

PENCEGAHAN RUPTURE PERINEUM PADA IBU BERSALIN DENGAN PIJAT PERINEUM

Hera Mutmainah¹⁾, Dewi Yuliasari²⁾, Ana Mariza³⁾

¹Puskesmas Kotabumi II Lampung Utara
Email: m.Hera@yahoo.co.id

²Prodi Kebidanan Universitas Malahayati
Email: dewiys52@yahoo.co.id

³Prodi Kebidanan Universitas Malahayati
Email: mariza.ana22@gmail.com

ABSTRACT

Background: The perineal rupture is the injury performed at the time of delivery using a tool and not using a device. The results of a survey conducted in March 2018 at BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan on 10 mothers, obtained as many as 8 mothers (80%) from perineum rupture. Interviews with midwives have never been attempted to prevent perineal rupture such as by performing perineal massage.

Purpose: Regarding perineal massage to perineum rupture at mother birth at BPS Dwi Lestari Natar of South Lampung Year of 2018.

Methods: Type of research with pre-experimental research design with static group design consisting of. Research population of all pregnant women with pregnancy 34-36 weeks in April - May 2018 at BPS Dwi Lestari Natar South Lampung, With sample of 30 people sampling technique purposive sampling. Univariate data analysis and bivariate t test (t-test).

Result: The average maternal perineal rupture given perineal massage was 0.67 with a standard deviation of 0.617. The average maternal perineal rupture that was not given perineal massage was 1.20 with a standard deviation of 0.676. Effect of perineal massage on perineum rupture on delivery mother at BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan Year 2018 (p value 0,032).

Conclusion: Health workers should develop their function as advocates and educators. The health parameters can be used to prevent perineal rupture in labor and guide the mother to perform perineal massage and may consider using perineal massage techniques that have been studied as standard for the implementation of perineal massage.

Keywords: perineal massage, perineal rupture, maternal mother

ABSTRAK

Latar Belakang : Ruptur perineum adalah perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan alat. Hasil presurvey yang dilakukan pada bulan Maret 2018 di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan terhadap 10 ibu bersalin, diperoleh sebanyak 8 ibu (80%) mengalami ruptur perineum. Hasil wawancara dengan bidan diketahui bahwa belum pernah dilakukan upaya untuk pencegahan ruptur perineum seperti dengan melakukan pijat perineum.

Tujuan: Diketahui pengaruh pijat perineum terhadap pencegahan ruptur perineum pada ibu bersalin di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan Tahun 2018.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pra-eksperimen* dengan design *static group comprison*. Populasi penelitian seluruh ibu hamil dengan usia kehamilan 34-36 minggu pada bulan April – Mei 2018 di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan, Dengan sampel sebanyak 30 orang teknik sampling *purposive sampling*. Analisa data univariat dan bivariat *uji t (t-test)*.

Hasil: Rata-rata ruptur perineum ibu yang diberi pijat perineum adalah 0,67 dengan standar deviasi 0,617. Rata-rata ruptur perineum ibu yang tidak diberi pijat perineum adalah 1,20 dengan standar deviasi 0,676.

Kesimpulan: Pengaruh pijat perineum terhadap pencegahan ruptur perineum pada ibu bersalin di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan Tahun 2018 (*p value* 0,032).

Kata Kunci: Pijat Perineum, Rupture Perineum, Ibu Bersalin

PENDAHULUAN

Persalinan adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi, yang dapat hidup di dunia luar, dari rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lain. Persalinan sangat di pengaruhi oleh "3P" yaitu janin (*passenger*), jalan lahir (*passage*) dan tenaga (*power*) dan "2P" yaitu *position* dan *phsycologi* (Manuaba, 2012).

Perdarahan *postpartum* merupakan penyebab kematian ibu, kematian ibu ini disebabkan oleh perdarahan *postpartum* (plasenta previa, solusio plasenta, kehamilan ektopik, plasenta previa, solusio plasenta, rupture uteri). Salah satu penyebab perdarahan adalah robekan jalan lahir (rupture perineum), robekan ini dapat terjadi bersamaan dengan atonia uteri. Perdarahan *pasca* persalinan dengan uterus yang berkontraksi baik biasanya disebabkan karena serviks atau vagina (Saifudin, 2010).

Ruptur perineum adalah perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan alat. Ruptur perineum disebabkan paritas, jarak kelahiran, berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, *ekstraksi cunam*, *ekstraksi fakum*, trauma alat dan *episiotomi* (Winkjosastro, 2009).

Di seluruh dunia pada tahun 2009 terjadi 2,7 juta kasus *rupture perineum* pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050, seiring dengan semakin tingginya bidan yang tidak mengetahui asuhan kebidanan dengan baik (Pratami & Kuswanti, 2015).

Di Asia *rupture perineum* juga merupakan masalah yang cukup banyak dalam masyarakat, 50% dari kejadian *rupture perineum* didunia terjadi di Asia. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami *rupture perineum* di Indonesia pada golongan umur 25 – 30 tahun yaitu 24 % sedang pada ibu bersalin usia 32–39 tahun sebesar 62 %. *Ruptur perineum* menjadi penyebab perdarahan ibu *postpartum* (Lailatri, 2014).

Ruptur perineum menjadi penyebab perdarahan ibu *postpartum*. Perdarahan *postpartum* menjadi penyebab utama 40% kematian ibu di Indonesia. Penurunan AKI di Indonesia terjadi sejak tahun 1991 sampai dengan 2007, yaitu dari 390 menjadi 228. Namun demikian, SDKI tahun 2012 menunjukkan peningkatan AKI yang signifikan yaitu menjadi 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. AKI kembali menunjukkan penurunan menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2017).

Di Provinsi Lampung kasus kematian ibu sebanyak 149. Penyebab kasus kematian ibu di

Provinsi Lampung tahun 2015 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 46 (30,8%) kasus, hipertensi sebanyak 35 (23,4%) kasus, infeksi sebanyak 7 (4,6) kasus, gangguan sistem peredaran darah sebanyak 10 (6,7%) kasus, gangguan metabolik sebanyak 3 (7,0%) kasus dan lain-lain sebanyak 48 (32,2) (kasus (Dinkes Provinsi Lampung, 2016). Dan untuk situasi kesehatan di Kabupaten Lampung Selatan secara umum meningkat, angka kematian ibu (AKI) tahun 2017 sebesar 85,53/100.000 KH (17kasus) dari 20.112 KH meningkat dari tahun sebelumnya 35,76/100.000 KH (7 kasus) dari 19.576 KH, pada tahun 2016.

Ruptur perineum dapat terjadi karena adanya robekan spontan maupun *episiotomi*. Ruptur perineum yang dilakukan dengan *episiotomi* itu sendiri harus dilakukan atas indikasi antara lain: bayi besar, *perineum* kaku, persalinan yang kelainan letak, persalinan dengan menggunakan alat baik *forceps* maupun *vacum*. Karena apabila *episiotomi* itu tidak dilakukan atas indikasi dalam keadaan yang tidak perlu dilakukan dengan indikasi di atas, maka menyebabkan peningkatan kejadian dan beratnya kerusakan pada daerah *perineum* yang lebih berat. Sedangkan luka perineum itu sendiri akan mempunyai dampak tersendiri bagi ibu yaitu gangguan ketidaknyamanan dan perdarahan, sedangkan *Ruptur perineum* spontan terjadi karena ketegangan pada daerah vagina pada saat melahirkan, juga bisa terjadi karena beban psikologis menghadapi proses persalinan dan yang lebih penting lagi *Ruptur perineum* terjadi karena ketidaksesuaian antara jalan lahir dan janinnya, oleh karena efek yang ditimbulkan dari *Ruptur perineum* sangat kompleks (Triyanti dkk, 2017).

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 *rupture perineum* akan meninggal dunia dengan persen (21,74 %) (Wulandari, 2015).

Laserasi perineum merupakan penyebab perdarahan kedua setelah atonia uteri, hal ini sering terjadi pada primigravida karena pada primigravida perineum masih utuh, belum terlewati oleh kepala janin sehingga akan mudah terjadi robekan perineum. Jaringan perineum pada primigravida lebih padat dan lebih resisten dari pada multipara. Luka laserasi biasanya ringan tetapi dapat juga terjadi luka yang luas yang dapat menimbulkan perdarahan sehingga membahayakan jiwa ibu (Departemen Kesehatan RI, 2011).

Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah robekan pada perineum saat bersalin adalah dengan atau pijat perineum. Pijat perineum adalah salah satu cara yang paling kuno dan paling pasti untuk meningkatkan kesehatan, aliran darah, elastisitas, dan relaksasi otot-otot dasar panggul. Jika sampai terjadi ruptur perineum, pemijatan perineum dapat mempercepat proses penyembuhan perineum (Beckmann and Andrea J, 2006).

Pijat perineum adalah salah satu cara untuk meningkatkan kesehatan, aliran darah, elastisitas, dan relaksasi otot-otot dasar panggul. Teknik ini, jika dilatih pada tahap akhir kehamilan (mulai minggu ke-34) sebelum persalinan, juga akan membantu mengenali dan membiasakan diri dengan jaringan yang akan dibuat rileks dan bagian yang akan dilalui oleh bayi (Morgan, 2007).

Hasil presurvey yang dilakukan pada bulan Maret 2018 di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan terhadap 10 ibu bersalin, diperoleh sebanyak 8 ibu (80%) mengalami ruptur perineum.

Hasil wawancara dengan bidan diketahui bahwa belum pernah dilakukan upaya untuk pencegahan ruptur perineum seperti dengan melakukan pijat perineum.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pra-eksperimen* dengan design *static group comprison*. Populasi penelitian seluruh ibu hamil dengan usia kehamilan 34-36 minggu pada bulan April – Mei 2018 di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan, Dengan sampel sebanyak 30 orang teknik sampling *purposive sampling*. Analisa data univariat dan bivariat *uji t (t-test)*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 1 diperoleh rata-rata ruptur perineum ibu yang diberi pijat perineum adalah 0,67 dengan standar deviasi 0,617.

Tabel 1 Rata-rata Ruptur Perineum Pada Ibu Yang diberi pijat perineum

Variabel	Mean	SD	Min	Max	N
Derajat Ruptur Perineum	0,67	0,617	0	2	15

Tabel 2 Rata-rata Ruptur Perineum Pada Ibu yang Tidak tidak diberi pijat perineum

Variabel	Mean	SD	Min	Max	N
Derajat Ruptur Perineum	1,20	0,676	0	2	15

Berdasarkan tabel 2 diperoleh rata-rata ruptur perineum ibu yang tidak diberi pijat perineum adalah 1,20 dengan standar deviasi 0,676.

Analisis Bivariat

Analisis yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh demonstrasi terhadap tingkat pengetahuan dengan menggunakan uji statistik t dengan taraf kesalahan (α) 5% kemudian diprogram

dengan sistem komputer menggunakan program SPSS for windows.

Berdasarkan hasil analisis uji bivariat pada tabel 3 dibawah, hasil uji statistik didapatkan *p-value* = 0,032 (*p-value* < α = 0,05) yang berarti ada pengaruh pijat perineum terhadap pencegahan ruptur perineum pada ibu bersalin di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan Tahun 2018.

Tabel 3 Pengaruh Pijat perineum terhadap ruptur perineum

Hasil	Mean	SD	t-test	<i>p-value</i>	N
Dilakukan pijat perineum	0,67	0,617	2,256	0,032	15
Tidak dilakukan pijat perineum	1,20	0,676			15

PEMBAHASAN

Analisis univariat

Rata-rata ruptur perineum ibu yang diberi pijat perineum

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata ruptur perineum ibu yang diberi pijat perineum adalah 0,67 dengan standar deviasi 0,617.

Sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Aprilia (2010) perineum terdiri dari kulit dan otot di

antara vagina dan anus. Ketika kepala janin menyembul di vagina, perineum dengan sendirinya meregang untuk memberi jalan keluar bagi janin. Pemijatan perineum yang dilakukan pada bulan-bulan terakhir kehamilan meningkatkan perubahan hormonal yang melembutkan jaringan ikat, sehingga jaringan perineum lebih elastis dan lebih mudah meregang. Ini sekaligus melatih calon ibu untuk aktif mengendurkan perineum ketika merasakan tekanan saat kepala bayi muncul. Ini juga dapat mengurangi rasa sakit akibat peregangan. Peningkatan elastisitas perineum akan mencegah kejadian robekan perineum maupun episiotomi. Pijat perineum/perineum massage juga sangat penting untuk keberhasilan hypno-birthing. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah robekan pada perineum saat bersalin adalah dengan atau pijat perineum. Pijat perineum adalah salah satu cara yang paling kuno dan paling pasti untuk meningkatkan kesehatan, aliran darah, elastisitas, dan relaksasi otot-otot dasar panggul. Jika sampai terjadi ruptur perineum, pemijatan perineum dapat mempercepat proses penyembuhan perineum (Angraini, 2015).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Savitri (2014) pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum saat persalinan di Bidan Praktek Mandiri di Kota Bengkulu Tahun 2014. Kejadian ruptur perineum pada kelompok intervensi setelah dilakukan pemijatan perineum hanya 21,4%. Penelitian Angraini (2015) dengan judul hubungan antara pijat perineum dengan robekan jalan lahir pada ibu bersalin primipara di BPM Kecamatan Metro Selatan Kota Metro tahun 2015. Hasil penelitian menunjukkan dari 70 ibu dengan tidak ada robekan yang melakukan pijat perineum sebanyak 59 orang. Penelitian Dartiwen (2015) Pengaruh Pemijatan Perineum Pada Primigravida Terhadap Kejadian Laserasi Perineum Saat Persalinan Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Wilayah Kerja Puskesmas Margadadi Kabupaten Indramayu Tahun 2015, hasil penelitian yang dilakukan pada 45 primigravida yaitu kejadian laserasi perineum pada kelompok Eksperimen setelah dilakukan pemijatan perineum hanya 13,3% .

Menurut pendapat peneliti minimalnya robekan perineum dapat terjadi karena pada saat ibu dilakukan pijat perineum otot-otot disekitar perineum ibu akan lebih rileks sehingga menyebabkan peningkatan elastisitas jalan lahir yang dapat mempermudah proses melahirkan serta mengurangi kejadian robekan perineum. Bagi ibu yang akan melahirkan rasa takut dan cemas saat persalinan akan berkurang karena selama hamil

otot-otot disekitar perineum sudah dilakukan pijat perineum sehingga jaringan disekitar perineum menjadi elastis. Beberapa manfaat pada ibu jika ibu melakukan pijat perineum dapat membantu otot-otot perineum dan vagina jadi elastis sehingga memperkecil risiko perobekan dan episiotomi. melancarkan aliran darah di daerah perineum dan vagina, serta aliran hormon yang membantu melemaskan otot-otot dasar panggul sehingga proses persalinan jadi lebih mudah karena . Mempercepat pemulihan jaringan dan otot-otot di sekitar jalan lahir setelah bersalin. Membantu ibu mengontrol diri saat mengejan, karena "jalan keluar" untuk bayi sudah disiapkan dengan baik.

Rata-rata ruptur perineum ibu yang tidak diberi pijat perineum

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata ruptur perineum ibu yang tidak diberi pijat perineum adalah 1,20 dengan standar deviasi 0,676.

Ruptur Perineum adalah robekan yang terjadi pada saat bayi lahir baik secara spontan maupun dengan menggunakan alat atau tindakan. Robekan perineum umumnya terjadi pada garis tengah dan bisa menjadi luas apabila kepala janin terlalu cepat. Robekan perineum terjadi pada hampir semua primipara (Winkjosastro, 2007). Perineum atau kerampang adalah daerah antara vagina dan anus. Daerah ini merupakan jaringan yang "kaya" akan ujung sel-sel saraf sehingga sangat peka terhadap sentuhan, dan cenderung mengalami perobekan saat berlangsungnya proses persalinan alami. Ketika mengalami perobekan itu, baik yang alami maupun disengaja –episiotomi-, disinyalir bisa mengakibatkan gangguan fungsi dasar otot panggul, sehingga menurunkan kualitas hidup ibu setelah melahirkan. Terjadinya ruptur perineum disebabkan oleh faktor ibu (jumlah paritas, jarak kelahiran, berat badan bayi), pimpinan persalinan tidak sebagaimana semestinya, riwayat persalian, ekstraksi cunam, ekstraksi vacuum, trauma alat dan episiotomy. Keuntungan teknik peijat perineum ini bukan hanya membantu mempersiapkan jaringan perineum, tapi juga membantu Anda untuk mempelajari sensasi saat proses persalinan (terutama saat kepala janin crowning). Dengan demikian akan membantu Anda untuk lebih rileks dalam menghadapi proses persalinan nanti (Aprilia, 2010).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Savitri (2014) pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum saat persalinan di Bidan Praktek Mandiri di Kota Bengkulu tahun 2014. Kejadian ruptur

perineum pada kelompok intervensi setelah dilakukan pemijatan perineum pada kelompok kontrol 71,4%. Penelitian Anggraini (2015) dengan judul hubungan antara pijat perineum dengan robekan jalan lahir pada ibu bersalin primipara di BPM Kecamatan Metro Selatan Kota Metro tahun 2015. Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa dari 70 ibu dengan adanya robekan yang tidak melakukan pijat perineum sebanyak 46 orang. Penelitian Dartiwen (2015) Pengaruh Pemijatan Perineum Pada Primigravida Terhadap Kejadian Laserasi Perineum Saat Persalinan Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Wilayah Kerja Puskesmas Margadadi Kabupaten Indramayu Tahun 2015, hasil penelitian yang dilakukan pada 45 primigravida yaitu kejadian laserasi perineum pada pada kelompok kontrol 63,3%.

Menurut pendapat peneliti robekan perineum yang terjadi pada kelompok kontrol ini karena responden tidak mendapatkan intervensi perineum *massage* sehingga tidak dapat meminimalisasi robekan perineum. Robekan perineum yang terjadi pada setiap responden dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya robekan perineum. kondisi perineum yang kaku, yang mana kondisi perineum berkontribusi terhadap kejadian ruptura perineum, dimana perineum yang kaku menghambat persalinan Kala II yang meningkatkan resiko kematian bayi dan menyebabkan rusakankerusakan jalan lahir yang luas.

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan p -value = 0,032 (p -value < α = 0,05) yang berarti ada pengaruh pijat perineum terhadap pencegahan ruptur perineum pada ibu bersalin di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan Tahun 2018.

Robekan perineum sebenarnya bisa dicegah dengan sebuah metode yang sangat sederhana dan bisa dilakukan semua orang, yaitu dengan melakukan *massage* pada daerah perineum atau kerampang vagina. Penelitian menunjukkan, bahwa pijat pada daerah perineum mengurangi robekan dan kemungkinan episiotomi, memperbaiki kemampuan perineum untuk meregang pada saat pembukaan kala I persalinan, memperbaiki aliran darah, memelihara jaringan di sekitar perineum, serta mengurangi penggunaan alat bantu persalinan lainnya. Banyak ibu merasakan perubahan daya regang pada daerah perineumnya setelah satu hingga dua minggu pemijatan (Aprilia, 2010).

Pijat perineum akan sangat nyata manfaatnya dan efektif apabila diterapkan pada

primigravida (pertama kali hamil), dan kurang maksimal hasilnya apabila dilakukan pada multigravida yang pernah dilakukan episiotomi sebelumnya, karena luka parut bekas episiotomi (sudah beberapa kali hamil) menjadi lebih lemah daripada jaringan normal, sehingga perineum akan lebih cenderung robek pada persalinan berikutnya. Pemijatan perineum dapat dilakukan sendiri oleh ibu dilakukan dengan bantuan cermin, atau bisa juga dibantu oleh suami. Pijat perineum bahkan bisa dilakukan oleh petugas kesehatan saat klien melakukan (Ante Natal Care) ANC/perawatan pada masa kehamilan. Pilihlah waktu khusus, dan sebelum memijat daerah peka ini, tangan harus dicuci bersih dan kuku dipotong pendek (Aprilia, 2010). Pemijatan perineum merupakan teknik memijat perineum di kala hamil atau beberapa minggu sebelummelahirkan guna meningkatkan aliran darah ke daerah ini dan meningkatkan elastisitas perineum. Teori menyebutkan bahwa dengan melakukan pemijatan perineum secara rutin setelah usia kehamilan 34 minggu, dapat membantu otototot perineum dan vagina menjadi elastis sehingga memperkecil risiko robekan dan episiotomi. Hal ini mungkin juga didukung oleh karena ibu meneran dengan benar dan mendapatkan cara menunjang perineumsecaratepatsaat persalinan (Herdiana dalam Anggraini, 2015).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Savitri (2014) pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum saat persalinan di Bidan Praktek Mandiri di Kota Bengkulu Tahun 2014. Kejadian ruptur perineum pada kelompok intervensi setelah dilakukan pemijatan perineum hanya 21,4% sementara pada kelompok kontrol 71,4%. Hasil penelitian membuktikan ada pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum ($p < 0,05$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemijatan perineum pada primigravida berpengaruh terhadap kejadian ruptur perineum pada saat persalinan. Penelitian yang diterbitkan di *American Journal Obstretician and Gynecology* menyimpulkan bahwa pijat perineum selama masa kehamilan dapat melindungi fungsi perineum paling tidak dalam 3 bulan pasca melahirkan. *The Cochrane Review* merekomendasikan bahwa pijat perineum ini harus selalu dijelaskan pada ibu hamil agar mereka mengetahui keuntungan dari pijat perineum ini. Pijat perineum ini sangat aman dan tidak berbahaya.

Menurut pendapat peneliti Pijat perineum memiliki berbagai keuntungan yang semuanya bertujuan mengurangi kejadian trauma di saat

melahirkan. Keuntungannya diantaranya adalah menstimulasi aliran darah ke perineum yang akan membantu mempercepat proses penyembuhan setelah melahirkan, membantu ibu lebih santai di saat pemeriksaan vagina (*Vaginal Touche*), membantu menyiapkan mental ibu terhadap tekanan dan regangan perineum di kala kepala bayi akan keluar dan menghindari kejadian episiotomi atau robeknya perineum di kala melahirkan dengan meningkatkan elastisitas perineum. Maka salah satu cara yang dilakukan untuk menghindari terjadinya laserasi yaitu dengan melakukan pemijatan perineum. Pijat perineum sifatnya aktif yang berarti dilakukan sendiri oleh ibu hamil walaupun tidak menutup kemungkinan yang melakukannya adalah pasangan dalam hal ini suami, walaupun hal ini mungkin tidak sesuai dengan budaya atau kebiasaan kita dalam hubungan dengan suami istri. Pijat perineum bermanfaat secara umum untuk melenturkan atau merelaksasikan otot-otot sekitar perineum sehingga diharapkan mengurangi terjadinya robekan pada perineum baik terjadi dengan sendirinya ataupun disengaja untuk memperlancar proses persalinan. Peneliti berpendapat semakin cepat dimulai tentunya hasilnya akan lebih baik. Dalam waktu beberapa minggu setelah melakukan pijat perineum, ibu akan merasakan daerah perineum menjadi lebih elastis. Untuk mengurangi terjadinya kejadian laserasi (perlukaan/robekan) pada perineum seorang ibu harus melahirkan dengan perlahan dan terkendali serta mengikuti instruksi Dokter atau Bidan ketika mendorong adalah kuncinya. Bayi harus tetap berada di dalam kondisi baik dan ibu harus mengikuti segala hal yang diperintahkan oleh dokter/bidan.

Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian menunjukkan masih terdapat ibu yang melakukan pijat perineum namun mengalami ruptur perineum derajat 2, hal ini dikarenakan ibu terkadang lupa untuk melakukan anjuran dari peneliti. Bila pijat perineum dilakukan secara teratur maka dapat dirasakan manfaatnya. Untuk hasil terbaik, pijat perineum perlu dilakukan secara konstan setiap hari. Hasilnya tidak akan didapat dalam waktu sehari. Selain itu terjadinya robekan perineum juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor ibu, janin dan penolong. Faktor maternal meliputi perineum yang rapuh, primigravida, kesempatan pintu bawah panggul, kelenturan jalan lahir, mengejan terlalu kuat, partus prepsitatus, dan persalinan dengan tindakan seperti ekstraksi vakum, forsep. Faktor dari janin meliputi janin besar, posisi yang abnormal, dan distosia bahu. Ketrampilan penolong, meliputi cara memimpin

mengejan pada saat pembukaan sudah lengkap dan sudah timbul kontraksi, cara berkomunikasi dengan ibu, ketrampilan menahan perineum pada saat ekspulsi kepala janin, dan pada saat posisi meneran.

Pijat perineum adalah teknik memijat perineum di kala hamil atau beberapa minggu sebelum melahirkan guna meningkatkan aliran darah ke daerah ini dan meningkatkan elastisitas perineum. Peningkatan elastisitas perineum akan mencegah kejadian robekan perineum maupun episiotomi. Massage perineum merupakan pengobatan, pemijatan, pengurutan dan penepukan yang dilakukan secara sistematis pada perineum. Tujuannya adalah mempersiapkan jaringan perineum dengan baik untuk proses peregangan selama proses persalinan akan mengurangi robekan perineum dan mempercepat proses penyembuhannya. Tindakan pijat perineum bisa diberikan atau dilakukan pada saat ibu hamil mengikuti kelas ibu. Tujuan dari antenatal kelas yaitu meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik (perilaku) ibu hamil tentang pemeriksaan kehamilan, perawatan payudara, senam hamil, pijat perineum, perawatan persalinan yang meliputi tanda-tanda persalinan dan proses persalinan. Jadi dengan mengikuti kelas ibu, diharapkan ibu hamil dapat mempraktekkan kembali apa yang sudah diajarkan dan mulai mempersiapkan persalinan sedini mungkin. Sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2014) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan fungsi dari sikap. Menurut fungsi manusia mempunyai dorongan untuk ingin tahu, untuk mencapai penalaran dan mengorganisasikan pengalaman. Untuk itu, ibu hamil disarankan melakukan pijat perineum, karena semakin sering massage dilakukan, maka hasilnya akan semakin baik.

SIMPULAN

Rata-rata ruptur perineum ibu yang diberi pijat perineum adalah 0,67 dengan standar deviasi 0,617. Rata-rata ruptur perineum ibu yang tidak diberi pijat perineum adalah 1,20 dengan standar deviasi 0,676. Ada pengaruh pijat perineum terhadap pencegahan rupture perineum pada ibu bersalin di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan Tahun 2018 (p value 0,032).

SARAN

Diharapkan bagi ibu hamil TM III setiap harinya melaksanakan pijat perineum secara aktif sesuai prosedur untuk membantu meningkatkan keelastisitasan otot-otot perineum yang dapat mengurangi derajat robekan perineum pada saat

persalinan. Bagi Petugas kesehatan di BPS Dwi Lestari Natar Lampung Selatan. Diharapkan kepada bidan atau petugas kesehatan membuka kelas ibu untuk melakukan penyuluhan secara rutin mengenai manfaat dan cara melakukan dari pijat perineum, sehingga ibu dapat menerapkan dirumah untuk mencegah terjadinya ruptur perineum.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini (2015) *Hubungan Pijat Perineum Dengan Robekan Jalan Lahir Pada Ibu Bersalin Primipara Di BPM Kecamatan Metro Selatan Kota Metro*
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. PT Rineka Cipta : Jakarta.
- Aprilia, Yesie. (2010). *Hipnostetri Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: Transmedia
- Dartiwen (2015) *Pengaruh Pemijatan Perineum Pada Primigravida Terhadap Kejadian Laserasi Perineum Saat Persalinan Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Wilayah Kerja Puskesmas Margadadi Kabupaten Indramayu Tahun 2015*
- Dewi, Vivian Nanny Lia. (2009). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Hastono. (2007) *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI
- Hidayat (2014) *Penghantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: penerbit Salemba Medika
- Kemenkes RI. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2016*.
- Manuaba. (2010). *Ilmu kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC
- Mochtar. (2012). *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi*. Jakarta: EGC.
- Morgan (2007) *Hypnobrithing. The Morgan Method. A natural approach to a safe, easier, more comfortable birthing* (3rd Edition)
- Nugroho. (2012) *Kesehatan wanita, gender dan permasalahan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ed. Rev. Jakarta: Rineka Cipta
- Riyanto, Agus. (2011) *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Saifuddin. (2010). *Buku acuan pelayanan kesehatan maternal dan neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina. Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Savitri (2014). *Pengaruh Pemijatan Perineum pada Primigravida terhadap Kejadian Ruptur Perineum saat Persalinan di Bidan Praktek Mandiri di Kota Bengkulu Tahun 2014*
- Sulistyawati, Ari dan Nugraheny. (2009). *Asuhan Kebidanan Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
- Wiknjosastro, Hanifa. (2007). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina. Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wulandari dkk (2015) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Ruptur Perineum Spontan Di BPM Ny. Natalia Kecamatan Genuk Kota Semarang. STIKES WIDYA HUSADA SEMARANG*
- Wardiyah, Aryanti & Rilyani. (2015). *Sistem Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.