

PENERAPAN TERAPI *SITZ BATH* TERHADAP NYERI PERINEUM IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS SUKOARJO

Adelia Ayu Lestari, Siti Fatmawati

Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email: adlayulst@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *World Health Organization* (WHO) memperkirakan akan terjadi 6,3 juta kasus ruptur perineum pada tahun 2050. Di Indonesia, 75% wanita yang melahirkan secara pervaginam mengalami ruptur perineum. Robekan perineum menyebabkan rasa nyeri dan ketidaknyamanan bagi ibu pasca melahirkan. Salah satu metode non-farmakologi untuk mengurangi nyeri luka perineum adalah hidroterapi melalui terapi *sitz bath*. **Tujuan:** Mengetahui tingkat nyeri responden yang mengalami nyeri luka perineum sebelum dan sesudah terapi *sitz bath* pada ibu post partum di Puskesmas Sukoharjo. **Metode:** Penerapan ini menggunakan rancangan deskriptif dengan studi kasus. Sampel sebanyak 2 ibu post partum yang mengalami nyeri luka perineum. Penerapan dilakukan sebanyak 2 kali dalam 2 hari selama 10-15 menit dengan suhu 43°C. **Hasil:** Sebelum dilakukan penerapan kedua responden dalam kategori nyeri sedang, setelah dilakukan penerapan skala nyeri kedua responden mengalami penurunan menjadi nyeri ringan. **Kesimpulan:** Terapi *sitz bath* efektif dalam menurunkan nyeri luka perineum pada ibu post partum.

Kata Kunci: *Sitz Bath, Nyeri Perineum, Post Partum*