

## PENERAPAN KOMPRES DINGIN TERHADAP PENGURANGAN NYERI PERINEUM PADA IBU NIFAS DI KLINIK BIDAN SUHESTI MABAR

Anisa Yolanda Ginting<sup>1</sup>, Purwaningsih<sup>2</sup>, Nisrina<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Medan, Indonesia

Email: [1yolandaanisa61@gmail.com](mailto:1yolandaanisa61@gmail.com)

### INFO ARTIKEL

**Riwayat Artikel:**

Received :13-11-2025

Revised :23-11-2025

Accepted :16-12-2025

**Keywords:** Postpartum Mothers, Perineal Pain, Cold Compress

**DOI:** <https://doi.org/10.62335>

### ABSTRACT

*The puerperium is the period during which blood is discharged from the uterus due to childbirth or g/ier delivery, lasting for 6 weeks or 42 days, which is the time required for the reproductive organs to return to their normal condition. The purpose of this study was to provide nursing care through the implementation of cold compress therapy to reduce perineal pain in postpartum patients. This research is a descriptive study with a case study design involving several stages, including assessment (client identity anamnesis, chief complaint, current illness history, past nzedical history, family history), nursing diagnoses, interventions, and implementation of cold compress application, as well as evaluation. The study was conducted on two postpartum patients. The results showed that the application of cold compress therapy over three days was effective in reducing perineal pain. In Case 1, the perineal pain scale decreased from 4 to 2 after the intervention, while in Case 2, the pain scale reduced from 5 to 1. In conclusion, after the nursing care intervention using cold compresses, both patients experienced a decrease in perineal wound pain levels in the postpartum period. It is recommended that cold compress therapy be used as a guideline in providing nursing care to reduce perineal pain.*

### ABSTRAK

Nifas yaitu darah yang keluar dari rahim karena sebab melahirkan atau setelah melahirkan yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, merupakan waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat kandungan pada keadaan yang normal. Tujuan penelitian ini adalah melakukan asuhan keperawatan dengan implementasi penerapan kompres dingin terhadap nyeri perineum pada pasien nifas. Metode penelitian ini bersifat penelitian deskriptif dalam

rancangan studi kasus meliputi tahapan yang terdiri dari pengkajian: anamnesis identitas klien, keluhan utama, riwayat penyakit sekarang, riwayat penyakit terdahulu, riwayat penyakit keluarga, diagnosa keperawatan, intervensi dan implementasi penerapan kompres dingin serta melakukan evaluasi, yang dilakukan pada dua pasien ibu nifas. Hasil berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukannya penerapan kompres dingin selama 3 hari dapat menurunkan nyeri perineum dengan hasil pada kasus 1 yaitu sebelum implementasi nyeri perineum pada skala 4 dan setelah dilakukan implementasi menjadi skala 2 sedangkan pasien 2, sebelum diberikan implementasi nyeri perineum dengan skala 5 dan setelah dilakukan implementasi menjadi skala 1. Kesimpulan setelah peneliti melakukan asuhan keperawatan pada kedua responden dengan penerapan kompres dingin terhadap pengurangan nyeri perineum dapat mengurangi skala nyeri luka perineum pada pasien postpartum. Saran agar penerapan pemberian kompres dingin terhadap pengurangan nyeri perineum dapat dijadikan sebagai panduan pemberian asuhan keperawatan.

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu peristiwa yang sangat penting dalam kehidupan wanita. Proses persalinan memiliki arti yang berbeda disetiap wanita, persalinan merupakan suatu proses terjadinya pengeluaran bayi yang cukup bulan disusul dengan pengeluaran plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu, masa nifas (puerperium) (Dirgahayu et al., 2022). Setelah kejadian yang dialami oleh ibu post partum mengalami masalah seperti merasakan laserasi perineum. Post Partum atau masa nifas adalah masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Novembriany, 2022).

Proses persalinan identik dengan rasa nyeri yang akan dijalani. Kejadian yang sering ditemui saat memasuki masa nifas seorang ibu, ialah robeknya bagian perineum ibu (Azzah et al., 2022). Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepala bayi kearah panggul nyeri persalinan kala I (satu) merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi serviks, hipoksia otot dan uterus saat kontraksi, iskemi korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf serviks (Nurianti et al., 2021).

Luka perineum merupakan perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan alat. Penyebab dari terjadinya rupture perineum adalah paritas, berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, perineum yang kaku, ekstraksi cunam, ekstraksi fakum, trauma alat dan episiotomi (Inayatul Milah, 2021).

*World Health Organization* (WHO) menyebutkan terjadi 2,7 juta kasus luka perineum pada Tingkat global/tatanan global. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami

robekan perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24%, serta pada ibu 32-39 tahun sebesar 62%. dari total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapatkan jahitan perineum, 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (Depkes RI, 2019) dalam (Alisarjuni Padang et al., 2022)

Nyeri perineum sebagai manifestasi dari luka bekas penjahitan yang dirasakan pasien akibat ruptur perineum pada kala pengeluaran. Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pervaginam baik itu robekan yang disengaja dengan episiotomi maupun robekan secara spontan akibat dari persalinan, robekan perineum ada yang perlu tindakan penjahitan ada yang tidak perlu (Kasim & hasifah, 2024). Dari jahitan perineum tadi pasti menimbulkan rasa nyeri. Nyeri perineum merupakan nyeri yang diakibatkan oleh robekan yang terjadi pada perineum, vagina, serviks, atau uterus dapat terjadi secara spontan maupun akibat tindakan manipulatif pada pertolongan persalinan (Ria Gustirini, 2021).

Skala nyeri merupakan penilaian yang subjektif untuk mengetahui seberapa parah nyeri yang dirasakan seorang individu, hal ini disebabkan perspektif setiap individu berbeda khususnya dalam menilai nyeri yang dideritanya (Hadi & Stefanus Lukas, 2024). Kondisi ini dapat dilihat ketika diberikan perlakuan yang sama namun respon tubuh terhadap penurunan nyeri berbeda-beda, ada respon yang masih mengalami sedikit nyeri setelah perlakuan dan ada juga yang tidak merasakan nyeri sama sekali (Rachmawati, 2024).

Upaya-upaya yang dapat dilakukan agar ibu bersalin mampu untuk beradaptasi terhadap peningkatan intensitas nyeri dan tidak terjadi partus lama. Penanganan yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan nyeri secara non farmakologi dapat dilakukan dengan beberapa tehnik antara lain: yang dapat digunakan *counter pressures*, kompres hangat, kompres dingin, *accupressure*, musik, tehnik pernafasan dan *back effleurage* (Azzah et al., 2022).

Adapun upaya dalam melakukan penurunan intensitas nyeri pada persalinan bisa dilakukan baik secara farmakologis atau non farmakologis. Terapi kompres panas dan dingin merupakan salah satu metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri (Alisarjuni Padang et al., 2022). Terapi ini perlu diberikan bagi semua ibu melahirkan sebagai salah satu intervensi terapi nyeri di pelayanan kesehatan yakni rumah sakit, puskesmas maupun klinik bersalin. Efek fisiologis kompres dingin adalah bersifat vasokonstriksi, membuat bagian menjadi mati rasa, memperlambat kecepatan hantaran syaraf, sehingga memperlambat aliran impuls nyeri, dan memiliki efek anestesi lokal (Pratama,R.N 2021)

Berdasarkan penelitian Saleng & M, 2020 bahwa ada Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Di RSKDIA Pertiwi Makassar Tahun 2019. Rismawati, 2020 mengatakan jika pemberian kompres dingin berpengaruh pada tingkat nyeri luka perineum. Nyeri yang dirasakan ibu nifas ini sangat wajar tetapi apabila dibiarkan dan tidak ditangani mampu menimbulkan peningkatan rasa sakit. Sesuai dengan terapi non farmakologi sebagai metode pengurangan rasa nyeri luka perineum pada ibu nifas. kompres dingin juga membantu untuk meningkatkan penyembuhan luka perineum.

Berdasarkan data dari Klinik Bersalin Bidan Suhesti Mabur mulai dari bulan Januari tahun 2024 sampai dengan Maret tahun 2025 sebanyak 315 orang ibu nifas yang melahirkan secara normal dan memiliki masalah nyeri pada perineum oleh karena itu maka penulis tertarik untuk meneliti Penerapan kompres dingin terhadap pengurangan nyeri perineum ibu nifas di Klinik Bidan Suhesti Mabur.

## **METODE PENELITIAN**

Desain pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini menerapkan proses asuhan keperawatan ibu yang meliputi pengkajian dan pengumpulan data yang bersumber dari responden, diagnose keperawatan ibu nifas, intervensi kompres dingin untuk mengurangi nyeri perineum pada ibu nifas, serta melakukan evaluasi Tindakan keperawatan yang telah dilakukan.

Subjek dalam studi kasus ini adalah pasien dewasa yang sedang berada dalam masa nifas.

Kriteria inklusi yaitu:

1. Ibu yang sedang dalam masa nifas dengan rentang usia 20-40 tahun,
2. Keluarga dan klien yang bersedia menjadi responden.
3. Berada dalam periode nifas 0 jam hingga 15 hari setelah persalinan.

Kriteria eksklusi yaitu:

1. Klien tidak bersedia menjadi responden
2. Ibu nifas dengan komplikasi medis seperti infeksi perineum, perdarahan postpartum berat.

Fokus penelitian ini adalah memberikan asuhan keperawatan pada ibu masa nifas di Klinik bidan Suhesti Mabur. Peneliti melakukan survey awal pada bulan Maret 2025 di Klinik bidan Suhesti Mabur. Studi kasus dilakukan pada tanggal 27 Maret 2025 sampai dengan 29 Maret 2025 sesuai dengan rancangan penelitian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada pembahasan ini, peneliti akan membahas penerapan kompres dingin Pada klien ibu nifas dengan tujuan pengurangan nyeri perineum di Klinik bidan Suhesti Mabur. Penelitian ini telah dilaksanakan pada kasus 1 dan kasus 2 secara bersamaan mulai pada tanggal 27 Maret 2025 sampai dengan 29 Maret 2025. hal ini pembahasan yang dimaksud adalah membandingkan antara tinjauan kasus dengan tinjauan pustaka yang disajikan untuk menjawab tujuan khusus dari penelitian. Setiap temuan persamaan dijabarkan dengan konsep dan pembahasan disusun sesuai tujuan khusus. Tindakan kompres dingin pada klien 1 dengan skala nyeri 4 dan terdapat 3 jahitan berbentuk vertikal, sesudah dilakukan dan terjadi penurunan dengan skala nyeri menjadi 2. Sedangkan pada klien 2 setelah dilakukan tindakan kompres dingin dengan skala nyeri 5 dan terdapat 5 jahitan berbentuk vertikal, sesudah dilakukan dan terjadi penurunan menjadi skala nyeri 1.

Peneliti melakukan penelitian terhadap dua klien yang sama-sama memiliki keluhan nyeri pada perineum di Klinik bidan Suhesti Mabur dengan lima tahapan sesuai dengan

proses keperawatan yang dikembangkan oleh *American Nurse Assiciation (ANA)* yaitu pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) kemudian mengembangkan dan mengelompokkan diagnosa keperawatan serta membantu menciptakan pola komunikasi antar perawat dan dapat memberikan batasan antara diagnosa keperawatan dengan diagnosa medis. Diagnosa keperawatan berfokus pada respon klien, sedangkan diagnosa medis berfokus pada penyakitnya.

### **Pengkajian**

Berdasarkan hasil pengkajian dari kedua responden berjenis kelamin perempuan. Pada kasus 1 klien berumur 30 tahun dan kasus 2 klien berumur 39 tahun. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Irmania (2022) yang menunjukkan bahwa ibu nifas yang mengalami nyeri perineum umumnya berada pada rentang usia 20-40 tahun. Hal ini sesuai dengan penelitian Meti (2022) yang menunjukkan bahwa ibu nifas yang mengalami nyeri perineum umumnya berada pada rentang usia 20-40 tahun. Pada studi kasus 1 nyeri yang dirasakan pada daerah perineum, pasien tampak meringis dan gelisah tampak luka dengan 3 hecting dan berbentuk vertikal. Sedangkan pada kasus 2 nyeri yang dirasakan pada daerah perineum, pasien tampak meringis dan gelisah, tampak luka dengan 5 hecting dan berbentuk vertikal.

Pada pengkajian kasus 1 memiliki nyeri perineum dengan nyeri seperti disayat-sayat dengan skala 4 berbentuk vertikal, sedangkan pada kasus 2 nyeri seperti disayat-sayat dengan skala perineum 5 berbentuk vertikal. Hasil penelitian Irmania (2022) menyatakan bahwa nyeri perineum yang terjadi pada pasien ibu nifas dapat dicegah dengan melakukan kompres dingin. Kompres dingin diketahui memberikan efek analgetik yakni berupa perlambatan kecepatan hantaran saraf sehingga implus nyeri yang mencapai otak akan lebih sedikit. Pemberian kompres dingin diketahui juga bermanfaat untuk mengurangi jumlah prostaglandin sebagai penyebab kinerja reseptor rasa sakit, menghambat proses inflamasi, dan merangsang pelepasan hormon endorfinin khususnya pada pasien nyeri perineum kasus 1 dan kasus 2 yang memiliki nyeri akut.

### **Diagnosa Keperawatan**

Peneliti menegakkan diagnosa kedua kasus diperoleh diagnosa yang sama pada kasus 1 dan kasus 2 yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis, Ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan trauma persalinan, Gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan nyeri. Dari beberapa diagnosa tersebut, peneliti mengambil diagnosa utama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis. Pada penelitian yang dilakukan Nina Karlina (2024) juga menegakkan diagnosa yang sama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis.

### **Intervensi Keperawatan**

Tujuan dan rencana tindakan yang dapat dilakukan terkait diagnosa yang muncul diambil dari Standart Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018). Rencana keperawatan ini disusun untuk membantu pihak keluarga menyelesaikan masalah dengan tindakan keperawatan yang sesuai dengan tindakan keperawatan yang sesuai dengan kondisi seseorang. Berdasarkan intervensi keperawatan pada kasus klien 1 dan klien 2 intervensi yang dilakukan sesuai dengan

tindakan yang telah direncanakan. Berdasarkan hasil analisa diagnosa pada kasus 1 dan 2 sesuai dengan diagnosa yang terjadi. Intervensi yang diberikan pada kasus 1 dan 2 yaitu : 1. Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, intensitas, nyeri, 2. Identifikasi skala nyeri, 3. Identifikasi respon nyeri non verbal, 4. Identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, 5. Identifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, 6. Identifikasi pengaruh budaya terhadap respon nyeri, 7. Identifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, 8. Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan, 9. Monitor efek samping penggunaan analgetik, 10. Berikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (teknik kompres dingin) , 11. Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, 12. Fasilitas istirahat dan tidur, 13. Pertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri, 14. Jelaskan penyebab periode, dan pemicu nyeri, 15. Jelaskan strategi meredakan nyeri, 16. Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri, 17. Anjurkan menggunakan analgetik secara tepat , 18. Ajarkan teknik kompres dingin non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, 19. Kolaborasi pemberian analgetik, jika perlu. Peneliti melakukan penelitian pada kasus I dan kasus II dengan 19 intervensi.

### **Implementasi Keperawatan**

Pelaksanaan tindakan keperawatan pada kasus ini dilaksanakan sesuai dengan intervensi keperawatan yang sudah dibuat, sesuai diagnosa yang ditegakkan dan sesuai dengan analisa data dengan kebutuhan kedua klien dengan masalah yang terjadi setelah menjalani proses episiotomi. Berdasarkan intervensi yang ditentukan oleh peneliti, tindakan keperawatan yang dilakukan oleh peneliti 19 intervensi. Implementasi yang diberikan pada kasus 1 dan 2 oleh peneliti yaitu: 1. Mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, intensitas, nyeri, 2. Mengidentifikasi skala nyeri, 3. Mengidentifikasi respon nyeri non verbal, 4. Mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, 5. Mengidentifikasi pengetahuan dan keyakinan tentang nyeri, 6. Mengidentifikasi pengaruh budaya terhadap respon nyeri, 7. Mengidentifikasi pengaruh nyeri pada kualitas hidup, 8. Memonitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan, 9. Memonitor efek samping penggunaan analgetik, 10. Berikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri (teknik kompres dingin) , 11. Mengontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, 12. Memfasilitasi istirahat dan tidur, 13. Mempertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri, 14. Menjelaskan penyebab periode, dan pemicu nyeri, 15. Menjelaskan strategi meredakan nyeri, 16. Menganjurkan memonitor nyeri secara mandiri, 17. Menganjurkan menggunakan analgetik secara tepat , 18. Mengajarkan teknik kompres dingin non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, 19. Mengkolaborasikan pemberian analgetik, jika perlu. Semua tindakan dilakukan pada klien kasus 1 dan 2.

### **Evaluasi Keperawatan**

Tindakan keperawatan yang dilakukan oleh peneliti selama 3 hari pada kasus 1 dan kasus 2 dievaluasi setiap hari. Berdasarkan evaluasi kasus 1 dan kasus 2 setelah dilakukan terapi kompres dingin pada kedua klien selama 3 hari diperoleh hasil pada kasus Ny.D pada hari pertama klien, klien mengatakan nyeri pada perineum nyeri seperti disayat-sayat. Saat dikaji mengenai nyeri klien tampak menunjukkan pada nyeri

skala 4 dengan 3 hecting vertikal dan tidak tahu cara mengurangi nyerinya sehingga peneliti memberikan terapi untuk mengurangi nyeri selanjutnya peneliti mempraktekkan cara agar nyeri pada perineum berkurang yaitu dengan cara memberikan terapi kompres dingin. Pada hari kedua diperoleh hasil klien mengatakan bahwa nyeri pada perineum sudah berkurang dan klien menunjukkan nyeri skala 3, dari data yang diperoleh tersebut kemudian klien diberikan lagi terapi kompres dingin, peneliti juga menganjurkan kepada klien agar melakukan kompres dingin secara teratur. Selanjutnya pada hari ketiga klien mengatakan nyeri sudah tidak ada lagi dan menunjukkan nyeri skala 2 dengan demikian peneliti menyarankan kepada klien untuk melakukan kompres dingin di rumah apabila ada merasakan nyeri pada perineum.

Sedangkan pada kasus Ny.C pada hari pertama klien, klien mengatakan nyeri pada perineum nyeri seperti disayat-sayat. Saat dikaji mengenai nyeri klien tampak menunjukkan pada nyeri skala 5, dengan 5 hecting vertikal dan tidak tahu cara mengurangi nyerinya sehingga peneliti memberikan terapi untuk mengurangi nyeri selanjutnya peneliti mempraktekkan cara agar nyeri pada perineum berkurang yaitu dengan cara memberikan terapi kompres dingin. Kemudian hari kedua diperoleh hasil klien mengatakan bahwa nyeri pada perineum sudah berkurang dan klien menunjukkan nyeri skala 3, dari data yang diperoleh tersebut kemudian klien diberikan lagi terapi kompres dingin, peneliti juga menganjurkan kepada klien agar melakukan kompres dingin secara teratur. Selanjutnya pada hari ketiga klien mengatakan nyeri sudah tidak ada lagi dan menunjukkan nyeri skala 1 dengan demikian peneliti menyarankan kepada klien untuk melakukan kompres dingin di rumah apabila ada merasakan nyeri pada perineum.

Berdasarkan Studi kasus diatas sesuai dengan penelitian yang dilakukan Nina karlina (2024), setelah dilakukan penelitian terhadap Ny.F dan Ny. E dengan penerapan kompres dingin terhadap nyeri luka perineum pada pasien postpartum, maka diambil kesimpulan bahwa sebelum dilakukan penerapan kompres dingin pada Ny. F termasuk dalam kategori nyeri berat dan pada Ny.E termasuk kedalam nyeri sedang, dan sesudah dilakukan penerapan kompres dingin pada kedua responden, skala nyeri berada pada kategori nyeri ringan dan dengan menerapkan terapi kompres dingin yang dilakukan selama 3 kali sehari selama 3 hari berturut turut sangat berpengaruh dalam menurunkan skala nyeri pada pasien postpartum yang mengalami luka perineum (Nina Karlina 2024).

## **KESIMPULAN**

Setelah dilakukan penelitian pada pasien Ny.D dan Ny.C dengan penerapan kompres dingin terhadap pengurangan nyeri perineum pada ibu nifas di Klinik Bersalin Bidan Suhesti Marbar, pada kasus 1 dan kasus 2 dilakukan pada tanggal 27 Maret 2025 - 29 Maret 2025 yang dimana studi kasus ini dapat bermanfaat bagi pembaca maupun para medis yang lain. Adapun kesimpulan tersebut adalah:

### **1. Pengkajian**

Hasil pengkajian dari kedua klien memiliki kesamaan jenis kelamin yaitu berjenis kelamin Perempuan. Sedangkan usia pada kasus 1 klien dengan usia 30 tahun pada kasus 2 yaitu 39 tahun. Riwayat terjadinya nyeri perineum sama yaitu post

episiotomi. Nyeri pada klien kasus 1 dengan nyeri skala 4 sedangkan pada kasus 2 dengan nyeri 5.

2. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan diagnosa keperawatan pada kasus I dan 2 diagnosa yang sama yaitu Nyeri akut b/d agen cedera fisiologis d/d klien mengeluh nyeri seperti disayat-sayat.

3. Intervensi Keperawatan dan Implementasi Keperawatan.

Peneliti menentukan intervensi pada kasus I dan kasus 2 dengan memilih 19 intervensi berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Sedangkan untuk tindakan keperawatan yang dilakukan, mengacu pada intervensi keperawatan yang telah direncanakan. Tindakan tersebut sesuai dengan SIKI dan telah dilakukan selama 3 hari.

4. Evaluasi

Hasil evaluasi pada kasus I diperoleh nyeri perineum sebelum dilakukan tindakan kompres dingin nyeri skala 4 dan setelah dilakukan tindakan nyeri menjadi skala 2. Sedangkan pada kasus II diperoleh nyeri perineum sebelum dilakukan tindakan nyeri skala 5 dan setelah dilakukan tindakan nyeri menjadi skala 1.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alisarjuni Padang, Rados Kristian, Ovi Krisna Ndraha, Fahira Annisa Fitri, & Widya Jerni Gulo. (2022). Edukasi Manajemen Perawatan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Hari Ke 7 Di Klinik Pratama Kota Medan Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 4(3), 147–152. <https://doi.org/10.57214/penqabmas.v4i3.437>
- Aulia, V., Maya Saputri, E., & Israyati, N. (2024). Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Di Pmb Dince Safrina Kotapekanbaru Tahun 2023. *Jurnal Kebidanan Terkini*, 1, 92–99. <https://jom.hip.ac.id/index.php/jkt/article/view/1115>
- Azzah, I., Setyarini, A. I., & Mediawati, M. (2022). Kompres Dingin pada Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas: Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKes Kendal*, 12(4), 591–604.
- Cindy, F., Aini, N., Nurrohmah, A., Surakarta, U. A., Ki, J., Dewantara, H., & Tengah, J. (2024). Penerapan Kegel Exercise terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum. 5.
- Dirgahayu, I., Rustikayanti, N., & Ilmiya, N. (2022). Birth Ball Exercises dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I: Literature Review. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.7>
- Hadi, W. A., & Stefanus Lukas. (2024). Seroja Husada. *Seroja Husada Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(5), 372–383. <https://doi.org/10.572349/verba.v2i1.363>
- Hertati, D., Natalia, V., & Stefanicia, S. (2024). Pengaruh Praktik Budaya dan Kesehatan pada Ibu Masa Nifas di daerah Aliran Sungai (DAS) Tahun 2023. *Jurnal Surya Medika*, 9(3), 190–202. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6488>
- Inayatul Milah, I. (2021). Literatur Review: Pengaruh Rebusan Daun Sirih Terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. *Jurnal Sosial Sains*, 1(11), 1386–1391. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v1i11.253>
- Karnila, N., & Susilowati, T. (2024). Penerapan Kompres Dingin terhadap Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Dan*

- Kedokteran, 1(4), 24–34.
- Kasim, J., & hasifah. (2024). Perawatan Ibu Post Partum Normal Tentang Perawatan Luka Perineum. 3.
- Khasanah, N., Wirotomo, T. S., & Rofiqoh, S. (2021). Literatur Review: Efektifitas Kompres Dinginterhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Fraktur Tertutup. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 608–615. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.723>
- Mauluddina, F. (2023). Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perinium Pada Ibu Nifas. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 1840–1843.
- Nazmi, A. N., Sari, U. K., Izzah, U., & Iswahyudi, U. A. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Partum Dengan Masalah Keperawatan Menyusui Tidak Efektif. *Nursing Information Journal*, 3(2), 55–61. <https://doi.org/10.54832/nij.v3i2.330>
- Nifas, F. M. (2023). *Jurnal Sains Kesehatan* Vol. 30 No. 1 April 2023. 30(1), 26–31.
- Novembriany, Y. E. (2022). Implementasi Kebijakan Nasional Kunjungan Masa Nifas Pada Praktik Mandiri Bidan Hj. Norhidayati Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 6(2), 121–126. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i2.296>
- Nurianti, I., Saputri, I. N., & Crisdayanti Sitorus, B. (2021). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 3(2), 163–169. <https://doi.org/10.35451/jkk.v3i2.493>
- Pratama, R. N. (2021). Pemberian Kompres Dingin Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 13(2), 81–88. <https://doi.org/10.36729/bi.v13i2.836>
- Rejeki, I. S., & Fajri, F. (2024). Edukasi Pendidikan Tanda Bahaya Dan Komplikasi Masa Nifas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari*, 2(1), 17–22.
- Rejeki, S. (2020). Buku Ajar Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan (Non Farmaka). In Unimus Press (Vol. 185, Issue 1).
- Retno Indra Utami, D., & Dewi Putri, R. (2023). Perbedaan Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Laserasi Perineum Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 1(2), 87–92.
- Ria Gustirini. (2021). Pengetahuan Ibu Post Partum Normal tentang Perawatan Luka Perineum. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 31–36.
- Rismawati. (2017). Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Di RSKDIA Pertiwi Makassar 2017 Rismawati Program Studi DIV Bidan Pendidik STIKes Mega Rezky Makassar. *Medicine and Health Sciences*, Masa Nifas, 3.
- Saleng, H., & M, S. A. (2020). Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Ibu Post Partum di RSKDIA Pertiwi. *Madu : Jurnal Kesehatan*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.31314/mjk.9.1.1-7.2020>
- Sari, D. P. (2020). Nyeri persalinan. *Stikes Majapahit Mojokerto*, 1–117.
- SDKI SLKI&SIKI (2018).
- SETIAWATI, R., & SIAUTA, J. A. (2024). Asuhan Berkesinambungan Pada Ny. I Dengan Menggunakan Terapi Komplementer Pada Kehamilan Dan Persalinan Di Pmb Nurjannah Karawang Jawa Barat. *Journal Of Midwifery*, 12(1), 31–39. <https://doi.org/10.37676/jm.v12i1.6186>
- Utami, F. S., & Putri, I. M. (2020). Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Normal. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 5(2), 107. <https://doi.org/10.31764/mj.v5i2.1262>
- Veri, N., Lajuna, L., Mutiah, C., Halimatussakdiah, H., & Dewita, D. (2024). Preeklamsia:

patofisiologi, diagnosis, skrining, pencegahan dan penatalaksanaan. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(1), 283–296. <https://doi.org/10.30867/femina.v4i1.588>