

ABSTRAK

PERBEDAAN WAKTU PEMBERIAN KOMPRES DINGIN TERHADAP SKALA NYERI PERINEUM IBU *POSTPARTUM*

Septina Isna Ifanda¹, Lutfatul Latifah², Aprilia Kartikasari³

Latar Belakang: Penelitian kompres dingin menjadi metode yang digunakan dalam penanganan nyeri. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan efektivitas dengan waktu 10-15 menit. Dalam konteks perawatan perineum, penting untuk mencari cara yang lebih efektif untuk menurunkan nyeri, tidak hanya untuk kenyamanan klien tetapi juga untuk mempermudah tugas perawat. Oleh karena itu, peneliti berusaha membuktikan pembaruan waktu pemberian kompres dingin untuk mengurangi nyeri.

Metode: Desain penelitian ini menggunakan *quasy experimental*. Jumlah sampel penelitian yaitu 64 orang, 32 kelompok eksperimen dan 32 kelompok kontrol. Teknik kompres dingin dilakukan pada ibu *postpartum* hari ke 0 pada 3 jam *postpartum* yang mengalami ruptur perineum atau episiotomi, kompres diberikan pada ibu yang belum mengonsumsi analgesik. Alat ukur yang digunakan *Numerical Rating Scale* (NRS). Analisa data menggunakan uji t berpasangan dan uji t tidak berpasangan.

Hasil Penelitian: Terdapat perbedaan bermakna pada skala nyeri ibu sebelum dan sesudah pemberian kompres dingin dengan $p < 0.000$. Namun tidak terdapat perbedaan bermakna penurunan skala nyeri antara kedua kelompok dengan $p < 0.05$.

Kesimpulan: Tidak terdapat perbedaan bermakna antara pemberian kompres dingin dengan waktu 8-10 menit dan 10-15 menit. Namun untuk mengefektifkan waktu dapat diberikan kompres dengan waktu 8-10 menit, karena sudah terbukti adanya penurunan skala nyeri.

Kata kunci: Kompres dingin, Nyeri perineum, Ibu *postpartum*

¹ Mahasiswa Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

^{2,3} Dosen di Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

THE DIFFERENCE IN THE TIME OF GIVING COLD COMPRESSES TO PERINEAL PAIN SCALE OF POSTPARTUM MOTHERS

Septina Isna Ifanda¹, Lutfatul Latifah², Aprilia Kartikasari³

Background: Cold Compress research is a method used in pain management. Previous studies have shown effectiveness with 10-15 minutes. In the context of perineal care, it is important to find more effective ways to reduce pain, not only for the comfort of the client but also to make the nurse's task easier. Therefore, the researcher sought to prove the renewal of cold compress application time to reduce pain.

Methods: This research design uses quasy experimental. The number of research samples was 64 people, 32 people in the experimental group and 32 in the control group. The cold compress technique was performed on postpartum mothers on day 0 at 3 hours postpartum who experienced perineal rupture or episiotomy, the compress was given to mothers who had not taken analgesics. The measuring instrument used Numerical Rating Scale (NRS). Data analysis using paired t test and independent sample t test.

Results: There is a significant difference in the mother's pain scale before and after giving cold compresses with $p < 0.000$. However, there was no significant difference in pain scale reduction between the two groups with $p < 0.05$.

Conclusion: There is no significant difference between giving cold compresses with a time 8-10 minutes and 10-15 minutes. However, to streamline the time, compresses with a time 8-10 minutes can be given, because it has been proven that there is a decrease in the pain scale.

Keywords: Cold compress, Perineal pain, Postpartum mothers

¹ Student of Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Universitas Jenderal Soedirman

^{2,3} Lecturer at the Department of Nursing, Faculty of Health Sciences, Universitas Jenderal Soedirman