

PRODI SARJANA KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2022

**PENGARUH TERAPI METODE *SITZ BATH* DENGAN AROMATERAPI
GERANIUM OIL TERHADAP NYERI LUKA LASERASI PERINEUM PADA
IBU *POSTPARTUM* DI PUSKESMAS SUMBERLAWANG**

Stefany Fauzia Kania Yudha¹⁾, Yunita Wulandari²⁾, Martina Ekacahyaningtyas³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾ ³⁾ Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta

stefanufauziah@gmail.com

ABSTRAK

Setiap ibu yang telah menjalani proses persalinan dengan luka perineum akan merasakan nyeri dan ketidaknyamanan, nyeri yang dirasakan pada setiap ibu dengan luka perineum menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak sehingga dapat mengakibatkan banyak masalah diantaranya subinvolusi uterus, pengeluaran lochea yang tidak lancar, dan perdarahan pasca partum. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* terhadap nyeri luka laserasi perineum pada ibu *postpartum* di Puskesmas Sumberlawang.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *pre and post non-equivalent control group*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 36 ibu hamil yang diperoleh dengan teknik *Sampling Total*. Analisa data menggunakan *uji Wilcoxon* dan *uji Mann-Whitney*.

Hasil analisa data dengan *uji Wilcoxon* diperoleh bahwa pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol memiliki pengaruh terhadap nyeri luka laserasi perineum pada ibu *postpartum* dengan nilai *p value* $<0,05$, hasil *uji Mann-Whitney* menunjukkan bahwa nilai *p-value* $0,003 < 0,05$ yang artinya ada perbedaan antara pengaruh terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* terhadap nyeri luka laserasi perineum pada ibu *postpartum* dengan perawatan luka perineum. Sehingga terapi tersebut dapat dijadikan pilihan alternatif untuk menurunkan nyeri luka laserasi perineum.

Kata Kunci : luka perineum, *sitz bath*, ibu *postpartum*

Daftar Pustaka : 42 (2010-2022)

NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2022

**THE EFFECT OF THE SITZ BATH METHOD WITH GERANIUM OIL
AROMATHERAPY TOWARD PERINEAL LACERATION WOUND PAIN IN
POSTPARTUM MOTHERS AT PUSKESMAS SUMBERLAWANG**

Stefany Fauzia Kania Yudha¹⁾, Yunita Wulandari²⁾, Martina Ekacahyaningtyas³⁾

¹⁾ Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada Surakarta

^{2), 3)} Lecturers of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada Surakarta

stefanufauziah@gmail.com

ABSTRACT

Smooth and postpartum hemorrhage. Every mother who has undergone the process of childbirth with perineal wounds will feel pain and discomfort. The pain felt in every mother with perineal injuries causes unpleasant effects such as pain and fear of moving. It can lead to many problems, including uterine subinvolution and involuntary lochia discharge. This study aimed to determine the effect of sitz bath method therapy with geranium oil aromatherapy on perineal laceration wound pain in postpartum mothers at Sumberlawang Health Center.

The design used in this study is a quantitative study with a pre and post-non-equivalent control group design. The sample in this study was 36 pregnant women obtained by the Total Sampling technique data analysis using the Wilcoxon and Mann-Whitney tests.

The results of data analysis using the Wilcoxon test showed that the treatment group and the control group had an influence on pain of perineal lacerations in postpartum mothers with a p-value <0.05, the Mann-Whitney test results showed that the p-value was 0.003 <0.05 which means it means that there is a difference between the effect of sitz bath method therapy with geranium oil aromatherapy on perineal laceration wound pain in postpartum mothers with perineal wound care so that this therapy can be used as a choice to reduce the pain of perineal tears.

Keywords: perineal wound, sitz bath, postpartum mother

Bibliography : 42 (2010-2022)

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan ari) yang telah cukup bulan atau telah dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir, dengan bantuan atau tanpa bantuan. Persalinan sering terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi (Fatimah & Lestari, 2019). Robekan jalan lahir merupakan penyebab kedua dari perdarahan pasca persalinan. Perdarahan pasca persalinan dengan kontraksi uterus yang baik umumnya disebabkan oleh robekan jalan lahir (*rupture perineum* dinding vagina dan robekan serviks). Hal ini dapat di identifikasikan dengan cara melakukan pemeriksaan yang cermat dan seksama pada jalan lahir (Cunningham, 2018).

Kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di dunia pada tahun 2015 terapat 2,7 juta kasus, dimana angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050 jika tidak mendapatkan perhatian dan penanganan yang baik. Di Asia *rupture perineum* juga merupakan masalah yang cukup banyak dalam masyarakat. 50% dari kejadian *rupture perineum* di dunia terjadi di Asia. Di Indonesia prevalensi ibu bersalin yang mengalami *rupture perineum* pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24%.Sedang ibu bersalin usia 32-39 tahun sebesar 62%. Ibu bersalin yang mengalami perlukaan jalan lahir terdapat 85% dari 20 juta ibu bersalin di Indonesia. Dari presentase 85% jumlah ibu bersalin mengalami perlukaan, 35% ibu bersalin yang mengalami *rupture perineum*, 25% mengalami robekan servik, 22% mengalami perlukaan vagina dan 3% mengalami ruptur uretra (Syamsiah & Malinda, 2019).

Setiap ibu yang telah menjalani proses persalinan dengan luka perineum akan merasakan nyeri dan ketidaknyamanan, nyeri yang dirasakan pada setiap ibu dengan luka perineum menimbulkan dampak yang

tidak menyenangkan seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak sehingga banyak ibu dengan luka perineum jarang mau bergerak pasca persalinan sehingga dapat mengakibatkan banyak masalah diantaranya subinvolusi uterus, pengeluaran lochea yang tidak lancar, dan perdarahan pasca partum (Rohmin, 2017).

Berbagai macam metode untuk mengurangi nyeri jahitan perineum baik secara farmakologis, maupun non farmakologis. Secara farmakologis, terapi yang umumnya diberikan adalah NSAID (*Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs*). Penggunaan kedua terapi ini dapat digunakan sebagai obat individu bersamaan Penggunaan NSAID dapat mengurangi nyeri 13,3 %, paracetamol 56,30 % dan menggunakan NSAID bersamaan dengan paracetamol menurunka nyeri 30,37% (Henny, 2022). Salah satu teknik pengurangan rasa nyeri dengan nonfarmakologi yaitu *sitz bath* dan aromaterapi (Nufra Y.A., 2019).

Sitz bath merupakan rendam duduk yang berfungsi untuk meningkatkan sirkulasi daerah lokal (daerah perendaman) yang dilakukan pada bagian perineum dalam air hangat atau dingin. *Sitz bath* yang diberikan pada ibu bersalin dapat memberikan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada punggung bawah. Sehingga dengan pemberian kompres hangat sangat efektif untuk mengurangi nyeri persalinan (Andreinie, 2016). *Sitz bath* dapat menghantarkan panas melalui daerah yang diberikan terapi air hangat. adanya panas dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah, dapat mempengaruhi transmisi impuls nyeri dan dapat meningkatkan elastisitas kolagen. Sebuah kenaikan dalam sirkulasi darah lokal dapat mengurangi metabolik yang mengaktivasi *nociceptors vate* (Lilis DN,

2019).

Aromaterapi merupakan salah satu metode terapi keperawatan yang menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap atau dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan seseorang (Warjiman, Ivana, 2017). Aromaterapi memiliki dampak yang positif dikarenakan diketahuinya bahwasanya aromanya yang harum, segar, merangsangkan reseptor, sensori, serta pada akhirnya pula dapat memberikan pengaruh kepada organ lain hingga bisa memunculkannya dampak yang kuat pada sebuah emosi. Respon terhadap bau yang dihasilkan akan merangsang kerja dari sel neurokimia otak. Oleh karena itu, bau yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enfealin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan tenang (Astuti and Lela, 2018).

Penelitian sebelumnya yang terkait dilakukan oleh (Yidra, 2015) tentang "Pengaruh Pelatihan *Sitz bath* Terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Nifas Post Episiotomi" yaitu 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.

Beberapa penelitian lain yang mendukung terapi *sitz bath* dilakukan oleh (Amandeep, 2015) di Unit Ibu Nifas *DMC&H* and Deep Hospital, Model town, Ludhiana, Punjab menunjukkan bahwa terapi *sitz bath* skor rata-rata penyembuhan luka episiotomi pra intervensi pada kelompok eksperimen adalah $8,26 \pm 2,03$

yang menurun menjadi $2,70 \pm 0,65$ setelah terapi *Sitz bath* pada hari ke tiga, sedangkan pada kelompok kontrol skor rata-rata pra intervensi penyembuhan luka episiotomy adalah $7,73 \pm 1,61$ yang menurun hanya sampai $3,233 \pm 1,47$ pada hari ketiga ($p = 0,001$). Penelitian mengungkapkan bahwa aplikasi *sitz bath* hangat efektif dalam menghilangkan nyeri dan meningkatkan penyembuhan luka.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan Januari 2022 yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Sumberlawang tepatnya di Wilayah Kabupaten Sragen. Dari hasil data Januari – Desember 2021 didapatkan sebesar 144 pasien ibu postpartum yang mengalami *rupture perineum* derajat I dan II. Jumlah ibu yang mengalami *rupture spontan* sebesar 76 persalinan sedangkan jumlah ibu yang mengalami episiotomi sebesar 68 persalinan dengan tingkat nyeri yang dialami ibu adalah nyeri berat dengan skala 7-10.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian Pengaruh Terapi Metode *Sitz Bath* Dengan Aromaterapi *Geranium Oil* Terhadap Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Ibu *Postpartum* Di Puskesmas Sumberlawang".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan desain penelitian *pre and post test non-equivalent control group*. kelompok perlakuan *Sitz Bath* dengan aromaterapi *Geranium Oil* yang akan dilakukan selama 2 kali dalam seminggu (7 hari) dengan durasi waktu untuk intervensi ialah minimal 15-30 menit (Sugiyono, 2017). Penelitian ini dilakukan di di Puskesmas Sumberlawang dengan sampel 36 ibu post partum (masa nifas) yang diperoleh dengan teknik *sampling total*.

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah SOP *Sitz Bath*, SOP Aromaterapi *Geranium Oil*. Cara pengambilan data dilakukan dengan cara menyiapkan alat difuser dengan aromaterapi *geranium oil* diberikan sebanyak 3-4x tetes dan dilakukan selama 10-15 menit dan membantu responden untuk duduk diatas bak rendam duduk selama 12 menit terdiri dari 3 siklus, yaitu 2 menit dalam air hangat dan lalu di ganti dengan air dingin. Kemudian dianalisa dengan uji Uji *Wilcoxon test* dan uji *Mann Whitney* untuk menganalisa perbedaan antara 2 kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Mean	SD	Min	Max
Perlakuan	27.05	4.26	21	35
Kontrol	28	4.04	23	34

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa usia responden pada kelompok perlakuan berada dalam rentan usia 20-35 tahun, dan rata-rata usia responden 27.05 dengan standar deviasi 4.26, dan usia responden pada kelompok kontrol berada dalam rentan usia 23-34 tahun, dan rata-rata usia responden 28 tahun dengan standar deviasi 4.04. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dolang (2019) yang menunjukkan bahwa data distribusi frekuensi karakteristik hasil penelitian berdasarkan umur 20-30 tahun sebanyak 13 (86,7%) responden.

Peneliti berpendapat bahwa ibu melahirkan dengan kategori usia yang tidak beresiko (20-35 tahun) dikarenakan usia reproduksi sehat sedangkan usia tua (diatas 35 tahun) dapat menyebabkan elastistas perineum berkurang sehingga memudahkan nya terjadi rupture perineum. ibu melahirkan dengan kategori usia (20-35 tahun) tidak beresiko. Hal ini menunjukkan usia mempunyai pengaruh terhadap kehamilan dan persalinan ibu, karena pada saat rahim tersebut sudah siap menerima kehamilan,

mental sudah matang dan sudah mampu merawat bayi dan dirinya.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Paritas	Kelompok perlakuan		Kelompok kontrol	
	f (n)	Persentase (%)	f (n)	Persentase (%)
Primipara	5	27,8	6	33,3
Multipara	13	72,2	12	66,7
Total	18	100	18	100

Karakteristik responden berdasarkan paritas pada kelompok perlakuan sebagian besar berstatus paritas multipara 13 responden (72,2%), dan pada kelompok kontrol sebagian besar berstatus paritas multipara 12 responden (66,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulati (2017) yang menunjukkan bahwa bahwa karakteristik responden berdasarkan paritas adalah primipara (melahirkan anak yang pertama) sejumlah 45 orang (49.5 %) dan multipara (melahirkan anak yang ke dua, ketiga, dan keempat) sejumlah 46 orang (50.5 %).

Peneliti berpendapat bahwa paritas mempunyai pengaruh terhadap robekan perineum satu atau ibu primipara memiliki resiko lebih besar untuk mengalami robekan *perineum* dari itu dengan paritas lebih dari satu hal ini dikarenakan jalan lahir yang belum pernah dilalui oleh kepala bayi sehingga otot-otot *perineum* belum meregang. Faktor paritas tidak selalu berhubungan dengan terjadinya robekan perineum, dapat terjadi karena ada faktor lain yang dapat menyebabkan robekan perineum diantaranya elastisitas perineum, jarak persalinan, kooperatif tidaknya pasien dengan kecakapan persalinan.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Derajat Luka

Derajat Luka	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	F(N)	Persentase (%)	F(N)	Persentase (%)
Derajat 1	6	33.3	6	33.3
Derajat 2	12	66.7	12	66.7
Total	18	100.0	18	100.0

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan derajat luka pada penelitian ini baik kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol sama didominasi dengan derajat tingkat 2 yaitu 12 responden (66.7%).

Luka perineum ada yang ringan sampai berat. Luka perineum dibedakan menjadi derajat luka, dari luka derajat 1 sampai luka derajat 4. Tentu saja semakin dalam dan lebar luka perineum akan semakin menyebabkan nyeri. Luka perineum pada kenyataannya sering membuat ibu post partum sangat tidak nyaman bahkan mengalami ketakutan untuk melakukan mobilisasi dini. Padahal mobilisasi dini sangat penting untuk melancarkan pengeluaran lokea, mengurangi infeksi pada luka, mempercepat involusio alat kandungan, melancarkan peredaran darah, mencegah tromboflebitis dan akan mempercepat penyembuhan luka (Saifudin dalam Mulati 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiana (2020) bahwa derajat luka responden sebagian besar pada kategori derajat 2 sebanyak 15 orang (50%). Robekan perineum derajat 2 meliputi *mucosa* vagina, kulit perineum dan otot perineum. Perbaikan luka dilakukan setelah diberi anestesi lokal kemudian otot-otot diafragma *urogenitalis* dihubungkan di garis tengah dengan jahitan dan kemudian luka pada vagina dan kulit perineum ditutupi dengan mengikut sertakan jaringan-jaringan di bawahnya robekan perineum terjadi bisa disebabkan karena responden saat hamil tidak melakukan pijat

perineum sehingga perineum mereka kaku (perineum tidak lentur) dan mudah untuk terjadinya ruptur. Selain itu responden mungkin juga ada yang mengejan tidak sesuai teori sehingga pantat di angkat atau mengejan yang terlalu kuat sehingga menyebabkan robekan jalan lahir saat terdesak oleh kepala janin yang terlalu cepat.

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	f (n)	Persentase (%)	f (n)	Persentase (%)
SD	3	16.7	4	22.2
SMP	7	38.9	5	27.8
SMA	5	27.8	9	50.0
Diploma 3	3	16.7	0	0
Total	18	100.0	18	100.0

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan pada kelompok perlakuan mayoritas adalah pendidikan SMP 7 responden (38.9%), dan tingkat pendidikan pada kelompok kontrol mayoritas adalah pendidikan SMA 9 responden (50%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amarina (2021) yang menunjukkan bahwa Tingkat pendidikan responden dalam penelitian ini penelitian ini yang terbanyak yaitu responden Sekolah Menengah Atas (66,6%). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kecemasan, semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah pula orang tersebut menghadapi masalah. Demikian pula pendidikan dapat mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut menerima informasi. Tingkat pendidikan pada responden juga pada kategori tingkat pendidikan tinggi yang lebih banyak sehingga ibu mengetahui untuk lebih menjaga kesehatan. Pendidikan memiliki peranan penting dalam menentukan kualitas hidup manusia.

Peneliti berasumsi bahwa post partum tidak berpengaruh pada tingkat pendidikan seseorang tetapi dari kesiapan mental responden tersebut. Jadi, baik pendidikan tinggi maupun pendidikan rendah berpeluang untuk ibu post partum, tergantung bagaimana individu tersebut mengantisipasi masalah yang terjadi melalui kesiapan mental untuk menjadi seorang ibu dan menerima kelahiran bayinya.

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	f (n)	Persentase (%)	f (n)	Persentase (%)
Bekerja	10	55.6	9	50.0
Tidak bekerja	8	44,4	9	50,0
Total	18	100.0	18	100.0

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pada kelompok perlakuan mayoritas adalah bekerja sebanyak 10 responden (55.6%), dan pada kelompok kontrol memiliki jumlah yang sama baik yang bekerja maupun tidak bekerja yaitu masing-masing 9 responden (50%). Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Amarina (2018) yang menunjukkan bahwa karakteristik pekerjaan responden paling banyak adalah ibu yang tidak bekerja sebanyak 25 responden (83,3 %), dan paling sedikit ialah ibu yang bekerja sebanyak 5 responden (3,3 %).

Ibu yang tidak bekerja cenderung memiliki pengetahuan dan perilaku yang kurang dikarenakan tidak aktif berinteraksi serta kurang adanya pengalaman, informasi akan memberikan pengaruh kepada pengetahuan seseorang (Nurhidayati, 2017). Ibu yang tidak bekerja akan lebih berkonsentrasi penuh saat menghadapi masa nifasnya dan tidak ada beban untuk menyelesaikan tuntutan pekerjaan karena

pekerjaan dapat mengganggu fokus terhadap dari sendiri maupun saat mengasuh bayi saat nifas (Amarina, 2018).

Berdasarkan analisa peneliti, hal ini menunjukkan bahwa ibu yang bekerja secara ekonomi dapat melakukan pemeriksaan kehamilan ke tenaga kesehatan untuk mendeteksi dini adanya komplikasi yang mungkin terjadi dan banyaknya informasi tentang kesehatan yang didapatkan dalam hubungan social dilingkungan pekerjaan

Tabel 6. Tingkat Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Sebelum Diberikan Terapi Metode Sitz Bath Dengan Aromaterapi Geranium Oil Terhadap Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Kelompok Perlakuan Dan Perawatan Luka Perineum Pada Kelompok Kontrol

Tingkat nyeri luka laserasi perineum	Min	Max	Mean	SD
Pretest Perlakuan	4	7	5.50	1.15
Pretest Kontrol	4	7	5.55	0.92

Berdasarkan tabel 6 sebelum diberikan intervensi pada kelompok perlakuan terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* maka tingkat nyeri berada dalam rentan 4-7 dan tingkat nyeri rata-rata 5.50 dengan standar deviasi 1.15, sedangkan tingkat nyeri *pretest* pada kelompok kontrol berada dalam rentan 4-7 dan tingkat nyeri rata-rata 5.55 dengan standar deviasi 0.92. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meiharti (2018) yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi responden sebagian kecil mengalami nyeri ringan (15%), hampir seluruhnya mengalami Nyeri sedang (55%), dan sebagian kecil mengalami nyeri berat (30%).

Luka perineum biasanya dirasakan sangat nyeri oleh ibu nifas tapi ada juga ibu nifas

yang tidak merasakan nyeri meskipun ada laserasi di perineumnya, hal tersebut terjadi karena ambang nyeri pada setiap orang berbeda-beda. Ruptur perineum adalah robekan pada daerah perineum antara vagina dan anus yang terjadi pada kala II persalinan tanpa tindakan pembedahan. Ruptur perineum spontan dan episiotomi dapat memberikan rasa ketidaknyamanan (nyeri) pada ibu post partum atau pasca persalinan (Saifuddin, 2011).

Nyeri akibat ruptur pada perineum ditransmisikan melalui saraf pudendal, sensori somatik dan saraf motorik yang meninervasi genitalia eksternal, vesika urinaria, dan sfingter ani (Molakatalla et al., 2017). Intensitas nyeri memang bersifat subyektif, tetapi wanita yang mengalami beberapa derajat trauma perineum (seperti ruptur atau episiotomy) lebih cenderung memiliki tingkat nyeri perineum yang lebih tinggi dan nyeri dapat menetap hingga lebih dari 12 bulan setelah persalinan (Pairman et al., 2015)

Peneliti berpendapat bahwa Ruptur perineum bila tidak ditangani dengan tepat dapat berujung kematian, karena mengakibatkan perdarahan. Upaya untuk menangani adalah dengan penjahitan yang tepat. Penjahitan menyebabkan nyeri yang mengganggu kenyamanan ibu bersalin, dapat mengganggu proses menyusui, kehidupan keluarga, dan kehidupan seksual, maka perlunya interensi untuk mengatasi nyeri pada ibu postpartum.

Tabel 7. Tingkat Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Setelah Diberikan Terapi Metode Sitz Bath Dengan Aromaterapi Geranium Oil Terhadap Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Kelompok Perlakuan Dan Perawatan Luka Perineum Pada Kelompok Kontrol

Tingkat nyeri luka	Min	Max	Mean	SD
--------------------	-----	-----	------	----

laserasi perineum				
Posttest Perlakuan	2	6	3.33	1.18
Posttest Kontrol	3	6	4.50	0.85

Berdasarkan tabel 7 setelah diberikan intervensi pada kelompok perlakuan terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* maka tingkat nyeri berada dalam rentan 2-6 dan tingkat nyeri rata-rata 3.33 dengan standar deviasi 1.18, sedangkan tingkat nyeri *posttest* pada kelompok kontrol berada dalam rentan 3-6 dan tingkat nyeri rata-rata 4.50 dengan standar deviasi 0.85. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ristica (2019) yang menunjukkan bahwa data post-test sesudah pemberian terapi dengan tehnik *sitz bath* intensitas nyeri tertinggi adalah intensitas nyeri 6 yang tergolong pada kelompok nyeri sedang sebanyak 12 responden (34,3%), intensitas nyeri terendah yaitu intensitas nyeri 1 dan 2 yang tergolong pada kelompok nyeri ringan sebanyak 2 responden (5,7%) dan intensitas nyeri 7 yang tergolong pada kelompok nyeri berat sebanyak 2 responden (5,7%).

Salah satu metode non farmakologi pilihan yang bersifat sederhana, murah, simple, efektif, dan tanpa efek merugikan yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan ketidaknyamanan akibat ruptur perineum, serta dapat meningkatkan sirkulasi dan mendukung penyembuhan luka perineum adalah dengan pemanfaatan tehnik *sitz bath* (Saputri et al., 2013) *Sitz bath* adalah mandi rendam duduk (duduk disebuah bak berisi air hangat) yang berfungsi untuk memberikan panas lembab ke area pelvis, perineum, dan/atau perianal. Salah satu manfaat *sitz bath* adalah menurunkan rasa nyeri dan kaku pada perineum. Terapi ini paling sering digunakan setelah kelahiran bayi atau bedah rektal/perineal (Rosdahl & Kowalski, 2014).

Efek hangat pada kulit khususnya daerah genitalia eksterna menimbulkan sensasi suhu pada *nerve ending* (ujung saraf) pada

permukaan kulit. Sensasi ini mengaktivitas transmisi dopaminergik dalam jalur mesolimbik system saraf pusat. Terapi hangat memberikan efek “*crowding process*” (proses pengacauan) pada system saraf karena mengakibatkan rasa nyeri terhambat oleh sesasi suhu yang diterima oleh *nerve ending* sehingga memberikan efek penekanan atau pengurangan rasa nyeri (Yidra, 2015) terapi *sitz bath* yaitu air dengan suhu 40 °C. Hal ini sesuai dengan literature bahwa suhu air *sitz bath* yang dapat digunakan untuk meredakan ketidaknyamanan pada perineum yaitu suhu air 38°C- 41°C (Reeder et all, 2012).

Sitz bath dapat menghantarkan panas melalui daerah yang diberikan terapi air hangat. adanya panas dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah, dapat mempengaruhi transmisi impuls nyeri dan dapat meningkatkan elastisitas kolagen. Sebuah kenaikan dalam sirkulasi darah lokal dapat mengurangi metabolisme yang mengaktivasi *nociceptors vate* (Lilis DN, 2019). *Sitz bath* yang diberikan pada ibu bersalin dapat memberikan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada punggung bawah. Sehingga dengan pemberian air hangat sangat efektif untuk mengurangi nyeri persalinan (Andreinie, 2016).

Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayangsari (2017) yang menunjukkan bahwa setelah diberikan aromatherapy geranium secara inhalasi, daari 5 orang yang mengalami nyeri berat menadi 4 orang orang (16,7%) yang mengalami nyeri berat, 16 subjek penelitian yang mengalami nyeri sedang menjadi 12 orang (50%) yang mengalami nyeri sedang, dan sisanya 3 orang yang mengalami nyeri ringan menjadi orang (33,3%) yang mengalami nyeri ringan. Aroma yang dihirup memiliki efek paling cepat, di mana sel-sel reseptor penciuman dirangsang dan

impuls ditransmisikan ke emosional pusat otak. Granium memiliki kandungan utama geraniol dan citronellol dan juga zat lainnya seperti linalool dan terponeol. Kandungan greniol akan membawa aroma tersebut ke puncak hidung dimana silia-silia muncul dari sel-sel reseptor yang akan merangsang memori dan espon emosional dan menyebabkan perasaan menjadi tenang dan rileks (kardinan dalam Sanjaya 2014).

Berdasarkan analisa peneliti, bahwa berkurangnya nyeri dapat dipengaruhi oleh beberapa factor misalnya aktivitas ibu jika lebih sering mobilitas dan berkegiatan nyeri yang dirasakan berkurang didukung juga dengan pengetahuan ibu dalam perawatan post partum, hal ini dapat mempercepat penyembuhan luka sehingga nyeri yang dirasakan berkurang.

Tabel 9. Analisa Pengaruh Terapi Metode *Sitz Bath* Dengan Aromaterapi *Geranium Oil* Terhadap Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Ibu *Postpartum*

Tingkat Nyeri	<i>p value</i>
<i>Pre test</i> Perlakuan	0,000
<i>Post test</i> Perlakuan	
<i>Pre test</i> Kontrol	0,001
<i>Post test</i> Kontrol	

Berdasarkan tabel 9 didapatkan hasil bahwa dengan menggunakan Uji *Wilcoxon test* pada kelompok perlakuan menunjukkan nilai *p value* = 0,000 (*p value* < 0,05), maka H0 ditolak dan H1 diterima, maka pemberian terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* mempengaruhi tingkat nyeri luka laserasi perineum pada ibu *postpartum* di Puskesmas Suberlawang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ristica (2019) yang menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan nilai P-Value (α) 0,000 < 0,05 yang berarti ada pengaruh pemberian terapi dengan tehnik *sitz bath* terhadap perubahan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas di Praktik

Mandiri Bidan Dince Syafrina, SST Pekanbaru.

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 dingin. 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. Dengan melakukan *sitz bath*, maka dapat membantu mempercepat proses penyembuhan luka dan mengurangi nyeri perineum (Sangadah, 2017).

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 (Meirianti, 2015).

Penggunaan aromaterapy juga dapat membantu mengurangi nyeri, stress dan kecemasan salah satunya adalah aromatheraphy geranium. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayangsari (2017) yang menunjukkan bahwa didapatkan hasil nilai Z hitung = -2,449. jadi, Z hitung berada i luar batas kritis penerimaan Ho, dengan kata lain Z hitung - 2,449 < nilai kritis Z tabel -1,645 maka dapat disimpulkan bahwa pemberian aromatherapy geranium dapat menurunkan derajat nyeri pada remaja yang sedang mengalami dysminore primer.

Menurut Kardinan dalam Sanjaya (2014), mengungkapkan bahwa minyak atsiri *Geranium* mengandung senyawa geraniol dan sitronelol sebanyak 75-80% dan bahan-bahan lainnya seperti linalool dan terpineol dimana geraniol akan membawa aroma tersebut ke puncak hidung sehingga silia-silia muncul dari sel-sel reseptor yang akan merangsang memori dan respon emosional sehingga menyebabk perasaan menjadi tenang dan rileks, selain graniol kandungan linalool akan mengakibatkan vibrasi hidung yang akan mempengaruhi sistem limbik, sehingga meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang menyebabkan perasaan rileks.

Berdasarkan analisa peneliti, didapatkan bahwa *sitz bath* dan aromaterapi geranium oil dapat membantu mempercepat proses penyembuhan luka dan mengurangi nyeri perineum. Peredaman perineum yang dilakukan dalam air 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.

Tabel 10 Analisa Perbedaan Nyeri Luka Laserasi Perineum Pada Ibu *Postpartum* Setelah Diberikan Terapi Metode *Sitz Bath* Dengan Aromaterapi *Geranium Oil* Dan Setelah Diberikan Perawatan Luka Perineum

Variabel	Kelompok	<i>p value</i>
<i>Post test</i>	terapi metode <i>sitz bath</i> dengan aromaterapi <i>geranium oil</i> perawatan luka perineum	0.003

Berdasarkan tabel 4.10 dengan menggunakan uji *Mann Whitney* menunjukkan bahwa nilai *p value* = 0.003 (*p value* < 0.05) yang berarti H1 diterima dan H0 ditolak sehingga ada perbedaan pengaruh pemberian terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* dengan perawatan luka perineum terhadap tingkat nyeri luka laserasi perineum pada ibu *postpartum* di Puskesmas Suberlawang.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rantika (2019) yang menunjukkan bahwa Hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon pada derajat kepercayaan 95% didapatkan bahwa ada pengaruh terapi *sitz bath* terhadap intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas (*p value* = 0,000) dimana Salah satu manfaat *sitz bath* adalah menurunkan rasa nyeri dan kaku pada perineum. Terapi ini paling sering digunakan setelah kelahiran bayi atau bedah rektal/perineal (Rosdahl & Kowalski, 2014). 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 pada ibu *post partum*. Perawatan luka pada 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 (Gustirini dkk, 2020).

Aromaterapi merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri, insomnia. Aromaterapi memiliki efek menenangkan atau rileks untuk beberapa gangguan misalnya mengurangi kecemasan, nyeri, ketegangan dan insomnia. (Ira, 2019).

Geranium adalah minyak esensial astrigen (kontraktor), yang membuatnya sangat berguna untuk memperbaiki jaringan dan luka pada kulit. Pada *post partum* digunakan untuk mengurangi rasa nyeri dan mempromosikan penyembuhan robekan dan sayatan pada perineum serta untuk kulit yang rusak akibat sunat dan operasi caesar. Pada kehamilan dan pasca persalinan, geranium dapat digunakan secara efektif untuk hampir setiap gejala yang berhubungan dengan kesehatan payudara, termasuk nyeri payudara, produksi ASI, pembengkakan, puting sakit, pecah-pecah, atau sobek dan dukungan kekebalan (Bassole, 2012).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2017) yang menunjukkan bahwa Hasil dari perhitungan uji *chi square* diperoleh nilai *Fisher's Exacttest* sebesar $0,000 < \alpha$ (0,05) maka ada hubungan signifikansi antara perawatan perineum dengan kesembuhan luka perineum pada ibu nifas di Klinik Bersalin Widuri Sleman Yogyakarta dimana perawatan perineum yang tidak benar menyebabkan infeksi dan memperlambat penyembuhan.

Peneliti berpendapat hal ini membuktikan bahwa penurunan intensitas nyeri pada kelompok intervensi yang mendapatkan terapi *sitz bath* dengan aromatherapy

geranium lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan perawatan luka saja pada ibu post partum.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan pengaruh pemberian terapi metode *sitz bath* dengan aromaterapi *geranium oil* dengan perawatan luka perineum terhadap tingkat nyeri luka laserasi perineum pada ibu *postpartum* dengan Nilai *p-value* 0,001 (*p-value* < 0,05).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diharapkan :

1. Pihak responden diharapkan dapat memberikan manfaat bagi responden dan juga sebagai satu cara untuk mengurangi rasa nyeri.
2. Diharapkan dapat menambah referensi bacaan untuk intitusi pendidikan terutama pada terapi metode *sitz bath*.
3. Diharapkan dapat menjadi masukan acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya terkait terapi metode *sitz bath*

DAFTAR PUSTAKA

- (Fatimah & Lestari, 2019). (2019). *Fatimah, & Lestari, P. (2019). Pijat Perineum (D. Rachmawati (Ed.)). Pustaka Baru Press.*
- (Nufra Y.A., 2019). (2019). Nufra Y.A., A. 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 Jeumpa Kabupaten Bireuen Tahun 2019. *Journal Of Healthcare Technolo. Jurnal Kesehatan*, 7(1), 116–123.
- (Rohmin, 2017). (2017). *Rohmin, A., Octariani, B., & Jania, M. (2017). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Lama Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum (Risk Factor Affecting The Period Of Perineal Wound Healing In Postpartum Mothers). Jurnal Kesehatan*, 8(3), 449–454. <https://doi.org/10.37012/Jik.V10i2.54>
- (Warjiman, Ivana, & T. 2016). (2017). Warjiman, Ivana, T., & Triantoni, Y. (2017). Efektifitas Aromaterapi Inhalasi Lavender Dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Di BLUD RSUD DR. Doris Sylvanus Palangka Raya. *Journal Keperawatan*, Vol.7, 7. 24 Seminar. *Juornal Prosiding Seminar Nasional Keperawatan, 2012*, 16–24.
- Astuti And Lela, 2018. (2018). *Astuti, Indria, And Lela. 2018. "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri." Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1) 1(1): 6. [Http://Repository2.Stikesayani.Ac.Id/Index.Php/](http://Repository2.Stikesayani.Ac.Id/Index.Php/). 59–69.*
- Cunningham, F. Gary., Leveno., And B. (2018). O. W. E. 23. E. (2018). *Cunningham, F. Gary., Leveno., And B. (2018). Obstetri Williams Edisi 23. EGC. 1(1).*
- Lilis DN, 2019. (2016). Lilis DN. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III The Effect Of Gymnastics On Lower Back Pain Among Pregnant Women Trimester III. *J Heal Sci Gorontalo J Heal Sci Community [Internet]. 2019;3(2):40–5. Available From: *Jambura Journal*, 3(1), 94.*
- Syamsiah, S., & Malinda, R. (2019). Determinan Kejadian Ruptur Perineum Di Bpm E.N Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 190–198. <https://doi.org/10.37012/Jik.V10i2.54>
- Yidra, T. (2015). *PENGARUH PELATIHAN SITZ BATH TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU NIFAS POST EPISIOTOMI.*

