



PEMBERIAN KOMPRES DINGIN TERHADAP PENURUNAN NYERI LUKA PERINEUM DI PMB DINCE SAFRINA KOTAPEKANBARU TAHUN 2023

Vioni Aulia¹⁾, Eka Maya Saputri²⁾, Nur Israyati³⁾

Kebidanan Universitas Hang Tuah Pekanbaru

vioniaulia@gmail.com¹⁾, ekamaya@htp.ac.id²⁾, nurisrayati@gmail.com³⁾

Histori artikel

Received:
27 Oktober 2023

Accepted:
07 November 2023

Published:
02 Februari 2024

Abstrak

Masa nifas (puerperium) merupakan masa pemulihan kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra hamil. Ibunifas dengan luka perineum akan mengalami nyeri dan tidak nyaman dalam beraktifitas maupun duduk. Kompres dingin efektif untuk mengurangi nyeri perineum. Kompres dingin merupakan metode alternative pengobatan non farmakologi dalam penggunaan suhu rendah yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Kompres dingin terdapat efek anastesi yang dapat memperlambat perkembangan bakteri. Kompres dingin memiliki kesamaan dengan terapi ice pack yang dapat mengurangi metabolisme sel dan vasokonstriksi sehingga dapat memberikan efek analgesik untuk mengurangi nyeri. Metode yang digunakan adalah studi kasus, menentukansuatu permasalahan suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal dengan pengumpulan berbagai sumber informasi. Asuhan ini dilakukan dengan pendokumentasian SOAP dan menggunakan lembar observasi Skala Wong Baker Face dan Skala REEDA. yang dilakukan di PMB Dince Safrina pada Ny.E P1A0H1 6 jam post partum dengan luka perineum derajat 2 dan ASI tidak lancar. Setelah dilakukan asuhan selama 2 kali kunjungan selama 4 hari, maka hasil yang diperoleh nyeri luka ibu berkurang dan ASI lancar. Diharapkan studi kasus ini dapat dijadikan pedoman atau informasi dan referensi bagi mahasiswa atau penulis selanjutnya. Penulis selanjutnya harus lebih terampil dalam memberikan asuhan tentang kompres dingin untuk mengurangi nyeri luka perineum.

Kata-kata Kunci : *Kompres Dingin, Ibu Nifas, Nyeri Luka Perineum*

Latar Belakang

Masa nifas (puerperium) merupakan masa pemulihan kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra hamil. Lama masa nifas yaitu 6-8 minggu, masa (puerperium) dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6-8 minggu (Harini, 2019). Masalah atau komplikasi yang terjadi pada masa nifas adalah infeksi nifas yang meliputi endometritis, peritonitis, mastitis, bendungan ASI, perdarahan post partum yang meliputi atonia uteri, retensio plasenta, inversio uteri, dan perdarahan yang disebabkan oleh robekan jalan lahir (Maritalia, 2012).

Penyebab perdarahan postpartum yang kedua setelah retensio plasenta adalah robekan jalan lahir. Robekan jalan lahir dapat terjadi secara spontan ataupun karena episiotomi dengan indikasi tertentu (Andriyani R. P., 2015). Luka perineum merupakan faktor predisposisi terjadinya infeksi masa nifas. Luka perineum merupakan robekan yang terjadi pada saat bayi lahir baik secara spontan maupun dengan menggunakan alat, bentuk infeksi ini bervariasi dan bersifat lokal sampai terjadi sepsis dan kematian masa nifas. Salah satu faktor risiko terjadinya infeksi perineum adalah penyembuhan luka perineum yang lama (Harini, 2019).

Menurut WHO di seluruh dunia terjadi 2,7 juta kasus ruptur perineum pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Amerika 26 juta ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum, 40%. Di Asia ruptur perineum juga merupakan masalah yang cukup banyak dalam masyarakat, 50% dari kejadian ruptur perineum di dunia terjadi di Asia. Sedangkan di Indonesia Prevalensi ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24%, sedang pada ibu bersalin usia 32-39 tahun sebesar 62%. Ibu bersalin yang mengalami perlukaan jalan lahir terdapat 85% dari 20 juta ibu bersalin di Indonesia. Dari presentase 85% jumlah ibu bersalin yang mengalami perlukaan, 35% ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum, 25% mengalami robekan servik, 22% mengalami perlukaan vagina, dan 3% mengalami ruptur uretra (Syamsiah, 2018).

Penyembuhan luka pada robekan perineum ini akan sembuh bervariasi, ada yang sembuh normal (6-7 hari) dan ada yang mengalami kelambatan dalam penyembuhannya. Hal ini berisiko menyebabkan infeksi postpartum karena adanya luka. Penyebab infeksi diantaranya adalah bakteri eksogen (kuman dari luar), autogen (kuman masuk dari tempat lain dalam tubuh), endogen (dari jalan lahir sendiri). Secara umum frekuensi infeksi puerperalis adalah sekitar 1-3%. Sehingga perlu dilakukan perawatan luka dengan baik jangan sampai terkena infeksi (Manuaba, 2016). Dampak yang terjadi apabila penyembuhan luka terhambat seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak, sehingga dapat menimbulkan banyak permasalahan diantaranya sub involusi uterus, pengeluaran lochea yang tidak lancar, dan perdarahan pasca partum yang merupakan penyebab pertama kematian ibu di Indonesia (Susilawati & Ilda, 2019).

Ibu nifas dengan luka perineum akan mengalami nyeri dan tidak nyaman dalam beraktifitas maupun duduk. Ada dua metode yang digunakan dalam mengatasi luka perineum yaitu metode farmakologi dan nonfarmakologi. Metode manajemen nyeri farmakologi lebih efektif dibandingkan nonfarmakologi. Tetapi, metode farmakologi berpotensi memberikan efek samping bagi ibu seperti memberikan analgetik

asam mefenamat yang dapat menyebabkan nyeri pada lambung ibu dan beresiko pada bayi karena masuk ke dalam peredaran darah yang terkumpul pada air susu ibu seperti reaksi alergi dan diare pada bayi. Sedangkan metode nonfarmakologi cenderung tidak memiliki efek samping. Hal ini didukung oleh penelitian (Susilawati & Ilda, 2019), yang membuktikan kompres dingin efektif untuk mengurangi nyeri perineum. Selain itu manajemen nonfarmakologi merupakan tindakan yang aman karena tidak mempunyai risiko terhadap ibu dan bayi (Widiani, 2021).

Kompres dingin merupakan metode alternative pengobatan non farmakologi dalam penggunaan suhu rendah yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis, efek fisiologis kompres dingin antara lain untuk mengurangi rasa nyeri termasuk nyeri luka perineum yang mengalami kerusakan karena kompres dingin terdapat efek anastesi yang dapat memperlambat perkembangan bakteri (Susilawati & Ilda, 2019). Kompres dingin memiliki kesamaan dengan terapi ice pack yang dapat mengurangi metabolisme sel dan vasokonstriksi sehingga dapat memberikan efek analgesik untuk mengurangi nyeri, didapatkan rata-rata skala nyeri dari 7,60 sebelum diberikan terapi ice pack menurun hingga 4,27 setelah diberikan terapi ice pack, selain itu ice pack atau kompres dingin dapat memperlambat metabolisme selular, menurunkan aliran darah, dan menurunkan permeabilitas kapiler selama proses inflamasi (Wenniarti dkk., 2016).

Penelitian (Susilawati & Ilda, 2019), menunjukkan hasil nilai rata-rata intensitas nyeri luka perineum setelah diberikan terapi kompres dingin terjadi penurunan intensitas nyeri dengan nilai rata-rata 1,33. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata intensitas nyeri luka perineum pada ibu post partum setelah diberikan kompres dingin (Susilawati & Ilda, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dari (Saleng & M, 2020) terdapat pengaruh penggunaan kompres dingin terhadap pengurangan nyeri luka perineum, terdapat perbedaan tingkat nyeri pada ibu nifas antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yaitu kompres dingin, dari keseluruhan ibu nifas yang diberikan (kompres dingin) yaitu sebanyak 20 orang, sebelum diberikan kompres dingin sebagian besar tingkat nyeri yang dialami oleh ibu nifas adalah nyeri sedang yaitu sebanyak 12 (60%) dan setelah diberikan kompres dingin tingkat nyerinya berkurang menjadi nyeri ringan yaitu sebanyak 15 (75%).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di PMB Dince Safrina dari 3 bulan terakhir, bulan Oktober sampai dengan bulan Desember 2022, terdapat 35 orang ibu nifas tidak mengetahui tentang informasi nyeri luka perineum dan cara mengatasi nyeri dengan menggunakan kompres dingin. Di PMB tersebut hanya diberikan obat antibiotik dan kompres kasa betadine untuk mengurangi nyeri dan penyembuhan luka perineum. Dari hasil studi pendahuluan yang sudah dipaparkan maka penulis tertarik melakukan "Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru Tahun 2023".

Metode

Metode laporan ini adalah studi kasus dengan latar belakang asuhan pada Ibu Nifas Dengan Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Di PMB Dince Safrina Kota

Pekanbaru tahun 2023. Pada studi kasus ini dilakukan wawancara, anamnesa dan berlanjut dengan memberikan asuhan sampai evaluasi serta dokumentasi. Studi kasus ini yaitu asuhan pada Ibu Nifas Dengan Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru tahun 2023.

Hasil

a. Kajian Pertama

Kunjungan ke 1 Pada Ny.E dilakukan di PMB Dince Safrina pada tanggal 20 Juni 2023, pukul 17.20 WIB. Ibu mengatakan sudah bisa BAK sendiri ke kamar mandi, Ibu masih merasakan nyeri dibagian luka, Ibu bersalin pada pukul 12.15 WIB dan Ibu sudah menyusui dan ASI belum keluar. Setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan Keadaan umum ibu baik, TTV : Tekan darah 125/80 mmHg, nadi 90x/i, pernafasan 20x/i, dan suhu ibu 36°C. Payudara : Puting susu ibu menonjol, tidak ada benjolan, tidak ada rasa nyeri, tidak ada mastitis dan belum ada pengeluaran ASI/colostrum. Abdomen : TFU 3 jari dibawah pusat, kontraksi teraba keras dan konsistensi baik. Perineum : Ibu mengalami luka perineum derajat 2 tanpa disertai perdarahan aktif, luka perineum masih basah dan tidak ada edema. Sebelum melakukan asuhan kompres dingin dinilai dengan skala nyeri *Wong Baker Face* didapatkan dengan hasil 6 (nyeri sedang) sambil melihat raut wajah ekspresi ibu dan sambil menanyakan kepada ibu yang artinya ibu merasakan nyeri sedang dan luka perineum terlihat kemerahan, luka belum tertutup, luka masih basah, tidak ada edema dan didapatkan skala *Reeda* dengan hasil 4. Setelah dilakukan Kompres dingin, tunggu hingga 15-20 menit kemudian lakukan kembali kompres dingin lalu bandingkan hasil sebelum dilakukan kompres dingin dan sesudah diberikan kompres dingin. Maka didapatkan hasil setelah dilakukan kompres dingin terdapat hasil pada skala Nyeri 5 (nyeri sedang) dan skala REEDA dengan nilai 4. Pengeluaran pervaginam: hasil pemeriksaan inspeksi pengeluaran pervaginam berupa lochea rubra, berwarna merah segar dan bau amis darah.

b. Kajian Kedua

Pada kunjungan ini merupakan hasil dari kunjungan dihari ketiga dirumah pasien pada tanggal 23 Juni 2023, pukul 08.30 WIB. Ibu mengatakan tidak ada keluhan, Ibu sudah BAK dan berjalan sendiri ke kamar mandi dan Ibu mengatakan ASI sudah keluar walaupun masih sedikit. Dengan hasil pemeriksaan Keadaan umum ibu baik. TTV : tekanan darah 130/85 mmHg, suhu 36,°C, pernafasan 20x/i, nadi 90x/i. Payudara : ASI sudah keluar, tidak ada pembengkakan pada payudara ibu. Abdomen : TFU pertengahan pusat symfisis, kontraksi baik. Perineum : hasil pemeriksaan inspeksi keadaan luka masih basah dan tidak ada tanda tandainfeksi dan edema pada luka perineum. Sebelum dilakukan kompres dingin didapatkan hasil pada skala nyeri angka 2 (nyeri ringan) dan skala REEDA didapatkan nilai 2. Tunggu hingga 15-20 menit, kemudian lakukan kompres kembali untuk mengetahui perbandingan sebelum dilakukan intervensi dan sesudah dilakukan intervensi.

Didapatkan setelah dilakukan kompres dingin didapatkan pengurangan nyeri menggunakan skala nyeri 1 (ringan) yang artinya ibu sudah tidak merasakan nyeri pada luka perineum dan penyembuhan luka dinilai menggunakan skala REEDA dengan hasil 2. Pengeluaran pervaginam: pengeluaran berupa lochea sanguinolenta bewarna merah kekuningan.

Pembahasan

Pembahasan ini ditulis untuk memberikan penjelasan mengenai tinjauan kasus yang telah dijabarkan agar didapatkan suatu pemecahan masalah dari kesenjangan yang ada dan akhirnya dapat disimpulkan sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang efektif.

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan yang dilakukan di Klinik Dince Safrina dan di rumah pasien selama 2 kali kunjungan dalam 4 hari yaitu pada tanggal 20 – 24 Juni 2023. Pada pemeriksaan data subjektif pada kunjungan pertama, ibu mengatakan sudah bisa BAK sendiri ke kamar mandi, masih merasakan nyeri dibagian luka dan ibu ASI belum keluar. Selanjutnya, penulis melakukan pemeriksaan TTV dalam batas normal, keadaan umum ibu baik, TFU 3 jari dibawah pusat dan luka perineum derajat 2. Kemudian penulis menjelaskan bahwa akan dilakukan asuhan kebidanan kepada ibu menggunakan metode non farmakologi mengenai kompres dingin untuk penurunan nyeri luka perineum. Kompres dingin dapat dilakukan setelah 6 jam post partum. Kompres dingin dapat diberikan dalam 2 kali kunjungan dalam 4 hari. Sebelum melakukan tindakan tersebut dilakukan pengecekan suhu Ice pack dengan menggunakan termometer air, suhu yang diperbolehkan sekitar 15°C. Masukkan ice pack kedalam baskom yang berisi air kemudian suhu air diukur menggunakan thermometer setelah itu masukkan air ke dalam buli buli, lakukan pengompresan pada bagian luka selama 10 menit.

Kompres dingin merupakan metode alternative pengobatan non farmakologi dalam penggunaan suhu rendah yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologi, efek fisiologis kompres dingin antara lain untuk mengurangi rasa nyeri termasuk nyeri luka perineum yang mengalami kerusakan karena kompres dingin terdapat efek anastesi yang dapat memperlambat perkembangan bakteri (Susilawati & Ilda, 2019). Kompres dingin memiliki kesamaan dengan terapi ice pack yang dapat mengurangi metabolisme sel dan vasokonstriksi sehingga dapat memberikan efek analgesik untuk mengurangi nyeri, didapatkan rata-rata skala nyeri dari 7,60 sebelum diberikan terapi ice pack menurun hingga 4,27 setelah diberikan terapi ice pack, selain itu ice pack atau kompres dingin dapat memperlambat metabolisme selular, menurunkan aliran darah, dan menurunkan permeabilitas kapiler selama proses inflamasi (Wenniarti dkk., 2016).

Menurut teori (Judha dkk., 2012) nyeri dimulai ketika bagian tubuh terluka, potongan,

sayatan atau kekurangan oksigen pada sel. Saraf ini akan merangsang dan bergerak sepanjang serabut saraf atau neurotransmisi yang akan menghasilkan substansi yang disebut dengan senyawa organik endogenus membawa sinyal diantara neuron seperti prostaglandin dan epineprin, yang membawa rasa nyeri dari medula spinalis ditransmisikan ke otak dan dipersepsikan sebagai nyeri. Rasa nyeri perineum pada ibu nifas disebabkan oleh adanya robekan pada daerah tersebut pada proses persalinan. Nyeri luka pada perineum dapat diartikan ketika seorang ibu merasakan nyeri akibat adanya perlukaan pada daerah perineum setelah melalui proses kelahiran bayinya. Rasa nyeri ini dapat terjadi akibat robekan spontan maupun episiotomi pada perineum. Intensitas nyeri yang dirasakan oleh masing-masing individu akan berbeda.

Kompres dingin merupakan modalitas terapi fisik yang menggunakan sifat fisik dingin untuk terapi berbagai kondisi, termasuk pada nyeri luka perineum. Kompres dingin bekerja dengan menstimulasi permukaan kulit untuk mengontrol nyeri. Terapi dingin yang diberikan mempengaruhi impuls yang dibawa oleh serabut taktil A-Beta untuk lebih mendominasi sehingga “gerbang” akan menutup dan impuls nyeri akan terhalangi dan nyeri yang dirasakan akan berkurang (Harini, 2019). Menurut (Andarmoyo, 2013) pemberian kompres dingin dapat menurunkan prostaglandin yang memperkuat sensitivitas reseptor nyeri dan subkutan lain pada tempat cedera dengan menghambat proses inflamasi. Agar efektif kompres dingin dapat diletakkan pada tempat cedera setelah cedera terjadi. Ice pack adalah kompres es yang dikemas dengan menggunakan Buli-buli dan diletakkan pada luka. Aplikasi dingin dapat mengurangi suhu daerah yang sakit membatasi alirandarah dan mencegah cairan masuk ke jaringan sekitar luka, hal ini akan mengurangi nyeri dan pembengkakan (Susilowati & Sri Mulati, 2021).

Menurut (Lestari, 2021) teknik kompres dingin merupakan teknik yang digubakan unruk mengurangi nyeri dan bermanfaat memberikan rasa nyaman. Menghambat transmisi dengan menghalangi transmisi impuls dari otak, memperlambat konduksi saraf, menyebabkan mati rasa dan anti infeksi atau iritasi. Teknik kompres dingin sangat mudah dilakukan, kompres dingin dapat dilakukan dirumah dengan menggunakan buli-buli, baskom, ice pack dengan suhu 15°C diukur dengan thermometer air kemudian di kompreskan pada luka selama 10 menit. Penulis memberikan KIE tentang ASI eksklusif yaitu dengan bertujuan agar pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif meningkat. ASI eksklusif, pemberian ASI tanpa campuran makanan dan minuman pendamping (air putih, air madu dan air gula), yang dimulai sejak bayi lahir hingga bayi umur 6 bulan. Pemberian ASI hingga 6 bulan cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi meskipun tanpa makanan dan minuman tambahan (Sulistiyawati, 2019).

Menurut penulis masalah nyeri pada luka perineum yang dialami ibu nifas itu disebabkan

adanya luka dibagian perineum, robekan atau kekurangan oksigen pada sel. Asuhan kebidanan pada ibu nifas Dengan Pemberian Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum ini terbukti dapat mengurangi nyeri pada luka perineum. Penulis mengajurkan ibu untuk menyusui bayi nya sesering mungkin agar bayi terbiasa menyusui dan dapat merangsang proses kelancaran ASI, karena semakin sering bayi disusui maka produksi air susu ibu akan makin baik.

Kesimpulan

Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pemberian kompres dingin untuk mnegurangi nyeri luka perineum di PMB Dince Safrina dilaksanakan menggunakan metode SOAP (*Subjektif, Objektif, Assasment dan Planning*) dan menggunakan lembar observasi Skala Nyeri *Wong Baker Faces Pain Rating Scale* dan Skala REEDA.

Asuhan yang dilakukan pada Ny.E P1A0H1 postpartum 6 jam dengan luka perineum derajat 2 dan ASI tidak lancar. Kemudian kunjungan kedua dihari ketiga P1A0H1 3 hari, penulis melakukan pemeriksaan dan keadaan umum ibu baik, tidak merasakan nyeri pada luka perineum dan ASI sudah keluar. Penulis melakukan asuhan pada ibu nifas selama 2 kali kunjungan dalam 4 hari, asuhan dilakukan di PMB Dince Safrina dan kunjungan kedua dihari ketiga di rumah pasien untuk mengevaluasi hasil asuhan yang diberikan, maka hasil yang diperoleh hasil yaitu nyeri luka perineum yang dialami ibu berkurang, luka kering, ASI ibu lancar, tidak ada pembengkakan dan tidak ada tanda tanda infeksi pada luka perineum.

Daftar Pustaka

- Andarmoyo, 2013. Pengaruh pemberian terapi relaksasi abdominal breathing terhadap nyeri post sectio caesarea dengan spinal anestesi. *Diploma thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Andriyani R. P. (2015). Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal (ASKEB 3). Yogyakarta, Oktober 2014. Ed. 1, Cet 1.
- Dolang, M. W. (2019). Pengaruh Pemberian Kompres Air Dingin Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents, 03(02)*, 84–87.
- Endiyono, & Ramdani, M. L. (2017). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Tingkat Persepsi Nyeri Insersi Arteriovenosa Fistula Pada Pasien Hemodialisis Di Rumah Sakit Umum Daerah Purbalinga. *Jurnal Medika Respati, 12*, 26–31.
- Harini, R. (2019). Upaya Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Dengan Antiseptik Daun Sirih Di Puskesmas Wagir Kabupaten Malang. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon, 5(2)*. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon>.

- Intiyani, R., Astuti, D. P., & Sofiana, J. (2018). The 8 th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto Pemberian Suplementasi Zinc Dan Ekstrak Ikan Gabus Untuk Implementation Of Zinc Supplement And Snake Head Fish Extracts The 8 th University Research Colloquium 2018 Universit. 571–578.
- irma nurbaeti, puspita palupi, maulian dan kustati lestari. (2013). asuhan keperawatan pada ibu postpartum dan bayi baru lahir. Mitra Wacana Media.
- Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2012). teori pengukuran nyeri & nyeri persalinan. Nuha Medika. Manuaba. (2016). Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan. EGC Maritalia, D. (2012). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Pustaka Pelajar.
- Marmi. (2012). Asuhan Kebidanan Pada Persalinan.
- Mufdillah, asri hidayat dan ima kharimaturrahmah. (2012). konsep kebidanan. Mitra Cendikia.
- Nova Yulita, Sellia Juwita, & Ade Febriani. (2020). Perilaku Ibu Nifas Dalam Meningkatkan Produksi ASI.
- Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan, 7(1), 53–61. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v7i1.619>
- Purwoastuti, E. S. W. dan E. (2019). Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
- Rahmawati, E. S. (2018). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPS Siti Alfordaus Kingking Kabupaten Tuban (The Influence of Cold Compress Towards Perineum Injury of Post-Partum. Jurnal Sain Med, 5(2), all.
- Saifuddin, AB, Rachimhadhi T, W. G. (2016). No Title. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saleha, S. (2009). Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas. Salemba Medika.
- 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>
- Suryani Manurung, Ani Nuraini, Tri Riana, li Soleha, Heni Nurhaeni, Khaterina Pulina, E. R. (2013). Pengaruh Tehnik Pemberian Kompres Hangat Terhadap Perubahan Skala Nyeri Persalinan Pada Klien Primigravida. Journal Health Quality, 4(1), 1–76.
- Susilawati, E., & Ilda, W. R. (2019). Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Bpm Siti Julaeha Pekanbaru. Journal Of Midwifery Science, 3(1), 7–14.
- Susilawati, E., & Ilda, W. R. (2019). Efektifitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum di Bpm Siti Julaehapekanbaru.
- Syamsiah, (2018). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil, Bersalin, Nifas dan Bayi Baru Lahir. Jurnal Ecampus
- Tamsuri, A. (2012). konsep dan penatalaksanaan nyeri. EGC.
- Wahyuni, N. S., Pitriani, R., Nyeri, P., & Perineum, L. (2022). Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal) Kebidanan , STIKes Hang Tuah Pekanbaru. 2, 261–265.
- Wenniarti, Putri, Muharyani, W., & Jaji. (2016). Pengaruh Ataerapi Ice Pack Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu Post Eoisiotomi.
- Widiani, 2018. Efektivitas Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Luka Perineum pada Ibu Postpartum. Politeknik Yakpermas Banyumas, 05:31.
- Wiyani, R., & Adawiah, J. (2018). Efektivitas kompres dingin terhadap lama penyembuhan luka rupture perineum pada ibu post partum. Jurnal Darul Azhar, 5(1), 64–71.
- Yulianti, A. Y. R. dan L. (2012). Kebidanan IV (Patologi Kebidanan). TIM.