

PROMOSI PIJAT PERINEUM SELAMA KEHAMILAN UNTUK MENCEGAH RUPTUR PERINEUM INTRAPARTUM

PROMOTION OF PERINEAL MASSAGE DURING PREGNANCY TO PREVENT INTRAPARTAL PERINEAL RUPTER

Maria Lupita Nena Meo
Universitas Sam Ratulangi; Jalan kampus Bahu-kelak -Manado,
Telp. (0431) 863886
e-mail:*(lupitanenameo@unsrat.ac.id /081216646114)

ABSTRAK

Abstrak: Prevalensi dari rupture dan tindakan episiotomi di Indonesia masih tinggi mencapai 33% dari total persalinan. Ruptur perineum maupun luka episiotomi akibat proses persalinan dapat menyebabkan perdarahan dan nyeri pada perineum. Salah satu tindakan yang direkomendasikan untuk mencegah rupture perineum adalah pijat perineum yang dilakukan pada usia kehamilan 35-36 minggu. Pijat Perineum bertujuan untuk meningkatkan elastisitas perineum. Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan promosi pijat perineum dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan tindakan pijat perineum selama kehamilan sehingga dapat mencegah ruptur perineum selama persalinan. Kegiatan promosi pijat perineum dilaksanakan selama 2 hari pada tanggal 14-15 November 2022 di Puskesmas Tuminting Kota Manado. Sasaran kegiatan adalah 20 ibu hamil Trimester 3 yang melakukan kunjungan antenatal care. Tahapan kegiatan ini meliputi koordinasi dengan mitra mempersiapkan materi dan menyusun buku saku pijat perineum serta mempersiapkan sarana penunjang, dan pelaksanaan pendidikan kesehatan dan demonstrasi diikuti dengan pembagian buku saku yang berisikan teknik pijat perineum dan melakukan post test . Hasil pengukuran nilai rerata menunjukkan peningkatan rerata (mean) pretest dan posttest yaitu dari : 2,8 menjadi 9,8 sehingga dapat disimpulkan bahwa promosi pijat perineum dapat meningkatkan pengetahuan dari ibu hamil primipara trimester akhir. Oleh karena itu, petugas kesehatan dapat memasukan informasi mengenai pijat perineum sebagai salah satu materi edukasi untuk ibu hamil trimester 3.

Kata Kunci: promosi, pijat, pencegahan, ruptur, perineum

Abstract: *The prevalence of rupture and episiotomy in Indonesia is still high, reaching 33% of total deliveries. Perineal ABSTRACT The prevalence of rupture and episiotomy in Indonesia is still high, reaching 33% of total deliveries. Perineal rupture and episiotomy wounds due to the delivery process can cause bleeding and pain in the perineum. One of the recommended actions to prevent perineal rupture is perineal massage performed at 35-36 weeks of gestation. Perineal massage aims to increase the elasticity of the perineum. Therefore, it is necessary to carry out promotional activities for perineal massage with the aim of increasing the knowledge and skills of mothers in performing perineal massage during pregnancy so as to prevent perineal rupture during labour. Perineum massage promotion activities were carried out for 2 days on 14-15 November 2022 at the Tuminting Health Center in Manado City. The target of the activity is 20 third trimester pregnant women who make antenatal care visits. The stages of this activity include coordinating with partners to prepare materials and compiling perineal massage pocket books and preparing supporting facilities, and implementing health education and demonstrations followed by distributing pocket books containing perineal massage techniques and conducting post tests. The results of the mean value measurement show an increase in the mean (mean) pretest and posttest, namely from: 2.8 to 9.8 so it can be concluded that promotion of perineal massage can increase the knowledge of primiparous pregnant women in the final trimester. Therefore, health workers can include information about perineal massage as one of the educational materials for third trimester pregnant women.*

Keywords: *massage, prevention, promotion, rupture*

PENDAHULUAN

Persalinan pervaginam biasanya dapat menyebabkan ruptur perineum dan biasanya terjadi pada wanita primipara atau yang belum pernah mengalami persalinan sebelumnya. Ruptur perineum adalah kerusakan pada genitalia akibat proses persalinan baik yang terjadi secara spontan maupun yang terjadi karena episiotomi (Murray, 2019; Silbert-Flagg, J. and Pillitteri, 2018). Ruptur Perineum dikategorikan dalam 3 derajat meliputi: (1) Ruptur perineum derajat satu merupakan laserasi pada kulit dan struktur superficial pada otot; (2) Ruptur perineum derajat dua merupakan laserasi hingga otot perineum; (3) Ruptur perineum derajat tiga merupakan laserasi pada kulit, membrane mukosa, otot perineum, hingga spinter anal; (4) Ruptur perineum derajat empat merupakan laserasi perineum hingga mukosa rectal anterior (Murray, 2019; Perry et al., 2013; Silbert-Flagg, J. and Pillitteri, 2018). Luka akibat tindakan episiotomi sebanding dengan ruptur perineum spontan derajat dua (Dieb et al., 2020; Hong et al., 2022; Ugwu et al., 2018). Tingkat ruptur perineum juga

sangat tinggi pada wanita yang baru pertama kali melahirkan pervaginam (Beckmann & Stock, 2013).

Prevalensi episiotomi bervariasi di berbagai negara, mulai dari 8% di Belanda sampai 14% di Inggris, 50% di AS, sampai 99% di negara Eropa Timur. Wanita etnis Asian sangat beresiko tinggi mengalami trauma perineum berat karena anatomis dari perineum wanita Asia yang sempit dan kaku sehingga rentan akan robekan yang ekstensif sehingga tindakan episiotomi umumnya dilakukan di negara-negara Asia. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa prevalensi kasus episiotomi di Iran mencapai 88%- 97% (Geranmayeh et al., 2012). Di Jepang, tindakan episiotomi merupakan tindakan yang tidak rutin dilakukan, akan tetapi prevalensi kasus episiotomi di Jepang 30% - 100% untuk primipara dan 10-70% untuk multipara. Hal tersebut menunjukkan bahwa tindakan episiotomi bersifat rutin untuk primipara di beberapa rumah sakit di Jepang (Takeuchi & Horiuchi, 2016).

Di Indonesia data mengenai tindakan episiotomi secara nasional yang terpublikasi masih sangat minim,

berdasarkan data dari RS Nasional yang ada di Indonesia tahun 2000, jumlah wanita dilakukan tindakan episiotomi mencapai 33%.

Ruptur perineum akibat proses persalinan dapat memberikan dampak negatif bagi kesehatan ibu pascapartum. meliputi perdarahan pada luka, nyeri perineum, waktu pemulihan pascapartum menjadi lebih lama sehingga menghambat proses *bonding* antara ibu dan bayi. kelemahan otot dasar panggul, inkontinensia urin dan fekal, dispareunia, infeksi pada luka (Beckmann & Stock, 2013; Demirel & Golbasi, 2015; Dieb et al., 2020; Hong et al., 2022; Islam A, Hanif A, Ehsan A, Arif S, Niazi SK, 2013; Karaçam et al., 2012; Takeuchi & Horiuchi, 2016; Ugwu et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, tindakan pencegahan terhadap rupture perineum sangat bermanfaat bagi sejumlah wanita yang akan melahirkan. Selain mengurangi angka morbiditas pascapartum, juga menghemat biaya dalam hal mengurangi penjahitan, obat-obatan antibiotic dan analgesic (Beckmann & Stock, 2013).

Salah satu tindakan yang direkomendasikan untuk mencegah rupture perineum adalah *massase perineum* di minggu terakhir usia kehamilan. Tujuan dari *massase perineum* antenatal adalah untuk meningkatkan elastisitas pada perineum. Beberapa hasil penelitian dengan pendekatan *Randomized Controlled Trials* (RCTs) dan *Quasy Eksperimental* telah membuktikan bahwa *massase perineum* saat kehamilan sangat efektif mengurangi laserasi perineum yang membutuhkan jahitan serta menurunkan kemungkinan tindakan episiotomi (Beckmann & Stock, 2013; Demirel & Golbasi, 2015; Dieb et al., 2020; Hong et al., 2022; Ugwu et al., 2018).

Hasil *review evidence based* menemukan bahwa pijat perineum antenatal efektif dilakukan setelah usia kehamilan 35 minggu dan setiap 1-2 kali dalam seminggu. Pijat perineum sangat disarankan untuk di terapkan di pelayanan kesehatan ibu dan anak karena (1) Intervensi ini sangat *secara evidence based* sangat efektif menurunkan insiden rupture perineum, epsiotomi, dan nyeri perineum 3 bulan pascapartum dan tidak memiliki efek yang merugikan; (2)

Intervensi ini sangat mudah dan dapat dilakukan oleh ibu maupun suaminya di rumah; (3) Intervensi ini murah karena tidak membutuhkan peralatan yang mahal, hanya menggunakan jari dan minyak untuk melakukan pijat perineum; (3) Intervensi ini tidak membutuhkan waktu yang lama yaitu hanya 5-10 menit dalam 3-4 hari dalam seminggu; (4) Petugas kesehatan dapat melakukan *follow up* melalui telepon atau catatan harian dari ibu (Meo, 2020).

Puskesmas Tuminting merupakan salah satu pusat pelayanan kesehatan primer yang memberikan layanan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) meliputi pelayanan *antenatal care*, perawatan persalinan, dan pelayanan rawat inap nifas. Selain itu ada juga kelas ibu hamil merupakan salah satu program usaha kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan mengenai perawatan kehamilan, perawatan persalinan, perawatan nifas, dan perawatan bayi baru lahir. Berdasarkan *preelemanary survey*, informasi mengenai pijat perineum belum pernah diberikan karena petugas kesehatan belum memahami mengenai hal tersebut. Pada kelas ibu

hamil informasi yang di berikan masih terbatas pada informasi yang ada pada buku panduan ibu hamil dari kementrian kesehatan RI. Mengingat besarnya manfaat dari intervensi pijat perineum maka perlu dilakukan kegiatan promosi pijat perineum dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu untuk melakukan tindakan pijat perineum sebagai tindakan pencegahan ruptur perineum selama masa intrapartum.

METODE

Kegiatan ini akan di lakukan dalam 3 tahapan : Tahap pertama : Persiapan meliputi persiapan mitra dan sasaran, persiapan isi dan media promosi kesehatan serta persiapan sarana penunjang. Media promosi kesehatan menggunakan buku saku yang disusun berdasarkan refrensi yang tersedia. Tahap kedua : pelaksanaan kegiatan promosi melalui pendidikan kesehatan dan demonstrasi diikuti dengan pembagian buku saku yang berisikan teknik pijat perineum dan catatan harian pelaksanaan pijat perineum mandiri di rumah. Evaluasi kegiatan dilakukan

menggunakan pengukuran tingkat pengetahuan *pre- post test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan promosi pijat perineum dilaksanakan secara tatap muka langsung dengan sasarannya ibu hamil primipara trimester 3. Kegiatan promosi pijat perineum rencananya akan dilaksanakan di kelas ibu hamil akan tetapi kelas ibu hamil ditiadakan selama pandemik sehingga kegiatan promosi pijat perineum dilaksanakan secara tatap muka langsung orang perorang saat ibu kunjungan ANC.

Kegiatan promosi pijat perineum dilaksanakan selama 2 hari pada tanggal 14- -15 November 2022 dengan akumulasi jumlah peserta yang terpapar dengan kegiatan promosi kesehatan 20 ibu hamil

Kegiatan promosi kesehatan diawali dengan pengenalan, menjelaskan tujuan kegiatan, melakukan *pre test*, menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik pijat perineum serta melakukan evaluasi pengetahuan mengenai pijat perineum (*post test*)



Gambar 1. Kegiatan Promosi Pijat Perineum

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat (n=20)

karakteristik	Kategori	Frekuensi	%
Usia	Remaja akhir	18	90
	Dewasa awal	2	10
	Dewasa akhir	0	0
Pendidikan	SMP	1	5
	SMA	15	75
	PT	4	20
Pekerjaan	Tidak bekerja	11	55
	Bekerja	9	45

Tabel 1 menggambarkan bahwa sebagian besar responden (90%) adalah ibu rumah tangga yang berusia remaja akhir (17-25 tahun) dengan pendidikan terakhir setingkat SLTA.

Tabel 2 Gambaran Tingkat Pengetahuan *pre dan post-test* (n=20)

	N	Min	Max	Mean
<i>Pre</i>	20	0	8	2,8
<i>Post</i>	20	7	10	9,6

Tabel 2 menunjukkan gambaran tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan promosi pijat perineum. Hasil analisis secara deskriptif menunjukkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan mengenai pijat perineum dimana rerata pengetahuan sebelum dan sesudah promosi pijat perineum menunjukkan peningkatan yang signifikan.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa edukasi mengenai pijat perineum sangat berpengaruh terhadap motivasi dan perilaku ibu dalam melakukan pijat perineum prenatal. Selain itu juga berpengaruh terhadap keberlanjutan pijat perineum pascapartum (Takeuchi & Horiuchi, 2016).

Ibu yang menerima informasi tentang pijat perineum baik melalui leaflet atau majalah kesehatan prenatal dilaporkan melakukan pijat perineum selama 3x seminggu serta melaporkan tingkat keberlanjutan melakukan pijat perineum 2,9-4% dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan informasi mengenai pijat perineum (Takeuchi & Horiuchi, 2016).

Selain itu ibu hamil yang mendapatkan informasi pijat perineum dari seorang profesional kesehatan memiliki tingkat keberlanjutan melakukan pijat perineum lebih tinggi daripada ibu yang mencari informasi mengenai pijat perineum secara mandiri. Hal tersebut disebabkan karena komunikasi antara ibu hamil dan petugas kesehatan profesional mungkin berpengaruh pada kelanjutan melakukan pijatan perineum (Takeuchi & Horiuchi, 2016).

Kegiatan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku sangat signifikan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pijat perineum, sehingga diharapkan dapat meningkatkan perilaku ibu dalam melakukan pijat perineum secara mandiri dirumah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Nilai rerata *pretest dan posttest* menunjukkan bahwa promosi pijat perineum dapat meningkatkan pengetahuan dari ibu hamil primipara trimester akhir. Oleh karena itu, petugas kesehatan dapat memasukan informasi mengenai pijat perineum sebagai salah satu materi edukasi untuk ibu hamil

trimester 3 sehingga dapat mengurangi morbiditas akibat insiden ruptur perineum atau tindakan episiotomi

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada peserta kegiatan dan Puskemas Tuminting yang telah terlibat dan memfasilitasi kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Beckmann, M. M., & Stock, O. M. (2013). Antenatal perineal massage for reducing perineal trauma. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2013(4). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD005123.pub3>
- Demirel, G., & Golbasi, Z. (2015). Effect of perineal massage on the rate of episiotomy and perineal tearing. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 131(2), 183–186. <https://doi.org/10.1016/j.ijgo.2015.04.048>
- Dieb, A. S., Shoab, A. Y., Nabil, H., Gabr, A., Abdallah, A. A., Shaban, M. M., & Attia, A. H. (2020). Perineal massage and training reduce perineal trauma in pregnant women older than 35 years: a randomized controlled trial. *International Urogynecology Journal*, 31(3), 613–619. <https://doi.org/10.1007/s00192-019-03937-6>
- Geranmayeh, M., Habibabadi, Z. R.,

- Fallahkish, B., Farahani, M. A., Khakbazan, Z., & Mehran, A. (2012). Reducing perineal trauma through perineal massage with vaseline in second stage of labor. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 285(1), 77–81. <https://doi.org/10.1007/s00404-011-1919-5>
- Hong, J. G. S., Abdullah, N., Rajaratnam, R. K., Ahmad Shukri, S., Tan, S. P., Hamdan, M., & Lim, B. K. (2022). Combined perineal massage and warm compress compared to massage alone during active second stage of labour in nulliparas: A randomised trial. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, 270(2022), 144–150. <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2022.01.011>
- Islam A, Hanif A, Ehsan A, Arif S, Niazi SK, N. A. (2013). Morbidity from episiotomy. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 63(6), 696–701.
- Karaçam, Z., Ekmen, H., & Çalışır, H. (2012). The Use of Perineal Massage in the Second Stage of Labor and Follow-Up of Postpartum Perineal Outcomes. *Health Care for Women International*, 33(8), 697–718. <https://doi.org/10.1080/07399332.2012.655385>
- Meo, M. L. N. (2020). Antepartum Perineal Massages is Effective to Prevent Intrapartum Perineal Rupture. *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology*, 8(4), 258–261. <https://doi.org/10.32771/inajog.v8i4.1156>
- Murray, S. S. et al. (2019). *FOUNDATIONS OF AND Women's Health Maternal-Newborn Nursing* (7th edn.). Elsevier Inc.
- Perry, S. E., Hockenberry, M. J., Lowdermilk, D. L., & Wilson, D. (2013). *Maternal Child Nursing Care Fifth Edition*. Mosby, an imprint of Elsevier.
- Silbert-Flagg, J. and Pillitteri, A. (2018). *Maternal & child health nursing: care of the childbearing & childrearing family*. (8th edn). Wolters Kluwer.
- Takeuchi, S., & Horiuchi, S. (2016). Randomised controlled trial using

smartphone website vs leaflet to support antenatal perineal massage practice for pregnant women. *Women and Birth*, 29(5), 430–435. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2016.01.010>

Ugwu, E. O., Iferikigwe, E. S., Obi, S. N., Eleje, G. U., & Ozumba, B. C. (2018). Effectiveness of antenatal perineal massage in reducing

perineal trauma and post-partum morbidities: A randomized controlled trial. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 44(7), 1252–1258. <https://doi.org/10.1111/jog.13640>