

The Application of Cold Compresses in Reducing Pain in Spontaneous Postpartum with Episiotomy in The Gayatri Room of Wijayakusuma Purwokerto Hospital

Penerapan Kompres Dingin dalam Mengurangi Nyeri pada Post Partum Spontan dengan Episiotomi di Ruang Gayatri RST Wijayakusuma Purwokerto

Bani Apriyandi¹, Damar Printinasari^{2*}, Siti Haniyah³
^{1,2,3} Universitas Harapan Bangsa, Indonesia
*Corresponding Author: damarprint08@gmail.com

Received: 27 Juni 2023; Revised: 28 Juni 2023; Accepted: 29 Juni 2023

ABSTRACT

Attempt to reduce pain and discomfort in mothers after postpartum and experience pain due to perineal injuries, one of which is the non-pharmacological method of cold compresses which is simple and easy to do. Applying cold compresses is a form of skin stimulation by utilizing temperature. Cold compresses provide the advantage of reducing blood flow to the wound area, this can reduce the risk of bleeding and edema. The cold compress method has not been carried out at the research site to motivate the authors to conduct research. The purpose of this study was to determine the effect of cold compresses on non-pharmacological therapy in postpartum patients with perineal wounds. This research method uses a case study design with a nursing process approach. Researchers used the nursing process approach from assessment to evaluation. The results of the study showed that cold compresses were effective in reducing the sensation of pain. Supported by evaluation results and previous research. The conclusion of this study after nursing intervention was carried out on Mrs. F, it can be concluded that non-pharmacological therapy using cold compresses can reduce postpartum pain responses with perineal wounds

Keyword: *Postpartum, Episiotomy, Pain, Cold Compress.*

ABSTRAK

Usaha mengurangi nyeri dan kondisi tidak nyaman pada ibu setelah post partum dan mengalami nyeri akibat luka bagian perineum salah satunya dengan metode non farmakologi kompres dingin yang sederhana dan mudah dilakukan. Pemberian kompres dingin adalah bentuk pemberian stimulasi kulit dengan memanfaatkan suhu. Kompres dingin memberi keunggulan berupa pengurangan aliran darah ke daerah luka, hal ini mampu mengurangi risiko perdarahan dan oedema. Metode kompres dingin belum dilakukan di tempat penelitian menjadi motivasi penulis untuk melakukan penelitian. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efek pemberian terapi nonfarmakologi kompres dingin pada pasien postpartum dengan luka perineum. Metode penelitian ini menggunakan desain rancangan studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Peneliti menggunakan pendekatan proses keperawatan dari pengkajian hingga evaluasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres dingin efektif untuk mengurangi sensasi nyeri. Didukung dengan hasil evaluasi dan penelitian sebelumnya. Kesimpulan dari penelitian ini setelah dilakukan intervensi keperawatan dapat disimpulkan bahwa terapi nonfarmakologis metode kompres dingin dapat mengurangi respon nyeri postpartum dengan luka perineum.

Kata Kunci : *Postpartum, Episiotomi, Nyeri, Kompres Dingin.*

LATAR BELAKANG

Post Partum atau masa nifas adalah masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Ary Sulistyawati, 2019).

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan atau bersifat negatif, dan berbeda setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya (Uliyah, & Hidayat, 2014: 115). Luka robekan perineum adalah luka pada daerah perineum yang disebabkan oleh tindakan episiotomi, ataupun terjadi karena regangan jalan lahir yang berlebih-lebihan (Prawirohardjo, 2011: 328). Luka pada perineum dapat mengakibatkan perih bila buang air kecil, dengan demikian akan mengakibatkan perasaan tidak nyaman bagi ibu yaitu nyeri, menghambat mobilisasi, takut buang air kecil dan buang air besar, dan juga dapat mengganggu ikatan ibu dan bayi selama masa postpartum (Kusumaningsih, 2014: 2).

Kompres dingin dapat dilakukan menjadi strategi untuk menurunkan nyeri yang efektif pada beberapa kondisi, kompres dingin yang diberikan di area cedera atau trauma dapat menimbulkan respons sistemik dan respon lokal. Kompres dingin membuat daerah yang nyeri menjadi kebas (mati rasa) dan mengkonstriksi pembuluh darah. Kompres dingin juga memperlambat transmisi impuls nyeri di sepanjang alur saraf dan direkomendasikan untuk nyeri akut sebab dingin dapat menembus 2-3x lebih dalam dari pada panas. Dingin biasa digunakan 20-30 menit atau lebih lama, waktu efektif yang minimal adalah 5-10 menit. Jika dingin untuk meredakan nyeri akan lebih efektif dibandingkan panas sebab dingin meredakan lebih banyak nyeri dengan tingkat yang lebih cepat (Wiyani, 2018).

Ruang nifas di RST Wijayakusuma belum menerapkan terapi non farmakologi metode kompres dingin pada ibu pospartum dengan luka perineum. Kompres dingin membantu untuk meningkatkan penyembuhan luka perineum dan mengurangi sensasi nyeri. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian (Rismawati, 2019) kompres dingin berpengaruh pada tingkat nyeri luka perineum. Nyeri yang dirasakan ibu nifas ini sangat wajar tetapi apabila dibiarkan dan tidak ditangani mampu menimbulkan peningkatan rasa sakit. Sesuai dengan terapi non farmakologi sebagai metode pengurangan rasa nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Penatalaksanaan untuk mengatasi nyeri yang dapat dilakukan oleh perawat adalah dengan melakukan manajemen nyeri. Beberapa teknik manajemen nyeri yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan observasi nyeri (PQRST), memberikan

teknik norfarmakologi seperti melakukan terapi pijat, relaksasi nafas dalam, imajinasi terbimbing, kompres hangat, berkolaborasi dalam pemberian analgesik jika dirasa diperlukan oleh pasien (Tim Pokja SIKI, 2018). Pemberian terapi non farmakologis dapat menurunkan rasa nyeri tergantung dari durasi lama pemberian, pemberi terapi dan keparahan dari penyakit (Nurmalisa, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui asuhan keperawatan dan intervensi yang sesuai pada pasien post partum dengan luka perineum.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan studi kasus bidang keperawatan. Sampel yang digunakan adalah Ny F post partum spontan dengan luka episiotomi. Peneliti melakukan proses pengumpulan data dengan wawancara, observasi dan melakukan studi dokumentasi. Subjek studi kasus adalah Ny. F diagnosa post partum spontan dengan luka episiotomi Pendekatan proses keperawatan dilakukan dengan tahapan awal melakukan pengkajian guna mendapatkan serta mengumpulkan data dari pasien maupun keluarga atau orang terdekat pasien. Penyajian data merupakan salah satu kegiatan dalam pembuatan laporan hasil penelitian yang telah dilakukan agar data yang telah dikumpulkan dapat dipahami dan dianalisis

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengelolaan yang telah dilakukan selama 3x24 jam dalam proses asuhan keperawatan mulai dari pengkajian hingga evaluasi. Tahap awal yang penulis lakukan adalah melakukan pengkajian kepada pasien meliputi identitas pasien, riwayat penyakit dahulu, dan faktor penyebab masalah kesehatan pasien yang menjadi keluhan sekarang. Masalah prioritas yang dialami pasien saat ini adalah nyeri akut pada luka episiotomi.

Pada pengkajian nyeri PQRST ditemukan data *Provoking Incident* yaitu Ny F merasakan nyeri bertambah saat bergerak, *Quality* yaitu nyeri seperti ditusuk tusuk, *Region* yaitu nyeri pada luka laserasi perineum, *Severity* yaitu pada skala 5, *Times* nyeri hilang timbul. Genitalia dan anus yaitu perineum terdapat luka laserasi perineum dan terasa nyeri.

Berdasarkan pengelompokan data hasil pengkajian, didapatkan diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik. Peneliti menetapkan setelah dilakukan tindakan 3 kali 24 jam nyeri yang dirasakan oleh Ny F dapat teratasi dengan kriteria hasil keluhan nyeri, ekspresi muka meringis dan kegelisahan berkurang (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2018). Tindakan yang dilakukan dengan manajemen nyeri seperti mengidentifikasi lokasi, durasi, frekuensi, intensitas nyeri, skala dan mengidentifikasi faktor yang dapat memperberat atau meringankan nyeri. Perawat melakukan terapi nonfarmakologi metode kompres dingin kepada pasien dengan tujuan untuk mengidentifikasi keefektifan penerapan kompres dingin pada pasien postpartum dengan luka perineum.

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan pada Ny F selama 3x8 jam didapatkan hasil yaitu setelah dilakukan tindakan terapi kompres dingin pasien mengatakan merasa lebih rileks dan tenang karena nyeri berangsur menghilang. Skala nyeri yang awalnya skala 6 setelah dilakukan tindakan kompres dingin berkurang menjadi skala 2.

Kompres dingin bekerja menstimulasi permukaan kulit untuk mengontrol nyeri. Kompres dingin yang diberikan akan mempengaruhi implus yang dibawa oleh serabut taktil A-Beta untuk lebih mendominasi sehingga gerbang akan menutup dan implus nyeri 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 pasien dapat berkurang (Nurchairiah, 2018).

Masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencidera fisik prosedur laserasi perineum dapat teratasi dengan terapi kompres dingin sejalan dengan penelitian Anggraeni (2020) kompres dingin dilakukan selama 3 hari berturut-turut, dilakukan penerapan teknik nafas dalam klien mengatakan nyeri berkurang hanya sebentar berkisar waktu 1 jam sedangkan setelah dilakukan terapi kompres dingin selama 3 hari berturut-turut selama 15 menit sebanyak 3x klien mengatakan nyeri berkurang dan dapat dilihat ekspresi klien terlihat rileks dan nyaman saat diberikan terapi kompres dingin.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Saleng (2020) terapi kompres dingin diterapkan pada 30 responden, sebelum dilaksanakan terapi diketahui 5 responden diantaranya mengeluh nyeri berat, dan 25 lainnya nyeri sedang hingga ringan. Setelah dilakukan terapi non farmakologi kompres dingin menggunakan ice

pack diketahui dari 30 responden, sebanyak 0 % responden yang mengalami nyeri sangat ringan menjadi 11 responden (36,7%) setelah kompres dingin, nyeri ringan sebanyak 15 responden (50,0%) menjadi 13 responden (43,3%), nyeri sedang sebanyak 10 responden (33,3%) menjadi 6 responden (20,0%), nyeri berat sebanyak 5 responden (16,7 %) menjadi 0 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi non farmakologis terapi kompres dingin dengan sensasi nyeri pada pasien.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiyani (2018) tentang efektivitas kompres dingin untuk mengurangi laserasi nyeri perineum pada primipara di Magelang menunjukkan hasil bahwa, kompres dingin lebih efektif dalam mengurangi lecet dan nyeri luka perineum pada primipara. Kompres dingin membuat daerah yang nyeri menjadi kebas (mati rasa) dan mengkonstriksi pembuluh darah. Dingin juga memperlambat transmisi impuls nyeri di sepanjang alur saraf dan direkomendasikan untuk nyeri akut sebab dingin dapat menembus 2-3x lebih dalam dari pada panas. Dingin biasa digunakan 20 menit atau lebih lama, waktu efektif yang minimal adalah 5-10 menit. Jika dingin untuk meredakan nyeri akan lebih efektif dibandingkan panas sebab dingin meredakan lebih banyak nyeri dengan tingkat yang lebih cepat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Francisco (2018) hasil eksperimen penerapan terapi non farmakologi kompres dingin pada 70 responden post partum 6-24jam persalinan yang mengalami luka pada perineum, dibagi menjadi dua kelompok, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah penerapan terapi non farmakologis kompres dingin pada kelompok eksperimen ketika diterapkan selama sepuluh menit ke perineum, kompres es memberikan penghilang rasa sakit yang efektif yang dipertahankan hingga 2 jam. Sedangkan pada kelompok kontrol setelah efek obat farmakologi penghilang nyeri habis, nyeri pada luka perineum meningkat. Hasil dari eksperimen tersebut menunjukkan terapi non farmakologi kompres dingin efektif untuk mengurangi sensasi nyeri pada luka perineum.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, intervensi, implementasi sampai evaluasi dilakukan untuk mencapai tujuan yaitu mengurangi keluhan nyeri pasien. Penulis melakukan evaluasi untuk mengetahui dan memantau perkembangan

serta menilai keberhasilan tindakan pemberian kompres dingin untuk mengurangi nyeri pada Ny. F. Adanya pengaruh terapi kompres dingin terhadap tingkat nyeri pada Ny F dengan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencidera fisik pada kasus pasien Post Partum Di Ruang Gayatri RST Wijayakusuma Purwokerto. Dibuktikan dengan adanya penurunan skala nyeri dari skala awal sebelum tindakan terapi kompres dingin yaitu 6 dan setelah dilakukan tindakan terapi kompres dingin menjadi skala 2.

Saran

Pasien post partum spontan dengan episiotomi diharapkan dapat melakukan penatalaksanaan manajemen nyeri dengan pemberian kompres dingin untuk mempercepat pemulihan, mengonsumsi makanan yang tinggi protein serta menjaga kebersihan luka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ary, Sulistyawati, Esty Nugraheny. (2019). Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin. Jakarta: Salemba Medika.
- Aspiani, Reni Yuli. (2017). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Maternitas. Jakarta: Trans Info Media
- Azzah, I., Setyarini, A. I., & Mediawati, M. (2022). Kompres Dingin pada Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas: Studi Literatur. Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 12(4), 591-604.
- Francisco, A. A., De Oliveira, S. M. J. V., Steen, M., Nobre, M. R. C., & De Souza, E. V. (2018). Ice pack induced perineal analgesia after spontaneous vaginal birth: Randomized controlled trial. *Women and Birth*, 31(5), e334–e340. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.12.011>
- Ilma, A. M. (2017). Asuhan Keperawatan Pada Klien Ny.M Dengan Haemorigic Post Partum Di Ruang Rawat Inap Kebidanan RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2017.
- Judha, M., Sudarti., & Fauziah, A. (2012). Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kristiyan, A., Purnomo, H. D., & Ropyanto, C. B. (2019). Pengaruh Kompres Dingin dalam Penurunan Nyeri Pasien Post Percutaneous Coronary Intervention (PCI). *Journal of Holistic Nursing and Health Science* 2019, 2.
- Maritalia D, (2018). Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: 55167
- Masriroh, Siti. (2013). Keperawatan obstetri. Jakarta : EGC.
- Murkoff, Heidi (2017). Kehamilan Apa yang Anda Hadapi Bulan per Bulan. Jakarta: Arcan

- Nurarif, A. H. & Kusuma, H. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc Edisi Revisi Jilid 1. Jogjakarta: MediAction.
- Nurlely, P.S. (2016). Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Pada Asuhan Keperawatan Post Partum Ny. D Di Ruang Nifas Puskesmas Sibela Mojosongo. Surakarta.
- Purwaningsih, S., Widyawati, & Artanti, W. (2006). Evaluasi Pelaksanaa Perawatan Luka Jahitan Perineum pada Ibu Post Partum Di Unit Kebidanan, 1(2), 98–102.
- Rahmatullah, Irfan. (2016). 9 Bulan Dibuat Penuh Cinta Dibuai Penuh Harapan: Menjalani Kehamilan & Persalinan Yang Sehat. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Ratih, R. H. (2020). Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas tentang Perawatan Luka Perineum. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 34-43.
- Redeer, S. (2011). Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi, dan keluarga . Jakarta : (E.A.Mardella,Ed) , 2011
- Rismawati. (2019). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Di Rskdia Pertiwi Makassar 2017 [Preprint]. INA-Rxiv. <https://doi.org/10.31227/osf.io/kpuq3>
- Saleng, H. (2020). Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Ibu Post Partun di RSKDIA Pertiwi. 9(1), 7.
- Solehati, Tetti dan Cecep Eli Kosasih., (2015). Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Tri Utami & Ganik Sakitri. (2020). Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Hemoroidektomi Di Rsud Simo Boyolali: Studi Kasus. *Intan Husada Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 1–8. <https://doi.org/10.52236/ih.v8i1.169>
- Walyani, E. S. (2015). Asuhan Kebidanan pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Wenniarti, Muharyani, P. W., & Jaji. (2016). Pengaruh Terapi Ice Pack terhadap Perubahan Skala Nyeri pada Ibu Post Episiotomi, 3(1), 377–382.
- Wiyani, R. (2018). Efektivitas Kompres Dingin Terhadap Lama Penyembuhan Luka Rupture Perineum Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan STIKES Darul Azhar Batulicin*, 5(1).
- Wulandari, P., Menik, K., & Khusnul, A. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 2(1), 33-49.
- Zakiyah, A. (2015). Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti. Jakarta : s.n., 2015