

PENGARUH SITZ BATH AIR HANGAT TERHADAP LAMA PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU POST PARTUM DI PMB PONIRAH KOTA METRO

INFLUENCE OF WARM WATER SITZ BATH TOWARDSTHE DURATION OF PERINEUM WOUND HEALING ON POST PARTUM MOTHER IN PMB PONIRAH, METRO CITY

Martini¹, Yetti Anggraini^{2*}

¹Prodi Kebidanan Metro, Poltekkes Tanjungkarang, Jl Brigjen Sutiyoso No. 3 Kota Metro, email: martini.mubarok@gmail.com, Indonesia

^{2*}Prodi Kebidanan Metro Poltekkes Tanjungkarang, Jl Brigjen Sutiyoso No.3 Kota Metro, email: y3ty.4w4@gmail.com

ABSTRACT

Background: Tearing a perineal wound during labor usually occurs so that the baby's head can be born quickly. Perineal wounds can be due to spontaneous tears or because of an episiotomy. The incidence of perineal rupture in PMB Ponirah as much as 69% 65% of mothers trip advisor perineal wounds. The impact of perineal rupture can cause pain.

Objective: The purpose of this study was to determine the effect of warm baths on the wounds experienced by postpartum mothers in PMB Ponirah Metro City District.

Methods: This study is a pre-experimental quantitative study with the Static Group Comparison design. The large sample consisted of 30 people, consisting of 15 people as silt bath and 15 people as not silt bath. In this study used the Mann Whitney test.

Results: The results of the study showed the average reserve of bath silt on day 5 and there was no reserve for bathing silt on the 7th day. The result of the effect is the effect of warm baths on the duration of perineal wound healing in postpartum mothers.

Conclusion: Sitz bath can accelerate wound healing and help with perineal pain.

Keywords: *Perineal pain, Perineal wound healing, Sitz bath*

PENDAHULUAN

Luka perineum karena adanya robekan jalan lahir baik karena ruptur maupun karena episiotomi pada waktu melahirkan janin.¹ Prevalensi ibu yang mengalami robekan perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% dan pada ibu umur 32-39 tahun sebesar 62%.² Di BPM wilayah Kecamatan Metro Selatan Kota Metro angka kejadian ruptur perineum spontan yang dialami ibu primigravida pada bulan Januari-Februari tahun 2015 masih sangat tinggi yaitu sebanyak 83 orang (61,5%) dari 135 persalinan normal, sedangkan yang tidak

mengalami ruptur perineum berjumlah 52 orang (38,5%).³ Episiotomi pada ibu primigravida dilakukan atas indikasi perineum kaku, bayi besar, letak sungsang, distosia bahu atau bayi dengan fetal distress.

Penelitian ini terkait dengan pengaruh *sitz bath* dalam penurunan nyeri dan penyembuhan luka pada ibu post partum di mana *sitz bath* yang dilakukan pada ibu post partum berpengaruh terhadap perbaikan yang signifikan dalam penyembuhan luka perineum (spontan dan episiotomi) sebagai skor rata-rata penyembuhan luka episiotomi mengalami penurunan dari $8,26 \pm 2,03$ menjadi $2,70 \pm 0,65$ pada kelompok

eksperimen dan $7,73 \pm 1,61$ - $2,323 \pm 1,47$ pada kelompok kontrol ($p=0,001$). Kelompok eksperimental memiliki perubahan yang lebih besar dalam skor rata-rata nyeri episiotomi dan penyembuhan luka pada hari ke-1.,2, dan hari ke-3 pasca intervensi yang secara statistik signifikan ($p=0,001$) dibandingkan kelompok kontrol.⁴ Hasil penelitian di atas menyimpulkan bahwa ada pengaruh *sitz bath* dalam penurunan nyeri dan penyembuhan luka pada ibu post partum.⁵

Robekan perineum pada semua persalinan biasanya terjadi di garis tengah dan dapat meluas apabila kepala janin lahir terlalu cepat. Penelitian yang pernah dilakukan Anggraini tahun 2015 yang menyatakan bahwa robekan perineum baik spontan dan buatan dapat dicegah dengan dilakukannya pijat perineum.³ Dampak perawatan perineum yang tidak benar dapat mengakibatkan kondisi perineum yang terkena lokhea dan lembab akan sangat menunjang perkembangbiakan bakteri yang dapat menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum.⁶ Munculnya infeksi pada perineum dapat merambat pada saluran kandung kencing ataupun pada jalan lahir yang dapat berakibat pada munculnya komplikasi infeksi kandung kencing maupun pada jalan lahir^{4,6} Penanganan komplikasi yang lambat dapat menyebabkan terjadinya kematian ibu post partum mengingat kondisi ibu masih lemah.⁵ Hasil pra survei yang dilakukan di PMB Ponirah Kota Metro pada tahun 2018

terdapat 169 persalinan normal dengan 133 kasus luka perineum (78,7%).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *sitz bath* dalam penyembuhan luka pada ibu post partum.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian pra eksperimen, dan desain yang digunakan Static Group Comparison. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum dengan luka perineum baik ruptur perineum ataupun episiotomi dengan laserasi derajat dua yang berjumlah populasi sebanyak 30 orang. Besar sampel terdiri dari 30 orang terdiri dari 15 orang sebagai responden *sitz bath* dan 15 orang sebagai kelompok yang tidak dilakukan *sitz bath*. Metode pengambilan sampel purposive sampling. Kriteria inklusi adalah ibu post partum dengan luka perineum derajat dua baik ruptur ataupun episiotomi. Analisis data penelitian ini menggunakan uji Mann Whitney. Penelitian ini dilakukan selama dua bulan, September dan Oktober 2018 di PMB Ponirah wilayah kecamatan Metro Selatan. Ibu post partum dengan derajat dua pada kelompok *sitz bath* diberikan perlakuan *sitz bath* dan dinilai penyembuhan luka setiap dua hari sekali dan pada kelompok yang tidak *sitz bath* tetap dipantau selama 7 hari dan dinilai setiap 2 hari sekali sebagai kelompok kontrol. Hasil penilaian

dibandingkan antara kelompok *sitz bath* dengan kelompok yang tidak *sitz bath*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=30)

No	Karakteristik responden	Jumlah	Presentase
1	Usia :		
	a. 20-35 tahun	25	83,3 %
	b. 36-45 tahun	5	16,7 %
	Jumlah	30	100 %
2	Paritas :		
	a. Primi (1-2)	12	40 %
	b. Multi (3)	18	60 %
	Jumlah	30	100 %
3	Pendidikan :		
	a. SMP	10	33,3 %
	b. SMA	15	50 %
	c. Perguruan Tinggi	5	16,7 %
	Jumlah	30	100 %
4	Pekerjaan :		
	a. Tidak bekerja	27	90 %
	b. Wiraswasta	1	3,3 %
	c. Guru	1	3,3 %
	d. PNS	1	3,3 %
	Jumlah	30	100 %
5	Jenis luka :		
	a. Spontan	29	96,7 %
	b. Episiotomi	1	3,3 %
	Jumlah	30	100 %

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 1 di atas, diketahui bahwa sebagian besar karakteristik responden berusia 20-35 tahun (83,3%), jumlah paritas sebagian adalah multi 60% (18 orang). Pendidikan responden sebagian besar adalah lulusan SMA yaitu sebanyak 50% (15 orang), jumlah pekerjaan terbanyak yaitu ibu yang tidak bekerja sebanyak 90% (27 orang) dan jenis luka responden terbanyak adalah dengan ruptur perineum 96,7% (29 orang).

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 responden yang terdiri dari ibu postpartum di PMB Ponirah Kota Metro Pusat terhadap pengaruh *sitz bath* air hangat terhadap lama penyembuhan luka perineum menggunakan analisis data univariat. Rata-rata lama penyembuhan luka perineum pada masing-masing kelompok *sitz bath* dan kelompok yang tidak dilakukan *sitz bath*.

Tabel 2. Distribusi Rata-rata Penyembuhan Luka Perineum Responden

Variable	Mean
Dilakukan Sitz Bath	5,27
Tidak dilakukan Sitz Bath	6,73

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 2 diketahui rata-rata penyembuhan luka perineum pada kelompok yang dilakukan *sitz bath* yaitu 5,27 atau sembuh pada hari ke-5 dan pada kelompok yang tidak dilakukan *sitz bath* yaitu 6,73 atau sembuh pada hari ke-7.

Sebelum melakukan analisis bivariat peneliti melakukan uji normalitas data terlebih dahulu, berdasarkan test normalitas didapatkan nilai signifikansi pada kelompok *sitz bath* adalah 0,002 dan nilai signifikansi pada kelompok yang tidak *sitz bath* adalah 0.000, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal. Untuk mengetahui pengaruh *sitz bath* terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum dilakukan perhitungan uji statistik Mann Whitney dengan membandingkan rata-rata penyembuhan luka perineum yang dilakukan dan tidak dilakukan *sitz bath* yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Pengaruh Rata-rata Kelompok yang dilakukan dan tidak dilakukan sitz bath

Variable	n	P value
Dilakukan Sitz Bath	15	0,000
Tidak dilakukan Sitz Bath	15	

Sumber: Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis dengan uji Mann Whitney didapatkan hasil p value sebesar 0,000, di mana p value < (0,005) maka H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan sitz bath berpengaruh terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum.

Rata-Rata Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum yang dilakukan dan tidak dilakukan Sitz Bath

Berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden yang dilakukan dan tidak dilakukan *sitz bath* didapatkan hasil rata-rata waktu penyembuhan luka perineum yang dilakukan sitz bath sebesar 5,27 dan rata-rata yang tidak dilakukan *sitz bath* sebesar 6,73, sehingga kelompok yang dilakukan sitz bath penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan yang tidak dilakukan *sitz bath*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Pratibha Khosla bahwa rata-rata penyembuhan luka pada hari pertama adalah 11,3, hari ketiga yaitu 7,5 dan hari kelima adalah 2,95. Menunjukkan bahwa *sitz bath* memiliki efek pada penyembuhan luka episiotomi dan pengurangan rasa sakit daripada tanpa intervensi. *Sitz bath* (rendam duduk) merupakan perendaman daerah tubuh pada panggul dalam air hangat atau

panas. Hal ini digunakan untuk mengurangi ketidaknyamanan terutama setelah penjahitan perineum, wasir dan persalinan.⁷ *Sitz bath* dapat mempromosikan penyembuhan baru dengan membersihkan perineum dan anus, meningkatkan sirkulasi dan mengurangi peradangan dan juga dapat membantu mengendurkan otot lokal.⁴ *Sitz bath* memerlukan pemeriksaan rutin terhadap temperature air serta pemasangan yang benar pada pasien selama perendaman dan segera berpakaian sesudahnya untuk mencegah vasokonstriksi.^{8,9}

Pengaruh Sitz Bath Air Hangat terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum

Hasil uji statistik dengan metode mann whitney, menunjukkan bahwa p value kedua kelompok sebesar 0,000 yang berarti nilai p < (0,05), disimpulkan bahwa ada pengaruh *sitz bath* air hangat terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jyoti Kapoor (2018) mengatakan bahwa *sitz bath* adalah seseorang duduk berendam dalam air hangat (43°C) selama 15-20 menit atau sampai air menjadi dingin⁹. Hasilnya ditemukan bahwa aplikasi *sitz bath* adalah efektif dalam meredakan nyeri episiotomi dan memperbaiki penyembuhan luka (p=0,001).

Hal ini sesuai dengan pendapat Oxorn (2010) menyatakan bahwa terapi panas atau hangat dapat meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh yang mengalami cedera,

meningkatkan pengiriman leukosit dan antibiotik ke daerah luka, meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan, meningkatkan aliran darah, memberikan rasa hangat lokal, meningkatkan pergerakan zat sisa dan nutrisi^{10,11}.

Dengan melakukan *sitz bath*, maka dapat membantu mempercepat proses penyembuhan luka dan mengurangi nyeri perineum¹². Perendaman perineum yang dilakukan dalam air hangat dapat meningkatkan oksigenasi dan nutrisi pada jaringan, menurunkan edema dan mempercepat penyembuhan, meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan, meningkatkan aliran darah, memberikan rasa hangat lokal, meningkatkan pergerakan zat sisa dan nutrisi. Terapi hangat memberikan memberikan efek "*crowding process*" (proses pengacauan) pada sistem saraf karena mengakibatkan rasa nyeri terhambat oleh sensasi suhu yang diterima oleh nerve endings sehingga memberikan efek penekanan atau pengurangan rasa nyeri, selain itu ibu dapat merasakan kenyamanan dan rileks yang didapatkan dari reaksi rendam perineum dalam air hangat, efektif dan sangat mudah untuk ibu praktikkan sendiri dirumah sebagai proses penyembuhan luka dan pengurangan rasa nyeri yang baik^{7,10,13}.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, *sitz bath* merupakan salah satu cara non farmakologi yang aman dan mudah bagi ibu post partum berdasarkan hasil penilaian rata-rata penyembuhan luka perineum yang diberikan perlakuan *sitz bath* 5,27 atau sembuh pada hari ke-5 dan rata-rata penyembuhan luka perineum pada kelompok yang tidak dilakukan *sitz bath* 6,73 atau sembuh pada hari ke 7.

Hasil penilaian belum maksimal dikarenakan waktu penelitian yang cukup singkat yaitu 7 hari atau satu minggu untuk satu responden dan berbagai faktor lain yang mempengaruhi yang tidak diteliti oleh peneliti seperti usia ibu, jumlah paritas, jenis luka, dan berat badan ibu post partum. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan waktu penelitian yang lebih lama serta faktor lain yang berpengaruh terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum.

TERIMA KASIH

1. Warjedin Aliyanto, SKM., M.Kes, Direktur Politeknik Kesehatan Tanjungkarang, email : warjidentalianto@gmail.com
2. Lisa Suarni, S.Kep, M.Kep, Ketua Badan PPM Poltekkes Tanjungkarang, email: lisakaasar@yahoo.co.id

KEPUSTAKAAN

1. Purwoastuti, E., Walyani, E. *Ilmu Obstetri dan Ginekologi Sosial Bagi Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2015.
2. Utami, D. Penerapan Hydroterapi Sitz Bath Air Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Spontan Di Puskesmas Rowokele. Program Studi Diploma III Kebidanan, STIKES Muhammadiyah Gombong; 2017 [diunduh tanggal 19 November 2018]
3. Anggraini, Y., Martini. Hubungan Pijat Perineum Dengan Robekan Jalan Lahir Pada Ibu Bersalin Primipara Di Bpm Kecamatan Metro Selatan Kota Metro; 2015 [diunduh tanggal 17 November 2018]
4. Tintasia, dkk. Pengaruh Pelatihan Sitz Bath Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Nifas Post Episiotomi, Mahasiswa PSIK Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Dosen PSIK Kedokteran Universitas Sriwijaya; 2015 [diunduh 10 Oktober 2018]
5. Sukisno, A. Lama Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum yang melakukan Senam Nifas di Polindes Ngembah Dlanggu Kabupaten Mojokerto; 2014 [diunduh 17 Juli 2018]
6. Meirianti, dkk. Effects os Self Prenatal Care Intructions On Episiotomy Pain And Wound Healing of Postpartum Women, Makalah Seminar Jurnal RSUD Banyumas, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto; 2015 [diunduh tanggal 1 Oktober 2018]
7. Amandeep, dkk. Effect of Sitz Bath in Reduction of Episiotomy Pain and Wound Healing Among Postnatal Mothers, *International Journal of Current Research*; 2015
8. William, L., Wilkins. *Nursing Procedures*. 5th ed. Philadelphia; 2009. Hal. 909
9. Kapoor, J., Rita. A Comparative Study to Assess the Effectiveness of Medicated and Non-Medicated Sitz Bath on Episiotomy Wound Healing Mong Postnatal Mothers at Govt. Smgs Maternity Hospital, MedCrave *International Journal of Pregnancy & Child Birth*. Oklahoma; 2018
10. Khosla, Pratibha, Effect of Sitz Bath on Episiotomy Wound Healing and Level of Pain among Post Natal Mothers, Siksha 'O' Anusandhan University, Odisha; 2013
11. Oxorn, H., Forte, W. *Ilmu kebidanan: Patofisiologi & Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: Yayasan Essentia Medica (YEM); 2010
12. Sangadah, K. Penerapan Sitz Bath Menggunakan Air Rebusan Daun Belimbing Wuluh Dalam Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum di BPM Aning Frianti Jatijajar. Program Studi Diploma III Kebidanan, STIKES Muhammadiyah Gombong; 2017 [diunduh tanggal 19 November 2018]
13. Meirianti, dkk. Effects os Self Prenatal Care Intructions On Episiotomy Pain And Wound Healing of Postpartum Women. Makalah Seminar Jurnal RSUD Banyumas, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto; 2015 [diunduh tanggal 13 September 2018]