

## PENTINGNYA PENGETAHUAN TENTANG PERAWATAN VULVA DAN PERINEUM PASCA MELAHIRKAN

Hesty

Prodi. D III Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim

Email: hestywqi@gmail.com

### ABSTRACT

*The puerperium is the period after childbirth and the birth of a baby, placenta and membranes needed to restore the organs of the uterus such as before pregnancy with a period of approximately 6 weeks. The puerperium is an important thing to consider in order to reduce maternal and infant mortality in Indonesia. Coaching activities undertaken by the health team itself include promoting health in services, providing health education to the community, especially to post-partum mothers regarding various health education. In RT 16, Thehok Kelurahan, it was found that some mothers rarely checked their health or pregnancy because they felt sure that nothing had happened and the business took a long time because they had to queue and were lazy to take care of BPJS health insurance referrals. everything was done according to plan. The results achieved, the publication of articles in community service journals, the availability of IEC media (posters and boklets effective / easily understood and applied). Conducted health checks to the nearest health service and mothers are not lazy anymore to take care of administration related to their health, 95% of counseling participants consisting of mothers either pregnant or not pregnant can understand how to care for the vulva and perineum after childbirth, participants enthusiastic counseling and many asking questions and understanding post-partum handling.*

**Keywords:** *perineum, post-partum, vulva*

### ABSTRAK

Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, placenta serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu. Masa nifas merupakan hal penting untuk diperhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia. Kegiatan pembinaan yang dilakukan oleh tim kesehatan sendiri antara lain mempromosikan kesehatan dalam pelayanan, memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat terutama kepada ibu pasca persalinan mengenai berbagai pendidikan kesehatan. Di RT 16 Kelurahan Thehok ditemukan sebagian ibu-ibu jarang memeriksakan kesehatan atau kehamilannya karena sudah merasa yakin tidak terjadi apa-apa dan urusannya lama karena harus antri dan malas mengurus rujukan asuransi kesehatan BPJS., Metode pelaksanaan mulai dari persiapan, pelaksanaan, dan monitoring evaluasi semua sudah terlaksana sesuai rencana. Hasil yang dicapai, publikasi artikel pada jurnal pengabdian masyarakat, tersedianya media KIE (poster dan boklet efektif / mudah dipahami dan diterapkan). Dilaksanakan pemeriksaan kesehatan ke pelayanan kesehatan terdekat dan ibu-ibu tidak malas lagi untuk mengurus administrasi yang terkait dengan kesehatannya, 95 % dari peserta penyuluhan yang terdiri dari ibu-ibu baik hamil ataupun tidak hamil dapat memahami bagaimana cara perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan, peserta penyuluhan antusias dan banyak bertanya serta mengerti penanganan pasca melahirkan.

**Kata Kunci :** *perineum, pasca nifas, vulva*

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan merupakan kebutuhan setiap insan, hal ini hanya dapat dicapai bila masyarakat, baik secara individu maupun kelompok, berperan serta untuk meningkatkan kemampuan hidup sehatnya. Kemampuan masyarakat perlu ditingkatkan terus menerus untuk menolong dirinya sendiri dalam mengatasi masalah kesehatan. Kegiatan pembinaan yang dilakukan oleh tim kesehatan sendiri antara lain mempromosikan kesehatan dalam pelayanan, memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat terutama kepada ibu pasca persalinan mengenai berbagai pendidikan kesehatan yang dapat kita berikan tim kesehatan (perawat) dalam memberikan asuhan kepada ibu selama masa nifas, dan menyusui. RT 16 Kelurahan Thehok ditemukan sebagian ibu-ibu jarang memeriksakan kesehatan atau kehamilannya karena sudah merasa yakin tidak terjadi apa-apa dan urusannya lama karena harus antri dan malas mengurus rujukan asuransi kesehatan BPJS. Masalah yang dihadapi mitra Media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) seperti poster liftlet masih kurang terpapar, Sebagian Ibu-ibu belum memahami cara perawatan vulva dan perineum karena masih baru berumah tangga. Karena beberapa masalah yang ditemui tersebut tim pengabdian masyarakat melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan pada ibu-ibu tentang pentingnya pengetahuan mengenai perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan, pemberian booklet serta poster di RT 16 tersebut. Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, placenta serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu. Masa nifas merupakan hal penting untuk diperhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia. Upaya ini terbukti telah menyelamatkan lebih dari separuh ibu bersalin dan bayi baru lahir

yang disertai dengan penyulit proses persalinan atau komplikasi yang mengancam keselamatan jiwa. Ini sebagai bagian dari upaya kesehatan masyarakat. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini diharapkan setelah mengikuti sosialisasi (penyuluhan) ibu-ibu di RT 16 memahami dan melaksanakan perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan.

## **TARGET DAN LUARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat di RT 16 telah dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kegiatan Penyuluhan dilaksanakan kepada warga khususnya ibu-ibu baik yang sedang hamil ataupun tidak hamil, yang kemungkinan besar jika terjadi kehamilan lagi tentu sudah memahami bagaimana perawatan vulva dan perineum ataupun akan diinformasikan kepada keluarga terdekat ataupun teman-temannya. Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa/i Program Studi D3 Keperawatan. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar ibu-ibu memahami tentang bagaimana cara perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan.

Melaksanakan kegiatan Penyuluhan kesehatan pada ibu-ibu tentang pentingnya pengetahuan mengenai perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan dan ditargetkan 80% ibu-ibu memahami bagaimana perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan. Untuk luaran yang diharapkan ternyata 95 % ibu-ibu memahami bagaimana perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini telah dilaksanakan pada bulan Januari 2018 dengan sasaran Ibu-ibu yang tinggal di RT 16 Kelurahan Thehok . Tujuan dari pengabdian masyarakat ini diharapkan setelah mengikuti sosialisasi (penyuluhan) ibu-ibu di RT 16 memahami dan melaksanakan perawatan vulva dan

perineum pasca melahirkan. Adapun Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di RT 16 telah dilakukan sesuai dengan rencana sebelumnya yang terdiri dari Persiapan ; sosialisasi pertemuan dengan Ketua RT 16 yang bertempat di rumah Ketua RT 16 untuk penyamaan persepsi, diskusi, tanya jawab, perumusan solusi, mengidentifikasi dan membahas temuan yang ada menyampaikan solusi, Pelaksanaan ; penyuluhan kesehatan Pentingnya perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan. Monitoring dan Evaluasi ; Monitoring dan evaluasi mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hasil dan dampak pada ibu-ibu yang telah diberi penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi dari program kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RT 16 Kelurahan Thehok dilaksanakan dimulai dari persiapan /perencanaan, pelaksanaan/proses dan evaluasi hasil.

Pada akhir kegiatan Luaran dari kegiatan pengabdian ini yaitu:

- a. Publikasi artikel pada jurnal pengabdian masyarakat
- b. Tersedianya Media KIE ( poster dan broket efektif /mudah dipahami dan diterapkan.
- c. Dilaksanakan pemeriksaan kesehatan ke pelayanan kesehatan terdekat dan ibu-ibu tidak malas lagi untuk mengurus administrasi yang terkait dengan kesehatannya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

- a. 95 % dari peserta penyuluhan yang terdiri dari ibu-ibu baik hamil ataupun tidak hamil dapat memahami bagaimana cara perawatan vulva dan perineum pasca melahirkan
- b. Peserta penyuluhan antusias dan banyak bertanya

### 2. Saran

Diharapkan kepada Ketua RT ataupun suami agar dapat memantau, memotivasi serta meningkatkan kesehatan ibu melalui kegiatan promosi kesehatan dan menganjurkan untuk selalu memeriksakan kesehatan secara rutin ke pelayanan kesehatan terdekat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih di peruntukan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi yang telah memberikan kesempatan dan dukungan baik moril maupun materil untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat, serta Ketua RT 16 Kelurahan Thehok dan ibu-ibu peserta kegiatan dan semua pihak yang telah membantu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Manuaba et all. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita Ed.2.* Jakarta : EGC
- Mubarak,W.I. 2012. *Ilmu Kesehatan Masyarakat:Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan.* Jakarta : Salemba Medika
- Nugroho,U dan UtamiB.I .2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita.* Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi.* Jakarta : Rineka Cipta
- Prawirohardjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kandungan Ed.3.* Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo