

PENGARUH KOMPRES DINGIN TERHADAP TINGKAT NYERI LASERASI PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM DI PMB DELIMA WILAYAH PUSKESMAS CILILIN KABUPATEN BANDUNG BARAT TAHUN 2023

Indria Astuti¹, Dian Resti Angriani², Rika Nurhasanah³

¹⁻³ Prodi Sarjana Dan Profesi Bidan Fitkes Unjani
E-Mail : ind_ast@yahoo.com

ABSTRAK

Latar belakang: Post partum merupakan masa transisi setelah persalinan dimana terdapat rasa nyeri pada perineum akibat robekan pada jalan lahir dan timbulnya kecemasan dan hal ini sering menimbulkan kesakitan bagi seorang ibu sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman pada saat duduk, berdiri, berjalan, dan bergerak. Kelemahan pada awal menyusui, proses menyusui, menghambat bonding attachment, kelelahan, kecemasan dan pola tidur yang terganggu serta keterlambatan kontak awal antara ibu dan bayi. Kejadian laserasi perineum pada ibu bersalin di dunia pada tahun 2020 sebanyak 2,7 juta kasus, diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Sedangkan kejadian laserasi perineum di Indonesia pada tahun 2017 mencapai 75% dengan angka kejadian laserasi perineum spontan sebanyak 29% Karena episiotomi sebanyak 28% karena episiotomi. **Tujuan:** untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh kompres dingin terhadap tingkat nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum di PMB delima eilayah kerja puskesmas cililin kabupaten bandung Barat. **Metode:** menggunakan rancangan *pre experimental with one groups posttest design* dengan populasi seluruh ibu bersalin yang akan bersalin di PMB Delima pada bulan Juni-Juli 2023. Teknik pengambilan sample menggunakan metode *puposive sampling*. Data yang digunakan yaitu data primer. Analisis univariat dan analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *Paried sample test*. **Hasil:** dilakukan pada 17 reponden ibu bersalin yaitu sebelum mendapatkan perlakuan kompres dingin dengan nilai mean intensitas nyeri laserasi perineum sebesar 2,35 dan nilai SD sebesar 0,702. Sedangkan, sesudah mendapatkan perlakuan kompres dingin menjadi 1,35 dan nial SD sebesar 0,493. Simpulan dari penelitian ini bahwa ada pengaruh pemberian kompres dingin terhadap tingkat nyeri laserasi perineum di PMB Delima Wilayah kerja puskesmas Cililin dengan nilai $p\text{ value}=0,000>0,005$.

Kata Kunci : Kompres dingin, Laserasi perineum, Ibu bersalin

ABSTRACT

Background: The problem of discomfort that is often experienced by postpartum mothers with perineal lacerations is pain. This pain occurs due to stretching of the perineum caused by discontinuity and tissue tears due to pressure on the perineal muscles due to the birth process. The incidence of perineal lacerations in women giving birth in the world in 2020 is 2.7 million cases. The incidence of perineal lacerations in Indonesia in 2017 reached 75% with an incidence rate spontaneous perineal lacerations in 29% and episiotomies in 28% . **Objective:** The aim of this study to determine whether or not there is an effect of cold compresses on the level of laceration pain perineum in postpartum mothers at the PMB Delima working area of the Cililin Public Health Center, Bandung Regency west in 2023. **Methods:** his study uses a design *pre experimental with one groups pretest posttest design* with a population of all mothers who will give birth at PMB Delima in June-July 2023 namely as many as 30 respondents. Sampling technique using the method *puposive sampling* . Pain management can be done non-pharmacologically, namely by using cold compresses carried out for 20 minutes with a temperature of 15⁰ C. The data used are primary data. Univariate analysis and bivariate analysis in this study used tests *Paried sample test* . **Results:** The results

of the study were conducted on 17 respondents who gave birth before receiving cold compress treatment with a mean pain level of 2.35 and an SD value of 0.702. Meanwhile, after getting the cold compress treatment it became 1.35 and the SD value was 0,493.

The conclusion from this study is that there is an effect of giving cold compresses to the level of perineal laceration pain in PMB Delima, working area of Cililin Health Center with a p value $=0,000 < 0,005$.

Keywords: Cold Compress, perineal lacerations, women giving birth

PENDAHULUAN

Post Partum adalah masa di mulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Pada masa post partum ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan yang dapat meningkatkan ketidaknyamanan bahkan mengarah pada keadaan patologis bila tidak diikuti dengan perawatan yang baik (Yuliana & Hakim, 2020)

Salah satu faktor yang dapat meningkatkan ketidaknyamanan salah satunya nyeri pada saat proses postpartum adalah laserasi perineum. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rita, 2021, kejadian laserasi perineum pada ibu bersalin di dunia pada tahun 2020 sebanyak 2,7 juta kasus. Sedangkan pada tahun 2017 di ketahui di Indonesia laserasi perineum di alami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam, ditemukan dari total 1.951 ibu yang melahirkan spontan pervaginam, 57% ibu mendapatkan jahitan perineum yaitu 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (Kemenkes RI, 2017 dikutip dari Rita, 2021).

Laserasi perineum tidak hanya terjadi pada setiap persalinan awal dan tidak sedikit terjadi di persalinan selanjutnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Desi darwanti (2022) menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara paritas dengan kejadian laserasi perineum. Laserasi perineum biasanya timbul pada area antara vulva dan anus, apabila bayinya yang dikeluarkan sangat cepat serta bayinya lebih besar maka dapat memperbesar laserasi perineum (Prawitasari et al., 2015). Masalah utama yang dialami oleh ibu postpartum pada daerah perineum yang diakibatkan oleh laserasi jahitan pada saat proses persalinan adalah nyeri. (Azzah et al., n.d.).

Patofisiologi nyeri perineum yang dialami oleh ibu postpartum diakibatkan oleh proses persalinan, pada saat perineum meregang dan terjadi diskontinu dan robekan jaringan akibat

tekanan pada otot perineum, sehingga mengakibatkan nyeri yang disebabkan oleh rangsangan struktur somatik dangkal dan digambarkan sebagai nyeri yang tajam dan terlokalisasi, terutama pada daerah yang disuplai oleh saraf pudendus. (Saleng & M, 2020 dikutip dari Oxorn, 2010, 450).

Dampak nyeri laserasi perineum menurut penelitian yang dilakukan oleh Senol & Aslan, (2017) bahwa nyeri dan ketidaknyamanan perineum membatasi aktivitas ibu, ada nya kekhawatiran ibu yang menyebabkan ibu untuk menunda buang air kecil dan buang air besar, dan meningkatkan kesulitan dalam perawatan bayi dan menyusui dengan mempengaruhi mobilitas. Hal yang sama juga dijelaskan pada penelitian Saleng, (2020) menyatakan bahwa tingkat nyeri yang dirasakan oleh ibu postpartum berbeda-beda, hal ini karena nyeri merupakan perasaan emosional masing-masing tentu tidak nyaman sehingga mampu mengganggu aktivitas. Tingkat kesakitannya bergantung pada kondisi penerimaan emosional ibu postpartum dan berdasarkan riwayat persalinan.

Penatalaksanaan nyeri dibagi menjadi dua prosedur yakni dengan *farmakologis* dan *nonfarmakologis*. Pemberian analgetik setelah persalinan juga dipertimbangkan dalam proses pemberian kompres dingin ini, analgetik yang biasanya dipakai antara lain ibuprofen atau paracetamol. Analgesik adalah obat yang selektif mengurangi rasa sakit dengan bertindak dalam sistem saraf pusat atau pada mekanisme nyeri perifer, tanpa secara signifikan mengubah kesadaran. Analgesik menghilangkan rasa sakit, tanpa mempengaruhi penyebabnya, prosedur ini termasuk dalam prosedur farmakologi (Rismawati, 2019).

Penerapan kompres dingin adalah salah satu pemberian stimulasi kulit dengan memanfaatkan suhu. Kompres dingin bekerja dengan memblok transmisi stimulus nyeri sehingga implus nyeri yang mencapai otak lebih sedikit (Potter & Perry, 2012).

Manfaat kompres dingin selain mengurangi nyeri dapat juga untuk mengurangi aliran darah ke daerah perineum sehingga mencegah terjadinya perdarahan (Judha, 2012). Kompres dingin dimanfaatkan guna mengurangi rasa nyeri dengan menaham kecepatan hantaran saraf, sehingga dapat menimbulkan sensasi mati rasa dan mengalihkan rasa sakit. Memberikan prosedur kompres dingin berkenaan dengan memperlambat kekuatan saraf nyeri dalam meneruskan rangsangan nyeri, sehingga mampu menurunkan nyeri dan mempercepat pemulihan pada laserasi (Susilawati & Ilda, 2019).

Menurunkan nyeri laserasi perineum dilakukan dengan media *ice gell* dengan *ice gel* yang dibungkus dengan kasa katun tipis dengan rata-rata suhunya 10-15°C. Durasi yang dipakai untuk melakukan kompres dingin sekitar 5-20 menit. Pada penelitian (Susilawati & Ilda, 2019), (Choirunissa & Oktafia, 2019), (Bini et al., 2019) menggunakan durasi untuk kompres dingin ialah 20 menit. Menurut Setyarini, dkk (2022), durasi dalam melakukan intervensi pengurangan rasa nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum yang efektif dilakukan selama 20 menit dan sebaiknya menghindari menggunakan kompres dingin terlalu lama karena dapat menghambat sirkulasi darah dan mengganggu proses penyembuhan. Berdasarkan artikel Verury (2023), menyatakan bahwa perlakuan kompres dingin dilakukan selama 4 sampai 6 jam.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas cililin jumlah kelahiran dari bulan januari sampai dengan April terdapat 353 persalinan. Dan di Bidan delima daerah cililin dari bulan Januari sampai dengan Mei terdapat 25 (55%) kasus laserasi perineum derajat dua dari 55 persalinan, 19 (35%) ibu post partum diantaranya disebabkan oleh laserasi yang tidak disengaja atau terjadi secara spontan dan 11 (20%) terjadi karena episiotomi.

Selama ini penatalaksanaan nyeri didaerah cililin masih dengan metode farmakologis masih menjadi kontroversi. Hal ini karena menggunakan obat-obatan dengan zat kimiawi yang akan memberikan efek negatif pada ibu dan bayi. Oleh karena itu metode non farmakologi dirasa lebih aman penerapannya sebab hampir tidak ada efek samping dan bergantung pada peran fisiologis tubuh (Dwienda Ristica & Afni, 2021).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *Pre Eksperimental*. Bentuk rancangan penelitian *one group pretest posttest design* yaitu desain ini terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat (Sugiyono, 2010). Peneliti melakukan *pretest* sebelum dilakukan perlakuan, selanjutnya perlakuan dengan memberikan kompres dingin, dan akhir kegiatan diberikan *posttest*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum di PMB Delima wilayah puskesmas Cililin Kabupaten Bandung Barat. Adapun jumlah populasi sesuai rekam medis yaitu sebanyak 30 ibu postpartum Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling*.

1. Kriteria Inklusi
 - a. Ibu postpartum primigravida
 - b. Ibu postpartum hari pertama (6 jam postpartum).
 - c. Ibu yang didampingi keluarga.
 - d. Ibu postpartum mampu berkomunikasi dengan baik.
 - e. Ibu postpartum dengan laserasi spontan perineum derajat dua
2. Kriteria eksklusi

Ibu postpartum dengan kondisi kegawatdaruratan yang menimbulkan nyeri seperti terdapat hematoma dan perdarahan.

HASIL

Tabel 4.1 Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Sebelum Diberikan Kompres Dingin

| Tingkat nyeri | Jumlah (n) | Presentase % |
|---------------|------------|--------------|
| Nyeri Ringan | 2 | 11,8 |
| Nyeri Sedang | 7 | 41,1 |
| Nyeri Berat | 8 | 47,1 |
| Total | 17 | 100 |

Sumber: Data Primer Penelitian

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa tingkat nyeri laserasi perineum ibu postpartum sebelum dilakukan kompres dingin hampir setengahnya dalam kategori nyeri berat sebanyak 8 ibu postpartum (47,1%), kategori nyeri ringan sebanyak 2 ibu postpartum (11,8%) .

Tabel 4.3 Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum di PMB Delima

| Nyeri Laserasi Perineum | $x \pm SD$ | P-Value |
|----------------------------------|------------|---------|
| Sebelum dilakukan kompres dingin | 2,350,702 | 0,000 |
| Sesudah dilakukan kompres dingin | 1,350,493 | |

Sumber: Uji Paired Sample Test

tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 17 responden, sebelum mendapatkan perlakuan kompres dingin dengan nilai mean tingkat nyeri laserasi perineum sebesar 2,35, dengan nilai P-value 0.000 artinya terdapat pengaruh pemberian kompres dingin terhadap tingkat nyeri laserasi perineum.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Sebelum Diberikan Kompres Dingin

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa tingkat nyeri laserasi perineum ibu postpartum sebelum dilakukan kompres dingin dalam kategori nyeri berat sebanyak 8 ibu postpartum (47,1%), kategori nyeri sedang sebanyak 7 ibu postpartum (41,1%) dan 2 (11.8%) kategori ringan..

Menurut Utami (2019), masa postpartum dengan laserasi 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 postpartum disebabkan oleh adanya robekan pada daerah tersebut pada proses persalinan. Nyeri laserasi perineum dapat diartikan ketika seorang ibu merasakan nyeri akibat adanya perlaserasian pada daerah perineum setelah melalui proses kelahiran bayinya. Rasa nyeri ini dapat terjadi akibat robekan spontan maupun episiotomi pada perineum. Tingkat nyeri yang dirasakan oleh masing - masing individu akan berbeda (Judha, 2012).

Laserasi perineum yaitu hilangnya atau buruknya membran fisis tertentu. Perineum yaitu bagian antara vulvadan anus yang terletak di bawah dasar panggul dan memiliki panjang umumnya 4 cm. Laserasi perineum adalah robekan pada perineum yang timbul saat jalannya partus.

Laserasi pada daerah perineum adalah persalinan normal atau akibat insisi perineum saat persalinan. Laserasi perineum terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tak jarang terjadi pada persalinan selanjutnya. Laserasi pada perineum biasanya terjadi di garis pusat, apanila bayi yang dikeluarkan sangat cepat serta bayinya lebih besar maka dapat memperbesar perineum.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian laserasi perineum diantaranya yaitu faktor ibu (posisi meneran) faktor janin (berat badan bayi lahir), dan faktor penolong (peran bidan dalam memimpin persalinan, keterampilan bidan dalam menahan kepala bayi saat ekspulsi, dan pemilihan posisi meneran).

Patofisiologi laserasi perineum diawali dengan peregangan perineum terutama saat persalinan yang ada akhirnya menyebabkan robekan pada dinding vagina yang dapat meluas hingga keanus. Primipara dapat menyebabkan laserasi perineum karena jalan lahir dan perineum belum diregangkan oleh persalinan sebelumnya. Hal ini menyebabkan kelenturan perineum masih belum cukup untuk menahan ukuran janin dan tekanan dorongan ibu, sehingga akan terjadi laserasi (Pangastuti, 2016).

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti sebagian besar responden mengalami nyeri berat sebanyak 8 (47.1%) , 7 (41.1%) responden dengan skala nyeri sedang 2 (11.7%) responden dengan skala nyeri ringan. Ada pun nilai skala maksimum adalah 9 dan minimum nya 2 dengan SD 2.35.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan saleh 2020 menunjukkan bahwa dari 30 ibu postpartum, sebanyak 15 ibu post partu (50%) kategori ringan, sebanyak 10 ibu post partum kategori nyeri sedang dan sebanyak 5 responden (16.7%) kategori nyeri berat.

Dari 17 responden peneliti menyimpulkan sebagian besar ibu bersalin mengalami laserasi perineum pada saat proses magedan dan kepala bayi keluar dari jalan lahir, selain pada saat proses kelahiran kepala bayi robekan perineum terjadi akibat berat badan bayi lahir di atas 3000 gram dan ibu bersalin tidak mengikuti prosedur sesuai sop diantaranya ada ibu yang mengangkat bokong saat meneran dan terlalu cepat meneran pada saat terjadinya kontraksi. Dan rata – rata responden mengalami laserasi perineum derajat dua yang terjadi secara spontan. Menurut sursulah (2010) laserasi

derajat dua adalah laserasi yang mengenai mucosa vagina, kulit dan jaringan perineum (membutuhkan jahitan).

2. Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Sesudah Diberikan Kompres Dingin

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa tingkat nyeri laserasi perineum ibu postpartum setelah dilakukan kompres dingin sebagian besar dalam kategori nyeri ringan sebanyak 11 ibu postpartum (64,7%) dan kategori nyeri sedang sebanyak 6 ibu postpartum (35,3%) dengan nilai SD 1,35.

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 sarafsaraf nyeri dalam menyalurkan rangsangan nyeri (Sulistiyani, 2009).

Teori Potter & Perry (2006) 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.

Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri antara lain: usia, jenis kelamin, budaya, pemahaman nyeri, perhatian, kecemasan, kelelahan, pengalaman masa lalu, pola koping, keluarga dan dukungan sosial(enny fitriahadi, n.d.).

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah ice gell karena dapat digunakan berkali-kali, ekonomis, efektif, sangat fleksibel, bisa berbentuk plat plastik atau kantung plastic, sesuai dengan kebutuhan. Semua dalam kemasan yang tidak mudah bocor atau pecah. Ice gell mengandung Anti Mikroba yang dapat mencegah

terjadinya jamur, lumut, bau dan bakteri. Tahan lebih lama dan lebih dingin dari pada es batu biasa dan lebih stabil dan juga aman, ramah lingkungan dan tidak beracun. Memiliki daya tahan pendinginan hingga 12 jam.

Pada penelitian ini peneliti melakukan kompres dingin untuk menurunkan tingkat nyeri pada laserasi laserasi perineum dengan cara memberikan kompres dingin yang disarankan adalah tidak melebihi 15–20 menit. Pemberian kompres dingin ini dapat diulangi setiap 2–3 jam sekali. Hindari menggunakan kompres dingin terlalu lama karena dapat menghambat sirkulasi darah dan mengganggu proses penyembuhan cedera.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti dari 17 responden terdapat penurunan tingkat nyeri yaitu hampir semua responden mengalami penurunan tingkat nyeri yaitu 11 responden (64,7%) kategori nyeri ringan dan 6 responden (35,3%) kategori nyeri sedang. Dengan nilai maksimum 6 dan minimumnya 1.

Selama ini penggunaan oba - obatan farmakologi masih sering digunakan untuk menurunkan nyeri tetapi penggunaan farmakologi memiliki efek samping untuk ibu dan juga pada bayi. Pada ibu biasanya dapat terjadinya alergi, pada penggunaan ibuprofen dan asam nefenamat untuk ibu yang memiliki penyakit lambung atau magh dapat menyebabkan nyeri. Sedangkan pada bayi obat - obatan yang dikonsumsi ibu dapat diserap oleh asi sehingga terhisap oleh bayi sehingga dapat menyebabkan alergi atau pun diare.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rismawati Tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 30 ibu postpartum, sebanyak 11 ibu postpartum (36,7%) kategori nyeri sangat ringan, sebanyak 13 ibu postpartum (43,3%) kategori nyeri ringan, dan sebanyak 6 responden (20%) kategori nyeri sedang.

3. Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Di PMB Delima

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 17 responden, sebelum mendapatkan perlakuan kompres dingin dengan nilai mean tingkat nyeri laserasi perineum sebesar 2,35 dan nilai SD sebesar 0,702. Sedangkan, sesudah mendapatkan perlakuan kompres dingin menjadi 1,35 dan nilai SD sebesar 0,493. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian kompres dingin

dapat menurunkan intensitas nyeri rupture perineum dari 2,35 menjadi 1,35, sehingga mean penurunan nyeri rupture perineum sebelum dan sesudah kompres dingin sebesar 1,00 (kategori nyeri ringan). Hasil Uji *Paired Sample Test* menunjukkan nilai *Asymp. Sig.* = 0,000 < 0,05. Maka, dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang artinya ada pengaruh pemberian kompres dingin terhadap tingkat nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum.

Ibu post partum dengan laserasi 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 (Tarigan dkk., 2018). Rasa nyeri daerah perineum pada ibu postpartum disebabkan oleh adanya robekan pada daerah tersebut pada proses persalinan. Nyeri laserasi perineum dapat diartikan ketika seorang ibu merasakan nyeri akibat adanya perlaserasian pada daerah perineum setelah melalui proses kelahiran bayinya (Prabandari, 2018).

Adapun beberapa faktor yang diketahui mempunyai hubungan dengan trauma perineum dalam persalinan di antaranya: posisi persalinan, episiotomi, dan posisi meneran. Selain posisi persalinan, episiotomi, dan posisi meneran, lahirnya kepala janin dapat menyebabkan laserasi perineum spontan. Khususnya jika kelahiran berlangsung cepat dan tidak terkontrol. Kelahiran kepala secara terkontrol dan perlahan memberikan waktu bagi kulit untuk meregang dan mengurangi kemungkinan robekan. Bila penolong persalinan berkerja sama dengan ibu bersalin untuk menolong mereka melahirkan, biasanya ibu akan mengalami lebih sedikit robekan dibanding dengan mereka yang tidak berkerjasama dengan ibu saat proses persalinan (Setyowati, 2018).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian laserasi perineum diantaranya yaitu faktor ibu (posisi meneran) faktor janin (berat badan bayi lahir), dan faktor penolong (peran bidan dalam memimpin persalinan, keterampilan bidan dalam menahan kepala bayi saat ekspulsi, dan pemilihan posisi meneran). Faktor lain yang mempengaruhi terjadinya laserasi perineum yaitu cara meneran yang kurang tepat. Hal ini ditinjau dari SOP sebagian besar ibu bersalin yang mengalami laserasi perineum ada salah satu cara yang dilakukan tersebut masih salah sehingga terjadi laserasi perineum.

Dampak nyeri laserasi perineum menurut penelitian yang dilakukan oleh Senol & Aslan, (2017) bahwa nyeri dan ketidaknyamanan perineum membatasi aktivitas ibu, mengurangi gerakan ibu, menunda buang air kecil dan buang air besar, dan meningkatkan kesulitan dalam perawatan bayi dan menyusui dengan mempengaruhi mobilitas. Hal yang sama juga dijelaskan pada penelitian Saleng, (2020) menyatakan bahwa tingkat nyeri yang dirasakan oleh ibu postpartum berbeda-beda, hal ini karena nyeri merupakan perasaan emosional masing-masing tentu tidak nyaman sehingga mampu mengganggu aktivitas. Tingkat kesakitannya bergantung pada kondisi penerimaan emosional ibu postpartum dan berdasarkan riwayat persalinan.

Rasa nyeri ini dapat terjadi akibat robekan spontan maupun episiotomi pada perineum. Tingkat nyeri yang dirasakan oleh masing-masing individu akan berbeda. Nyeri yang dialami pada ibu postpartum berbeda-beda, sebab nyeri merupakan suatu perasaan emosional yang tidak menyenangkan sehingga dapat mengganggu aktivitas, hal ini tergantung dari masing-masing emosional ibu postpartum dan riwayat persalinan.

Tingkat nyeri seseorang dapat dinilai salah satunya dengan metode observasional measure merupakan jenis metode lain dari pengukuran tingkat nyeri. Pengukuran jenis ini relatif membutuhkan biaya yang agak besar karena memerlukan waktu yang agak lama. Pada umumnya bentuk pengukuran tingkat nyeri ini mengandalkan pada tenaga terapis untuk mencapai kelengkapan/kesempurnaan dalam pengukuran dari berbagai faktor pengalaman nyeri dan kebanyakan berkaitan dengan perilaku penderita. Pengukuran ini dimungkinkan kurang sensitif terhadap komponen subyektif dan affektif dari rasa nyeri (Loretz, 2005).

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti sebagian besar responden mengalami tingkat nyeri berat yaitu 8 responden (47.1%) karena laserasi perineum yang tidak beraturan dan laserasi yang dalam hal ini biasanya dikarenakan oleh responden masih belum berpengalaman dalam melahirkan, cara meneran yang kurang benar, pasien yang kurang kooperatif dan juga posisi meneran yang salah serta sebagian karena usia responden yang masih terlalu muda atau kurang dari 20 tahun. Akan tetapi ada 2 responden (11.8%) yang mengalami

nyeri ringan setelah dilakukan observasi ternyata responden selama kehamilan sering melakukan senam hamil dan Teknik relaksasi sehingga pasien dapat mengendalikan nyeri dengan cara relaksasi.

Pada penelitian ini peneliti memilih Teknik kompres dingin yang merupakan terapi fisik yang menggunakan sifat fisik dingin untuk terapi berbagai kondisi, termasuk pada nyeri laserasi perineum. Kompres dingin dapat dilakukan selama 15- 20 menit karena 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.

Selain itu kompres dingin juga dapat mengurangi pembengkakan pada laserasi karena tindakan penggunaan suhu rendah dapat merangsang pembuluh darah menjasi menyempit dan memperlambat aliran darah pada lokasi cedera,

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

Respon fisiologis tubuh terhadap kompres dingin mempengaruhi tubuh dengan cara menyebabkan pengecilan pembuluh darah, mengurangi aliran darah ke daerah laserasi 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.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saleng Tahun 2020 menunjukkan bahwa hasil output *paired sample test* diperoleh nilai mean atau rata-rata = 0,833 dan *Asymp. sig.* atau nilai $P = 0,000$. Nilai ini lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($P=0,000 < \alpha=0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh kompres dingin terhadap pengurangan nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum.

KESIMPULAN

Nilai rata-rata tingkat nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum sebelum diberikan kompres dingin sebesar 6,00 dan nilai SD sebesar 2,270 dan Nilai rata-rata tingkat nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum sudah diberikan kompres dingin sebesar 2,94 dan nilai SD sebesar 1,560. Hasil uji statistik didapatkan nilai *Asymp. Sig.* = $0,000 < \alpha = 0,05$, menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pemberian kompres dingin terhadap tingkat nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum

DAFTAR PUSTAKA

1. Azzah, I., Indah Setyarini, A., Mediawati Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri, M., Kemenkes Malang, P., Wachid Hasyim No, J. K., Lor, B., Mojoroto, K., Kediri, K., & Timur, J. (N.D.). *Kompres Dingin Pada Penurunan Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum: Studi Literatur*. <http://Journal.Stikeskendal.Ac.Id/Index.Php/Pskm>
2. Bini, Solomon, R. J., & Ahitha, V. 2019. Effectiveness Of Cold Application On Episiotomy Painamong Postnatal Mothers In Selected Hospitals At Kanyakumari District. *Asian Journal Of Nursing Education And Research*. 9(2):188.
3. Choirunissa, R., & Oktafia, I. 2019. Efektifitas Kompres Hangat Dan Dingin Terhadap Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Primipara Di Depok 2019. 3(6): 8.
4. Enny Fitriahadi, Istri Utami. (N.D.). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Dan Menejemen Nyeri Persalinan*.

5. Juniartati, E., & Widyawati, M. N. (2018). Literature Review: Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 112.
<https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3740>
6. Kristiyan, A., Djagat Purnomo, H., & Ropyanto, C. B. (2019). Pengaruh Kompres Dingin Dalam Penurunan Nyeri Pasien Post Percutaneous Coronary Intervention (Pci): Literature Review. In *Journal Of Holistic Nursing And Health Science* (Vol. 2, Issue 1).
<https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/nhs>
7. Mander, R. (2003) Nyeri Persalihan. Jakarta: Egc.
8. Munafiah, D., Rahayu, H., Mujahidah, S., Dewi, M. M., & Rahayu, D. N. (2021a). *Indonesian Health Issue Manfaat Kompres Dingin Pada Nyeri Perineum Kala Iv Article Info*.
9. Noviyanti, A., Kebidanan, J., & Kesehatan Palembang, P. (N.D.). Faktor Fisik Dan Psikologis Ibu Bersalin Dengan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Primipara Physical And Psychological Factors Of Maternal In Labor With Intensity Of First Stage Of Labor Pain In Primipara's Mothers. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 13, Issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk>
10. Prawirohardjo, Sarwono. 2009. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Pt. Bina Pustaka.
11. Rismawati. (2019). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Di Rskdia Pertiwi Makassar 2017 [Preprint]. Ina-Rxiv.
12. Saleng, H., & M, S. A. (2020). Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Laserasi Perineum Ibu Post Partun Di Rskdia Pertiwi. *Madu : Jurnal Kesehatan*, 9(1), 1.
<https://doi.org/10.31314/mjk.9.1.1-7.2020>
13. Senol, D. K., & Aslan, E. 2017. The Effect Of Cold Aplication To The Perineum On Pain Relief After Vaginal Birth. *Asian Nursing Research*. 11(4): 276-282.
14. Setyarini A. I., Dkk. 2022. Kompres Dingin Pada Penurunan Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum: Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*. 12(4): 591-604.
15. Shehta, M. S., Fahmy, N. M., Ramadan, S. A., & Abd Almeniem, S. O. 2017. Effect Of Cold-Gel Packing On Episiotomy Pain Among Postnatal Mothers. *Egyptian Journal Of Health Care*. 8(3):86-102
16. Susilawati, E., & Ilda, W. R. (2019). Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Tingkat Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Post Partum Di Bpm Siti Julaeha Pekanbaru. *Journal Of Midwifery Science*, 3(1).
17. Yusayyirotul Jannah, F., Oktafia, R., Profesi Keperawatan, P., & Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, F. (N.D.-A). *Application Of Ice Compresses To Reduce Pain In Postpartum Mothers With Episiotomy Wounds: Case Study Penerapan Kompres Kompres Es Untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu Pascapersalinan Dengan Laserasi Episiotomi: Studi Kasus*.