

Terapi Kompres Hangat terhadap Penurunan Respon Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea

Eni Haryati^{1*}, Amelia Hamidah²

^{1,2}Akademi Keperawatan Buntet Pesantren Cirebon

Email: eniharyati81@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan dengan tindakan operasi sectio caesarea meningkat secara global terhitung 1 dari 5 (21%) dari semua persalinan, hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran kemungkinan dilakukan melalui sesar pada tahun 2030. Pada umumnya pasien dengan post sectio caesarea mengalami nyeri sebagai keluhan utama sehingga menimbulkan masalah fisik maupun psikologis. Beberapa masalah antara lain mobilisasi, masalah laktasi, gangguan pola tidur serta masalah dalam melakukan perawatan anak maupun aktivitas sehari-hari. Salah satu intervensi nonfarmakologi dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan pemberian kompres hangat. Tujuan penelitian mendapatkan gambaran intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi kompres hangat pada area punggung ibu post sectio caesarea. Metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus intervensi kompres hangat pada 2 orang ibu post sectio caesarea yang dirawat di ruang nifas RS Gunung Jati Cirebon selama 3 hari berturut-turut secara konsisten. Hasil penelitian menunjukkan intensitas skala nyeri pada klien sebelum diberikan kompres hangat dalam rentang skala 4-5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan kompres hangat dalam rentang skala 1-3 (nyeri ringan). Dengan demikian terlihat adanya penurunan intensitas skala nyeri setelah intervensi kompres hangat pada ibu post sectio caesarea.

Kata Kunci: kompres hangat; nyeri; post sectio caesarea

ABSTRACT

Delivery by cesarean section is increasing globally accounting for 1 in 5 (21%) of all deliveries, almost a third (29%) of all births are likely to be performed by cesarean section by 2030. In general, patients with post sectio caesarea experience pain as the main complaint causing physical and psychological problems. Some of the problems include mobilization, lactation problems, sleep pattern disturbances and problems in carrying out child care and daily activities. One of the nonpharmacological interventions that can be applied to reduce pain in post sectio caesarea mothers is by giving warm compresses. The aim of the study was to get an overview of the intensity of pain before and after intervention with warm compresses in the back area of post sectio caesarea mothers. Descriptive qualitative research method using a case study approach with warm compress intervention on 2 post-sectio caesarea mothers who were treated in the postpartum room at Gunung Jati Hospital, Cirebon for 3 consecutive days consistently. The results of the study showed the intensity of the pain scale on the client before being given warm compresses in the range of a scale of 4-5 (moderate pain) and after applying warm compresses in the range of a scale of 1-3 (mild pain). Thus it

Corresponding author:

Eni Haryati

Akademi Keperawatan Buntet Pesantren Cirebon

Komplek Pondok Buntet Pesantren, Mertapada Kulon, Astanajapura, Cirebon, Jawa Barat

eniharyati81@gmail.com

can be seen that there was a decrease in the intensity of the pain scale after the intervention of warm compresses in post sectio caesarea mothers.

Keywords: *warm compress; acute pain; sectio caesarea*

PENDAHULUAN

Persalinan dengan metode operasi sectio caesarea meningkat secara global diseluruh dunia melebihi batas kisaran terhitung 1 dari 5 (21%) dari semua persalinan, hampir sepertiga (29%) dari seluruh kelahiran kemungkinan dilakukan melalui operasi sesar pada tahun 2030 (Betran dkk., 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia tahun 2018, persentase persalinan sesar mengalami peningkatan sebesar 7,8% pada tahun 2013 sebesar 9,8%, dan pada tahun 2018 sebesar 17,6%.

Pada umumnya pasien pasca operasi caesar melaporkan mengalami nyeri sebagai keluhan utama mereka. Secara fisik tindakan SC menyebabkan nyeri pada abdomen oleh karena luka operasi. Pada persalinan SC memiliki nyeri sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9% dan umumnya nyeri akan dirasakan selama beberapa hari dimana rasa nyeri meningkat pada hari pertama post operasi (Wahyu dkk., 2019).

Nyeri yang dialami pada Ibu paska operasi caesar bersifat akut yang dapat menimbulkan beberapa masalah, antara lain mobilisasi dini sehingga menunda proses penyembuhan, masalah laktasi, gangguan pola tidur serta masalah dalam melakukan perawatan anak maupun aktivitas sehari hari (Putri, 2016).

Salah satu teknik yang dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan intervensi nonfarmakologi. Hal tersebut berkaitan dengan hasil penelitian sebelumnya bahwa terapi non farmakologis dapat digunakan sebagai alternatif pilihan penatalaksanaan terapi nyeri. Terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri diantaranya menggunakan relaksasi, hipnosis, pergerakan dan perubahan posisi, masase, terapi panas/dingin, musik, akupresure, imajinasi, serta distraksi (Yaban, 2019).

Salah satu alternatif terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan oleh perawat untuk mengurangi nyeri pada ibu dengan luka post sectio caesarea yaitu dengan kompres hangat. Kompres hangat melebarkan pembuluh darah yang dapat menyebabkan pelepasan endorphin dengan memblob transmisi stimulasi nyeri sehingga rasa nyeri berkurang (Suryani, 2022) .

Kompres hangat merupakan tindakan keperawatan yang berupa memberikan rasa hangat dengan suhu 43°C – 46°C pada daerah tertentu menggunakan cairan atau alat yang

menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan, sehingga kebutuhan rasa nyaman terpenuhi (Wulandari, 2020).

Kompres hangat dapat menurunkan sensasi nyeri serta meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan. Penggunaan panas selain memberi efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, teknik ini memberikan reaksi fisiologis antara lain meningkatkan respons inflamasi, meningkatkan aliran darah dalam jaringan dan meningkatkan pembentukan edema (Tamsuri, 2010).

Berdasarkan uraian diatas sangatlah penting implementasi kompres hangat khususnya pada ibu post sectio caesarea untuk mengurangi rasa nyeri. Dengan demikian penulis tertarik untuk melakukan studi kasus implementasi kompres hangat pada ibu paska bedah sesar untuk mengetahui perbandingan tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukanya kompres hangat pada ibu post sectio caesarea.

METODE

Penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Teknik yang digunakan dengan anamnesa dan observasi. Impelementasi kompres hangat dilakukan kepada 2 orang ibu post sectio caesarea yang dirawat di ruang nifas RS Gunung Jati Cirebon.

Pemberian kompres hangat pada area punggung bagian bawah dan dilakukan 1 kali dalam 1 hari selama 3 hari berturut dengan durasi 15 menit. Media yang digunakan untuk pengompresan dengan handuk, suhu air yang digunakan 40 °C. Instrumen yang digunakan untuk menilai skala nyeri sebelum dan setelah diberikan intervensi kompres hangat dengan *Numeric Rating Scale*.

Sebelum pemberian kompres hangat peneliti melakukan penilaian terhadap skala nyeri ibu dengan menggunakan instrumen Numeric Rating Scale selanjutnya hasil penilaian melalui observasi dan anamnesa di tuliskan pada lembar instrumen. Selanjutnya ibu diberikan kompres hangat selama 15 menit dan hasil implementasi dicatat pada lembar format instrumen.

HASIL

Pemberian intervensi kompres hangat pada ibu post sectio caesarea selama 3 hari berturut secara konsisten efektif mengurangi nyeri. Hal tersebut dapat ditunjukkan berdasarkan tabel dibawah ini.

Tabel 1

Perbandingan intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi kompres hangat pada ibu post sectio caesarea

No	Pasien	Skala Nyeri	
		Sebelum Kompres Hangat	Sesudah Kompres Hangat
1.	I	5	3
2.	II	4	1

Berdasarkan tabel tersebut diatas menunjukkan intensitas skala nyeri pada klien sebelum diberikan kompres hangat dalam rentang skala 4-5 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan kompres hangat dalam rentang skala 1-3 (nyeri ringan). Dengan demikian terlihat adanya penurunan intensitas skala nyeri setelah intervensi kompres hangat.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian kompres hangat pada ibu post SC skala nyeri ibu post sectio caesarea rentang 4-5 (nyeri sedang) hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Wahyu (2019), pada penelitiannya terhadap 15 responden ibu post SC menunjukkan bahwa seluruh responden frekuensi 100 % sebelum diberikan intervensi kompres hangat dengan aroma terapi jasmine mengalami nyeri sedang, begitu juga hasil penelitian Suryani (2022), menunjukkan bahwa skala nyeri pada pasien Post SC sebelum dilakukan tindakan kompres hangat dengan aroma Lavender sebagian besar 64,7 % mengalami nyeri sedang.

Adapun intensitas nyeri setelah diberikan inetervensi kompres hangat dalam pada penelitian ini rentang 1-3 (nyeri ringan), hal tersebut menunjukkan bahwa kompres hangat efektif dalam menurunkan skala nyeri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suryani (2022), menyatakan bahwa pada ibu post SC setelah diberikan kompres hangat dengan aroma lavender mengalami penurunan nyeri, sebagian besar mengalami nyeri ringan (52,9%). Didukung dengan hasil penelitian Afrianti (2023), menyatakan bahwa pemberian asuhan kompres hangat aroma lavender pada pasien post SC terbukti dapat mengurangi intensitas nyeri pada luka operasi.

Menurut Andreine (2016), bebrapa faktor yang menunjang efektivitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri post persalinan diantaranya adalah media yang digunakan, yaitu dengan menggunakan handuk sebagai media pengompresan; suhu air, dimana suhu yang paling efektif untuk menurunkan nyeri dan aman adalah pada suhu kehangatan 38°C - 40°C waktu pengompresan yang efektif adalah 20 menit. Penurunan nyeri setiap individu yang diberi tindakan kompres hangat berbeda-beda, hal ini juga disebabkan oleh faktor lain,

diantaranya faktor usia dan faktor lingkungan selain itu disebabkan karena perbedaan persepsi seseorang terhadap nyeri yang dirasakannya

Menurut Syaiful dan Fatmawati (2020) menyatakan bahwa kompres hangat menyebabkan pelepasan endorfin sehingga memblokir transmisi stimulasi nyeri. Teori Gate kontrol mengatakan bahwa stimulasi kutaneus mengaktifkan transmisi saraf sensori A-Beta yang lebih besar dan lebih cepat sehingga menurunkan transmisi nyeri menggunakan serabut dan delta-A berdiameter kecil, gerbang sinaps lalu menutup transmisi impuls nyeri.

Pada penelitian ini pemberian kompres hangat pada area punggung bawah karena spinal cord merupakan salah satu reseptor suhu di dalam tubuh yang berisikan sekumpulan saraf sehingga dapat membantu mengirimkan rasa hangat ke bagian luka post operasi SC tanpa diberikan kompres hangat secara langsung dibagian luka insisi (Hall, 2019). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Susiloningtyas et al. (2019) dalam Damayanti (2022) bahwa menggunakan handuk yang telah direndam, diperas, dan dikompres pada punggung bawah atau perut ibu bisa untuk mengurangi nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarea.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbandingan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea sebelum dan setelah dilakukan intervensi kompres hangat, dimana sebelum diberikan intervensi skala nyeri pada ibu rentang 4-5 (nyeri sedang) dan setelah diberikan intervensi kompres hangat selama 3 hari berturut secara konsisten terjadi penurunan nyeri pada rentang 1-3 nyeri ringan). Dengan demikian intervensi kompres hangat efektif terhadap penurunan nyeri post sectio caesarea.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreinie, R. (2016). Analisis Efektivitas Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Persalinan. *Jurnal kebidanan*,1(1)
- Betran AP, Ye J, Moller A- B, et al. (2021). Trends and projections of caesarean section rates: global and regional estimates. *BMJ Global Health*.
doi:10.1136/bmjgh-2021-005671
- Damayanti, dkk. (2022). *Efektifitas Terapi Non Farmakologi Teknik Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pasca Operasi Sectio Caesarea Literature Review*. Universitas 'Aisyah Yogyakarta. Diunduh dari <http://digilib.unisayogya.ac.id/6417/> pada tanggal 20 April 2023.
- Putri, D. (2015). Pengaruh Kompres Panas terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Primipara Post Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi*, 6(2), 25-30

-
- Riskedas. (2018). Laporan nasional RISKEDAS 2018. Kementerian Kesehatan RI. Diperoleh pada tanggal 5 Mei 2023 dari <https://dinkes.kalbarprov.go.id/wp-content/uploads/2019/03/Laporan-Riskedas-2018-Nasional.pdf>
- Suryani, H; Afdaliyah;R., Wiyadi.,W. (2022). Terapi kmpres hangat dengan aromaterapi lavender essential oil terhadap respon nyeri jahitan luka post sectio caesarea di RSIA Aisyiyah Samarinda. *MMJ (Mahakam Midwifery Journal)*,7 (1)
- Syaiful, Y & Fatmawati, L. *Asuhan keperawatan pada ibu bersalin*. Surabaya: Jakad Media Publishing
- Tamsuri. (2010). *Konsep dan penatalaksanaan nyeri*. Jakarta: EGC
- Wahyu, H & Lina, L.H. (2019). Terapi kompres hangat dengan aroma jasmine essential oil terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post sectio caesarea. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 11(2)
- Yaban. (2019). Usage of non-pharmacologic methods on postoperative pain management by nurses: sample of Turkey *International Journal of Caring Sciences*. 12(1).
- Yuniarti, R.E., Suraning, T., Wulandari. (2020). Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri post operasi.