



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 405/LP-LPBK/VIII/2025

Judul : Penerapan Terapi *Sitz Bath* Air Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Perineum Pada Ibu Postpartum Di RS Roemani Muhammadiyah Semarang

Nama : Putri Dewi Rahma Wati

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Pekalongan, 21 Agustus 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariansa, S.Kep., Ns., MAN

ABSTRAK

Putri Dewi Rahma Wati¹, Emi Nurlaela²

Penerapan Terapi *Sitz Bath* Air Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Perineum Pada Ibu *Postpartum* Di RS Roemani Muhammadiyah Semarang

Pendahuluan: Proses persalinan normal sering dijumpai masalah seperti luka episiotomi yang dilakukan dengan tujuan melebarkan jalan lahir. Masalah utama yang sering dialami oleh ibu yang menjalani proses persalinan dengan luka episiotomi adalah nyeri. Dampak dari nyeri yang ditimbulkan yaitu ibu kesulitan BAB dan BAK, sulit tidur dan beraktivitas. Salah satu contoh terapi nonfarmakologis yaitu hidroterapi dengan *sitz bath* dengan air hangat dapat mengurangi nyeri dan mencegah infeksi dan mempercepat penyembuhan luka perineum yang dialami ibu nifas.

Tujuan: Untuk mengetahui hasil penerapan terapi *sitz bath* air hangat untuk mengurangi nyeri perineum pada ibu *postpartum*.

Metode: Penulisan ini menggunakan study kasus dengan melakukan penilaian pada ibu *postpartum* pre dan post penerapan intervensi terapi *sitz bath* selama dua hari dengan pemberian sebanyak 3 kali sebelum ibu pulang. Pasien pada study kasus ini adalah pasien dengan ibu *postpartum* primipara dengan luka episiotomi derajat 2 di Ruang Ayyub 1 RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

Hasil: Menunjukkan bahwa terapi non farmakologi penerapan *sitz bath* air hangat dapat menurunkan nyeri pada ibu *postpartum* spontan. Dengan penurunan skala nyeri sedang yaitu skala nyeri 5 menjadi skala ringan yaitu skala 1.

Simpulan: Terapi *sitz bath* pada ibu *postpartum* dapat menurunkan tingkat nyeri. Penerapan tersebut dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu dirumah dengan menggunakan ember dan air hangat-hangat kuku dengan cara cek menggunakan punggung tangan atau siku.

Kata Kunci: *Ibu Postpartum, Luka Episiotomy, Sitz Bath, Tingkat Nyeri*

Daftar Pustaka: 17 (2017-2025)

ABSTRACT

Putri Dewi Rahma Wati¹, Emi Nurlaela²

The Application of Warm Water Sitz Bath Therapy to Reduce Perineal Pain in Postpartum Mothers at Roemani Muhammadiyah Hospital, Semarang

Introduction: Normal childbirth is often accompanied by problems such as episiotomy wounds, which are performed to widen the birth canal. The main problem commonly experienced by mothers undergoing childbirth with an episiotomy wound is pain. The impact of this pain includes difficulty in defecation and urination, sleeping difficulty, and limited activity. One example of non-pharmacological therapy is hydrotherapy with warm water sitz baths, which can reduce pain, prevent infection, and accelerate perineal wound healing in postpartum mothers.

Objective: To determine the outcome of applying warm water sitz bath therapy in reducing perineal pain in postpartum mothers.

Method: This study used a case study approach with assessments conducted on postpartum mothers before and after the application of sitz bath therapy. The intervention was carried out for two days, three times before the patient was discharged. The subject was a primiparous postpartum mother with a second-degree episiotomy wound in Room 1 of Ayyub Wars, Roemani Muhammadiyah Hospital, Semarang.

Result: The findings indicated that the application of warm water sitz bath therapy as a non-pharmacological intervention was able to reduce pain in postpartum mothers. Pain intensity decreased from a moderate level (scale 5) to a mild level (scale 1).

Conclusion: Warm water sitz bath therapy can reduce the level of pain in postpartum mothers. This intervention can also be independently performed at home by using a basin and warm water, with the temperature checked with the back of the hand or elbow.

Keywords : *episiotomy wound, pain level, postpartum mother, sitz bath*

Reference : 17 (2017-2025)