin selama 3 hari didapatkan hasil yaitu klien sudah tidak mengalami nyeri di area perineum, klien tampak lebih rileks dan tenang, keadaan umum baik, tekanan darah 120/80 mmHg, nadi 85x/menit, suhu 36,6°C dan frekuensi pernapasan 20x/menit.

Persalinan bisa menimbulkan luka dalam area perineum maka membuat ketidaknyamanan paska persalinan akibat nyeri di luka jahitan perineum. Ketidaknyamanan post persalinan adalah rasa ketidaknyamanan yang berkaitan dengan keadaan sesudah persalinan (Suryandari, 2019).

Ketidaknyamanan paska persalinan terjadi akibat adanya tekanan perineum semasa persalinan serta melahirkan, pengerutan rahim, pemulihan bentuk rahim ke bentuk awal, payudara membengkak di mana alveoli sudah terdapat air susu, kurangnya dorongan orang terdekat serta perawatan kesehatan, posisi duduk yang salah serta efek dari kebiasaan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

Robekan perineum adalah robekan yang terjadi pada saat bayi lahir secara spontan maupun dengan alat atau tindakan. Robekan perineum biasanya terjadi di garis tengah dan dapat menjadi luas jika kepala janin lahir terlalu cepat (Fatimah dan Lestari, 2019).

Penatalaksanaan nyeri dibagi menjadi dua prosedur yakni dengan farmakologis dan non-farmakologis. Prosedur non-farmakologis perlu dilakukan dan dikembangkan karena tidak memiliki efek samping, sederhana serta nyaman bagi ibu seperti dengan melakukan pemberian kompres air dingin. Penerapan kompres dingin adalah salah satu pemberian stimulasi kulit dengan memanfaatkan suhu. Kompres dingin bekerja dengan memblok transmisi stimulus nyeri sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit (Permatasari, 2021).

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 (Saleng, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Permatasari (2021) yang menyatakan 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. Terapi dingin menimbulkan efek analgetik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Mekanisme lain yang mungkin bekerja adalah bahwa persepsi dingin menjadi dominan dan mengurangi nyeri. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres dingin selama 3 hari dapat mengurangi nyeri pada ibu post partum dengan luka perineum.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian kompres dingin pada ibu *post partum* terbukti efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan nyeri akibat luka jahitan di perineum. Kompres dingin merupakan penatalaksanaan secara non farmakologi yang disarankan untuk mengurangi nyeri akibat luka jahitan di perineum.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatimah dan Lestari, P. 2019. Pijat Perineum; Mengurangi Ruptur Perineum untuk Kalangan Umum, Ibu hamil, dan Mahasiswa Kesehatan. Pustaka Baru Press. Yogyakarta*
- Marmi. 2017. Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas “Peurperium Care.” Yogyakarta: Pustaka Pelajar.*
- Permatasari, W. 2021. Efektivitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum. Politeknik Yakpermas Banyumas.*
- Rosmiyati. 2016. Pengaruh terapi musik klasik terhadap nyeri jahitan perineum pada Ibu nifas Teluk Betung Bandar Lampung. Jurnal Kebidanan. Vol 3, No 1, Januari 2017 : 50-56*
- Saleng, A. 2020. Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui. Bogor: In Media.*
- Suryandari. G, 2019. Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Normal Dengan Ketidaknyamanan Pasca Partum di RSD Denpasar. Repository. Poltekes.Denpasar.ac.id*
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. 2016. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.*
- Triyanti, D., Ningsih, S. S., Anesty, T. D., & Rohmawati, S. 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin Di Bpm Fauziah Hatta Palembang Tahun 2017. Masker Medika, 5(1), 152–159.*