

EVIDENCE BASED CASE REPORT (EBCR) PENGARUH KOMPRES DINGIN TERHADAP PENURUNAN NYERI LUKA PERINEUM

*Evidence Based Case Report (EBCR)
The Effect Of Cold Compress On Reducing Perineum Wounds Pain*

Marha Putri Rachmatina^{1*}, Santi Sofiyanti², Yulinda³

^{1*} Jurusan Kebidanan Bandung Poltekkes Kemenkes Bandung, Email:
marhaputr99@gmail.com

² Jurusan Kebidanan Bandung Poltekkes Kemenkes Bandung, Email:
santisofiyanti@staff.poltekkesbandung.ac.id

³ Jurusan Kebidanan Bandung Poltekkes Kemenkes Bandung, Email:
yulinda@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

Perineal wounds are often causes pain and discomfort in patients, thereby reducing mobilization and inhibiting the wound healing process. Cold compresses have a local analgesic effect, reducing nerve sensitivity and lowering the pain threshold and reducing swelling. The aim of this research is to apply cold compresses as a method to reduce stitching wound pain during postpartum care. This research method involves searching for articles using e-data search engines based on Pubmed, Science Direct, and Google Scholar for 2013-2023 with the criteria of original articles with experimental methods. From the search results, 3 articles were obtained that met the criteria. Applying cold compresses during the postpartum period as a non-pharmacological intervention can be an alternative to reduce pain in perineal wounds.

Key words: perineal wounds, cold compress, postpartum

ABSTRAK

Luka jahit perineum seringkali menyebabkan nyeri dan ketidaknyamanan pada pasien sehingga mengurangi mobilisasi dan menghambat proses penyembuhan luka. Kompres dingin memiliki efek analgesik lokal, mengurangi kepekaan saraf dan menurunkan ambang nyeri serta mengurangi pembengkakan. Tujuan penelitian ini untuk menerapkan kompres dingin sebagai metode untuk mengurangi nyeri luka jahitan pada asuhan masa nifas. Metode penelitian ini dengan penelusuran artikel dengan menggunakan mesin pencarian *e-data based Pubmed, Science Direct, dan Google Scholar* tahun 2013- 2023 dengan kriteria original article dengan metode experimental. Dari hasil pencarian didapatkan 3 artikel yang memenuhi kriteria. Pemberian kompres dingin pada masa nifas sebagai intervensi nonfarmakologis dapat menjadi alternatif untuk mengurangi nyeri pada luka perineum.

Kata kunci: nifas, kompres dingin, luka perineum

PENDAHULUAN

Perempuan yang bersalin secara spontan berisiko tinggi mengalami trauma atau robekan pada perineum yang seringkali tidak dapat dihindari saat melahirkan. Prevalensi ruptur

perineum pada wanita yang menjalani persalinan pervaginam akan mengalami kerobekan lebih dari 85% diantaranya wanita primipara sekitar 90,4% dan pada multipara menurun menjadi sekitar 68,8%.¹ Perempuan yang bersalin untuk pertama kalinya, atau dikenal sebagai

ibu dengan paritas primipara, memiliki kemungkinan lebih besar mengalami robekan pada area perineum dibandingkan dengan mereka yang telah melahirkan sebelumnya (paritas multipara).² Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan belum terlatihnya jaringan perineum dalam menghadapi proses persalinan, sehingga meningkatkan risiko terjadinya trauma pada perineum saat bayi melewati jalan lahir.

Berdasarkan data global tahun 2020, tercatat 2,7 juta kasus ruptur perineum pada ibu yang melahirkan. Hal ini menunjukkan peningkatan signifikan, dengan estimasi mencapai 6,3 juta kasus pada tahun 2050.³ Sementara itu, di kawasan Asia, fenomena ini memengaruhi setengah dari total ibu bersalin, dengan 50% di antaranya mengalami robekan pada area perineum selama proses melahirkan.⁴ Menurut informasi dari Kementerian Kesehatan Indonesia, tiga perempat atau 75% ibu yang melahirkan melalui jalan lahir mengalami ruptur perineum. Studi yang dilakukan pada tahun 2017 mengungkapkan data yang lebih rinci: dari 1.951 persalinan spontan pervaginam yang diamati, lebih dari setengah (57%) ibu memerlukan penjahitan perineum. Dari jumlah tersebut, 28% disebabkan oleh tindakan episiotomi yang direncanakan, sementara 29% lainnya akibat robekan spontan yang terjadi selama proses persalinan.⁵

Ruptur perineum, yang terjadi pada 85% kasus persalinan, merupakan faktor risiko signifikan untuk komplikasi pasca melahirkan seperti perdarahan postpartum, infeksi, fistula, dan hematoma. Perdarahan, yang sering disebabkan oleh ruptur perineum, adalah penyebab utama kematian ibu. Hubungan erat antara ruptur perineum dan angka kematian ibu menekankan pentingnya pencegahan dan penanganan tepat untuk kondisi ini.⁶

Upaya-upaya seperti peningkatan perawatan antenatal, perbaikan teknik persalinan, dan penanganan cepat komplikasi dapat secara substansial mengurangi risiko kematian ibu terkait ruptur perineum, sehingga berkontribusi pada penurunan angka kematian ibu (AKI) secara keseluruhan.

Pasca persalinan banyak perempuan mengalami robekan perineum atau menjalani episiotomi sebagai bagian dari proses persalinan. Luka jahit perineum seringkali menyebabkan nyeri yang signifikan dan ketidaknyamanan pada pasien sehingga sulit untuk melakukan mobilisasi. Persalinan atau episiotomi menyebabkan trauma pada jaringan perineum, memicu respon inflamasi dan nyeri. Pembengkakan dan peradangan di sekitar luka jahit dapat meningkatkan nyeri dan menghambat proses penyembuhan. Kompres dingin dapat menyebabkan kontraksi pembuluh darah, mengurangi aliran darah ke area yang terkena dan mengurangi pembengkakan. Suhu rendah memiliki efek analgesik lokal, mengurangi kepekaan saraf dan menurunkan ambang nyeri.⁷

Beberapa studi klinis telah menunjukkan pengaruh positif kompres dingin dalam mengurangi nyeri dan pembengkakan pada luka jahit perineum. Mengutip hasil-hasil studi yang mendukung penggunaan kompres dingin sebagai metode efektif. Kompres dingin dapat menghambat transmisi sinyal nyeri melalui saraf perifer, memberikan efek penurunan nyeri yang bersifat sementara.⁸ Penggunaan kompres dingin dapat memoderasi respon inflamasi, mengurangi peradangan di sekitar luka jahit. Memberikan informasi mengenai cara yang benar untuk menerapkan kompres dingin pada luka jahit perineum. Memberikan penekanan pada peran aktif pasien dalam merawat luka jahit perineum mereka sendiri, termasuk

penggunaan kompres dingin sebagai bagian dari perawatan pascapersalinan.

KASUS

Pada tanggal 15 November 2023 pukul 11.00 WIB terdapat pasien bernama Ny. L usia 26 tahun pasca persalinan 12 jam yang lalu. Pada hasil pengkajian didapatkan hasil bahwa Ny. L postpartum 12 jam dengan keadaan baik dan hasil pemeriksaan abdomen dengan TFU 3 jari dibawah pusat, kontraksi uterus keras, kandung kemih teraba penuh dan pada perineum terdapat luka jahitan dan perdarahan normal. Ibu mengeluh nyeri di bagian vagina karena terdapat luka jahit perineum grade 2. Asuhan yang diberikan kepada ibu dengan pemberian terapi kompres dingin menggunakan *cold gel pack* yang dibalut dengan kain tipis dan dikompreskan ke vagina ibu diulang 3x dengan masing-masing durasi 10-15 menit.

RUMUSAN MASALAH

Apakah pemberian kompres dingin berpengaruh terhadap penurunan nyeri luka perineum?

P: Nifas, persalinan pervaginam / *postpartum, vaginal birth*

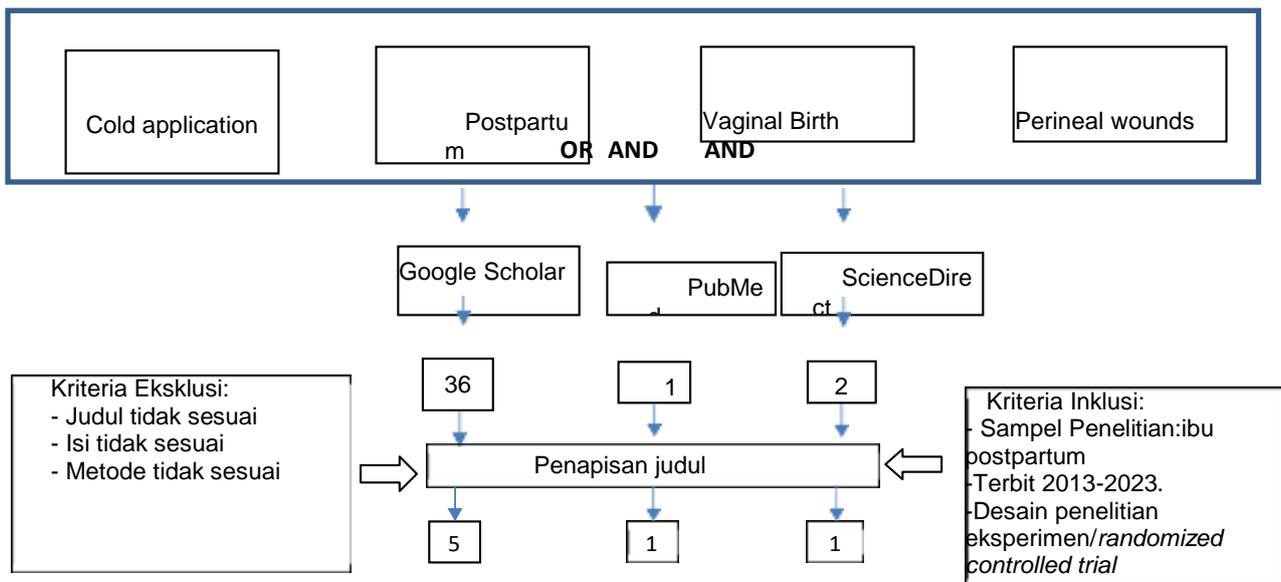
I: Kompres dingin / *cold application, local cooling*

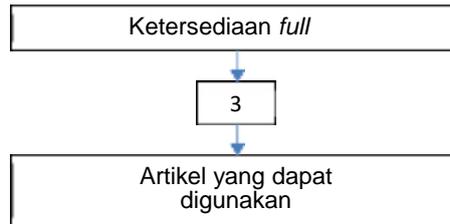
C: Tidak ada perbandingan

O: Mengurangi nyeri luka perineum/ *induced perineal wound*

METODE

Penelusuran artikel dengan menggunakan e-data based Pubmed, Science Direct, dan Google Scholar. Kata kunci yang digunakan adalah kata mewakili populasi yakni *Cold application OR Postpartum AND Vaginal Birth AND Perineal wounds*. Artikel jurnal yang relevan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi batasan pada publikasi 10 tahun, yaitu dalam rentang 2013 sampai dengan publikasi terbaru tahun 2023, tersedia full text, desain penelitian adalah *experimental/RCT*.





Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Terdapat 3 artikel yang naskah lengkapnya terpilih kemudian dilakukan telaah kritis, yang terdiri atas 3 aspek yaitu validitas penelitian, kepentingan klinis (importancy) hasil, dan aplikabilitasnya atau relevansinya terhadap masalah klinis yang ada.

Tabel 1. Telaah Kritis

| Artikel | Desain Penelitian | Level of evidence | Validity | Importance | Applicability |
|--|--|-------------------|--|---|--|
| Derya K. Senol, Ergul Aslan ⁹ | <i>Randomized controlled experimental design</i> | Level II | Penelitian ini menggunakan desain eksperimental randomized controlled trial (RCT) dengan melibatkan sampel yang cukup besar (200 ibu) yang dibagi secara acak menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Menggunakan instrumen yang tervalidasi seperti Visual Analog Scale (VAS) untuk mengukur nyeri dan Postpartum Comfort Questionnaire (PCQ) untuk mengukur kenyamanan. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok eksperimen dan kontrol. | Membahas masalah yang relevan dan umum terjadi pada ibu pasca melahirkan, yaitu nyeri perineum. Selain itu, menawarkan intervensi non-farmakologis yang sederhana dan aman untuk mengurangi nyeri perineum. Hasilnya menunjukkan penurunan nyeri yang signifikan dan peningkatan kenyamanan pada ibu yang menerima aplikasi cold gel pad. Dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas perawatan postpartum dan kesejahteraan ibu. | Intervensi yang digunakan (aplikasi cold gel pad) relatif mudah dilakukan dan tidak memerlukan peralatan khusus yang mahal. Dapat diterapkan pada berbagai tingkat fasilitas kesehatan, dari klinik bersalin hingga rumah sakit besar. Metode ini aman dan non-invasif, sehingga risiko efek samping minimal. Serta dapat diintegrasikan ke dalam protokol perawatan rutin postpartum untuk meningkatkan kenyamanan ibu. |
| Francisco A, De Oliveira S, Steen M, Nobre M, De Souza ¹⁰ | Randomize Controlled Trial | Level II | Validitas penelitian ini cukup tinggi karena menggunakan desain randomized controlled trial (RCT) yang merupakan standar emas untuk penelitian intervensi. Sampel yang digunakan cukup besar (69 ibu primipara) dan dibagi | Penelitian ini memiliki tingkat kepentingan yang tinggi karena membahas masalah yang relevan dan umum terjadi pada ibu pasca melahirkan, yaitu nyeri perineum. Studi ini | Hasil penelitian ini sangat aplikatif dalam praktik klinis karena intervensi yang digunakan (aplikasi ice pack selama 10 menit) relatif mudah dilakukan dan tidak memerlukan |

| | | | | | |
|---|------------------------|----------------|---|--|---|
| | | | <p>secara acak menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Penelitian ini menggunakan instrumen yang tervalidasi seperti Numerical Rating Scale (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok eksperimen dan kontrol, yang semakin memperkuat validitas temuan.</p> | <p>menawarkan intervensi non-farmakologis yang sederhana, aman, dan murah untuk mengurangi nyeri perineum. Hasilnya menunjukkan penurunan nyeri yang signifikan pada ibu yang menerima aplikasi ice pack selama 10 menit. Lebih penting lagi, penelitian ini memberikan informasi spesifik tentang durasi efek analgesik, yang dapat membantu dalam pengembangan protokol perawatan postpartum yang lebih efektif.</p> | <p>peralatan khusus yang mahal. Metode ini dapat diterapkan di berbagai tingkat kesehatan, dari klinik bersalin hingga rumah sakit besar. Karena sifatnya yang aman dan non-invasif, risiko efek samping minimal. Temuan tentang durasi efek analgesik (antara 1 jam 45 menit hingga 2 jam) sangat berguna untuk mengatur frekuensi aplikasi ice pack dalam protokol perawatan rutin postpartum. Namun, perlu dipertimbangkan faktor-faktor seperti ketersediaan ice pack, pelatihan staf, dan penerimaan pasien sebelum menerapkan intervensi ini secara luas.</p> |
| <p>Irmania Azzah, Arika Indah Setyarini, Mika Mediawati³</p> | <p>Studi literatur</p> | <p>Level V</p> | <p>Validitas penelitian ini cukup baik karena menggunakan metode studi literatur dengan desain traditional review. Peneliti melakukan penelusuran artikel secara sistematis menggunakan database terpercaya seperti PubMed dan Google Scholar, kemudian menganalisis 10 artikel yang relevan dengan topik. Meskipun jumlah artikel yang dianalisis tidak terlalu banyak, namun pendekatan sistematis dalam pemilihan dan analisis artikel menunjukkan</p> | <p>Penelitian ini memiliki tingkat kepentingan yang tinggi karena membahas masalah yang umum terjadi pada ibu pasca melahirkan, yaitu nyeri luka perineum. Studi ini memberikan tinjauan komprehensif tentang efektivitas kompres dingin sebagai metode non-farmakologis untuk mengurangi nyeri perineum. Temuan bahwa sebagian besar ibu nifas mengalami nyeri sedang</p> | <p>Hasil penelitian ini sangat aplikatif dalam praktik klinis kebidanan dan keperawatan maternitas. Kompres dingin merupakan intervensi yang mudah dilakukan, murah, dan aman, sehingga dapat diterapkan di berbagai tingkat fasilitas kesehatan. Temuan tentang efektivitas kompres dingin dalam menurunkan intensitas nyeri luka perineum dapat menjadi</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
| | | | upaya untuk menjaga kualitas tinjauan literatur ini | sampai berat, dan adanya penurunan skor nyeri setelah pemberian kompres dingin, memberikan bukti penting untuk pengembangan praktik perawatan postpartum yang lebih baik. | dasar untuk mengembangkan protokol perawatan rutin postpartum yang lebih efektif. Namun, perlu dipertimbangkan bahwa studi ini adalah tinjauan literatur, sehingga penerapannya dalam praktik klinis mungkin memerlukan pertimbangan faktor-faktor lokal dan individual pasien. |
|--|--|--|---|---|---|

HASIL

Berdasarkan hasil review jurnal, didapatkan 3 jurnal yang membahas tentang efektivitas kompres dingin dalam mengurangi nyeri perineum pada ibu nifas. Ketiga jurnal tersebut menunjukkan konsistensi dalam hasil penelitian yang didapat, mendukung penggunaan terapi kompres dingin sebagai metode non-farmakologis untuk manajemen nyeri pasca persalinan. Penelitian-penelitian ini melibatkan berbagai sampel ibu nifas dengan luka perineum, baik akibat episiotomi maupun robekan spontan selama proses persalinan.

Merujuk pada jurnal-jurnal tersebut, didapatkan hasil yang signifikan bahwa pemberian terapi kompres dingin dapat mengurangi tingkat nyeri vagina pada ibu nifas dengan luka perineum. Penurunan intensitas nyeri diamati setelah aplikasi kompres dingin, dengan efek analgesik yang bertahan selama beberapa jam setelah intervensi. Metode ini terbukti aman, mudah diterapkan, dan efektif dalam meningkatkan kenyamanan ibu selama periode postpartum awal. Selain itu, penggunaan kompres dingin juga dikaitkan dengan pengurangan pembengkakan dan peningkatan proses

penyembuhan luka perineum. Temuan ini memperkuat rekomendasi untuk mengintegrasikan terapi kompres dingin ke dalam protokol perawatan rutin postpartum di berbagai fasilitas kesehatan.

PEMBAHASAN

Pada pengkajian asuhan kebidanan yang dilakukan kepada Ny. L pada tanggal 5 November 2023 bertempat di Puskesmas Solokanjeruk didapatkan hasil bahwa Ny. L berusia 26 tahun merupakan postpartum 12 jam. Berdasarkan data subjektif keluhan utama didapatkan bahwa ibu mengeluh nyeri hilang timbul di vagina bagian luka jahitan bekas robekan perineum. Nyeri merupakan suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang dan eksistensinya diketahui bila seseorang pernah mengalaminya. Nyeri *post partum* pada ibu seringkali dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain adalah usia, paritas, jenis kelamin, budaya, makna nyeri, perhatian, ansietas, pengalaman masa lalu, pola koping, support keluarga. Nyeri post partum juga bisa disebabkan oleh adanya

robekan jalan lahir baik secara spontan ataupun sengaja.¹¹

Studi mengungkapkan bahwa pemulihan perineum yang optimal terutama terjadi pada responden yang tidak mengalami nyeri. Tekanan psikologis ternyata memiliki dampak negatif terhadap respons inflamasi dan proses pembaruan matriks pada luka. Mekanismenya melibatkan pelepasan hormon adrenocorticotropik (ACTH) akibat stres, yang kemudian memicu produksi glukokortikoid dari korteks adrenal. Interaksi antara glukokortikoid dan sitokin proinflamasi ini menjadi penghubung antara kondisi stres dan perlambatan penyembuhan luka. Peningkatan kadar kortisol dalam sistem imun juga meningkatkan risiko infeksi pada luka, yang selanjutnya menghambat proses penyembuhan. Nyeri yang dialami responden kemungkinan besar disebabkan oleh respon stres, yang membuat aktivitas sehari-hari menjadi tidak nyaman. Kondisi ini dapat menjadi pemicu tambahan rangsangan nyeri, menciptakan siklus yang merugikan bagi proses pemulihan. Dengan demikian, manajemen nyeri dan stres menjadi komponen penting dalam optimalisasi penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.¹²

Luka jahit perineum menyebabkan nyeri yang signifikan sehingga menimbulkan ketidaknyamanan dan mengakibatkan terganggunya mobilisasi ibu hingga menunda buang air kecil dan buang air besar. Sedangkan mobilisasi itu sangat perlu dengan aktivitas sehari-hari seperti duduk, berjalan. Pemeliharaan yang tepat dan perawatan luka yang baik dapat meminimalkan ketidaknyamanan dan mempercepat proses penyembuhan.¹³

Ny. L mengeluh nyeri dengan skala NRS (*Numeric Rating Scale*) ada di angka 8 sebelum pemberian terapi non-farmakologis kompres dingin dengan menggunakan *cool pack*. Berdasarkan literature review yang

dilakukan oleh Irmania Azzah pada tahun 2022 didapatkan yang menjelaskan bahwa penelitian dengan menggunakan kompres dingin dengan media *cool pack* dalam melakukan intervensi untuk mengurangi rasa nyeri luka perineum pada ibu nifas. Ice pack merupakan media yang baik untuk melakukan kompres untuk meredakan nyeri karena *cool pack* mengurangi prostaglandin yang memperkuat reseptor nyeri, menghambat peradangan, merangsang pelepasan endorfin, sehingga mengurangi transmisi nyeri dengan mengurangi diameter serabut C, serta mengaktifasi transmisi serabut saraf sensorik A-beta yang lebih cepat dan besar.² Setelah diberikan terapi non-farmakologis kompres dingin saat 24 jam pertama postpartum serta dilakukan berulang sebanyak 3x dengan masing-masing durasi 10-15 menit, skala nyeri yang dirasakan Ny. L terdapat di angka 3.

Sejalan dengan penelitian Lilis Zuniawati pada tahun 2022 yang disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kompres dingin terhadap tingkat nyeri luka perineum pada ibu nifas adalah mengurangi tingkat nyeri karena rasa dingin dapat mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa dingin pada daerah tertentu.¹⁴ Selain itu sebuah studi yang dilakukan oleh Ristu Wiyani pada tahun 2018 memperkuat efektivitas kompres dingin dalam perawatan postpartum. Penelitian ini, yang melibatkan 18 ibu nifas, mengungkapkan bahwa penggunaan kompres dingin memiliki dampak positif yang signifikan terhadap proses penyembuhan luka ruptur perineum. Hasil studi menunjukkan bahwa ibu yang menerima terapi kompres dingin mengalami pemulihan luka perineum dalam waktu kurang dari 5 hari, lebih cepat penyembuhan pada kelompok yang tidak menerima intervensi serupa. Temuan ini semakin menegaskan manfaat kompres dingin tidak hanya dalam manajemen nyeri,

tetapi juga dalam mempercepat proses penyembuhan luka perineum pasca persalinan.¹⁵

Sehingga penulis menyimpulkan bahwa penggunaan kompres dingin dapat membantu ibu nifas merasa lebih nyaman melakukan mobilisasi atau aktivitas sehari-hari seperti duduk atau berjalan. Hal ini memungkinkan pemulihan yang lebih baik selama periode pasca persalinan. Dengan membantu mengurangi pembengkakan, mengurangi nyeri, dan memberikan kenyamanan, kompres dingin dapat mendukung proses penyembuhan luka perineum secara keseluruhan.

Selain itu Ny. L diberi konseling mengenai asupan gizi yang tinggi protein untuk membantu penyembuhan luka jahit perineum. Sejalan dengan penelitian Apri Sulistianingsih, et. al pada tahun 2019 menemukan bahwa faktor dominan penyembuhan keajaiban perineum adalah pantang makanan. Di Indonesia, terutama di desa, masih ada budaya di ibu setelah melahirkan. dan sampai saat ini masih ada orang yang mematuhi saran atau keinginan orang tua atau mertua yang umumnya masih mengikuti adat. Salah satu budaya adalah pantang bagi ibu nifas, ada tabu atau mitos yang sulit diubah meskipun tidak rasional. sebagian besar pantang yang dilakukan adalah sumber makanan protein (ikan, telur, dan daging) sehingga luka luka cepat sembuh. Ini tidak benar, justru sebaliknya, ibu yang sangat postpartum membutuhkan asupan protein yang lebih tinggi untuk membantu menyembuhkan luka. Jika asupan protein tidak cukup, luka penyembuhan akan lambat dan berpotensi terinfeksi.¹⁶ Penelitian ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Panca Ratna pada tahun 2015, yang memerhatikan pentingnya asupan nutrisi dalam proses penyembuhan luka perineum. Penelitian tersebut mengungkapkan adanya korelasi positif antara tingkat kecukupan protein dan kecepatan pemulihan luka perineum

pada ibu nifas. Secara spesifik, penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi protein harian sebesar 71 gram atau lebih per kilogram berat badan dapat secara signifikan mempercepat proses penyembuhan. Hasil ini menekankan pentingnya manajemen nutrisi sebagai komponen integral dalam perawatan postpartum, di samping intervensi lain seperti kompres dingin.¹⁷

SIMPULAN

Asuhan kebidanan nifas dengan pemberian terapi kompres dingin dengan menggunakan *cool pack* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif pemberian analgesik non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu nifas dengan luka perineum.

DAFTAR RUJUKAN

1. White C. Perineal Tears. *Lancet*. 1931;218(5643):933. doi:10.1016/S0140-6736(01)08912-7
2. Sari AS, Supriyatnigsih S, Sumaryani S. Hubungan Antara Paritas Dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal Di Klinik Utama Asri Medical Center Yogyakarta Dan Rsud Panembahan Senopati Bantul. *J Kesehat Reproduksi*. 2016;2(3):183-189. doi:10.22146/jkr.12657
3. Azzah I, Setyarini AI, Mediawati M. Kompres Dingin pada Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas: Studi Literatur. *J Ilm Permas J Ilm STIKes Kendal*. 2022;12(4):591-604.
4. Nurhayati D, Lail NH, Aulya Y. Analisis Faktor Faktor Kejadian Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Sobang Kabupaten Lebak Provinsi Bant.

- Malahayati Nurs J. 2023;5(6):1876-1892. doi:10.33024/mnj.v5i6.9651
5. Musdalifa S, Rahmawati S. Jurnal pelita sains kesehatan. 2023;3(1):15-19.
 6. Lestari D, Darmawati D, Ashari MA. Gambaran Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Ruptur Perineum pada Persalinaan Normal. *J Ilmu Kebidanan Poltekkes Ummi Khasanah*. 2023;9(2):84-88.
 7. Saleng H, M SA. Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Ibu Post Partun di RSKDIA Pertiwi. *Madu J Kesehat*. 2020;9(1):1. doi:10.31314/mjk.9.1.1-7.2020
 8. Aulia V, Maya Saputri E, Israyati N. Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Di Pmb Dince Safrina Kotapekanbaru Tahun 2023. *J Kebidanan Terkini*. 2024;1:92-99. <https://jom.hip.ac.id/index.php/jkt/article/view/1115>
 9. Senol DK, Aslan E. The Effects of Cold Application to the Perineum on Pain Relief After Vaginal Birth. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)*. 2017;11(4):276-282. doi:10.1016/j.anr.2017.11.001
 10. Francisco AA, De Oliveira SMJV, Steen M, Nobre MRC, De Souza EV. Ice pack induced perineal analgesia after spontaneous vaginal birth: Randomized controlled trial. *Women and Birth*. 2018;31(5):e334-e340. doi:10.1016/j.wombi.2017.12.011
 11. Istiana S, Rahmawati A, Kusumawati E. Pengaruh derajat laserasi perineum terhadap skala nyeri perineum pada ibu post partum. *J Kebidanan*. 2020;9(1):53. doi:10.26714/jk.9.1.2020.53-60
 12. Triyani Y, Wittiarika ID, Hardianto G. Factors Influencing the Process of Perineal Wound Healing in Postpartum Women in Serui Hospital, Papua. *Indones Midwifery Heal Sci J*. 2021;5(4):398-405. doi:10.20473/imhsj.v5i4.2021.398-405
 13. Taher R, Nurhikmah. Pengaruh Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Partum Terhadap Kecepatan Penyembuhan Luka Perinium Di Puskesmas Kassa-Kassi Makassar. *JIKKHC Vol 04/No01/Desember-2020*. 2020;04(01):14-20.
 14. Setianingsih LZ, Octavia R. Pengaruh Kompres Dingin terhadap Tingkat Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas di Klinik Mulyajati Cikole Kabupaten Pandeglang Tahun 2020. *J Ilm Kesehat Delima*. 2023;5(1):13-16. doi:10.60010/jikd.v5i1.71
 15. Wiyani R, Adawiah J. Efektivitas kompres dingin terhadap lama penyembuhan luka rupture perineum pada ibu post partum. *J Darul Azhar*. 2018;5(1):64-71.
 16. Sulistianingsih A, Wijayanti Y. Faktor yang Berpengaruh terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Postpartum. *J Qual Women's Heal* |. 2019;2(1):11-18. doi:10.30994/jqwh.v2i1.22
 17. Hestianingrum PR, Djarot HS, Purwanti IA. Hubungan Tingkat Kecukupan Protein Dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Tawangharjo Kabupaten Grobogan. *J Kebidanan*. 2015;4(2):27-31.