



Terapi Pijat Perineum terhadap Derajat Laserasi Perineum

Ika Putri Ramadhani^{1✉}, Amrina Amran², Lindawati³
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang, Indonesia^{1,2,3}
E-mail : ikaputri005@gmail.com¹, amranamrina0@gmail.com²

Abstrak

Salah satu penyebab utama perdarahan adalah robekan jalan lahir, termasuk didalamnya laserasi perineum (Kemkes RI, 2013). Robekan jalan lahir terjadi hampir semua persalinan pada ibu pertama bersalin dan kadang terjadi pada persalinan berikutnya. Rupture perineum dapat menyebabkan terjadinya infeksi pada luka jahitan. Beberapa faktor penyebab terjadinya rupture perineum antara lain faktor janin, faktor dari penolong persalinan seperti cara memimpin meneran, komunikasi dengan ibu, ketrampilan untuk mempertahankan perineum perineum tetap utuh pada saat ekspulsi kepala, melakukan episiotomi dan posisi pada saat meneran. Pijat perineum merupakan teknik memijat pada bagian perineum saat hamil atau beberapa waktu sebelum persalinan dapat meningkatkan perubahan hormonal sehingga dapat melembutkan jaringan ikat, jaringan perineum menjadi lebih elastis dan lebih mudah teregang. Elastisitas perineum yang meningkat dapat mencegah terjadinya robekan perineum atau tindakan episiotomi. Praktek Mandiri Bidan (PMB) merupakan fasilitas pelayanan kesehatan ibu dan anak. PMB Ika Putri Ramadhani berada di daerah Kalumbuk dimana masih kejadian ruptur perineum derajat 3 masih banyak terjadi disebabkan karena kakunya perineum. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ika Putri tahun 2021, bahwa dengan pijat perineum dapat menurunkan derajat ruptur perineum pada ibu bersalin. Berdasarkan hal diatas penulis akan melakukan PKM Edukasi dan Implementasi.

Kata kunci: pijat perineum, ibu hamil TM III

Abstract

One of the main causes of bleeding is birth canal tears, including perineal lacerations (Kemenkes RI, 2013). Tear of the birth canal occurs in almost all deliveries in the first mother giving birth and sometimes occurs in subsequent deliveries. Perineal rupture can cause infection in the suture wound. Several factors causing perineal rupture include fetal factors, factors from birth attendants such as how to lead pushing, communication with the mother, skills to keep the perineum intact during head expulsion, perform episiotomy and position when pushing. Perineal massage is a massage technique on the perineum during pregnancy or some time before delivery can increase hormonal changes so that it can soften the connective tissue, the perineal tissue becomes more elastic and stretches more easily. Increased perineal elasticity can prevent perineal tears or episiotomy procedures. The Independent Midwife Practice (PMB) is a maternal and child health service facility. PMB Ika Putri Ramadhani is in the Kalumbuk area where the incidence of 3rd degree perineal rupture is still common due to the rigidity of the perineum. The results of research conducted by Ika Putri in 2021, that with perineal massage can reduce the degree of perineal rupture in pregnant women. Based on the above, the author will conduct PKM Education and Implementation.

Keywords: perineal massage, TM III pregnant women

Copyright (c) 2023 Ika Putri Ramadhani, Amrina Amran, Lindawati

✉ Corresponding author

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang

Email : ikaputri005@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v4i2.769>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. AKI adalah rasio kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau insidental di setiap 100.000 kelahiran hidup.

Laporan tahunan Dinas Kesehatan provinsi Sumatera Barat tahun 2019 penyebab kematian ibu terbanyak adalah perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), infeksi (207 kasus). Sedangkan di Kota Padang menurut laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2019 penyebab kematian ibu yaitu : perdarahan (1), Infeksi (2), gangguan metabolik (1), Hipertensi dalam kehamilan (2), lainlain (10) dengan kematian terbanyak terjadi pada masa nifas (10 orang).

Salah satu penyebab utama perdarahan adalah robekan jalan lahir, termasuk didalamnya laserasi perineum (Kemkes RI, 2013). Robekan jalan lahir terjadi hampir semua persalinan pada ibu pertama bersalin dan kadang terjadi pada persalinan berikutnya. Rupture perineum dapat menyebabkan terjadinya infeksi pada luka jahitan. Beberapa faktor penyebab terjadinya rupture perineum antara lain faktor janin, faktor dari penolong persalinan seperti cara memimpin meneran, komunikasi dengan ibu, ketrampilan untuk mempertahankan perineum perineum tetap utuh pada saat ekspulsi kepala, melakukan episotomi dan posisi pada saat meneran (Shipman *dkk.*, 2016).

Ruptur perineum merupakan salah satu penyebab perdarahan pascasalin. Ruptur ini sebagai penyebab kedua perdarahan setelah atoniauteri yang terjadi pada hampir setiap persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya (Saifuddin,2016). Kejadian ruptur perineum di dunia sebanyak 2,7 juta pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2020. Di Amerika dari 26 juta ibu bersalin, terdapat 40% mengalami ruptur perineum.

Di Asia kejadian ruptur perineum cukup banyak terjadi, 50% dari kejadian robekan perineum di dunia terjadi diAsia (Champion dan Bascom, 2016). Di Indonesia ruptur perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Dari total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibumendapat jahitan perineum 8% karena episiotomy dan 29% karena robekan spontan (Kemenkes RI, 2017).

Rupture perineum adalah robeknya jaringan perineum secara paksa .menurut rohani (2011) penyebab yang paling sering adalah pimpinan peersalinan yang salah seperti pembukaan belum lengkap sudah dilakukan pimpinan persalinan dan tindakan mendorong kuat pada fundus uteri (Rohani, 2011). penyebab robekan perineum salah satunya dari teknik meneran. Secara fisiologis ibu akan merasakan dorongan untuk meneran bila pembukaan sudah lengkap dan reflek ferguson telah terjadi. Ibu harus didukung untuk meneran dengan benar pada saat ia merasakan dorongan dan memang ingin mengejan. Ibu mungkin merasa dapat meneran secara efektif pada posisi tertentu. Beberapa cara yang dapat dilakukan dalam

memimpin ibu bersalin melakukan meneran untuk mencegah terjadinya ruptur perineum diantaranya menganjurkan ibu untuk meneran sesuai dengan dorongan alamiah selama kontraksi, tidak menganjurkan ibu untuk menahan nafas pada saat meneran, mungkin ibu akan merasa lebih mudah untuk meneran. Pada ibu yang terjadinya ruptur perineum saat bersalin, dikarenakan ibu dengan teknik meneran yang salah serta bayi besar.

Pijat perineum merupakan teknik memijat pada bagian perineum saat hamil atau beberapa waktu sebelum persalinan dapat meningkatkan perubahan hormonal sehingga dapat melembutkan jaringan ikat, jaringan perineum menjadi lebih elastis dan lebih mudah teregang. Elastisitas perineum yang meningkat dapat mencegah terjadinya robekan perineum atau tindakan episiotomi. Menurut Labreque (2014) cit Khasanah, dkk (2020) teknik pijat perineum ini dapat dilakukan sehari sekali dalam 6 minggu terakhir kehamilan. Di Amerika, sekitar 40% ibu hamil sudah melakukan pijat perineum secara mandiri karena kepercayaan bahwa dengan pijat perineum saat umur kehamilan 34 minggu sampai menjelang melahirkan melancarkan proses persalinan (Khasanah, dkk, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Damayanti tahun 2020 tentang hubungan perineum massage, Paritas dan berat badan baru lahir dengan kejadian ruptur perineum di PMB Jakarta Timur didapatkan hasil responden yang mengalami ruptur perineum pada saat bersalin sebesar 94,7%, tidak melakukan massage uterus sebesar 68%, paritas primipara sebesar 42%, dan berat badan lahir bayi normal sebesar 94.1%. Pada analisa bivariat diperoleh

faktor yang berhubungan dengan kejadian ruptur perineum yaitu massage uterus (p value 0.031 dengan nilai OR=4.667, artinya ibu yang tidak melakukan massage perineum mempunyai peluang 4.67 kali untuk mengalami ruptur perineum (Rohani, 2014).



Gambar 1. Mitra PMB Ika Putri Ramadhani, M.Biomed

Praktek Mandiri Bidan (PMB) merupakan fasilitas pelayanan kesehatan ibu dan anak. PMB Ika Putri Ramadhani berada di daerah Kalumbuk dimana masih kejadian ruptur perineum derajat 3 masih banyak terjadi disebabkan karena kakunya perineum. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ika Putri tahun 2021, bahwa dengan pijat perineum dapat menurunkan derajat ruptur perineum pada ibu bersalin.

METODE

Jenis Kegiatan yang dilakukan berupa Edukasi dan implementasi pada ibu hamil trimester III yang dilaksanakan dengan mitra PMB Ika Putri Ramadhani, M.Biomed untuk mengatasi terjadinya ruptur perineum.

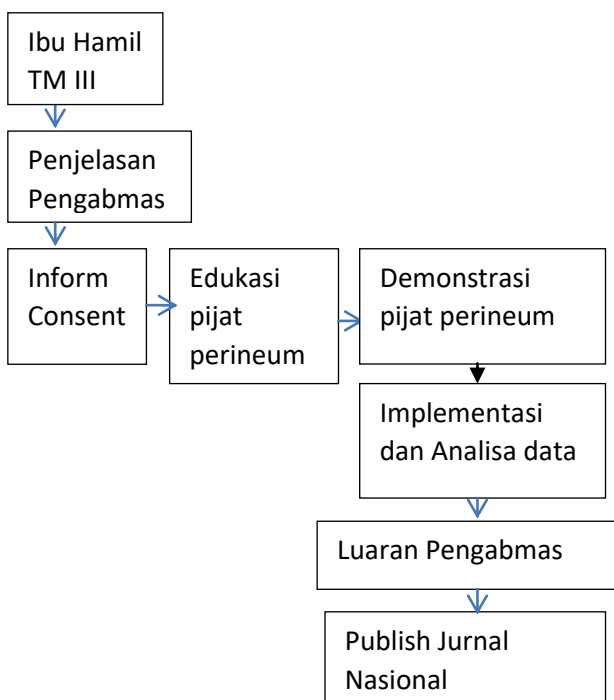
Solusi permasalahan robekan jalan lahir yang dihadapi ibu bersalin yang dapat mempengaruhi proses penyembuhan dan perdarahan pada saat bersalin dapat diatasi dengan cara sebagai berikut.

- a. Pemberian edukasi tentang manfaat pijat perineum pada ibu hamil trimester III
- b. Melakukan demonstrasi pada ibu hamil bagaimana cara pijat perineum
- c. Melakukan pijat perineum pada ibu hamil sampai nanti melahirkan

Partisipasi Mitra :

1. Mitra memfasilitasi tempat pelaksanaan edukasi dan mengundang seluruh Ibu hamil trimester III Pada saat pelaksanaan Edukasi
2. Mitra Akan melakukan evaluasi kembali pada klien tentang penerapan pijat perineum pada ibu hamil Trimester III

Alur Pengabmas



HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pelaksanaan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan di PMB Ika Putri Ramadhani, M.Biomed, edukasi pijat perineum dilakukan sebelum melakukan Implementasi menggunakan metode *Forum Group Discussion* (FGD). Implementasi pijat perineum yang dilakukan selama 2 minggu dengan melakukan pemijatan pada daerah perineum ibu. Bidan akan mengunjungi ibu hamil 5 kali seminggu selama 2 minggu untuk melakukan pemijatan perineum.

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja PMB Ika Putri Ramadhani M, Biomed didapatkan hasil hanya 45% responden yang paham dan mau dilakukan pijat perineum. sedangkan 55% responden tidak mau dilakukan pemijatan perineum. hal ini disebabkan karena mereka merasa malu dan masih kurang yakin terhadap pemijatan perineum tersebut. Responden yang dilakukan pemijatan perineum yang mengalami ruptur perineum derajat 3 sedikit dibandingkan dengan responden yang tidak dilakukan pemijatan perineum.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja PMB Ika Putri Ramadhani M, Biomed dapat disimpulkan bahwa Ibu hamil yang dilakukan pemijatan perineum lebih sedikit (20%) yang mengalami ruptur perineum derajat 3 dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak dilakukan pemijatan perineum yaitu sebanyak 40%.

SARAN

Diharap kepada Praktek Mandiri Bidan untuk dapat melanjutkan program Edukasi dan Implementasi pemberian pijat perineum pada ibu hamil trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardillah, C. 2016. 100% Buku Pintar Bayi. Banguntapan Bantul Yogyakarta: Kauna Pustaka..
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta: Cinepta.
- Fatimah, L. 2014. Hubungan Frekuensi Pemberian Asi Eksklusif Padamasa Nifas Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Minggu. www.Journal.Unipdu.Ac.Id > Home > Vol 4, No 1 (2014) > Fatima. Diakses Pada Tanggal 10 April 2021.
- Fitriahadi, E. 2016. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Dan Durasi Menyusubayi. http://Journal.Uad.Ac.Id/Index.Php/Kesmas/Article/Viewfile/4561/Pdf_88. Diakses Pada Tanggal 10 April 2021 .
- Handayani, N, Dkk. 2016. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-5 Bulan Di Desa Plalangan Dan Desa Ajung Kecamatan Kalisat. <http://Digilib.Unmuhjember.Ac.Id/Files/Disk1/70/Umj-1x-Nurrellaha-3452-1-Jurnal.Pdf>. Diakses Pada Tanggal 10 April 2021.
- Myles. 2011. *Buku Ajar Bidan*. Egc, Jakarta
- Devi. 2009. *Manajemen Stres*. Jakarta: Egc.
- Miao-Chuan Chen Ms Rn, Shu-Hui Fang Mse. 2013. The Effects Of Aromatherapy In Relieving Symptoms Related To Job Stress Among Nurses. *International Journal Of Nursing Practice*
- Maryunani, Anik. 2012. *Inisiasi Menyusui Dini Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Cv Trans Info Media.
- Roesli, U. 2016. *Pedoman Pijat Bayi*. (Edisi Revisi). Jakarta: Pt. Trubus Agriwidya, Anggota Ikapi.
- Mandriwati, Gusti A. 2013. *Melakukan Pijat Bayi Mendukung Keberhasilan Pemberian Air Susu Ibu Secara Eksklusif*. [Http://Poltekkesdenpasar.Ac.Id/Files/Jsh/V10n2/Gusti%20ayu%20mandriwati1%20jsh%20v10n2.Pdf](http://Poltekkesdenpasar.Ac.Id/Files/Jsh/V10n2/Gusti%20ayu%20mandriwati1%20jsh%20v10n2.Pdf). Diakses Pada Tanggal 10 April 2021
- Marliandiani, Yefi Dan, Nyna. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Dan Menyusui*. Surabaya: Salemba Medika.
- Rahayu, Yp, Dkk. 2012. *Buku Ajar Masa Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Medika.
- Riksani, R. 2012. *Keajaiban Asi (Air Susu Ibu)*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Retnowati, Rini D. 2010. Pengaruh Fisioterapi Oral Terhadap Refleks Hisap Pada Bayi Berat Badan Lahir Rendah Di Ruang Perinatologi Rsd Dr. Soebandi Jember. [Http://Digilib.Unmuhjember.Ac.Id/Files/Disk1/53/Umj-1x-Rinidriret-2610-1-5jurnal-%5e.Pdf](http://Digilib.Unmuhjember.Ac.Id/Files/Disk1/53/Umj-1x-Rinidriret-2610-1-5jurnal-%5e.Pdf). Diakses Pada Tanggal 23 Oktober 2017.
- Rinta, Evi Dan Dini Iflahah. 2015. Teknik Menyusui Yang Brnar Ditinjau Dari Usia Ibu, Paritas, Usia Gestasi, Dan Berat Badan Lahir Di Rsd Sidoarjo. https://Www.Researchgate.Net/Publication/309470381_Teknik_Menyusui_Yang_Benar_Ditinjau_Dari_Usia_Ibu_Paritas_Uisa_Gestas_i_Dan_Berat_Badan_Lahir_Di_Rsud_Sidoarjo
- Novianda, 2020. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Imunisasi Dasar. *Journal Of Health Science And Prevention*. <http://Jurnalfpk.Uinsby.Ac.Id/Indekx.Php/Jhsp>. Issn 2549-919x (E).
- Goodwin, R. *Et Al*. (2011) 'Initial Psychological Responses To Swine Flu', *International Journal Of Behavioral Medicine*. Doi: 10.1007/S12529-010-9083-Z.
- Notoadmojo S, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta, RinekaCipta,