



## Pengaruh Pijat Perineum terhadap Ruptur Perineum pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

**<sup>1</sup>Katijah, <sup>2</sup>Mahateara , <sup>3</sup>Kismiasih Adethia, <sup>4</sup>Siska Suci Triana Ginting, <sup>5</sup>Lidya Sinuhaji**

STIKes Mitra Husada Medan

email: [kismiadethia92@gmail.com](mailto:kismiadethia92@gmail.com)

**ABSTRACT:** *Perineal rupture is a common complication of normal delivery, especially in primigravida mothers, which can cause postpartum hemorrhage and increase the risk of maternal morbidity. One non-pharmacological method that can be used to prevent perineal rupture is perineal massage, which functions to soften the pelvic floor muscle tissue and increase the elasticity of the birth canal. This study aims to analyze the effect of perineal massage on the incidence of perineal rupture in third-trimester pregnant women. This type of research is quantitative with a Quasi Experiment design using a post-test only approach with a control group design. The study was conducted at the Penawar Bidan Yulidina Clinic, Central Aceh Regency from April to June 2022 with a sample of 30 third-trimester pregnant women divided into two groups, namely the intervention group and the control group. Data analysis used the Mann Whitney test with a 95% confidence level. The results showed a p-value = 0.020 (p <0.05) which means there is a significant effect of perineal massage on the incidence of perineal rupture. Most mothers in the intervention group did not experience perineal rupture after routine perineal massage. These results indicate that perineal massage is effective in reducing the risk of perineal rupture and can be recommended as a preventive obstetric intervention to prepare pregnant women for a safe and comfortable delivery.*

**Keywords:** *perineal elasticity; pregnant women; perineal massage; perineal rupture; third trimester*

**ABSTRAK:** Ruptur perineum merupakan salah satu komplikasi yang sering terjadi pada proses persalinan normal, khususnya pada ibu primigravida, yang dapat menyebabkan perdarahan postpartum dan meningkatkan risiko morbiditas ibu. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mencegah terjadinya ruptur perineum adalah pijat perineum, yang berfungsi melunakkan jaringan otot dasar panggul serta meningkatkan elastisitas jalan lahir. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat perineum terhadap kejadian ruptur perineum pada ibu hamil trimester III. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain Quasi Experiment menggunakan pendekatan post-test only with control group design. Penelitian dilakukan di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah pada bulan April sampai Juni 2022 dengan jumlah sampel 30 orang ibu hamil trimester III yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Analisis data menggunakan uji Mann Whitney dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan nilai p-value = 0,020 (p < 0,05) yang berarti terdapat pengaruh signifikan pijat perineum terhadap kejadian ruptur perineum. Sebagian besar ibu pada kelompok intervensi tidak mengalami ruptur perineum setelah dilakukan pijat perineum secara rutin. Hasil ini menunjukkan bahwa pijat perineum efektif dalam mengurangi risiko ruptur perineum dan dapat direkomendasikan sebagai intervensi kebidanan preventif dalam mempersiapkan persalinan yang aman dan nyaman bagi ibu hamil.

**Kata kunci:** elastisitas perineum; ibu hamil; pijat perineum; ruptur perineum; trimester III

### 1. PENDAHULUAN

Pijat perineum termasuk salah satu metode pemijatan di area perineum yang dilakukan selama kehamilan atau 14 hari menjelang kelahiran, yang berguna untuk melunakkan jaringan-jaringan di daerah perineum termasuk jaringan ikat, meningkatkan sirkulasi darah di perineum, serta menciptakan efek relaksasi. Robekan perineum sering kali dialami oleh ibu hamil yang pertama kali karena jalan lahir terdapat otot-otot yang masih kaku dan juga tidak pernah dilalui

**Pengaruh Pijat Perineum terhadap Ruptur Perineum pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022**

bayi. Ruptur perineum akibat episiotomi atau robekan spontan dapat menimbulkan ketidaknyamanan karena jahitan (Mutmainah et al., 2019).

Dalam penelitian yang dipublikasikan di American Journal of Obstetrics and Gynecology, ditemukan pijatan pada daerah perineum selama masa kehamilan dapat memberikan keuntungan dengan menjaga fungsi perineum setidaknya dalam 3 bulan setelah persalinan. Cochrane Review merekomendasikan agar ibu hamil diberi informasi mengenai pijat perineum agar mereka memahami manfaatnya, sehingga bisa melakukannya dengan lebih baik, karena pijat perineum ini sangat aman dan tidak berisiko. (Choirunissa et al., 2019).

*Ruptur perineum* adalah laserasi pada perineum yang bisa terjadi secara alami atau dilakukan laserasi dengan menggunakan gunting yang disebut gunting episiotomi. Karena perineum masih utuh, kepala bayi belum pernah dikeluarkan, atau perineum tidak fleksibel, ruptur perineum lebih mungkin terjadi pada wanita primipara.(Annisa et al., 2021).

Menurut WHO pada tahun 2017 lebih dari 295.000 perempuan meninggal disebabkan dari masalah selama masa hamilan dan saat persalinan. Di Negara-negara miskin angka kematian ibu adalah 462/100.000 kelahiran hidup, sedangkan di negara-negara industri 11/100.000 kelahiran hidup. (Annisa dkk, 2021).

Pada Tahun 2019 penyebab kematian ibu paling adalah perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), serta infeksi (207 kasus). Pada Tahun 2018 AKI menurut provinsi sebanyak 4.226 ribu/100.000 kelahiran hidup, sedangkan sebesar 4.226 ribu/100.000 kelahiran hidup pada tahun 2019. Berdasarkan data tersebut, terjadi penurunan, meskipun target MDGs 202/100.000 kelahiran hidup telah tidak terpenuhi. (Republik Indonesia, Kementerian Kesehatan, 2021).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Aceh pada tahun 2022 mengalami kenaikan yaitu 172/100.000 LH. Penyebab AKI di Provinsi Aceh yang terus mengalami kenaikan yaitu pendarahan, preeklamsi dan eklampsia serta infeksi. (Dinkes Aceh, 2020). Pada Tahun 2021 di Klinik Penawar Bidan Yulidina terdapat 70% ibu hamil mengalami ruptur dalam persalinannya.

Berdasarkan studi yang diadakan oleh Ratna Wulan Purnami pada tahun 2019 dengan judul Efektivitas Pijat Perineum pada Ibu Hamil Terhadap Laserasi Perineum, hasil analisis statistik nilai signifikansi 2-tailed sebesar  $0,433 > 0,05$ , yaitu ditolak, sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Dalam penelitian Umi Ma'rifah tahun 2017 berjudul Efektivitas Pijat Perineum Dalam Mencegah Terjadinya Laserasi Perineum dan Episiotomi Pada Persalinan Normal Di BPM Wahyuni Surabaya, ditemukan bahwa pemijatan

pada daerah perineum efektif untuk mencegah laserasi perineum serta episiotomi saat persalinan normal.

Pada tahun 2018 telah dilakukan penelitian oleh Shinta, tentang pengaruh pijat perineum selama kehamilan, 90% kematian ibu terjadi saat melahirkan. Penyebab paling umum yaitu perdarahan post partum sebanyak 40%, Robekan di jalan lahir atau perineum yang dapat menyebabkan perdarahan pasca persalinan. (Rochmayanti & Ummah, 2018). Manfaat dari melakukan pijat perineum yaitu menurut beberapa penelitian adalah wanita yang tidak melakukan pemijatan pada perineum memiliki peluang 10 kali lebih tinggi mengalami laserasi pada jalan lahir, jaringan otot pada perineum menjadi lebih rileks dan membuat elastisitas jalan lahir meningkat sehingga dapat mempermudah proses persalinan, pijat perineum ini akan mengurangi terjadinya robekan perineum yang akan berdampak besar pada perdarahan pasca persalinan, tindakan episiotomi dan ibu nifas merasakan nyeri karena jahitan episiotomi (Fatimah, 2019).

Survey awal yang di lakukan oleh peneliti bulan februari dengan cara melakukan wawancara kepada pimpinan klinik Pratama Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah, ia mengatakan bahwa belum pernah diterapkan di pemijatan perineum di klinik tersebut dan 70% ibu bersalin pada tahun 2021 mengalami ruptur perineum, baik itu dilakukan tindakan episiotomi maupun robek secara spontan yang menyebabkan perdarahan pada ibu bersalin.

Berdasarkan latar belakang dan survey awal yang telah dilakukan maka dari itu peneliti merasa tertarik untuk melaksanakan penelitian di Klinik tersebut dengan judul Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Ruptur Perineum pada Ibu Hamil TM III di klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022 untuk meminimalkan kejadian ruptur perineum sehingga dapat menekan AKI akibat perdarahan pasca salin serta mengurangi tindakan episiotomi pada ibu bersalin.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *Quasi experiment* menggunakan desain *post-test only with control group design*. Desain ini dipilih karena peneliti ingin mengetahui pengaruh pijat perineum terhadap kejadian ruptur perineum pada ibu hamil trimester III, dengan cara membandingkan kelompok intervensi yang diberikan pijat perineum secara rutin dan kelompok kontrol yang tidak mendapat intervensi.

**Pengaruh Pijat Perineum terhadap Ruptur Perineum pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022**

**3. HASIL PENELITIAN**

**Analisis Univariat**

**Tabel 1** Distribusi Frekuensi Pijat Perineum Terhadap Ruptur Perineum Pada Ibu Hamil TM III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Kelompok	Ruptur Perineum									
	Tidak ada		Derajat 1		Derajat 2		Derajat 3		Derajat 4	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Kontrol	2	13,3	6	40	7	46,7	-	-	-	-
Intervensi	7	46,7	6	40	2	13,3	-	-	-	-

Pada Tabel 1 didapatkan hasil bahwa mayoritas pada kelompok kontrol ruptur perineum derajat 2 sebanyak 7 responden (46,7%) dan minoritas tidak mengalai ruptur sebanyak 2 (13,3%). Sedangkan pada kelompok intervensi mayoritas tidak mengalami ruptur perineum sebanyak 7 responden(46,7%) dan minoritas ruptur perineum derajat 2 sebanyak 2 responden (13,3%).

**Tabel 2.** Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Ruptur Perineum Pada Ibu Hamil TM III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022

Kelompok	Ruptur Perineum						P Value
	Tidak ada		Derajat 1		Derajat 2		
N	%	N	%	N	%		
Kontrol	2	13, 3	6	40	7	46,7	
							0,020
Intervensi	7	46, 7	6	40	2	13,3	

Pada tabel 4.2 dapat dilihat bahwa hasil uji bivariat menggunakan uji statistik Mann Whitney P-Value 0,020 ( $P<0,05$ ) maka Ho ditolak yaitu ada pengaruh pijat perineum terhadap ruptur perineum pada ibu hamil TM III.

## **Pembahasan**

Dari pengumpulan data yang telah dilakukan untuk menganalisis Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Ruptur Perineum Pada Ibu Trimester III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022 didapatkan bahwa mayoritas pada kelompok kontrol ruptur perineum derajat 2 sebanyak 7 responden (46,7%) dan minoritas tidak mengalami ruptur sebanyak 2 (13,3%). Sedangkan pada kelompok intervensi mayoritas tidak mengalami ruptur perineum sebanyak 7 responden(46,7%) dan minoritas ruptur perineum derajat 2 sebanyak 2 responden (13,3%) dan hasil uji statistik bivariat menggunakan Mann Whitney didapatkan P-Value 0,020 ( $P<0,05$ ) maka Ho ditolak yaitu ada pengaruh pijat perineum terhadap ruptur perineum pada ibu hamil TM III.

Pijat perineum dapat mengurangi kekakuan pada perineum sehingga akan terbuka dengan lebih mudah pada saat proses persalinan untuk memudahkan proses kelahiran bayi. Pemijatan pada daerah perineum ini membantu melahirkan bayi tanpa merusak perineum, mencegah terjadinya episiotomi atau robeknya perineum saat melahirkan dengan meningkatkan elastisitas perineum (Choirinissa. R, 2020).

Minimnya robekan pada perineum karena pada saat ibu diberikan pijatan perineum, maka akan menyebabkan jaringan perineum menjadi lentur dan rileks sehingga meningkatkan elastisitas dan mengurangi terjadinya robekan saat melahirkan (Choirinissa. R, 2020).

Oleh karena itu, sangat disarankan pada ibu hamil di minggu ke-6 kehamilan mereka untuk semakin sering melakukan pijat perineum, karena hasil yang didapatkan akan semakin optimal. Dengan demikian, dapat meningkatkan kualitas pelayanan melalui keterampilan yang dimiliki oleh tenaga kesehatan dalam memberikan konseling selama kehamilan serta mengajarkan cara melakukan pijatan perineum kepada ibu dan keluarga, sehingga angka robekan jalan lahir pada saat melahirkan dapat menurun (Choirinissa. R, 2020).

Temuan penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Shinta dan rekan-rekan pada tahun 2022 dengan hasil bahwa pemijatan pada perineum ibu hamil mampu mencegah laserasi yang terjadi pada perineum pada saat melahirkan sehingga mampu menurunkan mortalitas ibu dan mempercepat pemulihan pada masa nifas.

## **Pengaruh Pijat Perineum terhadap Ruptur Perineum pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022**

Menurut asumsi peneliti banyak faktor yang menyebabkan laserasi perineum salah satunya adalah paritas, usis ibu, pemenuhan gizi dan berat badan janin sehingga walaupun dalam hasil uji bivariat didapatkan hasil pijat perineum mempengaruhi laserasi perineum tetapi jika dilihat dari distribusi frekuensi laserasi pada kelompok intervensi masih banyak terjadi laserasi perineum derajat 1.

Seluruh wanita yang melahirkan mempunyai resiko mengalami laserasi perineum sehingga perlu adanya kerjasama yang baik antara penolong dan pasien sendiri untuk menurunkan intensitas resiko laserasi jalan lahir. Faktor dari penolong dan paritas ibu sendiri berpengaruh dalam hal tersebut karena semakin tua usia ibu hamil dan semakin banyak paritasnya maka tenaga pada saat persalinan akan semakin berkurang.

### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat perineum berpengaruh signifikan terhadap kejadian ruptur perineum pada ibu hamil trimester III di Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2022. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Mann Whitney dengan nilai p-value = 0,020 ( $p < 0,05$ ), dapat disimpulkan bahwa ibu hamil yang melakukan pijat perineum secara rutin memiliki risiko lebih rendah mengalami ruptur perineum dibandingkan ibu yang tidak melakukan pijat perineum. Temuan ini menunjukkan bahwa pijat perineum efektif meningkatkan elastisitas jaringan perineum, memperkuat otot dasar panggul, serta membantu persiapan fisiologis ibu menghadapi proses persalinan. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pijat perineum terhadap kejadian ruptur perineum telah tercapai secara empiris.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terimakasih Kepada Klinik Penawar Bidan Yulidina Kabupaten Aceh Tengah yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Annisa, V. Y., Kurniati, Y. P., Pramuningtyas, R., & Raharja, S. (2021). *Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Kejadian Ruptur Perineum : Sebuah Systematic Review*. 178–184.  
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1320/1287>

- Choirunissa, R., Suprihatin, S., & Han, H. (2019). Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin Primipara Di Bpm Ny "I" Cipageran Cimahi Utara Kota Cimahi Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(2), 124–133.  
<https://doi.org/10.37012/jik.v11i2.77>
- Damayanti, D. S., & Wati, D. F. (2021). Hubungan Perineum Massage, Paritas, Dan Berat Badan Bayi Baru Lahir Dengan Kejadian Rupture Perineum. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 5(1), 52–60. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v5i1.1119>
- Fatimah, S.SiT., M. K. (2019). *Pijat perineum* (S. . Desy Rachmawati (Ed.)).
- Ma'rifah, U., Aisyah,. 2017. *Efektifitas Pijat Perineum Dalam Mencegah Terjadinya Laserasi Perineum dan Episiotomi Pada Persalinan Normal di BPM Sri Wahyuni Surabaya. Midwifery Jurnal Kebidanan.* Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Vol 3 No 1, ISSN 2548-2246. <http://ojs.umsida.ac.id/index.php/midwifery/article/view/1502/1040>
- Mutmainah, H., Yuliasari, D., & Mariza, A. (2019). Pencegahan Rupture Perineum pada Ibu Bersalin dengan Pijat Perineum. *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 137–143.
- Pangastuti, N. (2016). Robekan Perineum pada Persalinan Vaginal di Bidan Praktik Swasta (BPS) Daerah Istimewa Yogyakarta Indonesia Tahun 2014-2016. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 3(3), 179. <https://doi.org/10.22146/jkr.36184>
- Pemiliana, P. D., Sarumpaet, I. H., & Ziliwu, S. (2019). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal di Klinik Niar Medan. *Jurnal Kesehatan*, 2(2), 170–182.  
<http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh2209>
- Purnami, W, R., Noviyanti, R., 2019. *Efektivitas Pijat Perineum Pada Ibu Hamil Terhadap Laserasi Perineum.* Jurnal Kesehatan Madani Medika, Vol 10 ISSN(E):2684-7345  
<https://www.jurnalmadanimedika.ac.id>
- Rochmayanti, S. N., & Ummah, K. (2018). Pengaruh pijat perineum selama masa kehamilan terhadap kejadian ruptur perineum spontan. *Jurnal Kebidanan Universitas Islam Lamongan*, 10(1), 61–66.
- Ruptur, M., Umum, K., & Hamil, I. (n.d.). *PIJAT PERINEUM :*
- Sumatera Utara, D. K. (2019). Provinsi Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Smart*, III(2), 68–80.