

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perineum berperan penting selama proses melahirkan, bagian yang sangat sensitif dan rentan mengalami robekan selama proses persalinan pervaginam. Perineum juga menjadi pengontrol dalam BAK, BAB dan aktivitas hubungan seksual setelah melahirkan. Robekan akibat proses persalinan dapat menyebabkan gangguan fungsional otot dasar panggul yang dapat berdampak pada aktivitas seperti pengendalian buang air kecil (BAK), buang air besar (BAB) dan aktivitas hubungan seksual setelah melahirkan (Sulistyawati, 2016).

Nyeri perineum (*perineal pain*) merupakan nyeri yang timbul pada badan perineum (*perineal body*), pada bagian otot dan jaringan fibrosa yang menjalar dari simfisis pubis ke coccygis akibat terjadinya robekan karena tindakan episiotomi ataupun robekan spontan. Nyeri perineum biasanya akan terasa setelah persalinan hingga beberapa hari setelahnya. Nyeri ini tidak sama dengan dyspareunia, yaitu nyeri atau ketidaknyamanan yang terjadi saat bersenggama (*sexual intercourse*) termasuk nyeri selama penetrasi (Utami, 2015).

Selama persalinan, cedera perineum biasanya disebabkan oleh robekan spontan ataupun episiotomi. Pada tahun 2020, di Indonesia ditemukan bahwa ibu yang melahirkan secara pervaginam 83% mengalami ruptur perineum, dari total 3.791 persalinan alami sebanyak 63% ibu mendapatkan jahitan perineum karena robekan spontan 38% dan 42% karena tindakan episiotomi (Kemenkes RI, 2021).

Ruptur perineum memiliki efek jangka pendek dan jangka panjang pada ibu. Efek jangka panjang dari ruptur perineum adalah inkontinensia anal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan dan kehidupan wanita yang menimbulkan rasa tidak nyaman, malu, dan penarikan sosial. Perdarahan merupakan efek jangka pendek dari robekan perineum yang terjadi selama proses melahirkan. Dari tahun 2010 - 2013, perdarahan merupakan penyebab tertinggi angka kematian

ibu. Atonia uteri merupakan penyebab utama perdarahan postpartum, diikuti urutan kedua disebabkan oleh robekan jalan lahir terutama ruptur perineum (Wiknjosastro, 2015)

Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sebanyak 2,7 juta kasus ibu melahirkan yang mengalami ruptur perineum di seluruh dunia pada tahun 2009. Jumlah tersebut diperkirakan dapat meningkat lebih dari 2 kali lipat pada tahun 2050 menjadi 6,3 juta, apabila tidak mendapat atensi dan penanganan yang intensif. Ruptur perineum juga menjadi masalah yang signifikan di Asia termasuk 50% kasus ruptur perineum yang terjadi di dunia. Di Indonesia 52% ibu bersalin mengalami kasus ruptur perineum karena melahirkan bayi dengan berat badan lahir yang cukup atau lebih (Shofiyani, 2013).

Kasus robekan perineum pada ibu bersalin didominasi akibat terjadinya ruptur perineum grade I dan II yakni sebanyak 65,6%. Robekan pada perineum akan mengakibatkan perdarahan yang apabila tidak mendapat penanganan yang tepat akan menyebabkan kematian. Jika perawatan perineum tidak dilakukan dengan baik dapat menyebabkan lokhea dan lembab yang memperparah kondisi perineum dan dapat menimbulkan infeksi pada perineum.

Luka perineum dan penjahitan menjadi masalah kesehatan yang utama yang berhubungan dengan morbiditas pada ibu nifas (Steen, 2016). Kebanyakan ibu bersalin mengalami nyeri selama periode nifas. Luka perineum dapat berdampak pada fisik, psikologis, dan hubungan sosial ibu selama periode nifas. Hal ini juga dapat mengganggu proses menyusui, kehidupan keluarga, dan kehidupan seksual (Senol, 2017).

Dampak lain dari nyeri perineum dapat mempengaruhi kemampuan untuk mobilisasi yang dapat mengakibatkan komplikasi seperti terhambatnya kontak ibu dan bayi, muncul kecemasan, terganggunya proses menyusui, gangguan pola tidur dan perdarahan postpartum. Selain itu, luka jahitan rentan terjadi infeksi dimana dapat menyebar pada jalan lahir atau saluran kemih yang bisa memicu timbulnya masalah lain seperti infeksi pada kandung kemih dan jalan lahir serta dispareunia yang disebabkan oleh jaringan parut yang terbentuk

setelah laserasi perineum (Rahmaniar, 2019). Oleh sebab itu, masalah nyeri perineum perlu diatasi demi meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan wanita dikemudian hari.

Beragam metode baik secara farmakologi maupun non farmakologis untuk menyembuhkan nyeri jahitan perineum. Secara farmakologis, umumnya terapi yang diberikan adalah analgesik maupun NSAID. (Ferdous, 2017). Terapi farmakologis memang efektif dalam meredakan nyeri, namun perlu dipertimbangkan mengenai adanya resiko efek samping khususnya pada ibu menyusui. Sehingga wanita memiliki kecenderungan menggunakan terapi alternatif untuk menghindari efek samping obat-obatan dan menganggap bahwa terapi komplementer lebih aman, alami dan seefektif pengobatan konvensional (Kristina, 2013).

Terapi komplementer bersifat perawatan alamiah diantaranya adalah dengan relaksasi progresif, terapi tawa, meditasi, terapi nutrisi, aromaterapi, terapi herbal, refleksiologi, akupuntur, akupresur dan hidroterapi (Damayanti, 2014). Terapi komplementer bisa menjadi alternatif untuk meredakan rasa nyeri bahkan dapat menyembuhkan beberapa penyakit karena terapi ini memiliki resiko yang lebih minim dan lebih aman dibandingkan dengan obat modern yang mengandung bahan kimia.

Salah satu metode non farmakologi sederhana yang dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri perineum adalah hidroterapi. Terdapat beberapa jenis hidroterapi, diantaranya yaitu *sitz bath*. Terapi *sitz bath* berasal dari Jerman adalah salah satu metode paling populer. Terapi *sitz bath* merupakan terapi regimen eksternal yang sederhana, aman, ekonomis, non-invasif dan efektif untuk berbagai masalah kesehatan. *Sitz bath* bermanfaat dalam meredakan rasa nyeri, mempercepat proses penyembuhan, mengurangi resiko peradangan dan meningkatkan kenyamanan bagi ibu (Filbert, 2016). Efektifitas terapi *sitz bath* untuk meredakan nyeri telah dibuktikan dalam beberapa penelitian bahwa *sitz bath* efektif dalam mengurangi nyeri episiotomi dan mempercepat proses penyembuhan luka.

Berdasarkan uraian data dan permasalahan diatas, memberikan dorongan kepada penulis untuk melakukan *Literature Review* mengetahui pengaruh terapi komplementer *sitz bath* terhadap penurunan nyeri perineum pada ibu postpartum.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan yang akan diambil oleh penulis adalah adakah pengaruh terapi komplementer *sitz bath* terhadap penurunan nyeri perineum pada ibu postpartum melalui studi literature?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi komplementer *sitz bath* terhadap penurunan skala nyeri perineum pada ibu postpartum.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran kejadian nyeri perineum pada ibu postpartum melalui studi literature.
- b. Mengidentifikasi teknik terapi *sitz bath* (durasi, frekuensi dan lama pemberian) melalui studi literature
- c. Menganalisis pengaruh terapi komplementer *sitz bath* terhadap penurunan skala nyeri perineum pada ibu postpartum melalui studi literature

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber bacaan dan dapat menambah data dasar mengenai terapi komplementer *sitz bath* terhadap penurunan nyeri perineum pada ibu postpartum

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai bahan kepustakaan matkul KDM (Kebutuhan Dasar Manusia), bahan pembelajaran, dan bahan untuk menggali informasi dibidang non farmakologi khususnya terkait pengaruh terapi

komplementer *sitz bath* dalam menurunkan nyeri perineum pada masa nifas.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dalam memberikan pelayanan di fasilitas kesehatan dalam mengembangkan terapi komplementer *sitz bath* dalam menurunkan nyeri perineum pada masa nifas.

c. Bagi Subjek Penelitian

Dapat membantu dan memberi manfaat bagi masyarakat dalam mengatasi nyeri perineum pada masa nifas dengan terapi komplementer *sitz bath*.