



PROCEEDING SEMINAR NASIONAL KEPERAWATAN

COMPLEMENTARY THERAPY :
FROM RESEARCH TO PRACTICE

Palembang, 27 November 2015



*Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Sriwijaya*



PENGARUH PELATIHAN SITZ BATH TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU NIFAS POST EPISIOTOMI

¹Tintasia, ²Jum Natosba, ³Bina Melvia Girsang
^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
*E-mail: y.tintasia@yahoo.com

Abstrak

Ibu *post* episiotomi mengalami banyak keluhan berupa nyeri episiotomi, gatal pada daerah perineum, dan keputihan. Upaya mencegah dan mengatasi nyeri dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan serta intervensi berupa perendaman daerah perineum dengan metode *Sitz Bath*. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *Sitz Bath* terhadap intensitas nyeri ibu nifas *post* episiotomi. Jenis penelitian ini yaitu *Quasi-experiment* dengan pendekatan *non-equivalent control group design* dengan jumlah 32 orang ibu *postpartum* yang terdiri dari 16 orang kelompok intervensi dan 16 orang kelompok kontrol dengan teknik pengambilan sampel *incidental sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala nyeri *NRS (Numerical Rating Scale)* yang terdiri dari skala 0s/d 10. Data yang telah dikumpulkan dianalisis dengan uji statistik *Mann-Whitney* yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dengan *p value=0,010*. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu secara statistik tidak terdapat pengaruh pelatihan *Sitz Bath* terhadap intensitas nyeri pada kelompok kontrol dengan episiotomi, dilihat dari nilai rata-rata kedua kelompok terdapat perbedaan intensitas nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol. Diskusi: penurunan intensitas nyeri sedangkan pada disebabkan oleh proses penyembuhan luka dan faktor yang mempengaruhinya sedangkan pada kelompok intervensi disebabkan oleh relaksasi dari *Sitz Bath*, selanjutnya perlu diperhatikan faktor-faktor yang berhubungan dengan intensitas nyeri episiotomi.

Kata kunci : *Sitz Bath*, Intensitas nyeri, Episiotomi

PENDAHULUAN

Dalam persalinan, tindakan episiotomi sering dilakukan untuk mengendalikan robekan perineum sehingga memudahkan penyembuhan luka karena lebih mudah dijahit dan menyatu kembali (Manuaba, 2011). Waktu untuk pemulihan kembali luka episiotomi berminggu-minggu, bulanan atau tahunan bergantung pada kondisi kesehatan dan perawatan perineum itu sendiri. Luka *post* episiotomi jika tidak dirawat dengan baik akan menimbulkan komplikasi secara fisik maupun psikologis. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Romi (2009) yang menyebutkan bahwa dijumpai infeksi pada luka episiotomi sebanyak 2 orang (11.8 %) dari 17 orang (100%) pasca pembedahan episiotomi.

Nyeri adalah salah satu komplikasi akibat tindakan episiotomi yang dapat memengaruhi psikologis ibu, hal ini dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Kuncahyana, Rahayuningsih & Ambarwati (2013) bahwa adanya pengaruh nyeri episiotomi ibu nifas terhadap psikologis ibu nifas di wilayah Sukodono Sragen. Penanganan nyeri dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis dapat menggunakan analgesik *lignocaine* dan *lidocaine*. Namun analgesik juga memiliki efek sedasi yang menyebabkan rasa pusing dan kantuk setelah pengobatan serta beresiko bagi bayi karena ikut mengalir kedalam peredaran darah yang kemudian berkumpul dalam air susu ibu. Untuk menghindari hal tersebut terapi nonfarmakologis menjadi pilihan yang lebih aman digunakan bagi ibu *postpartum* karena mengurangi resiko dan efek samping serta sejalan dengan proses fisiologis. Salah satu contoh terapi nonfarmakologis yaitu *hydrotherapy* dengan *Sitz Bath*.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah kerja puskesmas Indralaya didapatkan lima orang sampel yang mengalami episiotomi. Tiga diantaranya mengaku tidak percaya diri dan takut melakukan perawatan perineum dan dua orang sisanya tidak tahu cara merawat perineum dan membiarkan rasa nyeri akibat tindakan episiotomi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2010), sebanyak 54,2% ibu hamil mengungkapkan ketakutannya akibat tindakan episiotomi, 71,4% menyatakan keraguannya dalam membersihkan luka episiotomi sendiri tanpa bantuan tenaga kesehatan sementara itu perawatan luka episiotomi dengan benar sangat diperlukan untuk mempercepat kesembuhan luka.

Menyikapi fenomena tersebut, keperawatan telah memberikan penekanan lebih pada peran perawat sebagai pendidik (Sari, 2010). Pendidikan keperawatan sebagai fungsi mandiri dari praktik keperawatan yang bertujuan membantu individu untuk beradaptasi dengan masalah kesehatannya, mencegah komplikasi dan mematuhi program terapi serta belajar untuk memecahkan masalah ketika menghadapi situasi yang baru (Moloku, fiolen & Joulie, 2013).

Menurut Aisyah (2010), pendidikan kesehatan dapat diberikan dengan berbagai metode seperti ceramah, diskusi, pemberian *leaflet*, *booklet*, ataupun praktek langsung sesuai dengan kebutuhan ibu. Pada penelitian ini menggunakan metode *booklet* sebagai media dalam memberikan pendidikan kesehatan pelatihan *Sitz Bath*. Media ini dipilih sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhoirotin, Rahmat & Siswosudarmo (2014) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan *booklet* lebih efektif menurunkan kecemasan pada ibu primigravida yang akan menghadapi persalinan dibandingkan dengan pendidikan kesehatan biasa.

Menurut Lockhart, Anita & Lyndon (2014) terapi *Sitz Bath* meliputi perendaman bagian perineum dalam air hangat atau panas untuk mengurangi ketidaknyamanan serta meningkatkan proses kesembuhan luka dengan cara membersihkan perineum dan anus yang akan membantu meningkatkan sirkulasi darah serta mengurangi inflamasi. Menurut Khairani (2014), *Sitz Bath* dilakukan dilakukan 2 kali dalam 1 hari. Pada hari yang sama satu kali di siang hari dan malamnya satu kali, karena akan terlihat perubahannya jika dibandingkan hanya satu kali. Satu kali sesi terdiri dari alternatif air hangat dan air dingin dengan pengukuran waktu selama 12 menit. Dalam 12 menit terdiri dari 3 siklus, yaitu 2 menit dalam air hangat dan lalu di ganti dengan air dingin, diulangi sampai 3 kali atau tergantung dengan tingkat keparahan penyakit. Sedangkan Menurut Lockhart, Anita & Lyndon (2014) *Sitz Bath* dilakukan antara 15-30 menit.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan *Quasi-experiment* dengan pendekatan *non-equivalent control group design*. Responden dalam penelitian ini adalah 32 orang ibu postpartum yang terdiri dari 16 orang kelompok intervensi dan 16 orang kelompok kontrol, selanjutnya ibu nifas diminta mengisi skala nyeri *NRS (Numerical Rating Scale)* yang terdiri dari skala 0s/d 10. Penelitian ini dimulai dari studi pendahuluan dilakukan pada bulan Januari, seminar proposal dilakukan pada tanggal 12 Maret 2015, pengambilan data dan penelitian dilakukan pada 12 April- 7 Mei 2015 dan pengolahan data dilakukan pada bulan Juni 2015.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Indralaya di salah satu klinik bersalin pada tahun 2015 sebanyak 32 orang dengan teknik pengambilan sampel *incidental sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner yang diisi langsung oleh responden. Kuesioner berupa lembaran yang berisi angka dari rentang 0-10 dengan 0 tidak nyeri, 5 nyeri sedang dan 10 nyeri hebat.

HASIL PENELITIAN

No. REG. PUBLIKASI DOSEN UPKK FAKULTAS KEDOKTERAN UNSRI	
TGL.	26 Juli 2016
No REG.	04 28 09 01 15 01
	20179



Tabel 1
Distribusi Nilai Tengah Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan Pelatihan Sitz Bath (n=16)

Variabel	Median	Min-max.
Sebelum	7	5-9
Setelah	3,5	2-5

Berdasarkan tabel 1.1 skala nyeri tertinggi sebelum diberikan pelatihan Sitz Bath yaitu skala 9 sedangkan setelah diberikan perlakuan Sitz Bath intensitas nyeri mengalami perubahan dengan skala tertinggi adalah skala 5. Artinya, terjadi penurunan intensitas nyeri pada kelompok intervensi dengan selisih antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan Sitz Bath berdasarkan skala nyeri adalah 4.

Tabel 2
Distribusi Nilai Tengah Skala Nyeri Pre-test dan Post-test Pada Kelompok Kontrol (n=16)

	Median	Min-max.
pre-test	7	5-9
post-test	4,5	3-6

Berdasarkan tabel 4.2 Intensitas nyeri tertinggi sebelum dilakukan intervensi adalah skala 9. Pada penilaian intensitas nyeri yang terakhir atau post-test skala nyeri tertinggi adalah skala 6. Ini berarti terjadi penurunan intensitas nyeri pada kelompok kontrol berdasarkan skala nyeri dengan selisih 3 antara pre-test dan post-test.

Tabel 3
Perbedaan Skala Nyeri pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=32)

	n	Mean Rank	P value
intervensi	16	20,62	0,010
kontrol	16	12,38	

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji non-parametrik *Mann-Whitney* didapatkan nilai mean untuk kelompok intervensi lebih besar dari pada kelompok kontrol ($20,62 > 12,38$). Hasil p value=0,010 lebih kecil dari $\alpha=0,05$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan yang *significant* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada tindakan pelatihan Sitz Bath terhadap intensitas nyeri ibu nifas *post episiotomy* di Wilayah Kerja Puskesmas Indralaya, sehingga dapat disimpulkan bahwa Sitz Bath sedikit lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dibandingkan tanpa diberikan perlakuan.

PEMBAHASAN

Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Intervensi.

Berdasarkan uji statistik distribusi nilai tengah intensitas nyeri dari 16 orang responden sebelum dilakukan intervensi yaitu 7, hal ini didapat berdasarkan jumlah kuesioner dari jawaban responden menunjukkan nilai dengan rentang skala 5-9. Intensitas nyeri yang paling banyak dirasakan responden berdasarkan jawaban kuesioner adalah skala 8. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 7 dari 16 responden mengalami nyeri subjektif skala 8.

Perbedaan skala Nyeri pada Kelompok Kontrol dan Intervensi.

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada intensitas nyeri responden dalam kelompok kontrol dan intervensi yaitu $p\text{ value} = 0,010$ ($p < 0,05$). Maka H_0 ditolak, artinya dengan adanya pemberian pelatihan *Sitz Bath* lebih efektif menurunkan intensitas nyeri pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

Jika dilihat dari nilai tengah, maka kedua kelompok mengalami penurunan intensitas nyeri, hal ini dikarenakan Faktor lain dalam penelitian ini yang mempengaruhi kecepatan penyembuhan luka episiotomi yaitu usia, penyembuhan luka lebih cepat terjadi pada usia muda dari pada orang tua. Orang yang sudah lanjut usianya tidak dapat mentolerir stres seperti trauma jaringan atau infeksi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia ibu tidak ada yang melebihi dari usia 35 tahun.

Paritas ibu juga dapat mempengaruhi nyeri *post* episiotomi. Ini dibuktikan dari hasil penelitian bahwa ibu dengan paritas 2 mengalami penurunan nyeri yang signifikan dan lebih mampu beradaptasi dengan nyeri berdasarkan pengalaman masa lalunya. Apabila seseorang perawatan telah melahirkan anak yang kedua kali dan seterusnya umumnya dapat melakukan perawatan perineum dengan baik karena mereka telah memperoleh pengalaman dan informasi pada kelahiran anak sebelumnya sehingga peneliti berasumsi bahwa penurunan intensitas nyeri pada kelompok kontrol dapat terjadi karena faktor proses penyembuhan luka, usia dan paritas ibu.

SIMPULAN

Secara statistik yaitu berdasarkan nilai tengah pada kedua kelompok intervensi dan kontrol tidak terdapat perbedaan karena keduanya mengalami penurunan, namun jika dilihat dari uji statistik antara kelompok intervensi dan kontrol tetap terdapat perbedaan dengan nilai $p = 0,010$ ($p < 0,05$).

SARAN

Hasil penelitian ini sebaiknya dapat dijadikan sebagai informasi bagi penyusunan kebijakan di Wilayah kerja Puskesmas Indralaya, sehingga dapat meningkatkan pelayanan dalam memberikan pelayanan kesehatan ibu nifas *post* episiotomi. Bagi institusi pendidikan, *Sitz Bath* dapat dimasukkan kedalam program untuk membantu penatalaksanaan nyeri ibu nifas *post* episiotomi. Untuk peneliti selanjutnya agar mengevaluasi intensitas nyerinya setiap sebelum dan setelah diberikan perlakuan *Sitz Bath*. Mencari sejauh mana pengaruh faktor-faktor yang berhubungan dengan intensitas nyeri dalam pengaplikasian *Sitz Bath* untuk mengatasi nyeri ibu nifas *post* episiotomy serta melengkapi keluasaan data dengan menggunakan data kualitatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah. (2010). Pengaruh Pemberian Paket Pendidikan Kesehatan Perawatan Ibu Nifas (PK-PIN) yang dimodifikasi terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Postpartum Primipara dalam Merawat Diri Di Palembang. Tesis: Universitas Indonesia. Tidak dipublikasikan. Diakses tanggal 30 Januari 2015
- Arovah, N.I. (2010). *Dasar-dasar Fisioterapi pada olahraga*. Yogyakarta: Universitas Yogyakarta
- Hasmita, M., Roeshadi, R.H., Tala, M.R. (2011). Efektivitas Bladder Training *Sitz Bath* terhadap Fungsi Eliminasi Berkemih Spontan pada Ibu Postpartum di RSUP.H.Adam Malik-RSUD. Dr.Pringadi Medan dan RS.Jejaring. Universitas Sumatera Utara. *Resipatory journal*.

Khairani, N. Retensi Urin

Kuncabiyana, D., Rahayuning Nifas terhadap Psikologis Ibu seminar nasional 2013 menuju masyarakat

Maschhari, Anita L. & Lyndon S. (2014). *Asuhan Kebidanan*

Mananba, Ida Bagus Gede. (2011). *Buku Ajar Pengantar Kuliah Teknik Operasi Obstetri dan Episiotomy di BPM Puji Setiani Tegal Mulyo Mojosongo Surakarta. Karya Tulis Ilmiah. Tidak di Publikasikan. Diakses tanggal 29 Juni 2015.*

Moloku, fiolen, B. & Joulie, S. (2013). Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Luka Perineum Post Penyembuhan Luka Episiotomi pada Ibu Post Partum di ruangan IRINA D Bawah RSUP Prof Dr. r. d Kandou Malalayang. *Ejournal keperawatan(E-kep)*, 1(1), 2

Mukhoirotn, Rahmat & Siswosudarmo. (2014). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Kecemasan Primigravida dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi, volume (1), 3, ISSN 2302-836X*

Ni, S. (2009). Kejadian Infeksi Luka Episiotomi dan Pola Bakteri pada Persalinan Normal di RSUP. H. Adam Malik Dan RSUD Dr. Pimgadi Medan. *Thesis: USU Respiratory*

Pri, N. K. (2010). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Perawatan Perineum terhadap Kesembuhan Luka Episiotomi Klien Postpartum di BKIA Aisyiyah. Bagian Keperawatan Medikal Bedah FK UMY. *e-journal*

R, Y. (2014). Effectiveness of Moist Heat and Dry Heat Application on Healing of Episiotomy Wound. *Asian Journal of Multidisciplinary studies, Volume 2, (7), 2321-8819*

Sdani, N.E.K. (2015). Pengaruh pemberian daun binahong terhadap Kualitas luka perineum pada ibu nifas di rumah sakit Syarifah ambarni rato ebuh bangkalan. *e-journal*