

## PENGARUH KOMPRES DINGIN TERHADAP PENGURANGAN NYERI LUKA PERINIUM PADA IBU NIFAS

Faulia Mauluddina<sup>1</sup>, Veradilla<sup>2</sup>, Reni Saswita<sup>3</sup>, Ria Gustiani<sup>4</sup>, Rini<sup>5</sup>

Prodi DIII Kebidanan STIKES Mitra Adiguna

Jl. Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang

Email : faulia.mauluddina@gmail.com<sup>1</sup>, veradilla90@gmail.com<sup>2</sup>, rswita@gmail.com<sup>3</sup>, rgustiani@gmail.com<sup>4</sup>

### Abstrak

Data WHO (2019) menyebutkan bahwa angka kejadian rupture perineum di Indonesia adalah 67,2%, meningkat dari tahun sebelumnya yaitu 60% pada tahun 2019 dengan kejadian infeksi puerperium 7%. Faktor penyebab kematian ibu diantaranya adalah infeksi paska persalinan. Salah satu teknik non farmakologi dalam mengatasi nyeri luka perineum adalah dengan melakukan kompres dingin. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum pada ibu nifas. Metode penelitian menggunakan desain *quasy eksperimen one group pretest and post test*. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu nifas yang mengalami luka perineum di BPM Soraya Palembang dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Hasil penelitian didapatkan rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin adalah 7,30 dan rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan kompres dingin adalah 4,63. Hasil uji statistik didapatkan ada pengaruh kompres dingin untuk menurunkan skala nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Soraya Palembang tahun 2022 dengan nilai signifikan sebesar 0,000. Saran diharapkan kepada petugas kesehatan di BPM Soraya Palembang, dapat meningkatkan pelayanan kepada ibu nifas khususnya ibu yang mengalami nyeri luka perineum. Selain menggunakan pengobatan farmakologi yang telah diterapkan selama ini diharapkan petugas dapat menggunakan alternatif pengobatan non farmakologi seperti memberikan kompres dingin.

**Kata Kunci** : Luka Perineum, Kompres Dingin

### Abstract

WHO data (2019) states that the incidence of perineal rupture in Indonesia is 67.2%, an increase from the previous year, namely 60% in 2019 with an incidence of puerperium infection of 7%. Factors causing maternal death include postpartum infections. One non-pharmacological technique for treating perineal wound pain is to apply a cold compress. The aim of the research was to determine the effect of cold compresses on reducing perineal wound pain in postpartum mothers. The research method uses a quasi-experimental design, one group pretest and posttest. The population in this study were all postpartum mothers who experienced perineal wounds at BPM Soraya Palembang with a sample size of 30 respondents. The research results showed that the average perineal wound pain in postpartum mothers before being given cold compress therapy was 7.30 and the average perineal wound pain in postpartum mothers after being given cold compresses was 4.63. The statistical test results showed that there was an effect of cold compresses in reducing the pain scale of perineal wounds in postpartum mothers at BPM Soraya Palembang in 2022 with a significant value of 0.000. It is hoped that suggestions from health workers at BPM Soraya Palembang will improve services for postpartum mothers, especially mothers who experience perineal wound pain. Apart from using the pharmacological treatment that has been applied so far, it is hoped that officers can use alternative non-pharmacological treatment such as giving cold compresses.

**Keyword** : Perineal Wounds, Cold Compress

## PENDAHULUAN

Masa nifas (puerperium) merupakan masa setelah keluarnya plasenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas berlangsung selama 6 minggu. Hal yang sering kali di alami oleh ibu nifas adalah luka pada daerah perineum yang terjadi pada waktu proses persalinan (Dolang, 2019). Masalah ibu melahirkan dengan luka perineum sampai saat ini masih perlu diperhatikan karena dapat menyebabkan disfungsi organ reproduksi wanita, sebagai sumber perdarahan dan jalan keluar masuknya infeksi yang kemudian menyebabkan kematian karena perdarahan atau sepsis (Wiyani, 2018)

Luka perineum di definisikan sebagai adanya robekan yang terjadi bisa karena robekan spontan atau pun tindakan episiotomi yang dapat menjadi masalah ginekolog dikemudian hari namun dapat diperbaiki setelah persalinan (Wiyani, 2018). Luka pada perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga terjadi pada persalinan berikutnya. Umumnya terjadi di garis tengah dan bisa meluas apabila persalinan terlalu cepat dan ukuran bayi yang besar (Dolang, 2019). Perawatan luka perineum adalah proses pemenuhan kebutuhan untuk menyetatkan daerah antara paha yang dibatasi vulva dan anus pada ibu yang dalam masa antara kelahiran plasenta sampai dengan kembalinya organ genetik seperti pada waktu sebelum hamil. Perawatan perineum yang tidak benar dapat mengakibatkan kondisi perineum yang terkena lokhea dan lembab sangat menunjang perkembangbiakan bakteri (Tulas, 2017)

Luka perineum dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik dan psikologis ibu post partum, sekitar 23-24% ibu post partum mengalami nyeri dan ketidaknyamanan selama 12 hari post partum. Setiap ibu yang mengalami proses persalinan yang mengalami luka pada perineum akan merasakan nyeri, baik luka yang dibuat

seperti episiotomi atau luka robekan spontan. Ketidaknyamanan dan nyeri yang dialami ibu post partum akibat robekan perineum biasanya ibu takut untuk bergerak setelah persalinan. Bahkan nyeri akan berpengaruh terhadap 2 mobilisasi, pola istirahat, pola makan, psikologis ibu, kemampuan untuk buang air besar atau buang air kecil, aktivitas sehari-hari dalam hal menyusui dan mengurus bayi (Susilowati, 2019).

Berdasarkan WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2018 AKI (Angka Kematian Ibu) angka kematian ibu di Dunia sebesar 304.000. WHO memperkirakan ada 500.000 kematian ibu melahirkan di seluruh dunia setiap tahunnya. Penyumbang terbesar angka kematian ibu merupakan negara berkembang dengan 280 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup, jika dibandingkan dengan angka kematian ibu (AKI) di negara maju yaitu 14 kematian ibu per 100.00 kelahiran hidup. Angka kematian ibu di Dunia menurun sekitar 44% dibandingkan dengan tahun 2018. Data dari WHO (2019) menyebutkan bahwa angka kejadian rupture pereneium di Indonesia adalah 67,2%, meningkat dari tahun sebelumnya yaitu 60% pada tahun 2019 dengan kejadian infeksi puerpurium 7% (WHO 2019).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia sampai saat ini masih cukup tinggi, Indonesia sebagai negara berkembang yang mempunyai AKI lebih tinggi di banding negara-negara ASEAN lainnya. Berdasarkan hasil Survey Demografi Dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2018 angka kematian ibu di Indonesia tercatat mengalami kenaikan yang signifikan yaitu sekitar 358/100.000 kelahiran hidup jika dibandingkan dengan hasil Demografi Dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2019 AKI sebesar 238/100.000 kelahiran hidup. AKI kembali menunjukkan penurunan pada tahun 2018 menjadi 306 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup

berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS). Banyak faktor penyebab kematian ibu diantaranya adalah infeksi. Menurut Depkes RI, 2017 infeksi pada masa nifas menyokong tingginya mortalitas dan morbiditas maternal di Indonesia yaitu sekitar 38 % dari jumlah ibu post partum. Kejadian infeksi nifas di Indonesia memberikan kontribusi 10% penyebab langsung obstetrik dan 8% dari semua kematian ibu, selain itu penyebab AKI di Indonesia diantaranya perdarahan nifas sekitar 26,9%, infeksi termasuk infeksi luka rupture perineum 11%, komplikasi puerpurium 8%, dan penyebab tidak langsung 10,9% (Depkes, 2019).

Menurut badan pusat statistic persentase ibu nifas di provinsi Sumatra selatan kota Palembang pada tahun 2021 sebanyak 82,92% ibu nifas dengan luka perenium (Dinkes Sumatra selatan 2021).

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri, baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode non farmakologi. Namun, metode farmakologi berpotensi memberikan efek samping bagi ibu seperti memberikan analgetic asam mefenamat yang dapat menyebabkan nyeri pada lambung ibu. Penanganan nyeri secara farmakologi beresiko juga bagi bayi karena masuk ke dalam peredaran darah yang terkumpul pada air susu ibu seperti reaksi alergi dan diare pada bayi (Susilawati, 2019). Mengingat permasalahan yang dapat timbul dari efek farmakologi maka perlu dilakukan penanganan dengan mengembangkan metode non farmakologi yang tidak memiliki efek samping, simple dan nyaman untuk ibu seperti dengan melakukan kompres dingin. Kompres dingin dapat mengurangi aliran darah ke daerah perineum sehingga mencegah terjadinya perdarahan, mengurangi rasa nyeri dan mencegah terjadinya oedema (Dolang, 2019).

Terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri antara lain distraksi, biofeedback, hypnosis diri, stimulasi kutaneus, dan pemberian kompres dingin, serta message. Salah satu metode non farmakologi pilihan yang paling sederhana yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan ketidaknyamanan terutama ibu post partum dengan nyeri luka perineum adalah dengan menerapkan penggunaan kompres dingin. Kompres dingin merupakan salah satu bentuk pemberian stimulasi kutaneus dengan pemanfaatan suhu. Luka perineum rata-rata mengalami nyeri dan takut untuk mobilisasi dini, untuk mengatasi hal tersebut diberikan terapi kompres dingin. Kompres dingin akan menyebabkan ibu post partum merasa nyaman, karena efek analgetik dari kompres dingin yang menurunkan kecepatan hantaran syaraf sehingga impuls nyeri yang 4 sampai ke otak lebih sedikit sehingga menurunkan sensasi nyeri yang dirasakan (Susilawati, 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh di tempat penelitian BPM Soraya Kota Palembang, Tahun 2019 ibu nifas yang mengalami luka perineum di BPM Soraya berjumlah 20 orang pada Tahun 2020 ibu nifas berjumlah 28 yang mengalami nyeri luka perineum di BPM Soraya pada Tahun 2021 ibu nifas berjumlah 30 yang mengalami luka perineum.

Berdasarkan uraian diatas maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas”.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasy eksperimen one group pretest and post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang mengalami luka perineum di BPM Soraya Palembang dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden yang

diambil menggunakan metode *purposive sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi-square* ( $\chi^2$ ) dengan taraf signifikat ( $\alpha$ )-0,05.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

#### 1. Pendidikan

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1**  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan DiBPM Soraya Palembang Tahun 2022

No	Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
1.	SD	2	6,7
2.	SMP	6	20
3.	SMA	14	46,7
4.	Diploma	2	6,7
5.	S1	6	20
	Jmlah	30	100

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 14 responden (46,7%), SMP sebanyak 6 responden (20%), S1 sebanyak 6 responden (20%), SD sebanyak 2 responden (6,7%) dan Diploma sebanyak 2 responden (6,7%).

#### 2. Umur

Karakteristik responden berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 2**  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur diBPM Soraya Palembang tahun 2022

No	Umur	Jumlah	Persentase (%)
1.	20-25 tahun	5	16,7
2.	26-30 tahun	10	33,3
3.	31-35 tahun	8	26,7
4.	36-40 tahun	5	16,7
5.	> 40 tahun	2	6,7
	Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi

sebagian besar responden berusia antara 26-30 tahun sebanyak 10 responden (33,3%), usia 31-35 sebanyak 8 responden (26,7%), usia 20-25 tahun sebanyak 5 responden (16,7%), usia 36-40 tahun sebanyak 5 responden (16,7%), dan usia > 40 tahun sebanyak 2 responden (6,7%).

### Analisis Univariat

#### 1. Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Diberikan Terapi Kompres Dingin

**Tabel 3**  
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Diberikan Terapi Kompres Dingin di BPM Soraya Palembang Tahun 2022

Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Diberikan Kompres Dingin	Frekuensi	%
Nyeri Sedang	9	30
Nyeri Berat	21	70
Total	30	100

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin, sebagian besar responden mengalami nyeri berat sebanyak 21 responden (70%) sedangkan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 9 responden (30%) dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri ringan dan nyeri sangat berat.

#### 2. Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Terapi Kompres Dingin

**Tabel 4**  
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Terapi Kompres Dingin di BPM Soraya Palembang Tahun 2022

Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Kompres Dingin	Frekuensi	%
Nyeri Ringan	8	26,7
Nyeri Sedang	18	60
Nyeri Berat	4	13,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan terapi kompres dingin, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 18 responden (60%), responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 8 responden (26,7%), sedangkan responden yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 responden (13,3%) dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri sangat berat.

### Uji Normalitas

**Tabel 5**  
**Uji Normalitas Shapiro-Wilk**

No	Kelompok	Shapiro-Wilk		Keterangan
		Statistic	P. Value	
1.	Nyeri luka perineum sebelum diberikan kompres dingin	0,890	0,005	Tidak Normal
2.	Nyeri luka perineum setelah diberikan kompres dingin	0,923	0,032	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 5 diatas di ketahui bahwa nilai signifikasi skala nyeri otot luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan kompres dingin sebesar  $0,005 < 0,05$  dan skala nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan kompres dingin sebesar  $0,032 < 0,05$ . Nilai signifikasi yang didapat dari kedua perlakuan tersebut memiliki nilai signifikasi lebih kecil dari  $0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang di uji berdistribusi tidak normal.

### Analisis Bivariat

Analisa ini dilakukan terhadap intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan kompres dingin dan sesudah diberikan kompres dingin menggunakan uji statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian. Berhubung data intensitas nyeri luka perineum sebelum

dan setelah diberikan kompres dingin berdistribusi tidak normal maka analisa data yang digunakan menggunakan uji *Wilcoxon* dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  dimana ketentuannya adalah jika nilai *p value*  $> \alpha$  ( $0,05$ ) berarti tidak ada pengaruh dan jika *p value*  $\leq \alpha$  ( $0,05$ ) berarti ada pengaruh.

**Tabel 6**  
**Rata-Rata Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Dan Setelah Diberikan Kompres Dingin di BPM Soraya Palembang Tahun 2022**

Variabel	Mean	Min	Max	P value
Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Diberikan Kompres Dingin	7,30	5	9	0,000
Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Kompres Dingin	4,63	2	7	

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin adalah 7,30 dan rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan kompres dingin adalah 4,63. Karena nilai rata-rata nyeri luka perineum ibu nifas setelah diberikan kompres dingin lebih kecil dari pada rata-rata nyeri luka perineum ibu nifas sebelum diberikan kompres dingin sehingga dapat dinyatakan bahwa terapi kompres dingin efektif dalam menurunkan nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Berdasarkan tabel diatas berdasarkan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau (*p value* =  $0,000 < 0,05$ ) maka dapat dinyatakan ada pengaruh kompres dingin untuk menurunkan skala nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Soraya Palembang tahun 2022.

**Tabel 7**  
**Hasil Penurunan Skala Nyeri Luka**  
**Perineum Ibu Nifas**  
**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Intervensi - Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Intervensi	30 <sup>a</sup>	15.50	465.00
Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Intervensi > Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Intervensi	0 <sup>b</sup>	.00	.00
Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Intervensi = Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Intervensi	0 <sup>c</sup>		
Total	30		

- Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Intervensi < Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Intervensi
- Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Intervensi > Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Intervensi
- Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Setelah Intervensi = Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Sebelum Intervensi

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebanyak 30 responden mengalami penurunan skala nyeri dimana nyeri luka perineum setelah dilakukan kompres dingin lebih kecil dibandingkan dengan skala nyeri sebelum dilakukan kompres dingin.

### **Pembahasan**

#### **Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan didapatkan distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin, sebagian besar responden mengalami nyeri berat sebanyak 21 responden (70%) sedangkan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 9 responden (30%), dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri sangat berat dan nyeri ringan. Sedangkan intensitas nyeri luka perineum ibu nifas setelah diberikan terapi kompres dingin, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 18 responden (60%), responden yang

mengalami nyeri ringan sebanyak 8 responden (26,7%), sedangkan responden yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 responden (13,3%) dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri sangat berat.

Berdasarkan hasil analisis bivariat didapatkan bahwa rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin adalah 7,30 dan rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan kompres dingin adalah 4,63. Karena nilai rata-rata nyeri luka perineum ibu nifas setelah diberikan kompres dingin lebih kecil dari pada rata-rata nyeri luka perineum ibu nifas sebelum diberikan kompres dingin sehingga dapat dinyatakan bahwa terapi kompres dingin efektif dalam menurunkan nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau ( $p$  value = 0,000 < 0,05) maka dapat dinyatakan ada pengaruh kompres dingin untuk menurunkan skala nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Soraya Palembang tahun 2022.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Rahmawati (2018) yang berjudul pengaruh kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPS Siti Alfirdaus Kingking Kabupaten Tuban. Hasil penelitian didapatkan sebelum diberikan kompres dingin sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri sedang yaitu 12 (60%) dan tidak ada yang mengalami nyeri sangat berat (0%) dan sesudah diberikan kompres dingin yaitu dari ibu nifas yang mengalami nyeri sedang sebanyak 12 (60%) menjadi 4 (20%). Setelah dilakukan analisa data dengan menggunakan uji *Wilcoxon* yang menggunakan teknik *consecutive sampling*, didapatkan hasil ada pengaruh kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Penelitian serupa dilakukan Saleng (2020) yang berjudul kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum ibu post partum di RSKDIA Pertiwi. Berdasarkan hasil output *paired sample test* diperoleh nilai mean atau rata-rata = 0,833, nilai  $t$  hitung=8,601 dengan sig (2-tailed) atau nilai  $P=0,000$ . Nilai ini lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $P=0,000$ ) yang artinya ada pengaruh kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum pada ibu nifas.

Menurut Susilawati (2019), kompres dingin merupakan salah satu bentuk pemberian stimulasi kutaneus dengan pemanfaatan suhu. Luka perineum rata-rata mengalami nyeri dan takut untuk mobilisasi dini, untuk mengatasi hal tersebut diberikan terapi kompres dingin. Kompres dingin akan menyebabkan ibu post partum merasa nyaman, karena efek analgetik dari kompres dingin yang menurunkan kecepatan hantaran syaraf sehingga impuls nyeri yang 4 sampai ke otak lebih sedikit sehingga menurunkan sensasi nyeri yang dirasakan.

Hal ini sesuai dengan teori Potter & Perry dalam Putri (2018) yang menyatakan bahwa kompres dingin dapat menghilangkan nyeri. Teori ini menyatakan cara kerja dari kompres dingin adalah dengan pelepasan endorfin, sehingga memblok transmisi serabut saraf sensori A-beta yang lebih besar dan lebih cepat. Proses ini menurunkan transmisi nyeri melalui serabut C dan delta-A berdiameter kecil, sehingga gerbang sinap menutup transmisi impuls nyeri. Endorfin merupakan substansi seperti morfin yang diproduksi oleh tubuh (termasuk zat kimiawi endogen) dan mempunyai konsentrasi kuat dalam sistem saraf. Endorfin ini berfungsi sebagai inhibitor terhadap transmisi nyeri dengan memblok transmisi impuls otak dan medulla spinalis. Kompres dingin digunakan untuk meredakan nyeri dengan memperlambat kecepatan konduksi saraf, menyebabkan mati rasa dan bekerja

sebagai *counterirritant*. Pemberian tindakan aplikasi dingin dapat menurunkan nyeri dan meningkatkan penyembuhan. Aplikasi dingin berkaitan dengan melambatnya kemampuan saraf-saraf nyeri dalam menyalurkan rangsangan nyeri.

Hal serupa diungkapkan Nurchairiah (2014), yang menjelaskan bahwa 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.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas peneliti berasumsi 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.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di BPM Soraya Palembang, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin, sebagian besar responden mengalami nyeri berat sebanyak 21 responden (70%) sedangkan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 9 responden (30%), dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri sangat berat dan nyeri ringan.
2. Distribusi frekuensi intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan terapi kompres dingin, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 18 responden (60%), responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 8 responden (26,7%), sedangkan responden yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 responden (13,3%) dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri sangat berat.
3. Rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas sebelum diberikan terapi kompres dingin adalah 7,30 dan rata-rata nyeri luka perineum pada ibu nifas setelah diberikan kompres dingin adalah 4,63.
4. Ada pengaruh kompres dingin untuk menurunkan skala nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Soraya Palembang tahun 2022 dengan nilai signifikan sebesar 0,000.

### Saran

#### 1. Bagi Stikes Mitra Adiguna Palembang

Diharapkan dapat menambah literatur di perpustakaan STIKES Mitra Adiguna Palembang serta menjadikan terapi kompres dingin sebagai materi yang dapat diterapkan oleh mahasiswa kebidanan sebagai alternatif dalam perawatan luka perineum.

#### 2. Bagi BPM Soraya Palembang

Diharapkan kepada petugas kesehatan di BPM Soraya Palembang, dapat meningkatkan pelayanan kepada ibu nifas khususnya ibu yang mengalami nyeri luka perineum. Selain menggunakan pengobatan farmakologi yang telah diterapkan selama ini diharapkan petugas dapat menggunakan alternatif pengobatan non farmakologi seperti memberikan kompres dingin.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih banyak lagi, menggunakan metode yang berbeda serta menggunakan intervensi yang berbeda dalam mengatasi nyeri luka perineum seperti menggunakan intervensi relaksasi nafas dalam.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusun mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada Ibu Diana H. Soebyakto, M. Kes selaku Ketua STIKES Mitra Adiguna Palembang yang telah memberi dukungan **financial** terhadap penelitian ini. LPPM STIKES Mitra Adiguna Palembang yang telah memfasilitasi penelitian ini. Serta semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan, bantuan, bimbingan, saran dan kritik baik yang diberikan secara lisan maupun tertulis sehingga penelitian ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo. 2018. *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz. Appley
- Ardela. 2018. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- BPM Soraya. 2022. *Jumlah ibu nifas yang di rawat di BPM Soraya Palembang*
- Cunningham. 2017. *Obstetri Williamns*. Jakarta : EGC
- Damayanti. Et all. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komprehensif*.

- Pada Ibu Bersalin Dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Deepublish.
- Depkes. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019*
- Dinkes Sumatra Selatan. 2021. *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan*
- Dolang, M. W. 2019. *Pengaruh Pemberian Kompres Air Dingin Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum*. 03(02), 84–87
- Mochtar. 2018. *Sinopsis Obstetri Jilid 2 Edisi 3*. Jakarta: EGC
- Oxorn, H., & Forte, william R. (2010). *Ilmu Kebidanan : Patologi & Fisiologi Persalinan (1st ed.)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Pitriani dan Andriyani. 2018. *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal (Askeb III).1st edn*. Yogyakarta: Deepublish.
- Prasetyo. 2019. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Prawitasari, R. H., V. D. Y. B. Ismdi dan I. Estiningdriati. 2012. *Kecernaan protein kasar dan serat kasar serta laju digesta pada ayam arab yang diberi ransum dengan berbagai level Azolla microphylla*. *Animal Agricultur Journal*. 1 (1) : 471- 478
- Price, S. A. 2018. *Patofisiologi*. Jakarta : EGC.
- Putri, A. D. 2017. *Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di RSUD Muhammadiyah Bantul*. Naskah Publikasi Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Rahmawati. 2019. *Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPS Siti Alfirdaus Kingking Kabupaten Tuban*
- Ratnafuri et al. 2019. *Pengaruh Persepsi Harga Dan Kualitas Terhadap Niat Beli Ulang Produk Private Label Brand (Non-Food Category) Di Toserba Yogya & Griya Kota Bandung*
- Rismawati. 2018. *Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Di Rskdia Pertiwi Makassar*
- Saleha. 2019. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Susilowati. 2019. *Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Bpm Siti Julaeha Pekanbaru*. *Journal Of Midwifery Science*, 3(1), 7–14.
- Tulas. 2017. *Hubungan Perawatan Luka Perineum Dengan Perilaku Personal Hygiene Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado*. *e-Journal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1, Februari 2017*
- WHO. 2019. *Angka Kematian Ibu Di Dunia*.
- Widhi, E. 2018. *Standar Operating Prosedur (SOP) Kompres Dingin Perineum*
- Wiyani. 2018. *Efektivitas Kompres Dingin Terhadap Lama Penyembuhan Luka Rupture Perineum Pada Ibu Post Partum*. *Jurnal Darul Azhar Vol 5, No.1 Februari 2018 – Juli 2018 : 64 – 71*
- Wulandari & Handayani. 2018. *Asuhan kebidanan ibu masa nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing