

PENGARUH KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI LUKA EPISIOTOMI PADA IBU POSTPARTUM

Kasiati

Department of Nursing Poltekkes Kemenkes Malang

Correspondence author's email: kasiatilawang@gmail.com

Abstract

Every mother who has undergone a labor process with a perineal wound will feel pain, caused by a spontaneous perineal tear. Wounds in the perineal area are often a problem for postpartum mothers. The pain discomfort experienced by postpartum mothers causes mothers to be afraid to move after delivery. This study was conducted to determine the effect of giving warm water compresses to reduce wound pain in episiotomy. By using the keywords (((postpartum) AND pain decreased) AND episiotomy wound) AND warm compress) in the google scholar and pubmed databases. Selection of 4 articles was conducted using JBI Critical Appraisal tools. Articles are taken from a reputable database, 1 article is taken from the Pudmed database, while 3 articles are taken from the Google Scholar database. The selection was taken by taking into account the PICOS framework, then 4 articles were analyzed by Quasi-Experimental Study and 1 article was analyzed by Randomized Control Trials. Article 1 uses the Mann Whitney test statistical approach for bivariate and multivariate analysis, article 2 uses the Mann Whitney test approach with a two group pretest and posttest design, article 3 uses the Wilcoxon statistical test with bivariate and univariate analysis techniques, article 4 uses a randomized clinical trial with SPSS (Software Statistics) with T test and ratio test. There was a difference in the intensity of pain before and after warm water compresses were applied to postpartum mothers. Giving warm water compresses is recommended to reduce episiotomy wound pain but does not rule out the possibility that cold water compresses are also another alternative in providing interventions to reduce pain, because it causes blood vessel contraction (vasoconstriction), reduces blood flow to the wound area so that can reduce the risk of bleeding and oedema, cold compresses cause an analgesic effect by slowing the speed of nerve conduction so that fewer pain impulses reach the brain. For this reason, future researchers can compare the two interventions.

Keywords: Postpartum and decreased pain and episiotomy wound and warm compress

Abstrak

Setiap ibu yang telah menjalani proses persalinan dengan luka perineum akan merasakan nyeri, di akibatkan oleh robekan perineum yang di buat secara spontan. Luka pada area perineum sering menjadi masalah pada ibu postpartum, Ketidaknyamanan nyeri yang di alami ibu post partum menyebabkan ibu takut untuk bergerak setelah persalinan. Studi ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan nyeri luka pada episiotomi. Dengan menggunakan keyword (((postpartum) AND pain decreased) AND episiotomy wound) AND warm compress) pada database google scholar dan pubmed. Dilakukan seleksi terhadap 4 artikel menggunakan JBI Critical Appraisal tools. Artikel diambil dari data base bereputasi yaitu 1 artikel diambil dari data base Pudmed, sedangkan 3 artikel diambil dari data base Google Scholar. Penyeleksian diambil dengan memerhatikan PICOS framework, kemudian 4 artikel dianalisis dengan Quasi-Eksperimen Study dan 1 artikel dianalisis dengan Randomize Controll Trials. Artikel 1 menggunakan pendekatan statistik uji Mann Whitney untuk analisis bivariat dan analisis multivariat,

artikel 2 menggunakan pendekatan uji *Mann Whitney* dengan rancangan two group pretest dan posttest, artikel 3 menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dengan teknik analisa bivariat dan univariat, artikel 4 menggunakan menggunakan uji klinis acak dengan *SPSS (Software Statistik)* dengan uji T dan uji rasio. Adanya perbedaan terhadap intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat pada ibu postpartum. Pemberian kompres air hangat lebih disarankan untuk mengurangi nyeri luka episiotomy tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa kompres air dingin juga menjadi alternatif lain dalam pemberian intervensi untuk mengurangi rasa nyeri, karena menyebabkan pengecilan pembuluh darah (vasokonstriksi), mengurangi aliran darah ke daerah luka 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. Untuk itu peneliti selanjutnya bisa membandingkan kedua intervensi tersebut.

Kata kunci : Postpartum dan nyeri menurun dan luka episiotomy dan kompres hangat

PENDAHULUAN

Setiap ibu yang telah menjalani proses persalinan dengan luka perineum akan merasakan nyeri, di akibatkan oleh robekan perineum yang di buat secara spontan. Luka pada area perineum sering menjadi masalah pada ibu postpartum, Ketidaknyamanan nyeri yang di alami ibu post partum menyebabkan ibu takut untuk bergerak setelah persalinan. Bagi ibu yang pernah melahirkan, nyeri persalinan merupakan nyeri yang paling menyakitkan apalagi bagi ibu-ibu yang baru pertama kali merasakannya (Trirestuti, 2018). Berkaitan dengan nyeri pada luka episiotomy yang menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan, maka penanganan dengan kompres air hangat perlu dilakukan.

Menurut WHO hampir 90% proses persalinan normal mengalami luka robekan pada perineum. Sekitar 85% wanita yang melahirkan spontan mengalami trauma perineum berupa 32-33% karena tindakan episiotomi. Penelitian telah menunjukkan tingkat episiotomi yang tinggi di banyak negara berkembang. Di masa lalu, angka ini dilaporkan 62,5% di Amerika Serikat, 80% di Argentina, dan 30% di Eropa. Namun, setelah serangkaian perubahan klinis di banyak unit kebidanan di Amerika, angka persalinan pervaginam dengan episiotomi, yang 60,9% pada 1979, turun menjadi 24,5% pada 2004. Di Indonesia prevalensi ibu nifas yang mengalami luka perineum di pada golongan umur 20-30 tahun yaitu 63% sedangkan pada ibu bersalin dengan usia 31- 39 tahun sebesar 37% Sedangkan di Indonesia pada tahun 2014 angka kejadian robekan perineum adalah 67,2%,angka ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu 60% pada tahun 2013 (WHO,2014)

Ketidaknyamanan yang di akibatkan dari luka episiotomy dapat menimbulkan rasa nyeri, hal itu merupakan salah satu factor yang membuat ibu mengalami ketakutan untuk melakukan mobilisasi dini. Padahal mobilisasi dini sangat penting untuk melancarkan pengeluaran lokea, mengurangi infeksi pada luka, mempercepat pemulihan alat kandungan, melancarkan peredaran darah, dan akan mempercepat penyembuhan luka.

Dampak dari mobilisasi yang terganggu dapat menyebabkan subinvolusi, pengeluaran lokea yang tidak lancar dan perdarahan post partum . Luka perineum akan mengganggu ibu untuk berinteraksi dengan si bayi , membuat ibu lebih rentan terkena infeksi dan kemungkinan akan menyebabkan terjadinya perdarahan jika laserasi perineum tidak dipantau dengan baik. Rasa nyeri laserasi bisa menimbulkan dan mempengaruhi kesejahteraan perempuan secara fisik, psikologis dan sosial baik secara langsung maupun dalam jangka panjang. Ada tiga faktor psikologi yang mempengaruhi dimensi nyeri yaitu sensori diskriminasi, motivasi dan evaluasi kognitif yang akan saling berinteraksi untuk menghasilkan informasi, persepsi yang akan mempengaruhi pola kompleks tentang karakter nyeri.

Banyak sekali metode untuk mengatasi nyeri luka perineum baik secara farmakologi atau non farmakologi. Metode dalam mengatasi nyeri secara non farmakologi lebih efektif dibandingkan dengan metode farmakologi. Ada juga metode farmakologi berpotensi memberikan efek samping bagi ibu seperti memberikan efek analgetik asam mefenamat bisa menyebabkan nyeri pada lambung ibu . Penanganan nyeri secara farmakologi beresiko juga bagi bayi karena masuk kedalam peredaran darah yang terkumpul pada air susu ibu seperti reaksi alergi dan diare pada bayi . Untuk metode non farmakologi lebih aman diterapkan karena mempunyai risiko yang lebih kecil, tidak menimbulkan efek samping serta menggunakan proses fisiologis . Terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri antara lain distraksi, hipnosis diri, mengurangi persepsi nyeri, stimulasi kutaneus, pemberian kompres hangat dan kompres dingin.

Solusi yang dapat di tawarkan yaitu menggunakan salah satu metode non farmakologi pilihan yang paling sederhana yang dapat di gunakan untuk mengatasi nyeri dan ketidaknyamanan terutama ibu post partum dengan nyeri luka perineum adalah dengan menerapkan penggunaan kompres hangat. Kompres hangat ini bekerja dengan memblokir transmisi stimulus nyeri sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit.

Berdasarkan jurnal yang telah di review teknik kompres hangat dan efektifitas kompres hangat untuk mengurangi nyeri laserasi perineum masih terbatas, sehingga penulis tertarik mereview, menjelaskan dan menguraikan berdasarkan jurnal yang akan di teliti dengan judul pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri luka episiotomi pada ibu postpartum.

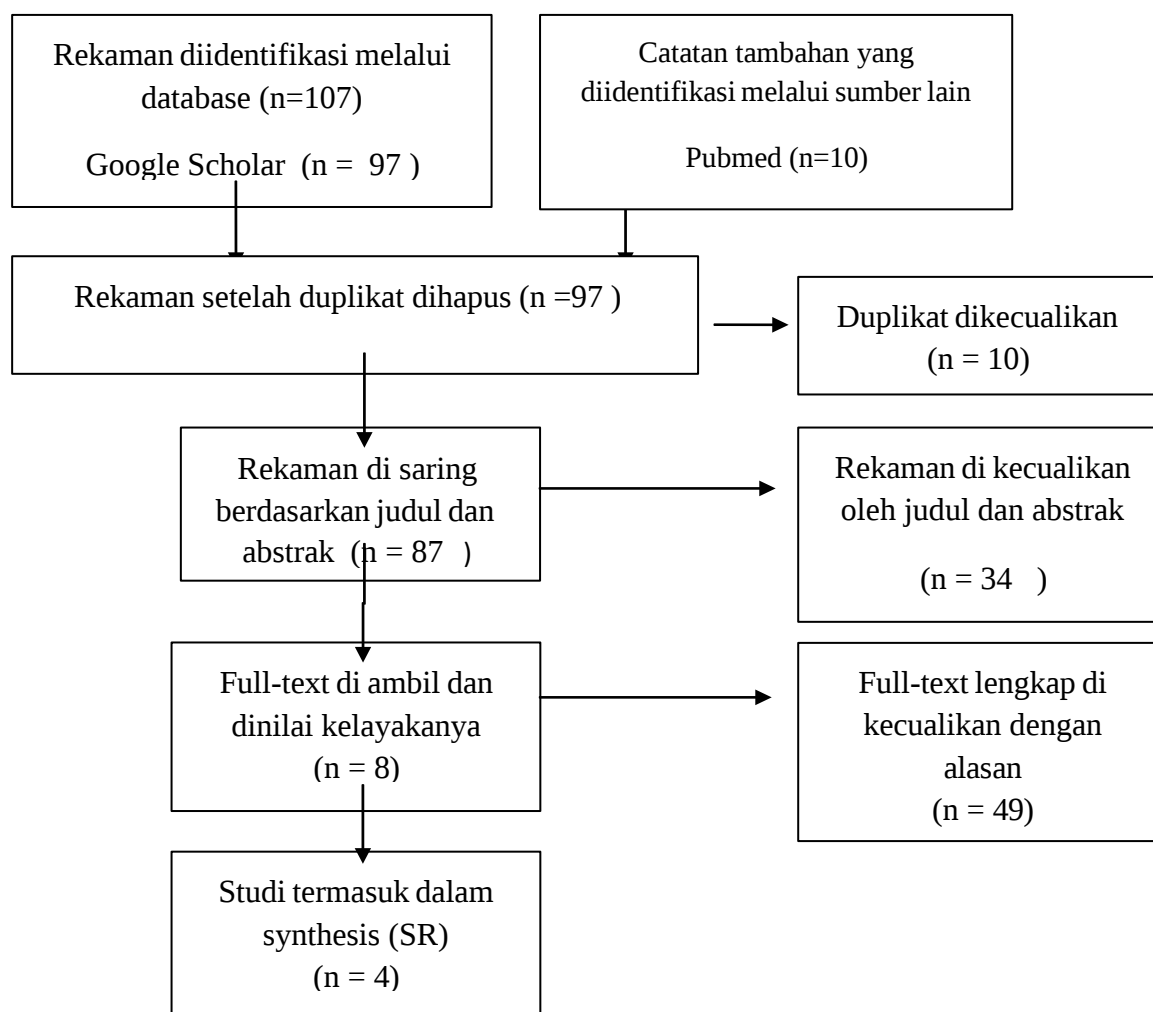
METODE

Desain penelitian ini adalah literature review, rangkaian menyeluruh dalam bentuk literatur review mengenai pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri pada ibu postpartum. Protokol dan evaluasi dari literatur ini akan menggunakan diagram prisma flowchart untuk penyelesaian studi yang telah disesuaikan dengan topiknya . Penelitian ini menggunakan database google scholar dan Pubmed.

HASIL

Pencarian literature review dengan judul “Pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri luka episiotomi pada ibu post partum” menggunakan database, google scholar dan pubmed dengan keywords Postpartum dan nyeri menurun dan luka episiotomy dan kompres hangat. Pencarian literature review ini dilakukan pada bulan september sampai oktober tahun 2020. Hasil pencarian yang sudah didapatkan 107 artikel kemudian di lihat catatan duplikatnya dan di temukan 97 artikel, kemudian di saring berdasarkan abstrak menjadi 87 artikel, lalu di kecualikan oleh judul dan abstrak dengan berbagai alasan artikel exclude tidak membahas sesuai topik 34 dan full text tetapi exclude juga 49 . Lalu di saring kembali berdasarkan full text dan di nilai sesuai kelayakan menjadi 8, dan studi termasuk dalam sintesis adalah 4 jurnal.

Mendokumentasikan Dalam Prisma Flowchart



Gambar 1 Diagram *flow* pemilihan artikel

No	Author Nama Jurnal, Vol, No, Tahun	Judul Jurnal	Metode (Tujuan, Metode, Populasi, Sample, tempat dan waktu penelitian, variabel, instrumen, Analisis)	Hasil	Database
1	EllySusilawati, Wita Raniva Ilda, <i>JOMIS (Journal Of Midwifery Science)</i> ISSN : 2549- 2543 Vol 3. No.1, Januari 2019 E-ISSN : 2579-7077	Efektifitas Kompres Hangat dan Kompres dingin terha dap intensitas nyeri luka perineum pada ibu post partum di BPM siti julaeha pekanbaru	Tempat dan waktu : BPM Siti Julaehah Pekan baru bulan Januari-Juni 2018. Variabel : Dependen dan independen Instrumen: 20-30 responden di beri lembar observasi kemudian di isi sesuai dengan (nama, usia, jenis kelamin) Analisis data : Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Alat ukur yang digunakan yaitu Numerical Rating Scale (NRS) dengan rate 4	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara terapi kompres hangat dan kompres dingin dengan perbedaan penuruna n intensitas nyeri dengan nilai rata-rata 1,33 lebih kecil dibandingkan rata- rata kompres hangat 2,60 dengan <i>p value</i> 0,003 ($p < 0,05$). Terapi kompres dingin lebih efektif dalam mengatasi nyeri luka perineum pada ibu post partum dibandingkan dengan terapi kompres hangat. Terapi kompres dingin dapat dijadikan sebagai terapi alternative untuk mengatasi nyeri luka	Google Scholar

				perineum pada ibu post partum.	
2	Risza Choirunissa, Suprihatin Isna Oktafia <i>Vol. 3 No. 6 Oktober 2019</i> <i>ISSN : 2089-4228</i>	Efektifitas kompres hangat dan dingin terhadap nyeri laserasi perineum pada ibu postpartum primipara di depok 2019	Sampel: Jumlah sampel penelitian yaitu 30 orang, 15 orang kelompok kompres hangat dan 15 orang kelompok kompres dingin. Tempat dan waktu : Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari - Maret 2019. Variabel : Dependen dan Independen Instrumen: 20-30 responden di beri Lembar konsul,dan lembar observasi kemudian di isi sesuai dengan (nama,usia,jenis kelamin) Analisis data : Purposive sampling. Alat ukur yang digunakan yaitu Numerical Rating Scale (NRS). Dengan rate 4	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara terapi kompres hangat dan kompres dingin dengan perbedaan penurunan intensitas nyeri dengan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$) sesudah dilakukan kompres dingin sedangkan, nilai $p = 0,575$ ($p > 0,05$) sesudah dilakukan kompres hangat. <i>p value</i> 0,003 ($p < 0,05$).	Google Scholar

3	YollamAsmaul Nufra, Azimar <i>Journal of Healthcare Technology and Medicine</i> Vol. 5 No. 2 Oktober 2019 Universitas Ubudiyah Indonesia e- ISSN : 2615-109X	Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif di bidan praktek mandiri	Tujuan: Untuk mengetahui pentingnya memberikan rasa nyaman atas rasa nyeri teknik kompres hangat, pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin. Metode: Preeksperimental design dengan pendekatan one group pretest posttest Populasi: Seluruh ibu inpartu kala I fase aktif Sampel: 30 orang ibu inpartu kala I fase aktif. Instrumen: 20-30 responden di beri Lembar analisa data kemudian di isi sesuai dengan (nama,usia,jenis kelamin) Analisis data : Teknik analisa data univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan uji wilcoxon.	Hasil menunjukkan adanya pengaruh penggunaan kompres hangat terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif. Adapun hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa dari 30 responden, 27 diantaranya mengalami penurunan rasa nyeri, 3 responden lainnya memiliki skala nyeri sama baik sebelum maupun sesudah intervensi.	Google Scholar
---	--	--	---	--	-----------------------

4	Marzieh Akbarzadeh; Faride Vaziri, MSc; Mahnaz Farahmand, MSc; Zahra Masoudi, MSc; Sedigheh Amooee, MD; and Najaf Zare, PhD, <i>Article in Advances in skin & wound care · January 2016</i> DOI:10.1097/01.ASW.000 0476073.96442.91	The Effect of Warm Compress Bistage Intervention on the Rate of Episiotomy, Perineal Trauma, and Postpartum Pain Intensity in Primiparous Women with Delayed Valsalva Maneuver Referring to the Selected Hospitals of Shiraz University of Medical Sciences in 2012-2013	Tujuan: this study aimed to investigate the effect of warm compress bistage intervention on the rate of episiotomy, perineal trauma, and postpartum pain intensity in the primiparous woman with delayed Valsalva maneuver Metode: In this randomized clinical trial Populasi: The inclusion criteria were as follows: primiparous state, 18 to 35 years of age, gestational age of 37 to 42 weeks, singleton pregnancy, cephalic presentation, fetal weight between 2000 and 3500 g, insuffering pelvic stenosis and any other diseases, he- moglobin level of greater than or equal to 11 mg/ dL, lack of any perineal or vaginal lesions, Sampel: The study samples were selected from the women referring to Zeinabiyeh, Shoushtari, and Hafez Hospitals in Shiraz, Iran, for vaginal delivery using purposive sampling.	The results revealed asinificant difference between the intervention and control groups regarding the frequency of intact perinea (27% vs 6.7%) and the frequency of episiotomy (45% vs 90.70%). In addition, the frequency of the location of rupture (P = .019), mean length of episiotomy incision (P = .02), and mean intensity of pain the day after delivery (P G .001) were significantly lower in the intervention group compared with the control group. However, the rate of ruptures was higher in the intervention.	Pubmed
---	---	--	--	--	--------

			Palace and Time : Selected Hospital of Shiraz University of Medical Sciences 2012- 2013 Instrument : Observation sheet for 20-30 respondent Data Analysis: In randomized clinical trials		
--	--	--	---	--	--

PEMBAHASAN

Respon nyeri luka episiotomy pada ibu postpartum terjadi karena berbagai macam faktor yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pola makan, pola hidup dan stres. Banyak cara yang bisa dilakukan untuk mengobati baik secara farmakologis ataupun non- farmakologis. Dengan pemberian kompres air hangat pada area luka dan punggung bagian belakang sehingga terapi ini dapat dilakukan tanpa bantuan orang lain.

Pada penelitian ini di dapatkan 4 jurnal yang memenuhi kriteria inklusi, yang memiliki kesamaan yaitu semua jurnal membahas tentang pengaruh kompres air hangat terhadap nyeri luka episiotomy. Dari keempat jurnal ini semuanya memiliki hasil yang sama yaitu terdapat penurunan nyeri setelah diberikan intervensi.

Berdasarkan hasil review dari 4 jurnal bahwa kompres air hangat pada luka episitomi dalam jurnal 1 dapat di lakukan sehari satu kali dengan waktu 10 menit, sedangkan pada jurnal 2 dapat di lakukan sehari sekali juga dengan waktu 15 menit, lalu pada jurnal 3 dan 4 di lakukan sehari dua kali pada pagi dan sore hari dengan durasi waktu 15 menit di lakukan pada area punggung belakang pasien.

Pada jurnal 1,2 dan 4 di dapatkan bahwa ada hasil mengenai penurunan skala nyeri pada ibu dengan luka episiotomy yang di lakukan pengompresan di bandingkan dengan yang tidak di lakukan pengompresan. Berdasarkan hasil analisa statistik dengan uji Mann Withney dengan skala ukur *Numerical Rating Scale* (NRS) 1-10 . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara responden yang di lakukan terapi kompres hangat dan yang belum di lakukan dengan perbedaan penurunan intensitas nyeri lebih kecil rata-rata kompres hangat 2,60 dengan *p value* 0,003 ($p < 0,05$) . Hal ini sejalan dengan teori pada jurnal ke 2 (Potter,Patricia 2012). Adanya penurunan skala nyeri dan nilai rata-rata intensitas nyeri luka perineum sebelum dan setelah kompres hangat tersebut disebabkan karena kompres hangat ini bekerja dengan memblok transmisi stimulus nyeri sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Kompres hangat memiliki dampak fisiologis bagi tubuh, yaitu pelunakan jaringan fibrosa, mempengaruhi oksigenisasi jaringan sehingga dapat mencegah kekakuan otot, vasodilatasi dan memperlancar aliran darah, sehingga dapat menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri.

Teori ini di buktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Manurung,Suryani 2012) dengan judul “Pengaruh kompres dingin terhadap tingkat nyeri luka perineum”, menyatakan bahwa tingkatan nyeri sebelum dilakukan kompres dingin adalah 50% ibu merasakan nyeri berat dan 50% lainnya merasakan nyeri sedang, hasil setelah diberikan kompres dingin adalah nyeri ringan 90% dan nyeri sedang 10%.

Teori lainya juga di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Penelitian yang terkait juga dilakukan (Abraham, Child A, Ferry J, et al. Recovery after childbirth: a preliminary prospective study. Med J Aust 1990)

studi, 67% subjek menjalani episiotomi garis tengah, dan sisanya menjalani episiotomi mediolateral. Dalam penelitian ini, prevalensi episiotomi secara signifikan lebih rendah pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil menunjukkan efek yang cukup besar dari kompres hangat pada pengurangan nyeri laserasi dan trauma perineum dengan interval kepercayaan 95%.

Teori lain juga di buktikan dengan teori dari (Gate Control Theory oleh Melzack dan Wall 1965), yang menyatakan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dibuka dan impuls dihambat saat pertahanan ditutup. Upaya menutup pertahanan tersebut terjadi saat dilakukan kompres panas yang dapat menghambat impuls nyeri yang akan disampaikan ke otak untuk dipersepsikan. Kompres hangat merupakan salah satu pengobatan non farmakologi yang dapat membantu meredakan rasa nyeri, kaku dan spasme otot. Efek fisiologis terapi panas terhadap hemodinamik mampu meningkatkan aliran darah, vasodilatasi meningkatkan penyerapan nutrisi, leukosit dan anti bodi dan meningkatkan pembuangan sisa metabolik dan sisa jaringan sehingga membantu resolusi kondisi inflamasi.

Dalam teori (Potter and Perry 2006 dalam Nengah dan Suryatini 2013) pemberian kompres panas menimbulkan efek hangat serta efek stimulasi kutaneus berupa sentuhan efek ini dapat menyebabkan terlepasnya endoprin sehingga memblok transmisi stimulus nyeri cara kerjanya adalah rangsangan panas pada daerah lokal dan merangsang reseptor bawah kulit dan mengaktifkan transmisi serabut sensori A lebih besar dari pada sensori C , proses ini menurunkan transmisi nyeri yang berdiameter kecil keadaan demikian menimbulkan gelombang sinap menutup transmisi impuls nyeri. Menurut Guyton dan Hall (2007) dalam Nengah dan Suryati (2013) ketika panas diterima reseptor impuls akan diteruskan menuju hipotalamus akan terjadi reflek penghambat simpatis dan membuat pembuluh darah berdilatasi.

Berdasarkan fakta dan teori, menurut peneliti terdapat penurunan nyeri luka sebelum di lakukan kompres air hangat dan sesudah di lakukan kompres. Pemberian kompres air hangat yang di berikan pada sekitar area luka dan punggung bagian belakang untuk mengurangi nyeri luka episiotomy pada ibu post partum, dengan efek panas yang di salurkan lebih efektif, dapat mengurangi rasa nyeri dengan cepat, sehingga memperlancar dan mengurangi kekakuan otot sehingga menimbulkan rasa nyaman walau respon yang di berikan berbeda-beda. Sehingga dari hasil penelitian tersebut terdapat perbedaan dan pengaruh yang signifikan pada rasa nyeri sebelum dan sesudah di berikan kompres air hangat, di karenakan manfaat dari kompres hangat yag memberikan rasa nyaman pada ibu.

Keterbatasan dalam penulisan ini adalah terjadinya bias duplikasi dalam proses pencarian jurnal dan menganalisis jurnal dengan kriteria inklusinya. Dalam penelitian ini, pemilihan artikel sangat tergantung pada kata kunci yang dimasukkan dalam pencarian database. Tidak semua artikel yang diperoleh dapat dilakukan review, karena beberapa artikel tidak

memenuhi kriteria inklusi. Melihat jumlah artikel terbatas, kriteria pengambilan akhirnya di turunkan. Setelah menurunkan tahun publikasi, akhirnya artikel yang didapat berjumlah empat artikel. Selain itu artikel yang di dapatkan ternyata ada yang heterogen dan homogeny dalam lokasi pemberian intervensinya, sehingga pada proses penganalisaan jadi lebih sulit untuk menganalisis keempat artikel tersebut sehingga memerlukan waktu lama untuk penulis membaca ulang keempat artikel itu . Pada artikel 3 tidak menyebutkan karakteristik subjek penelitian secara spesifik hanya di sebutkan beberapa saja sehingga lebih sulit.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian literature review dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh terhadap perbedaan yang signifikan pada rasa nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat yang di ukur menggunakan alat ukur NRS. Hal ini terjadi di karenakan manfaat dari kompres hangat yang dapat memberikan rasa nyaman pada ibu. Menurut asumsi peneliti kompres hangat yang di berikan untuk mengurangi nyeri luka episiotomy pada ibu post partum efek panas yang di salurkan dapat mengurangi rasa nyeri dengan cepat, sehingga memperlancar dan mengurangi kekakuan otot sehingga menimbulkan rasa nyaman walau respon yang di berikan berbeda-beda.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbarzadeh, M., Vaziri, F., Farahmand, M., Masoudi, Z., Amooee, S., & Zare, N. (2016). The Effect of Warm Compress Bistage Intervention on the Rate of Episiotomy, Perineal Trauma, and Postpartum Pain Intensity in Primiparous Women with Delayed Valsalva Maneuver Referring to the Selected Hospitals of Shiraz University of Medical Sciences in . *Advances in Skin and Wound Care*, 29(2), 79–84. <https://doi.org/10.1097/01.ASW.0000476073.96442.91>
- Choirunissa, R., Suprihatin, & Oktafia, I. (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.
- Istiana, S., Rahmawati, A., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh derajat laserasi perineum terhadap skala nyeri perineum pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 53. <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.53-60>
- Nufra, Y. A., & Azimar, A. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Bidan Praktek Mandiri Yulia Fonna Skm Desa Lipah Rayeuk Kecamatan Jeumpakabupaten Bireuen Tahun 2019. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 362. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v5i2.481>
- Palembang, A. A.-S. (2019). AVICENNA ISSN : 1978 - 0664 GAMBARAN PENGETAHUAN IBU BERSALIN KALA I TERHADAP PEMBERIAN KOMPRES AIR HANGAT DALAM MENGURANGI RASA NYERI DI RB

- MITRA ANANDA PALEMBANG TAHUN 2018 Oleh : Marwani A . Angka Kematian Ibu (AKI) berdasarkan SDKI pada . 14(1).
- Rahmawati, E. S. (2013). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPS Siti Alfirdaus Kingking Kabupaten Tuban (The Influence of Cold Compress Towards Perineum Injury of Post-Partum. *Jurnal Sain Med*, 3(2), 43–46.
- Ramadhani Khija, ludovick Uttoh, M. K. T. (2015). No Title?__. In *Ekp* (Vol. 13, Issue 3).
- Suryani Manurung, Ani Nuraini, Tri Riana, Ii Soleha, Heni Nurhaeni, Khaterina Pulina,
 E. R. (2013). Pengaruh Tehnik Pemberian Kompres Hangat Terhadap Perubahan Skala Nyeri Persalinan Pada Klien Primigravida. *Journal Health Quality*, 4(1), 1– 76.
- Susilawati, E., & Ilda, W. R. (2019). Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Bpm Siti Juliaha Pekanbaru. *Journal Of Midwifery Science*, 3(1), 7–14.
- Suyani, S. (2020). Pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 39. <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.39-44>