

Original Article

## Efektifitas Metode Sitz Bath Dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum

Irma Jayatmi<sup>1\*</sup>, Ineu Nurjanah<sup>2</sup>, Ernita Prima<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Indonesia Maju, Jakarta Selatan  
Program Studi Kebidanan

\*Email: irmajayatmi@gmail.com

### ABSTRACT

Editor: ALR

Diterima: 22/02/2022

Direview: 13/02/2022

Publish: 28/02/2022

Hak Cipta:

©2022 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

**Pendahuluan:** Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hampir 90% proses kelahiran normal mengalami robekan pada perineum baik dengan atau tanpa episiotomi. Pada tahun 2009, 2,7 juta kasus terjadi robekan (ruptur) pada perineum ibu. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas metode sitzbath dengan rebusan daun belimbing wuluh dibandingkan metode sitz dengan air dingin dalam mengurangi nyeri luka perineum pada ibu post partum.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperimen dengan desain pre and post control group design, jumlah sampel sebanyak 20 responden yang diperoleh dengan teknik Accidental Sampling. Data diolah menggunakan SPSS Versi 23.

**Hasil:** Hasil Uji Mann Whitney U Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian diperoleh nilai Asymp. tanda tangan. (2-ekor) dari  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan metode Sitz Bath Daun Belimbing Wuluh terhadap penurunan nyeri luka ibu post partum.

**Kesimpulan:** Kesimpulan ada pengaruh sitzbath dengan metode rebusan daun belimbing wuluh dibandingkan dengan metode sitz dengan air dingin terhadap penurunan nyeri luka perineum ibu post partum. Kata Kunci : bagi ibu nifas dapat dijadikan acuan intervensi kebidanan untuk mengurangi nyeri perineum pada ibu nifas dengan menggunakan metode mandi sitz air rebusan daun belimbing wuluh untuk mengurangi nyeri luka perineum.

**Kata kunci:** luka perineum, metode sitz bath, nifas, rebusan daun belimbing wuluh

## **Pendahuluan**

Rasa sakit pada perineum atau area di antara vagina dan anus adalah hal yang wajar terjadi setelah melahirkan. Hal ini disebabkan adanya peregangan saat proses melahirkan. Jika mengalami robekan, rasa sakit tergantung dari seberapa dalam robekannya. Jika terdapat Robekan akan membutuhkan jahitan, untuk mempercepat proses penyembuhan. Banyak cara untuk mempercepat penyembuhan nyeri luka perineum salah satunya dengan menggunakan metode *sitz bath*.<sup>1</sup>

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 dengan tidak mengalami infeksi. Tidak jarang ibu-ibu yang alergi obat-obatan pengobatan jahitan di area perineum itu. Penyembuhan luka jahitan yang lebih mudah, murah, dan praktis, serta menghasilkan kesembuhan luka yang mendekati kondisi asli sebelum dilakukan penjahitan karena dilakukan tindakan episiotomi saat persalinan. Upaya ini terkait dengan aspek kesehatan ibu pasca melahirkan. Kaum perempuan harus selalu memperhatikan kesehatan alat reproduksinya karena alat reproduksi merupakan salah satu sarana untuk mewujudkan generasi penerus. Salah satu solusi bagi ibu post partum adalah gagasan yang diperoleh dari dunia herbal alami yakni pemanfaatan daun belimbing wuluh. Bagi masyarakat dulu, menggunakan bahan-bahan tradisional merupakan pilihan yang terbaik.<sup>2</sup>

Menurut *World Health Organization* (WHO) hampir 90% proses persalinan normal mengalami robekan di perineum baik dengan atau tanpa episiotomi. Pada tahun 2009 terjadi 2,7 juta kasus robekan (ruptur) perineum pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2002. Di Amerika dari 26 juta ibu bersalin, terdapat 40% mengalami rupture perineum. Di Asia masalah robekan perineum cukup banyak dalam masyarakat, 50% dari kejadian robekan perineum di dunia terjadi di Asia. Hal ini diperkuat oleh hasil studi dari pusat Penelitian dan Pengembangan (Puslitbang) Bandung, yang melakukan penelitian dari tahun 2009-2010 pada beberapa propinsi di Indonesia didapatkan bahwa satu dari lima ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum akan meninggal dunia dengan proporsi 21,74%.<sup>3</sup> Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa angka kematian ibu Provinsi Jawa Barat sebesar 321,15 per 100.000 kelahiran hidup. Pada umumnya kematian ibu terjadi pada saat melahirkan (60,87%), waktu nifas (30,43%), dan waktu hamil (8,70%). Penyebab kematian secara langsung pada persalinan dengan komplikasi adalah perdarahan, pre-eklampsia dan eklampsia, infeksi jalan lahir serta emboli, robekan jalan lahir, septik aborsi.<sup>4</sup>

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah keluarnya plasenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas berlangsung selama 6 minggu. Hal yang seringkali dialami oleh ibu nifas dan menyebabkan rasa nyeri pada masa nifas adalah luka pada daerah perineum yang terjadi pada waktu proses persalinan.<sup>5</sup>

Nyeri yang dirasakan oleh ibu post partum pada bagian perineum disebabkan oleh luka jahitan pada waktu melahirkan karena adanya jaringan yang terputus. Respon nyeri pada setiap individu adalah unik dan relatif berbeda. Hal ini dipengaruhi antara lain oleh pengalaman, persepsi, maupun sosial kultural individu. Setiap ibu nifas memiliki persepsi dan dugaan yang unik tentang nyeri pada masa nifas, yaitu tentang nyeri dan bagaimana kemampuan mengatasi nyeri.<sup>6</sup> 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.<sup>7</sup>

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. 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 saponin, tannin, glukosida, hingga kalsium. Pada kajian ini, daun belimbing wuluh akan diramu sedemikian rupa dan dibuktikan pemanfaatannya bagi penyembuhan jahitan pada ibu pasca persalinan atau ibu *postpartum*.<sup>8</sup>

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. Sejumlah hasil penelitian telah membuktikan manfaat daun belimbing wuluh ini. Tanaman obat ekstrak bubuk daun belimbing wuluh ini diyakini sangat besar berkhasiat dalam mengeringkan luka jahitan pada ibu *post partum*. Daun belimbing wuluh (*averrhoa bilimbi/linn*) merupakan salah satu tanaman yang digunakan sebagai obat alami yang efek sampingnya lebih sedikit bila dibandingkan dengan obat kimia. Daun belimbing wuluh mempunyai aktivitas farmakologi yaitu untuk menghilangkan rasa nyeri, mengeringkan luka dan sebagai antiinflamasi. Kandungan kimia alami yang terdapat pada daun belimbing wuluh yang diduga memiliki aktivitas antiinflamasi adalah flavonoid dan saponin. 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.<sup>9</sup>

Nyeri yang dirasakan oleh ibu *post partum* pada bagian perineum disebabkan oleh luka jahitan pada waktu melahirkan karena ada jaringan yang terputus . Nyeri yang dirasakan oleh ibu nifas akan berpengaruh terhadap mobilisasi yang dilakukan oleh ibu, pola istirahat, pola makan, suasana hati. Berdasarkan angka kejadian di BPM bidan yola data terakhir 2018 ibu hamil ada 1107, bersalin ada 52 orang, di *hecting* 30 (50%), ibu nifas 52 , infeksi 5(3%) , orang yang mengalami nyeri *post partum*. Penyebab infeksi pada perineum dan rasa cemas ibu terhadap luka jahitan sehingga merasa kurang nyaman dan bisa menyebabkan kurang mengasuh anaknya sehingga ada terapi metode nonfarmakologis adalah metode penghilang rasa nyeri secara alami tanpa menggunakan obat-obatan kimiawi. Salah satunya menggunakan metode *sitz bath* merupakan metode yang dapat diterapkan untuk membantu kenyamanan pada ibu nifas untuk mengurangi rasa nyeri. Salah satu manfaat menggunakan metode *sitz bath* akan mempercepat sembuhnya jaringan luka.

Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui efektifitas metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh dibandingkan dengan metode *sitz* dengan air dingin terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu *post partum*.

## Metode

Desain penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen bertujuan untuk mengetahui kemungkinan hubungan sebab akibat dengan cara memberikan satu atau lebih perlakuan kepada satu atau lebih pada kelompok eksperimental dan membandingnya dengan satu atau lebih kelompok control yang tidak diberikan perlakuan.<sup>10</sup> Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan *pre and post control grup design* yaitu rancangan yang berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok pertama diberikan rebusan daun belimbing wuluh sedangkan kelompok kedua diberikan air dingin.

Instrumen merupakan alat yang akan digunakan dalam penelitian untuk memperoleh data.

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data, instrumen penelitian ini dapat berupa kuesioner, formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya.<sup>11</sup> Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan skala penilaian adalah suatu alat pengumpulan data untuk mengelompokkan, menggolongkan, dan menilai seorang atau suatu gejala. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer berupa observasi dengan instrument penelitian menggunakan lembar observasi skala pengukuran nyeri 1-10 (numeric). Lembar penanganan atau tindakanyang dilakukan peneliti terhadap respondennya dan kemudian akan dianalisis.

Populasi adalah wilayah yang sudah digeneralisasi terdiri dari objek atau subjek yang berbedapada suatu wilayah yang telah memenuhi syarat penelitian yaitu kuantitas dan karakter tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami nyeri luka perineum di BPM Yola.<sup>12</sup> Teknik pengambilan sampel tersebut dilakukan dengan teknik *insidental sampling* yaitu pengambilan sampel secara kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

Kriteria inklusi adalah Kriteria Inklusi adalah persyaratan umum yang harus dipenuhi oleh syubjek peneliti/ populasi agar dapat diikutsertakan dalam penelitian. Kriteria inklusi di peneliti ini: Ibu nifas dengan nyeri luka perineum. Ibu nifas dengan tidakdisertai komplikasi atau penyulit. Ibu nifas diBPM yola. Ibu nifas dilakukan tretmen 2-3 kali sehari. *Post Partum* 6 jam. Ibu nifas grad I dan II. Kriteria non inklusi adalah karakteristik yang tidak termasuk dalam penelitian. Kriteria dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang tidak nyeri perineum. Kriteria eksklusi adalah keadaan yang menyebabkan subyek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi tetapi tidak dapat diikutsertakan dalam penelitian . kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah ibu nifas yang mempunyai komplikasi.

## Hasil

**Tabel 1.** Uji *mann whitney*, *Pre* dan *post* dengan Intervensi Metode *Sitz Bath* Daun Belimbing Wuluh

<i>Test Statistics<sup>a</sup></i>	
<b>Tingkat Nyeri Responden Daun Belimbing Wuluh</b>	
<i>Mann-Whitney U</i>	.000
<i>Wilcoxon W</i>	55.000
<i>Z</i>	-3.872
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.000
<i>Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]</i>	.000 <sup>b</sup>

a. *Grouping Variable: perlakuan daun belimbing wuluh*

b. *Not corrected for ties.*

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa hasil analisis antara *pretest* dan *posttest* Intervensi Metode *Sitz Bath* Daun Belimbing Wuluh di BPM Yola Sukabumi. Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0.000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa hipoteisis diterima, dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada pengaruh penggunaan metode *Sitz Bath* Daun Belimbing Wuluh terhadap penurunan nyeri luka ibu pasca melahirkan.

**Tabel 2.** Uji mann whitney, Pre dan post dengan Intervensi Metode Sitz Bath Air Dingin

<i>Test Statistics<sup>a</sup></i>	
	Tingkat Nyeri Responden Air Dingin
<i>Mann-Whitney U</i>	17.500
<i>Wilcoxon W</i>	72.500
<i>Z</i>	-2.511
<i>Asymp.Sig.(2-tailed)</i>	.012
<i>Exact Sig.[2*(1-tailed Sig.)]</i>	.011b

a. Grouping Variable: perlakuan air dingin

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hasil analisis antara *pretest* dan *posttest* Intervensi Metode *Sitz Bath* air dingin di BPM Yola Sukabumi. Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0.012 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada pengaruh penggunaan metode *Sitz Bath* air dingin terhadap penurunan nyeri luka ibu pasca melahirkan.

**Tabel 3.** Uji mann whitney, Pre Intervensi Metode *Sitz Bath* Air Dingin dan Daun Belimbing Wuluh

<i>Test Statistics<sup>a</sup></i>	
	Tingkat nyeri sebelum perlakuan
<i>Mann-Whitney U</i>	32500
<i>Wilcoxon W</i>	87.500
<i>Z</i>	-1.372
<i>Asymp.Sig.(2-tailed)</i>	.170
<i>Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]</i>	.190 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: perlakuan

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa hasil analisis antara *pretest* Metode *Sitz Bath* daun belimbing wuluh dan air dingin diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0.170 > 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak, dengan demikian dapat dikatakan bahwa tidak ada perbedaan antara *pretest* metode *Sitz Bath* air dingin dan *pretest* daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka ibu pasca melahirkan.

**Tabel 4.** Uji Mann Whitney, Post Intervensi Metode *Sitz Bath* Daun Belimbing Wuluh dan Air Dingin

<i>Test Statistics<sup>a</sup></i>	
<i>Mann-Whitney U</i>	15.000
<i>Wilcoxon W</i>	70.000
<i>Z</i>	-2.802
<i>Asymp.Sig.(2-tailed)</i>	.005
<i>Exact Sig.[2*(1-tailed Sig.)]</i>	.007b

a. Grouping Variable: perlakuan

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa hasil analisis antara *posttest* Metode *Sitz Bath* daun belimbing wuluh dan air dingin di BPM Yola Sukabumi. Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0.005 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada perbedaan antara *posttest*

metode *Sitz Bath* air dingin dan *posttest* daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka ibu pasca melahirkan.

Penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat untuk mendeskripsikan masing-masing variabel yang diteliti. Dimana secara menyeluruh data yang sejenis atau mendekati digabungkan yang kemudian dibuat tabel distribusi frekuensi menggunakan komputerisasi. Analisa bivariat merupakan hasil dari analisis data yang telah dilakukan untuk mengetahui efektivitas metode *sitz bath* daun belimbing wuluh dan air dingin terhadap nyeri perinium pada ibu *post partum* di BPM Yola Sukabumi.

Sebelum dilakukannya uji t peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan homogenitas sebagai syarat untuk melakukan uji *paired sample test* dan *independen simple t-test*, hasil uji normalitas terdapat pretest metode *sitz bath* daun belimbing wuluh dan air dingin didapatkan nilai signifikansi 0,017 dan 0,124 dengan ketentuan nilai signifikansi  $> 0,05$  maka dikatakan data normal pada *pretest* metode *bath* air dingin, sedangkan data tidak normal pada pretest metode *bath* daun belimbing wuluh.

Peneliti pun melakukan uji homogenitas untuk mengetahui varian dari beberapa populasi itu sama atau tidak. Hasil dari uji homogenitas terhadap kelompok *pretest* didapati nilai signifikansi 0,207 dan pada *posttest* didapatkan nilai 0,003 dengan ketentuan signifikasni  $> 0,05$  maka dikatakan data homogen pada *pretest* dan data tidak homogen pada *posttest*, artinya data tidak bervariasi sama atau tidak homogen.

Data yang telah dianalisis dengan uji normalitas dan uji homogenitas menunjukkan bahwa data tersebut tidak normal dan tidak homogen. Oleh sebab itu, peneliti melakukan *uji mann whitney* untuk mengetahui efektivitas metode *sitz bath* daun belimbing wuluh dan air dingin terhadap penurunan nyeri luka ibu *post partum* di BPM Yola Sukabumi.

## **Pembahasan**

### ***Pretest – Posttest* Intervensi Metode *Sitz Bath* Daun Belimbing Wuluh**

Menurut *Sitz bath* (rendam duduk) adalah jenis mandi dimana hanya pinggul dan bokong direndam dalam air, air garam atau larutan. Tujuan Untuk meningkatkan pada sirkulasi daerah lokal (daerah perendaman) yang dilakukan pada bagian perineum. Dari 10 responden yang diberikan intervensi metode *sitz bath* daun belimbing di dapatkan nilai rata-rata pretest 4,90 dan setelah diberikan intervensi di dapatkan nilai rata rata *post testnya* sebesar 2,40 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh metode *sitz bath* terhadap nyeri perineum.<sup>13</sup>

Hal ini sesuai dengan sebuah pendapat Tanaman belimbing wuluh (*Averrhoabilimbi* Linn) ini memiliki kandungan kimia yaitu: kalium oksalat, flavonoid, pektin, tanin, asam galat dan asam ferulat. 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.<sup>14</sup> Sedangkan menurut penelitiann yang menyatakan bahwa ekstrak daun blimbing wuluh sangat berguna bagi pasien yang sedang mempunyai luka dan jahitan akibat suatu tindakan medis.<sup>15</sup>

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat pengaruh metode *sitz bath* dengan air daun belimbing wuluh terhadap nyeri luka perineum.

### ***Pretest – Posttest* Intervensi Metode *Sitz Bath* dengan Menggunakan Air Dingin**

Menurut *Sitz bath* (rendam duduk) adalah jenis mandi di mana hanya pinggul dan bokong direndam dalam air, air garam atau larutan. Tujuan Untuk meningkatkan pada sirkulasi daerah lokal (daerah perendaman) yang dilakukan pada bagian perineum. Dari 10 responden yang diberikan intervensi metode *sitz bath* air dingin di dapatkannilai rata-rata *pretest* 5,60 dan setelah diberikan intervensi di dapatkan nilai rata rata *post testnya* sebesar 3,90 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh metode *sitz bath* terhadap nyeri perineum. Hasil dari penelitian ini menunjukkan pada penyembuhan luka, tidak terdapat perbedaan signifikan dalam penyembuhan luka pada kedua terapi ( $P < 0,05$ ). Pada penurunan nyeri didapati hasil tingkat penurunan nyeri dengan terapi air es pengaruh ( $P > 0,05$ ).<sup>16</sup>

Berdasarkan hasil penelitian ini, Terdapat pengaruh metode *sitz bath* dengan air dingin terhadap nyeri luka perineum.

### **Efektivitas Metode *Sitz Bath* dengan Daun Belimbing Wuluh dan Air Dingin terhadap Nyeri Perineum Pada Ibu Post Partum**

Analisa bivariat yang digunakan pada penelitian ini adalah uji mann whitney untuk mengetahui apakah ada perbedaan efektivitas metode *sitz bath* daun belimbing wuluh dan *sitz bath* air dingin terhadap nyeri perineum pada ibu post partum di BPM Yola Sukabumi. Hal tersebut dilakukan karena data tidak berdistribusi normal dan homogen. Berdasarkan hasil olah data penelitian, 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 *sitz bath* daun belimbing wuluh adalah 2,40 sedangkan rata-rata metode *sitz bath* air dingin adalah 3,90 tampak bahwa rata-rata nyeri setelah diberikan *sitz bath* daun belimbing wuluh lebih rendah dari rata-rata *sitz bath* air dingin. *Sitz bath* daun belimbing wuluh lebih efektif dalam menurunkan nyeri perineum.

Dijelaskan oleh penelitian tanaman belimbing wuluh (*Averrhoa bilimbi* Linn) ini memiliki kandungan kimia yaitu: kalium oksalat, flavonoid, pektin, tanin, asam galat dan asam ferulat. 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. Sedangkan menurut penelitiannya menyatakan bahwa ekstrak daun belimbing wuluh sangat berguna bagi pasien yang sedang mempunyai luka dan jahitan akibat suatu tindakan medis. Sedangkan menurut ini menunjukkan pada penyembuhan luka, tidak terdapat perbedaan signifikan dalam penyembuhan luka pada kedua terapi ( $P < 0,05$ ). Pada penurunan nyeri didapati hasil tingkat penurunan nyeri dengan terapi air es efektif ( $P > 0,05$ ).<sup>15</sup>

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat perbedaan signifikan dalam penyembuhan luka antara kedua terapi dan terapi rendam daun belimbing wuluh lebih efektif dibandingkan dengan air dingin dalam menurunkan nyeri luka perineum. Terapi rendam duduk daun belimbing wuluh sangat direkomendasikan untuk terapi pereda nyeri laserasi perineum.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan tentang, Efektifitas Metode *Sitz bath* Dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu *Post Partum* Tahun 2019 sesuai dengan pelaksanaan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut. Ada pengaruh metode *sitz bath* daun belimbing wuluh terhadap nyeri luka perineum.

### **Konflik Kepentingan**

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

### **Pendanaan**

Pendanaan Penelitian Mandiri.

### **Daftar Pustaka**

1. Manuaba IBG. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, Dan KB Untuk Pendidikan Bidan.; 2012.
2. Bascom. Konsep Perilaku Kesehatan. In: Diakses 4 April 2016 Dari [Http://www.bascommetro.com/2009/05/konsep-perilaku-kesehatan.html](http://www.bascommetro.com/2009/05/konsep-perilaku-kesehatan.html). ; 2011.
3. Depkes RI. Bersama Selesaikan Masalah Kesehatan. Kementerian Kesehat RI. Published online 2018.
4. Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. Pola Konsumsi Penduduk Jawa Barat 2019.; 2019.
5. Handayani W&. Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas. Yogyakarta. Gosityen Publishing; 2011.
6. Sulistyawati A. Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan. J Kehamilan. Published online 2009.
7. mohamad judha. Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan.; 2012.
8. Wardani IGA, Adrianta KA, Megawati F. Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Belimbing Wuluh

- (Averrhoa bilimbi L.) Terhadap Penyembuhan Luka Sayat Pada Mencit Jantan (*Mus musculus L.*). *J Ilm Medicam*. Published online 2018. doi:10.36733/medicamento.v4i1.881
9. Faradisa M. Uji Efektifitas Antimikroba Senyawa Saponin Dari Batang Tanaman Belimbing Wuluh (*Averrhoa Bilimbi Linn*). Skripsi. Published online 2008.
  10. Notoatmodjo. Metodologi Penelitian. *BMC Public Health*. Published online 2017.
  11. Nursalam, 2016 metode penelitian, Fallis A. Nursalam. *J Chem Inf Model*. Published online 2013.
  12. Hidayat. Metodologi Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. In: Salemba Medika; 2017.
  13. Latifah QA. Uji Efektifitas Ekstrak Kasar Senyawa Antibakteri Pada Buah Belimbing Wuluh (*Averrhoa bilimbi L.*) Dengan Variasi Pelarut. Skripsi. Published online 2008.
  14. Salim Z, Munadi E. Info Komoditi Tanaman Obat.; 2017.
  15. Amrulloh I. Uji potensi ekstrak daun sirih (*Piper betle L.*) sebagai antimikroba terhadap bakteri *Xanthomonas oryzae pv. oryzae* dan jamur *Fusarium oxysporum*. In: Undergraduate Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. ; 2008.
  16. Lumongga Dian. Perbandingan Rendam Duduk Air Es dan Air Hangat Terhadap Penyembuhan Luka Laserasi dan Penurunan Nyeri Perineum Di Rumah Sakit Umum Daerah Sumedang. In: Skripsi.Universitas Padjadjaran / Fakultas Keperawatan / Keperawatan. ; 2012.