



EDUKASI PENERAPAN KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP KEGAWATDARURATAN NYERI LUKA PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM NORMAL

Miskiyah Tamar¹, Feno Suci Wulandari²

¹.Dosen IKesT Muhammadiyah Palembang,

².Mahasiswa PSIK Ners IKesT Muhammadiyah Palembang

Email:miskiyahtamar1986@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada ibu dengan kehamilan cukup bulan yaitu ibu dengan usia kehamilan 37–42 minggu. Persalinan sering terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi dan mengakibatkan nyeri pada ibu post partum. Kegawatdaruratan nyeri luka pada perineum akibat ruptur atau laserasi merupakan daerah yang tidak mudah untuk dijaga agar tetap bersih dan kering. Bila tidak ditangani dengan baik, maka dapat terjadinya infeksi dan nyeri yang berlanjut. Maka dibutuhkan metode non farmakologi yaitu dengan pemberian kompres hangat. Tujuan pemberian kompres hangat adalah untuk memberikan rasa nyaman, mengatasi nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan membantu pemulihan luka, mengurangi infeksi dan inflamasi, memperlancar pasokan aliran darah serta memberikan ketenangan dan kenyamanan, bertema “Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal”.

Kata kunci: Edukasi, Kompres Air Hangat, Nyeri Luka Perrinem, Ibu Postpartum

EDUCATION ON THE APPLICATION OF WARM WATER COMPRESSES FOR EMERGENCIES OF PERINEAL WOUND PAIN IN NORMAL POSTPARTUM MOTHER

ABSTRACT

Normal labor and birth is the process of expelling the fetus that occurs in mothers with a full-term pregnancy, namely mothers with a gestational age of 37–42 weeks. Childbirth often results in injury to the perineum either due to spontaneous tearing or episiotomy and results in pain in post partum mothers. Emergency pain from wounds in the perineum due to rupture or laceration is an area that is not easy to keep clean and dry. If not treated properly, infection and continued pain can occur. So a non-pharmacological method is needed, namely by giving a warm compress. The purpose of giving warm compresses is to provide a feeling of comfort, overcome pain, reduce or prevent muscle spasms and help wound recovery, reduce infection and inflammation, improve blood flow and provide calm and comfort, with the theme "Education on the Application of Warm Water Compresses for Emergency Perineal Wound Pain In Normal Postpartum Mothers".

Keywords: Education, Warm Water Compress, Perrinem Wound Pain, Postpartum Mothers



PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada ibu dengan kehamilan cukup bulan yaitu ibu dengan usia kehamilan 37 – 42 minggu, lahir secara spontan dengan presentase belakang adalah kepala, tanpa terjadinya komplikasi pada ibu maupun janin yang dikandung (Sukarni dan Wahyu, 2015). Post partum adalah suatu periode dalam minggu-minggu pertama setelah kelahiran. Ibu post partum mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun psikologis dan apabila tidak ditangani dengan tepat akan menjadi kondisi patologis yang dapat mengancam kesehatan ibu bahkan menyebabkan kematian seperti infeksi masa nifas, perdarahan pasca persalinan, tromboemboli dan masih banyak lagi (Purwaningtyas, 2018).

Jumlah kelahiran pada tahun 2021 mencapai 371.504 bayi yang lahir di seluruh dunia. Indonesia sebagai peringkat 5 jumlah kelahiran terbanyak pada tahun 2021 yaitu sebanyak 12.336 kelahiran (UNICEF,2021). Pada pernyataan yang sama oleh Badan Pusat Statistik kota Palembang tahun 2019 menyebutkan sebanyak 142.380 penduduk dengan kisaran 0-4 tahun di kota Palembang (BPS, 2022).

Persalinan sering terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi. Di Indonesia laserasi perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pada tahun 2021 menemukan bahwa dari total 2001 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan) (Depkes RI, 2021). Perineum merupakan bagian penting pada saat proses persalinan yang sangat sensitif terhadap sentuhan dan cenderung mengalami robekan pada saat proses persalinan secara alami. Selain itu, perineum juga berfungsi sebagai pengontrol aktivitas buang air besar (BAB), buang air kecil (BAK) dan aktivitas seksual bagi ibu pasca melahirkan. Robekan atau rupture yang terjadi pada saat proses persalinan disinyalir dapat mengakibatkan gangguan fungsi dasar otot panggul yang dapat mempengaruhi aktivitas kontrol BAB, BAK dan aktivitas seksual ibu pasca melahirkan (Sulistiyawati, 2016).

Ruptur perineum adalah perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan alat. Ruptur perineum disebabkan paritas, jarak kelahiran, berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, ekstraksi cunam, ekstraksi fakum, trauma alat dan episiotomi. (sumarah, 2014). Rupture perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan perineum umumnya terjadi di garis tengah dan menjadi luas apabila kepala janin terlahir terlalu



cepat, sudut arkus pubis lebih kecil daripada biasa, kepala janin melewati pintu bawah panggul dengan ukuran yang lebih besar dari sirkumferensia suboksipitobregmatika atau anak dilahirkan dengan pembedahan vaginal (Winkjosastro, 2015).

Kegawatdaruratan nyeri luka pada perineum akibat ruptur atau laserasi merupakan daerah yang tidak mudah untuk dijaga agar tetap bersih dan kering. Bila proses penyembuhan luka tidak ditangani dengan baik, maka dapat menyebabkan tidak sempurnanya penyembuhan luka ruptur tersebut. Hal ini dapat menyebabkan perdarahan tidak dapat berhenti dengan baik ataupun menyebabkan terjadinya infeksi yang pada akhirnya dapat menyebabkan kematian pada ibu. Akibat perawatan perineum yang tidak benar dapat mengakibatkan kondisi perineum yang terkena lokhea dan lembab sangat menunjang untuk perkembangbiakan bakteri yang dapat menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum. Munculnya infeksi pada perineum dapat merambat pada saluran kandung kencing ataupun pada jalan lahir yang dapat berakibat pada munculnya komplikasi infeksi kandung kencing maupun infeksi pada jalan lahir, tetapi sangat kecil kemungkinannya jika luka perineum dirawat dengan baik (Bahiyatun, 2016).

Ruptur perineum spontan dan episiotomy dapat memberikan rasa ketidaknyamanan (nyeri) pada ibu post partum atau pasca persalinan (Saifuddin, 2010). Selain hal itu ibu post partum dapat merasakan nyeri disebabkan oleh factor luka parineum atau trauma yang masih membekas dipsikis ibu. Nyeri yang dirasakan berupa nyeri akut, nyeri yang konstan masih dialami oleh ibu setelah proses persalinan dan masih terus terasa, Rasa sakit setelah melahirkan, seperti kram, disebabkan oleh kontraksi pada *uterus* yang menyusut kembali ke ukuran dan lokasi sebelum hamil setelah melahirkan. Proses ini dinamakan involusi. Nyeri setelah melahirkan biasanya bersifat ringan pada ibu yang baru pertama kali menjalani persalinan, dan tidak berlangsung lama.

Rasa nyeri bisa menjadi sangat tidak nyaman setelah kelahiran kedua dan biasanya bertambah buruk pada tiap kelahiran berikutnya. Kondisi ini dikarenakan seorang ibu pada awalnya memiliki kesehatan otot peranakan yang lebih baik, jadi uterus cenderung berkerut dan tetap berkerut, bukan sebentar-sebentar rileks lalu mengkerut kembali. Rasa nyeri paling intens terasa pada hari pertama hingga hari ke tujuh setelah melahirkan dan berangsur berkurang pada hari ketiga atau berikutnya meski bisa dibutuhkan waktu selama 6 minggu atau lebih bagi uterus untuk kembali ke ukuran normal (Bahiyatun, 2016). Maka dibutuhkan solusi terbaik untuk ibu dengan luka perineum untuk mengurangi nyeri dan juga menjaga luka perineum agar tidak terjadi infeksi pada perlukaan tersebut.



Terapi Non-Farmakologi adalah terapi pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan. Jenis pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan adalah terapi komplementer. Banyak terapi komplementer yang dapat dilakukan pada pasien dengan keluhan Nyeri yang timbul juga akan terasa pada bagian luka perineum, luka yang diakibatkan dari episiotomy ini akan terasa nyeri di hari 1 sampai dengan 7. Hal ini akan menghilang seiring dengan aktivitas yang dapat mengalihkan reseptor nyeri tersebut. Terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai penurunan nyeri yaitu dengan kompres hangat, hal ini sejalan dengan beberapa penelitian salah satunya yang dilakukan oleh (Choirunissa, 2019) Kompres Hangat adalah tindakan memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh tertentu yang memerlukannya sedangkan kompres dingin adalah menempatkan suatu zat dengan suhu rendah bertujuan untuk melakukan terapi penyembuhan. Selain dapat mengurangi nyeri, kompres hangat juga dapat digunakan untuk menenangkan ibu postpartum terhadap kecemasan dan ketakutan yang dialami (Amat Tohirin, 2019).

Metode non farmakologi yaitu dengan pemberian kompres hangat karena diketahui kompres hangat dapat memberikan rasa hangat yang bertujuan untuk memberikan rasa nyaman, mengatasi nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu (Choirunissa, 2019). Kompres hangat memiliki dampak fisiologis bagi tubuh, yaitu pelunakan jaringan fibrosa, mempengaruhi oksigenisasi jaringan sehingga dapat mencegah kekakuan otot, memvasodilatasikan dan memperlancar aliran darah, sehingga dapat menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri (Yepi, 2017). Selain itu kelebihan kompres hangat dapat membantu pemulihan luka, mengurangi infeksi dan inflamasi, memperlancar pasokan aliran darah serta memberikan ketenangan dan kenyamanan pada klien (Manurung, 2011).

Berdasarkan data tersebut, penulis tertarik mengatasi kegawatdaruratan nyeri luka perimeum dengan melakukan penelitian “Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal”.

MASALAH

Adapun yang menjadi kendala dan permasalahan yang timbul di masyarakat adalah masih kurangnya pengetahuan ibu postpartum tentang penatalaksanaan nyeri luka perineum secara non farmakologi.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahap:



Perizinan

Perizinan dengan Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang untuk melakukan Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal

b. Persiapan Kegiatan

Persiapan penyuluhan dimulai dengan memastikan sasaran khususnya dalam hal jumlah peserta. Tempat dan media dipersiapkan sesuai dengan kebutuhan sertaantisipasi kemungkinan masalah yang terjadi. Peserta adalah Ibu hamil trimester 3 di Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang. Tempat pelaksanaan pendidikan kesehatan adalah di Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang dan media penyuluhan yang dipersiapkan untuk mempermudah proses pemahaman sasaran sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara optimal yaitu berupa leaflet.

c. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pendidikan kesehatan ini dilakukan pada tanggal 02 Februari 2024 bertempat di Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang.

Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi:

- a. Pengisian daftar hadir
- b. Pembukaan, sekaligus mengali pengetahuan peserta terkait materi yang akan di sampaikan
- c. Pembagian Leaflet
- d. Penyampaian materi
- e. Diskusi/ Tanya jawab dan evaluasi kemampuan peserta terkait materi yang sudah di sampaikan
- f. Penutup

d. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi ini dilakukan mengetahui pemahaman peserta sesudah diberikan pendidikan kesehatan Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal. Dari hasil evaluasi didapatkan



hasil masih pemahanan Ibu hamil trimester III akan Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal memberikan respon yang baik dan akan mencoba saat ibu-ibu melahirkan nanti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Peserta

Peserta pada kegiatan penyuluhan tentang Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal diikuti oleh ibu hamil trimester III di Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang Sebanyak 10 orang

2. Proses Kegiatan

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada tanggal 02 Febrari 2024 di Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang. Perizinan untuk kegiatan penyuluhan Berkoordinasi dengan pihak pejabat/Pimpinan daerah terkait izin dan waktu pelaksanaan Pendidikan Kesehatan. Selanjutnya yaitu mempersiapkan rancangan kegiatan berupa materi Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal, dan pembuatan leaflet. Pelaksanaan kegiatan yang akan dilakukan yaitu:

- a. Membuka acara, menjelaskan tujuan kegiatan
- b. Membagikan leaflet sebagai bentuk awal pembelajaran kesehatan tentang Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal
- c. Memberikan pertanyaan secara lisan terkait pengetahuan peserta tentang materi penyuluhan.
- d. Menyampaikan materi secara teori kepada peserta selama 30 menit.
- e. Peserta diberi kesempatan untuk bertanya terkait materi yang sudah didapatkan.
- f. Reward bagi peserta yang diberikan pertanyaan.
- g. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan Mengukur kemampuan peserta terhadap materi yang telah diberikan dengan cara bertanya tentang mengenai materi yang sudah disampaikan.



3. Hasil Penilaian Terkait Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan tentang Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal yang dilakukan pada tanggal 02 Februari 2024. Saat pelaksanaan kegiatan terlihat antusiasme peserta terhadap materi yang diberikan dengan memberikan berbagai pertanyaan kepada penyaji. Setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan, dilakukan evaluasi dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada peserta terkait materi yang sudah disampaikan dan didapatkan hasil peningkatan pengetahuan peserta.

4. Pembahasan

Persalinan sering terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi. Di Indonesia laserasi perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pada tahun 2021 menemukan bahwa dari total 2001 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan) (Depkes RI, 2021). Perineum merupakan bagian penting pada saat proses persalinan yang sangat sensitif terhadap sentuhan dan cenderung mengalami robekan pada saat proses persalinan secara alami. Selain itu, perineum juga berfungsi sebagai pengontrol aktivitas buang air besar (BAB), buang air kecil (BAK) dan aktivitas seksual bagi ibu pasca melahirkan. Robekan atau rupture yang terjadi pada saat proses persalinan disinyalir dapat mengakibatkan gangguan fungsi dasar otot panggul yang dapat mempengaruhi aktivitas kontrol BAB, BAK dan aktivitas seksual ibu pasca melahirkan (Sulistyawati, 2016).

Ruptur perineum adalah perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan alat. Ruptur perineum disebabkan paritas, jarak kelahiran, berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, ekstraksi cunam, ekstraksi fakum, trauma alat dan episiotomi. (sumarah, 2014). Rupture perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan perineum umumnya terjadi di garis tengah dan menjadi luas apabila kepala janin terlahir terlalu cepat, sudut arkus pubis lebih kecil daripada biasa, kepala janin melewati pintu bawah panggul dengan ukuran yang lebih besar dari sirkumferensia suboksipitobregmatika atau anak dilahirkan dengan pembedahan vaginal (Winkjosastro, 2015).



Rasa nyeri bisa menjadi sangat tidak nyaman setelah kelahiran kedua dan biasanya bertambah buruk pada tiap kelahiran berikutnya. Kondisi ini dikarenakan seorang ibu pada awalnya memiliki kesehatan otot peranakan yang lebih baik, jadi uterus cenderung berkerut dan tetap berkerut, bukan sebentar-sebentar rileks lalu mengkerut kembali. Rasa nyeri paling intens terasa pada hari pertama hingga hari ke tujuh setelah melahirkan dan berangsur berkurang pada hari ketiga atau berikutnya meski bisa dibutuhkan waktu selama 6 minggu atau lebih bagi uterus untuk kembali ke ukuran normal (Bahiyatun, 2016). Maka dibutuhkan solusi terbaik untuk ibu dengan luka perineum untuk mengurangi nyeri dan juga menjaga luka perineum agar tidak terjadi infeksi pada perlukaan tersebut.

Terapi Non-Farmakologi adalah terapi pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan. Jenis pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan adalah terapi komplementer. Banyak terapi komplementer yang dapat dilakukan pada pasien dengan keluhan Nyeri yang timbul juga akan terasa pada bagian luka perineum, luka yang diakibatkan dari episiotomy ini akan terasa nyeri di hari 1 sampai dengan 7. Hal ini akan menghilang seiring dengan aktivitas yang dapat mengalihkan reseptor nyeri tersebut. Terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai penurunan nyeri yaitu dengan kompres hangat, hal ini sejalan dengan beberapa penelitian salah satunya yang dilakukan oleh (Choirunissa, 2019) Kompres Hangat adalah tindakan memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh tertentu yang memerlukannya sedangkan kompres dingin adalah menempatkan suatu zat dengan suhu rendah bertujuan untuk melakukan terapi penyembuhan. Selain dapat mengurangi nyeri, kompres hangat juga dapat digunakan untuk menenangkan ibu postpartum terhadap kecemasan dan ketakutan yang dialami (Amat Tohirin, 2019).



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan



KESIMPULAN

Dari hasil pendidikan kesehatan yang telah dilakukan pada tanggal 02 Februari 2024 tentang Edukasi Penerapan Kompres Air Hangat Terhadap Kegawatdaruratan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal didapatkan antusiasme peserta terhadap materi dan memberikan respon yang baik dan peserta akan mencoba pada saat melahirkan nanti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Rektor IKesT Muhammadiyah Palembang beserta jajarannya, LP2MI IKesT Muhammadiyah Palembang, Program Studi Ilmu Keperawatan IKesT Muhammadiyah Palembang, Ketua RT Kelurahan 13 Ulu wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amat Tohirin, Mona Saparwati, S. H. (2019). *1. 301-426-1-Sm*.
- Bahiyatun. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Choirunissa. (2019). Efektifitas kompres hangat dan dingin terhadap nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum primipara di depok 2019. *Universitas Nasional Jakarta Postal*, 3(6), 37–44. <https://stikeswch-malang.e-journal.id/Health/article/view/107/54>
- Dahlan, M. Sopiudin. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Manurung, S. (2011). *kompres hangat terhadap nyeri*.
- Modoor, S., Fouly, H., & Rawas, H. (2021). The effect of warm compresses on perineal tear and pain intensity during the second stage of labor: A randomized controlled trial. *Belitung Nursing Journal*, 7(3), 210–218. <https://doi.org/10.33546/bnj.1452>
- Purwaningsih AA, R. (2015). *kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri*.
- Putri. (2016). *konsep nyeri*.
- Rahmawati. (2016). *kompres hangat terhadap nyeri*.
- Susilawati, E., & Ilda, W. R. (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.
- Winkjosastro. (2015). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Yepi. (2017). *Manfaat Kompres Hangat*.