

EFEKTIFITAS METODE SITZ BATH DENGAN REBUSAN DAUN BELIMBING WULUH TERHADAP PENURUNAN NYERI LUKA PERINEUM PADA IBU POST PARTUM DI PMB MILA KARMILA DI KELURAHAN KAMAL KECAMATAN KALIDERES JAKARTA BARAT

Dewi Sukmawati^{1*}, Lili Farlikhatun²

¹⁻²Fakultas Ilmu Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: dewisukma1107@gmail.com

Disubmit: 14 Juli 2023

Diterima: 02 Agustus 2023

Diterbitkan: 01 Maret 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i3.11006>

ABSTRACT

Mothers who give birth with normal births are not only happy but also cause pain for those who experience perineal injuries. PMB Mila Karmila in the Kamal sub-district, Kalideres District, West Jakarta, in 2021 it was found that 50.6% had grade I and II perineal tears, while in 2022 it was found that 53.3% had grade I and II perineal tears. One solution for postpartum mothers to reduce perineal wound pain is by administering the sitz bath method using boiled water from starfruit leaves. To determine the effectiveness of the sitz bath method with a decoction of starfruit leaves to reduce perineal wound pain in post partum mothers at PMB Mila Karmila in Kamal sub-district, Kalideres sub-district, West Jakarta. Pre-experimental design with one group pretest-posttest design. The sample was postpartum mothers who experienced perineal rupture in April-May 2023 as many as 30 samples using a purposive sampling technique. The intervention was given for 10-15 minutes 3 times a day for 7 days. Bivariate analysis using the Wilcoxon test. The average perineal wound pain before administering the sitz bath method with bilimbi leaves decoction was 4.50 and the average perineal wound pain after was 1.73. The Wilcoxon test results obtained a p value = 0.000. There is an effectiveness of the sitz bath method with a decoction of starfruit leaves to reduce perineal wound pain in post partum mothers. Postpartum mothers should plant these plants in their yards because they can be used as medicinal ingredients that are safe, easy and do not require high costs.

Keywords: Sitz Bath Method, Carambola Leaves Decoction, Perineal Wound Pain

ABSTRAK

Ibu melahirkan dengan persalinan normal selain membahagiakan akan tetapi juga menimbulkan rasa nyeri bagi yang mengalami luka perineum. PMB Mila Karmila di kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat tahun 2021 ditemukan 50,6% mengalami robekan perineum grade I dan II sedangkan tahun 2022 ditemukan 53,3% mengalami robekan perineum grade I dan II. Salah satu solusi bagi ibu postpartum untuk mengurangi nyeri luka perineum yaitu dengan pemberian metode *sitz bath* menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh. Mengetahui efektifitas metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu *post partum* di PMB Mila

Karmila di kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat. *Pre-eksperimental desain* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel adalah ibu postpartum yang mengalami ruptur perineum pada bulan April-Mei tahun 2023 sebanyak 30 sampel dengan teknik *purposive sampling*. Intervensi diberikan selama 10-15 menit dilakukan 3 kali dalam sehari selama 7 hari. Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian rata-rata nyeri luka perineum sebelum pemberian metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh 4,50 dan rata-rata nyeri luka perineum sesudah 1,73. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* = 0,000. Terdapat efektifitas metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum. Ibu postpartum sebaiknya menanam tanaman tersebut di pekarangan karena dapat digunakan sebagai bahan pengobatan yang aman, mudah dan tidak memerlukan biaya yang mahal.

Kata Kunci: Metode *Sitz Bath*, Rebusan Daun Belimbing Wuluh, Nyeri Luka Perineum

PENDAHULUAN

Melahirkan bagi seorang perempuan atau calon ibu merupakan berkah yang luar biasa dan membahagiakan. Selain pembuktian dirinya perempuan sejati, melalui rahimnya ia juga telah menghadirkan 'buah cinta' dari pernikahannya. Namun disisi kebahagiaan itu, ada kenyataan yang harus dilalui pasca proses persalinan, yaitu penyembuhan pada alat reproduksi tempat bayi itu lahir. Alat reproduksi ibu yang baru saja mengalami persalinan rentan terhadap infeksi dikarenakan kondisi ibu yang masih lemah dan belum kembali seperti sebelum hamil, disertai adanya luka jahitan di perineum setelah proses persalinan normal (Utami, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 hampir 90% proses persalinan normal mengalami robekan di perineum baik dengan atau tanpa episiotomy dimana di dunia terjadi 4,8 juta kasus robekan (ruptur) perineum pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2020, seiring dengan bidan yang tidak mengetahui asuhan kebidanan dengan baik dan kurang pengetahuan ibu tentang perawatan

mandiri ibu dirumah. Amerika dari 26 juta ibu bersalin terdapat 40% mengalami ruptur perineum, Asia masalah robekan perineum cukup banyak, dalam masyarakat 50% dari kejadian robekan perineum di dunia terjadi di Asia (Boyle, 2021).

Kejadian ibu bersalin yang mengalami robekan perineum di Indonesia didapatkan 75% ibu dengan persalinan pervaginam pernah mengalami robekan perineum, 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% untuk episiotomi, 29% untuk robekan spontan). Hal ini diperkuat oleh hasil studi dari pusat Penelitian dan Pengembangan (Puslitbang) Provinsi DKI Jakarta, yang melakukan penelitian pada beberapa propinsi di Indonesia didapatkan bahwa satu dari lima ibu bersalin yang mengalami rupture perineum akan meninggal dunia dengan proporsi 21,74% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Begitu juga dengan penelitian Nafisah (2021) yang dilakukan di Kota Jakarta Barat ditemukan 70% ibu bersalin pernah mengalami ruptur perineum grade I-III. Terjadinya ruptur perineum 37% diantaranya karena episiotomi dan 33% karena robekan spontan.

Ruptur perineum adalah cedera pada jalan lahir yang disebabkan oleh penggunaan atau tidaknya alat bantu pada saat lahir. Penyebab ruptur perineum antara lain persalinan, kelebihan berat badan bayi, persalinan yang tidak tepat, kekakuan perineum, penghisapan vakum, dan trauma akibat penggunaan peralatan insisi perineum. Ruptur pleura terjadi pada hampir semua persalinan lebih awal dan tidak jarang pada persalinan selanjutnya. Dampak dari ruptur perineum pada ibu postpartum yang tidak di jaga dengan baik lukanya akan sangat rentan terhadap terjadinya infeksi yang akan sangat berpengaruh terhadap kesembuhan luka perineum (Potter & Perry, 2019).

Perawatan luka merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai baik oleh tenaga amedis maupun oleh ibu post partum sendiri. Prinsip utama dalam manajemen perawatan luka adalah pengendalian infeksi karena infeksi menghambat proses penyembuhan luka sehingga menyebabkan angka morbiditas dan mortalitas bertambah besar. Adanya perawatan dan pengetahuan teknik perawatan luka yang baik, maka akan membantu proses penyembuhan luka (Liantari, 2019).

Menurut Sujiyatini (2020), faktor-faktor penyembuhan luka perineum diantaranya yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yaitu budaya dan keyakinan, pengetahuan, sarana dan prasarana, penanganan petugas, gizi, obat-obatan dan keturunan. Adapun faktor internal yaitu usia, cara perawatan, personal hygiene, aktivitas berat dan berlebihan dan infeksi. Berdasarkan Kebijakan Program Pemerintah yang dilandasi oleh Gerakan Sayang Ibu (GSI) yaitu kebijakan program nasional yang berisikan paling sedikit empat kali melakukan kunjungan masa nifas

yang salah satunya bertujuan mendeteksi adanya komplikasi atau masalah yang terjadi pada masa nifas. Pada kunjungan hari keenam salah satu asuhan yang diberikan adalah menilai adanya tanda tanda demam, infeksi atau perdarahan abnormal (Rukiah, 2021).

Salah satu solusi bagi ibu postpartum adalah gagasan yang diperoleh dari dunia herbal alami yakni pemanfaatan daun belimbing wuluh. Selain untuk bumbu masak, buah belimbing wuluh juga sangat banyak khasiatnya dan sering digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Bagi masyarakat dulu, menggunakan bahan-bahan tradisional merupakan pilihan yang terbaik. Dibalik rasa yang masam, buah belimbing wuluh ternyata menyimpan banyak manfaat untuk kesehatan diantaranya adalah flavonoid, saponin alkaloid dan tanin yang diduga memiliki khasiat sebagai antioksidan, antibakteri dan antiinflamasi (anti radang) (Liantari, 2019). Disamping itu daun belimbing wuluh berkhasiat untuk mengurangi rasa sakit atau nyeri dan pembunuh kuman (Arland, 2021). Rasa asam pada daun belimbing wuluh yang muda, menandakan tingginya kadar vitamin c, protein, serat, calcium, fosfor dan besi didalamnya yang akan mempercepat sembuhnya jaringan luka (Arisandi & Andriani, 2020).

Pada kajian ini, daun belimbing wuluh akan diramu sedemikian rupa dan dibuktikan pemanfaatannya bagi penyembuhan jahitan pada ibu pasca persalinan atau ibu postpartum. Hasil penelitian Sangadah (2018) didapatkan hasil bahwa ada peningkatan penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum setelah diberikan asuhan penerapan Sitz Bath menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh.

Penelitian Syafitri. (2019), menunjukkan bahwa ekstrak daun belimbing wuluh mengandung flavonoid, saponin dan tanin. Daun belimbing wuluh selain tanin juga mengandung sulfur, asam format, kalsium oksalat dan kalium sitrat. Bahan aktif pada daun belimbing wuluh yang dapat dimanfaatkan sebagai obat adalah tanin. Tanin ini juga digunakan sebagai astringent baik untuk saluran pencernaan maupun kulit dan juga dapat digunakan sebagai obat diare. Daun belimbing wuluh juga mengandung senyawa peroksida yang dapat berpengaruh terhadap antipiretik, peroksida merupakan senyawa pengoksidasi dan kerjanya tergantung pada kemampuan pelepasan oksigen aktif dan reaksi ini mampu membunuh banyak mikroorganisme.

Berdasarkan data dari PMB Mila Karmila di kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat tahun 2021 jumlah persalinan normal sebanyak 154 orang, 78 orang (50,6%) diantaranya mengalami robekan perineum grade I dan II. Selanjutnya pada tahun 2022 jumlah persalinan normal sebanyak 165 orang, 88 orang (53,3%) diantaranya mengalami robekan perineum grade I dan II, 1 orang ibu mengalami robakan perineum grade IV dan 1 diantaranya mengalami kasus luka terbuka pada hari ke-3 postpartum.

Hasil studi pendahuluan pada 10 ibu nifas yang melakukan kunjungan satu minggu pasca persalinan pada bulan Maret didapatkan 7 (70%) diantaranya mengalami robekan perineum grade I dan II, dari 7 ibu yang mengalami luka perineum 6 diantaranya mengatakan masih merasakan nyeri pada bekas luka perineum padahal selama ini ibu sudah mengkonsumsi obat antibiotik dan analgetik dengan dosis 3 x 500mg sehari yang didapat dari bidan. Sementara itu metode

sitz bath dengan rebusan air daun belimbing wuluh belum pernah dilakukan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai "Efektifitas Metode Sitz Bath dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh terhadap Penurunan Nyeri luka Perineum pada Ibu Post Partum di PMB Mila Karmila di kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat".

TINJAUAN PUSTAKA

Nyeri Luka Perineum

Menurut Prawirohardjo (2020), pada proses persalinan sering terjadi ruptur perineum yang disebabkan antara lain: kepala janin lahir terlalu cepat, persalinan tidak dipimpin sebagaimana mestinya, riwayat jahitan perineum, pada persalinan dengan *distosia* bahu.

Nyeri/laserasi perineum adalah perlukaan yang terjadi akibat robekan di jaringan antara vulva dan anus yang terjadi baik secara spontan maupun dengan Tindakan (Juliari, 2018).

Luka perineum diklasifikasikan berdasarkan jenisnya dan luasnya robekan. Menurut Prawirohardjo (2020) berdasarkan jenisnya dan luas luka perineum diantaranya yaitu jenis luka perineum berupa Episiotomi dan Luka Spontan; serta Luas luka perineum yang dibagi menjadi 4 derajat, Derajat I yang tidak memerlukan penjahitan dan Derajat II sampai IV yang memerlukan penjahitan.

Episiotomi adalah robekan yang sengaja dibuat di perineum kegunaannya untuk mempermudah jalan keluar bayi, serta akan menimbulkan luka yang menyebabkan rasa sakit (Prawirohardjo, 2020).

Luka spontan adalah terjadi karena regangan jalan lahir yang berlebih-lebihan dan terjadi secara

tiba-tiba ketika janin di lahirkan, sehingga kepala maupun bahu janin (anak besar, shoulder dystocia) merobek jaringan perineum dan sekitarnya (Prawirohardjo, 2020).

Potter & Perry (2019) mengatakan bahwa nyeri yang dinilai akan dikategorikan menjadi tidak nyeri (0), nyeri ringan (1-3), nyeri sedang (4-6), nyeri berat (terkontrol) (7-9), dan nyeri sangat berat (tidak terkontrol) (10).

Metode Sitz Bath

Istilah sitz bath berasal dari kata Jerman "Sizbad", yang berarti bak mandi (Bad) di mana seseorang duduk (sitzen) (Chandraleka, 2019). Sitz bath merupakan tradisi Eropa yang hanya melibatkan bagian panggul dan daerah tersebut ditempatkan di dalam air, ini membantu bagi wanita setelah melahirkan baik dia memiliki luka perineum atau tidak. Sitz Bath (rendam duduk) merupakan perendaman daerah tubuh pada panggul dalam air hangat atau panas. Hal ini digunakan untuk mengurangi ketidaknyamanan terutama setelah penjahitan perineum, wasir dan persalinan (William & Wilkins, 2019).

Sitz bath air hangat dapat membantu meredakan nyeri dengan membantu memperlancar peredaran darah perineum. 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 (Khosla, 2019).

Daun Belimbing Wuluh

Belimbing wuluh (*Averrhoa bilimbi* Linn) merupakan tanaman

obat dari famili Oxalidaceae. Genus *Averrhoa* dinamai oleh seorang filsuf Arab, dokter, dan ahli hukum Islam, yang sering dikenal dengan sebutan Averroes. Belimbing wuluh berhubungan erat dengan *Averrhoa carambola* (starfruit) yang diklaim sebagai tanaman asli Malaysia Barat dan Maluku Indonesia (Alhassan & Ahmed, 2019).

Adapun kandungan daun belimbing wuluh berupa Flavonoid, Saponin, Alkaloid, Tanin, Enzim, Asam Amino dan Vitamin C (Arland, 2021).

Daun belimbing wuluh mengandung flavonoid, saponin alkaloid dan tanin yang diduga memiliki khasiat sebagai antioksidan, antibakteri dan antiinflamasi (anti radang) (Liantari, 2019). Sejumlah penelitian farmakologis termasuk penelitian *in vitro* dan *in vivo* pada buah belimbing wuluh menunjukkan khasiat seperti antisitotoksik, antimikroba, antioksidan dan penyembuhan luka (Alhassan & Ahmed, 2019). Disamping itu daun belimbing wuluh berkhasiat untuk mengurangi rasa sakit atau nyeri dan pembunuh kuman (Arland, 2021). Rasa asam pada daun belimbing wuluh yang muda, menandakan tingginya kadar vitamin C, protein, serat, calcium, fosfor dan besi didalamnya yang akan mempercepat sembuhnya jaringan luka (Arisandi & Andriani, 2020).

Masa Nifas

Masa nifas adalah dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu. Akan tetapi, seluruh alat genitalia baru pulih kembali seperti sebelum ada kehamilan dalam waktu 3 bulan (Sujiyatini, 2020).

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, maka rumusan masalah bahwa belum diketahui efektifitas metode sitz bath dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat.

Adapun pertanyaan penelitian ini adalah “Bagaimanakah efektifitas metode sitz bath dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat?”

Sehingga tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas metode sitz bath dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental desain. Rancangan yang digunakan adalah one group pretest-posttest design. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode sitz bath dengan rebusan daun belimbing wuluh. Variabel terikat pada penelitian ini adalah penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum. Pengukuran nyeri luka perineum pada ibu post partum peneliti menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan kuesioner ini

sudah baku sehingga tidak perlu dilakukan uji validitas. Sementara metode Sitz bath rebusan daun belimbing wuluh yaitu merendam daerah panggul menggunakan wadah yang berisi air rebusan daun belimbing wuluh dengan suhu 40-43°C, dilakukan selama 10-15 menit sekali dan diulangi sebanyak dua kali sesuai dengan SOP. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang mengalami ruptur perineum pada bulan April-Mei tahun 2023 di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat sebanyak 31 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling adalah pengambilan sampel ditentukan oleh peneliti dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Berdasarkan kriteria tersebut sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 30 responden yang dapat dijadikan sebagai sampel penelitian, sedangkan 1 responden karena mengalami penyakit diabetes melitus yang harus mendapatkan perawatan khusus. Data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini selanjutnya diolah dengan menggunakan program komputer dengan beberapa tahapan yaitu merkapitulasi hasil jawaban kuesioner yang diisi oleh responden kemudian dilakukan Editing, Coding, Entry Data, dan Tabulating. Data dianalisis menggunakan analisis univariat nilai mean dan analisis bivariat uji t.

HASIL PENELITIAN**Hasil Analisis Univariat****Tabel 1. Nilai Rata-Rata Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum Sebelum Pemberian Metode Sitz Bath dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat**

Nyeri Luka Perineum	Rata-rata	Std. Deviasi	Max	Min
Sebelum	4,50	0,974	6	3

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa nyeri luka perineum pada ibu post partum sebelum pemberian metode *sitz*

bath dengan rebusan daun belimbing wuluh rata-rata = 4,50 std. deviasi = 0,974 maximum = 6 dan minimum = 3.

Tabel 2. Nilai Rata-Rata Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum Sesudah Pemberian Metode Sitz Bath dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat

Nyeri Luka Perineum	Rata-rata	Std. Deviasi	Max	Min
Sesudah	1,73	0,828	3	0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa nyeri luka perineum pada ibu post partum sesudah pemberian metode *sitz bath*

dengan rebusan daun belimbing wuluh rata-rata = 4,50 std. deviasi = 0,974 maximum = 6 dan minimum = 3.

Hasil Analisis Bivariat**Tabel 3. Efektifitas Metode *Sitz Bath* dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat**

Nyeri Luka Perineum	Mean	Selisih Mean	P Value
Sebelum	4,50	2,77	0,000
Sesudah	1,73		

Hasil uji *Wilcoxon* diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada efektifitas metode *sitz bath*

dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat.

PEMBAHASAN

Nilai Rata-Rata Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum Sebelum Pemberian Metode *Sitz Bath* dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa nyeri luka perineum pada ibu post partum sebelum pemberian metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh rata-rata = 4,50 std. deviasi = 0,974 maximum = 6 dan minimum = 3.

Nyeri yang dirasakan oleh ibu post partum pada bagian perineum disebabkan oleh luka jahitan pada waktu melahirkan karena adanya jaringan yang terputus. Nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas akan berpengaruh terhadap mobilisasi yang dilakukan oleh ibu, pola istirahat, pola makan, pola tidur, suasana hati ibu, kemampuan untuk buang air besar (BAB) atau buang air kecil (BAK), aktivitas sehari-hari, antara lain dalam hal mengurus bayi, mengerjakan pekerjaan rumah tangga, sosialisasi dengan lingkungan dan masyarakat, dan menghambat ketika ibu akan mulai bekerja (Judha, 2020). Salah satu solusi bagi ibu post partum adalah gagasan dari herbal alami yakni pemanfaatan daun belimbing wuluh. Selain untuk bumbu masakan, buah belimbing wuluh juga sangat banyak khasiatnya dan sering digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Belimbing wuluh (*Averrhoa bilimbi* Linn) merupakan tanaman obat dari famili Oxalidaceae (Alhassan & Ahmed, 2019).

Sesuai dengan hasil penelitian Sangadah (2018) didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan asuhan penerapan *Sitz Bath* menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri luka perineum dengan nilai

rata-rata 4,9. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Utami (2019) ditemukan hasil bahwa sebelum diberikan asuhan penerapan *Sitz Bath* menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri luka perineum dengan nilai rata-rata 5,1. Penelitian lainnya dilakukan oleh Syafitri (2019), ditemukan hasil bahwa sebelum diberikan rebusan daun belimbing wuluh didapatkan 20 responden dengan luka sembuh kurang baik sebanyak 20 responden (100%). Begitu juga penelitian Jayatmi et al. (2022) Dari 10 responden yang diberikan intervensi metode *sitzbath* daun belimbing di dapatkan nilai rata-rata pretest 4,90.

Peneliti berasumsi terjadinya nyeri luka perineum pada ibu postpartum disebabkan oleh karena adanya jaringan yang terputus sehingga menimbulkan nyeri, penyebab lainnya disebabkan oleh karena adanya tekanan pada daerah tersebut seperti pada saat melakukan BAB, maupun saat melakukan aktivitas sehari-hari dalam hal mengurus bayi ataupun mengerjakan pekerjaan rumah yang membutuhkan pergerakan dan penekanan pada daerah luka perineum. Terlihat dari keluhan yang dialami ibu pada saat dilakukan observasi ibu menyeringai saat berjalan dan saat akan duduk dengan cara hati-hati sambil meringis kesakitan. Ada pula ibu yang mengeluh nyeri yang kuat sehingga saat diajak bicara tidak fokus bahkan saat duduk pun terlihat gelisah karena adanya nyeri yang tidak tertahankan. Hal ini menandakan luka perineum berpengaruh terhadap mobilisasi pada ibu post partum. Disarankan pada ibu postpartum sebagai salah satu upaya untuk mengurangi rasa nyeri dan mempercepat proses penyembuhan

diperlukan suatu tindakan dengan metode non farmakologi, diantaranya dengan pemberian belimbing wuluh ak untuk menurunkan rasa nyeri dan mempercepat penyembuhan.

Nilai Rata-Rata Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum Sesudah Pemberian Metode *Sitz Bath* dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa nyeri luka perineum pada ibu post partum sesudah pemberian metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh rata-rata = 4,50 std. deviasi = 0,974 maximum = 6 dan minimum = 3.

Daun belimbing wuluh mengandung flavonoid, saponin alkaloid dan tanin yang diduga memiliki khasiat sebagai antioksidan, antibakteri dan antiinflamasi (anti radang) (Liantari, 2019). Sejumlah penelitian farmakologis termasuk penelitian *in vitro* dan *in vivo* pada buah belimbing wuluh menunjukkan khasiat seperti antisitotoksik, antimikroba, antioksidan dan penyembuhan luka (Alhassan & Ahmed, 2019). Disamping itu daun belimbing wuluh berkhasiat untuk mengurangi rasa sakit atau nyeri dan pembunuh kuman (Arland, 2021).

Sesuai dengan hasil penelitian Sangadah (2018) didapatkan hasil bahwa sesudah diberikan asuhan penerapan *Sitz Bath* menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri luka perineum dengan nilai rata-rata 2,9. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Utami (2019) ditemukan hasil bahwa sesudah diberikan asuhan penerapan *Sitz Bath* menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh sebagian besar ibu

nifas mengalami nyeri luka perineum dengan nilai rata-rata 2,5. Penelitian lainnya dilakukan oleh Syafitri (2019), ditemukan hasil bahwa sesudah diberikan rebusan daun belimbing wuluh didapatkan ibu luka sembuh sembuh sedang sebanyak 10 responden (50%) dan ibu dengan luka sembuh baik sebanyak 10 responden (50%). Begitu pula penelitian Jayatmi et al. (2022) dari 10 responden yang diberikan intervensi metode *sitzbath* daun belimbing di dapatkan nilai rata-rata setelah diberikan intervensi di dapatkan nilai rata rata post testnya sebesar 2,40.

Peneliti berasumsi adanya penurunan nyeri luka perineum setelah melakukan metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh, hal ini disebabkan oleh karena dalam daun belimbing wuluh mengandung zat yang berfungsi sebagai anti radang, antiinflamasi dan antibakteri sehingga dengan pemberian metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh dapat membunuh kuman dan mengurangi radang pada luka perineum sehingga rasa sakit atau nyeri yang dialami berkurang. Disarankan ibu postpartum rutin menerapkan metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh minimal 2 kali sehari agar dapat mempercepat penyembuhan luka perineum sehingga berdampak pada pengurangan rasa sakit pada luka perineum.

Efektifitas Metode *Sitz Bath* dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat

Hasil uji Wilcoxon diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan

demikian dapat disimpulkan bahwa ada efektifitas metode sitz bath dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat.

Ibu yang habis bersalin atau post partum yang mempunyai jahitan di perineum (area antara vulva dan anus), baik pada primipara maupun multipara, harus lebih memperhatikan perawatan luka jahitannya, supaya cepat sembuh. Salah satu solusi bagi ibu post partum adalah gagasan yang diperoleh dari dunia herbal alami yakni pemanfaatan daun belimbing wuluh dengan tidak mengalami infeksi Utami (2019). Daun belimbing wuluh berkhasiat mempercepat penyembuhan luka, khususnya pada luka perineum. Rasa asam pada daun belimbing wuluh yang muda, menandakan tingginya kadar vitamin C, protein, serat, calcium, fosfor dan besi di dalamnya yang akan mempercepat sembuhnya jaringan luka (Arisandi & Andriani, 2020).

Sesuai dengan hasil penelitian Sangadah (2018) didapatkan hasil bahwa ada peningkatan penyembuhan luka perineum dan penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum setelah diberikan asuhan penerapan Sitz Bath menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh dengan nilai $p=0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan sitz bath menggunakan air rebusan daun belimbing wuluh efektif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Utami (2019) ditemukan adanya perbedaan rendaman ekstra rebusan daun belimbing wuluh dengan frekuensi 3 kali/hari dibandingkan dengan kelompok yang mendapat pengobatan Amoxicillin 500 mg dan

antalgin 500 mg dengan nilai $p=0,041$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat epitel yang lebih tebal pada kelompok rendaman ekstrak rebusan daun belimbing wuluh 3 kali/hari dibandingkan dengan kelompok yang mendapat pengobatan Amoxicillin 500 mg dan antalgin 500 mg. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok rendaman ekstrak rebusan daun belimbing wuluh 3 kali/hari mampu meningkatkan ketebalan (kesembuhan) jaringan sehingga dapat menurunkan nyeri luka perineum. Penelitian lainnya dilakukan oleh Syafitri (2019), ditemukan hasil bahwa berdasarkan hasil uji wilcoxon didapatkan nilai $p=0,000$, sehingga dapat dinyatakan ada pengaruh pemberian daun belimbing wuluh terhadap penyembuhan luka perineum dan penurunan tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas. Berdasarkan hasil olah data penelitian Jayatmi et al. (2022), nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh penggunaan metode Sitz Bath Daun Belimbing Wuluh terhadap penurunan nyeri luka ibu post partum. Rata-rata setelah dilakukan metode sitzbathdaun belimbing wuluh adalah 2,40. Ada pengaruh metode sitzbath daun belimbing wuluh terhadap nyeri luka perineu.

Peneliti berasumsi adanya efektifitas metode sitz bath dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum, hal ini disebabkan oleh karena dengan metode tersebut dapat mempercepat proses penyembuhan luka pada perineum. Adanya percepatan proses penyembuhan luka perineum tersebut maka dapat mengurangi rasa nyeri yang dialami pada luka perineum tersebut, dengan demikian disarankan jika penerapan metode sitz bath dengan rebusan daun

belimbing wuluh terus dilakukan pada ibu postpartum yang mengalami luka perineum setelah melahirkan agar proses penyembuhannya dapat berjalan dengan cepat dan dapat mengurangi terjadinya nyeri luka pada perineum tersebut. Tidak lupa bagi ibu postpartum sebaiknya menyediakan tanaman tersebut di pekarangan selain indah dipandang, namun dapat digunakan sebagai bahan pengobatan yang aman, mudah dan tidak memerlukan biaya yang mahal.

KESIMPULAN

Terdapat efektifitas metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu post partum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat.

Saran

Diharapkan peneliti selanjutnya diharapkan tenaga kesehatan dapat menerapkan metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh terus dilakukan pada ibu postpartum yang mengalami luka perineum setelah melahirkan agar proses penyembuhannya dapat berjalan dengan cepat dan dapat mengurangi terjadinya nyeri luka pada perineum tersebut. Ibu postpartum sebaiknya menanam tanaman tersebut di pekarangan selain indah dipandang, namun dapat digunakan sebagai bahan pengobatan yang aman, mudah dan tidak memerlukan biaya yang mahal.

DAFTAR PUSTAKA

Alhassan, A. M., & Ahmed, Q. U. (2019). *Averrhoa bilimbi* linn: a review of its ethnomedicinal uses, phytochemistry, and

pharmacology. *Journal of Pharmacy and BioAllied Science*, 8(4).

Arisandi, Y., & Andriani, Y. (2020). *Khasiat Tanaman Obat*. Pustaka Buku Murah.

Arland. (2021). *Belimbing Wuluh*. <http://www.mail-archive.com>.

Boyle, M. (2021). *Pemulihan Luka*. EGC.

Chandrleka. (2019). Effectiveness of Sitz Bath Versus Infrared Ray Therapy on Level of Episiotomy Pain and Wound Healing Among Post Natal Mothers. *Journal of Scientific and Technical Research*.

Jayatmi, I., Nurjanah, I., & Prima, E. (2022). Efektifitas Metode Sitz Bath Dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum. *Simfisis Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.53801/sjki.v1i3.94>

Judha, M. (2020). *Teori Pengukuran Nyeri*. Nuha Medika.

Juliari, I. G. A. I. (2018). *Hubungan Paritas dengan Derajat Laserasi Perineum pada Persalinan Normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar Tahun 2018*. Poltekkes Denpasar.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas Indonesia Tahun 2018*.

Khosla, P. (2019). *Effect of Sitz Bath on Episiotomy Wound Healing and Level of Pain Among Post Natal Mothers*. Siksha "O" Anusandhan University, Odisha.

Liantari, D. (2019). Effect of Wuluh Starfruit Leaf Extract for Streptococcus Mutans Growth. *Journal Majority*, 3(2).

Nafisah. (2021). *Gambaran Kejadian Rupture Parineum Grade II di*

- Puskesmas Kecamatan Kalideres Jakarta Barat Tahun 2021*. Poltekkes Kemenkes Jakarta III.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2019). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. EGC.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kebidanan*. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rukiah, A. Y. (2021). *Asuhan Kebidanan III Nifas*. Trans Info Media.
- Sangadah, K. (2018). *Penerapan Sitz Bath Menggunakan Air Rebusan Daun Belimbing Wuluh dalam Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum dan Tingkat Nyeri Luka Perineum di BPM Aning Frianti Jatijaja*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
- Sujiyatini. (2020). *Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. CV Andi Offset.
- Syafitri. (2019). *Pengaruh Pemberian Daun Belimbing Wuluh terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di PBM Sri Wahyuningsih Kabupaten Malang*.
- Utami, D. (2019). *Penerapan Hydroterapi Sitz Bath Air Hangat untuk Mengurangi Nyeri Luka Perineum pada Ibu Postpartum*. Stikes Muhammadiyah Gombong, Kebumen.
- William, L., & Wilkins. (2019). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. In *Nursing Procedures* (5th ed.).