

## Penyembuhan Luka Ruptur Perineum Spontan pada Ibu Nifas *Spontaneous Perineum Rupturing Wound Healing in Postpartum Mothers* Iva Gamar Dian Pratiwi<sup>1\*</sup>, Yahdiyatul Amanah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Wiraraja

### Artikel info

#### Artikel history:

Received :25-05-2022

Revised :30-05-2022

Accepted :30-05-2022

#### Abstract

*Perineal rupture is a broken condition in the perineal tissue, this incident usually occurs in the first or subsequent delivery, if not handled properly it will have an impact on infection and bleeding that causes maternal death. quality of health services to prevent these occurrences. This study aims to determine the description of Spontaneous Perineal Rupture in Postpartum Mothers at BPS "H". The research design used was descriptive. The population used in this study were all Primiparous postpartum mothers at BPM H in 2020 as many as 22 people. The results showed that most postpartum mothers had poor personal hygiene as much as 64%. Many mothers are 20-24 years old, many have elementary school education, and many mothers do not work/IRT. Meanwhile, the results of the abstinence study showed that almost all postpartum mothers abstained from eating in the healing of spontaneous perineal rupture as many as 77%, many postpartum mothers still abstain from eating sea fish, meat, vegetables and eggs, due to prohibitions/traditions from their parents. These foods are considered to cause puerperal blood to smell fishy, watery wounds and do not heal quickly. The results of the rest/sleep study showed that half of postpartum mothers had adequate rest/sleep in healing spontaneous perineal rupture, which was as much as 50%. One of the efforts in healing spontaneous perineal rupture is that postpartum mothers must change their lifestyle, especially in diet, personal hygiene, and meet the need for rest/sleep.*

#### Abstrak

Ruptur perineum adalah kondisi terputus pada jaringan perineum, kejadian ini biasanya terjadi pada pertama ataupun persalinan selanjutnya, jika tidak tertangani dengan tepat maka berdampak pada infeksi dan perdarahan yang menyebabkan kematian ibu. Penyebab terbanyak dari perdarahan adalah ruptur perineum sehingga menimbulkan infeksi, maka diperlukan peningkatan mutu dari pelayanan kesehatan untuk mencegah kejadian tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran ruptur perineum spontan pada ibu nifas di BPS "H". Desain penelitian yang digunakan adalah *Deskriptif*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Semua ibu nifas Primipara di BPM "H" tahun 2020 sebanyak 22 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas memiliki personal hygiene yang kurang yaitu sebanyak 64%. Umur ibu banyak yang 20-24 tahun, pendidikan banyak yang SD, dan pekerjaan ibu banyak yang tidak bekerja/IRT. Sedangkan dari hasil penelitian pantang makan menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu nifas melakukan pantang makan dalam penyembuhan ruptur perineum spontan yaitu sebanyak 77%, ibu nifas banyak yang masih melakukan pantang makan ikan laut, daging, sayur dan telur, karena

---

larangan / tradisi dari orang tuanya. Makanan tersebut dianggap dapat menyebabkan darah nifas berbau amis, luka berair dan tidak cepat sembuh. Dari hasil penelitian istirahat/tidur menunjukkan bahwa setengahnya ibu nifas memiliki istirahat/tidur yang cukup dalam penyembuhan ruptur perineum spontan yaitu sebanyak 50%. Salah satu upaya dalam penyembuhan ruptur perineum spontan yaitu ibu nifas harus mengubah gaya hidup terutama pada pola makan, personal hygiene, dan memenuhi kebutuhan istirahat/tidur.

---

**Keywords:**

luka;  
ibu nifas;  
*rupture perineum*

**Korespondensi**

**Iva Gamar Dian Pratiwi, email: ivagamar@wiraraja.ac.id**

---

## PENDAHULUAN

Sehat reproduksi merupakan suatu keadaan yang berkaitan dengan kesejahteraan social, mental dan bukan hanya tidak adanya suatu penyakit tetapi segala sesuatu yang berkaitan dengan fungsi, proses serta system reproduki (Akbar, 2018). Ruptur perineum adalah kondisi terputus pada jaringan perineum, kejadian ini biasanya terjadi pada pertama ataupun persalinan selanjutnya, jika tidak tertangani dengan tepat maka berdampak pada infeksi dan perdarahan yang menyebabkan kematian ibu. Penyebab terbanyak dari perdarahan adalah ruptur perineum sehingga menimbulkan infeksi, maka diperlukan peningkatan mutu dari pelayanan kesehatan untuk mencegah kejadian tersebut (Mardiah, 2013).

Penyebab kematian ibu dinegara berkembang lebih banyak disebabkan oleh infeksi yang salah satu faktornya yaitu karena adanya perlukaan jalan lahir (Prawihardjo, 2009). Data dari WHO yaitu pada tahun 2012 beberapa penyebab kematian maternal disebabkan beberapa hal yaitu 25% saat post partum, dan 81% kematian maternal terjadi karena adanya komplikasi saat bersalin dan hamil (WHO, 2012). Data dinas kesehatan jawa Timur tahun 2021 yaitu 72.135 (Dinas Kesehatan jawa Timur, 2021). Sedangkan, menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep, jumlah kejadian kematian ibu sebanyak 78 per 100.000 kelahiran hidup (Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep, 2020).

Bulan Januari sampai Desember tahun 2022 dilakukan studi awal di BPM "H" dan didapatkan hasil didapatkan hasil 36 orang ibu nifas. Dari 36 ibu nifas, terdapat 22 ibu nifas primipara yang mengalami ruptur perineum spontan. Ibu nifas di Desa Aeng Panas mengalami penyembuhan ruptur perineum yang lama, dikarenakan ibu nifas kurang memperhatikan kebersihan diri/personal hygiene kurang, melakukan pantang makanan, dan istirahat / tidurnya juga kurang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penyembuhan luka ruptur perineum spontan pada ibu nifas di BPM "H".

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *deskriptif*. Penelitian ini dilakukan di Bidan Praktik Mandiri "H" Desa Aeng Deke tahun 2021. Subjek penelitian ini yaitu ibu nifas yang mengalami ruptur perineum spontan sebanyak 22 orang. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner dan menggunakan distribusi frekuensi untuk menganalisis data.

## HASIL

### Karakteristik subjek

Data umum subjek yaitu umur, pekerjaan dan pendidikan terdapat dalam Tabel 1. Karakteristik ibu nifas di BPM “H” sebagian besar berumur 20 sampai 24 tahun, memiliki pendidikan SMP dan sebagian besar juga sebagai Ibu Rumah Tangga. Mayoritas ibu nifas termasuk dalam kategori perilaku personal hygiene kurang yaitu sebanyak 63,63%, memiliki kebiasaan pantang makan sebanyak 77,28% dan istirahat yang cukup sebanyak 50%.

**Tabel 1. Karakteristik subjek (n=22)**

<b>Karakteristik</b>		<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase %</b>
Umur	<20 tahun	4	18,18
	20-24 tahun	12	54,54
	25-29 tahun	4	18,18
	30-34 tahun	1	4,55
	>34 tahun	1	4,55
Pendidikan	SD	8	36,6
	SMP	7	31,82
	SMA	6	27,27
	PT	1	4,55
Pekerjaan	IRT	14	63,3
	Buruh/Tani	5	22,72
	PNS	1	4,55
	Swasta	2	9,10
Personal Hygiene	Baik	6	27,27
	Cukup	2	9,10
	Kurang	14	63,63
Kebiasaan Makan	Pantang Makan	17	77,28
	Tidak Pantang makan	5	22,72
Kecukupan Istirahat	Baik	1	4,55
	Cukup	11	50
	Kurang	10	45,45

*Sumber : Data Primer, 2021*

## PEMBAHASAN

### Personal hygiene pada ibu nifas

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi karakteristik ibu berdasarkan personal hygiene menunjukkan bahwa sebagian besar (64%) ibu nifas memiliki personal hygiene yang kurang. Tindakan yang dilakukan dengan tujuan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan seseorang disebut dengan personal hygiene. Tindakan menjaga kebersihan tubuh ini dilakukan saat masa nifas agar terhindar dari infeksi dan penyakit. (Wiknjostastro H, 2010)

Penelitian Susi Rahmawati (2012) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perawatan luka perineum pada ibu nifas menunjukkan bahwa jika subjek memiliki perilaku personal hygiene yang baik maka penyembuhan luka akan semakin cepat.

Menjaga kebersihan diri ibu dianjurkan untuk mandi teratur minimal 2 kali sehari, mengganti pakaian yang telah kotor beserta alas tidur, dengan menjaga kebersihan diri makan ibu akan merasa nyaman. Perawatan luka pada perineum dapat dilakukan dengan membersihkan perineum dari depan ke belakang serta menggunakan antiseptic setiap selesai mandi, (Wiknjastro H, 2010). Pengetahuan ibu nifas diharapkan bisa bertambah dengan diberikannya penyuluhan oleh tenaga kesehatan yaitu tentang pentingnya menjaga kebersihan diri saat masa nifas serta dampaknya terhadap luka perineum, sehingga petugas kesehatan harus meningkatkan penyuluhan tersebut Dengan meningkatnya pengetahuan ibu, diharapkan kebiasaan melakukan personal hygiene yang tidak baik tidak lagi dilakukan oleh ibu post partum. Karena dengan melakukan personal hygiene yang tidak baik ibu post partum bisa mengalami penyembuhan yang lama pada luka perineum, dan bisa menyebabkan infeksi.

### **Kebiasaan makan pada ibu nifas**

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi karakteristik ibu nifas berdasarkan pantang makan menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (77%) ibu nifas melakukan pantang makan dalam penyembuhan ruptur perineum spontan. Pantang makan merupakan suatu kebiasaan yang diturunkan oleh leluhur secara turun temurun, bahkan seseorang tidak tahu kapan dan bagaimana sebabnya aturan tersebut ada, Seseorang hanya mengetahui bahwa jika kita makan makanan yang memang di larang maka akan menyebabkan suatu keadaan tidak baik dan seringkali larangan untuk memakan makanan tertentu tersebut sangat merugikan karena tidak sesuai dengan nilai gizi. Ibu nifas yang memiliki kebiasaan pantang makan ini maka akan berpengaruh terhadap proses penyembuhan luka yaitu luka perineum. Ibu yang memiliki kebiasaan pantang makan maka proses penyembuhan lukanya akan lebih lama daripada yang tidak. Ibu nifas yang tidak pantang makan akan sembuh lebih cepat dan baik dalam proses penyembuhan lukanya (Ambarwati, 2010).

Makanan yang dilarang untuk ibu nifas adalah makanan yang seharusnya diberikan, karena untuk memenuhi gizi ibu pada saat nifas. Masa perubahan yang dialami oleh ibu nifas sangat memerlukan keteraturan pola makan dan keseimbangan nutrisi yang dikonsumsi untuk mengembalikan organ-organ tubuh menjadi semula. Maka dari itu ibu dengan melakukan pantang makan sangat tidak baik untuk kesehatan, karena nutrisi yang dibutuhkan ibu pada saat nifas sangatlah besar. Ibu nifas memerlukan gizi yang cukup saat masa nifas diantaranya protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral. Sebaliknya beberapa makanan yang harus dihindari saat masa nifas yaitu makanan yang mengandung banyak pengawet dan berkalori tinggi, pedas serta makanan yang tidak diolah dengan sempurna (Suherni, 2013). Penyuluhan dan konseling oleh tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk menambah pengetahuan ibu nifas tentang pentingnya makanan yang baik dan bergizi disaat menjalani masa nifas apalagi dengan keadaan luka perineum.

### **Pola tidur ibu nifas**

Berdasarkan penjabaran di hasil, distribusi frekuensi karakteristik ibu nifas berdasarkan istirahat/tidur menunjukkan bahwa setengahnya ibu nifas memiliki istirahat/tidur yang cukup dalam penyembuhan ruptur perineum spontan yaitu sebanyak 11 subjek. Istirahat adalah suatu kebutuhan pokok setiap manusia. Tubuh akan berfungsi dengan optimal saat manusia memiliki jam tidur yang cukup. Istirahat adalah keadaan rileks, tenang dan tanpa tekanan emosional serta bebas dari segala perasaan gelisah (Desyanti, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian Desyanti (2011) tentang gambaran perawatan diri ibu post partum primipara normal di rumah, dapat diketahui bahwa sebagian besar (90,7%) ibu nifas merasa lelah dan mengantuk. Kondisi ini menyebabkan ibu nifas tidak memiliki waktu untuk melakukan perawatan personal hygiene yang baik, dan berpengaruh pada penyembuhan luka perineum. Oleh karena itu, istirahat sangat diperlukan oleh setiap ibu nifas dalam menjalani proses masa nifasnya, istirahat yang cukup bagi ibu nifas seringkali menjadi sebuah masalah karena sulitnya untuk dicapai. Apabila ibu kekurangan waktu istirahat maka bisa mempengaruhi penyembuhan luka, dan waktu istirahat yang dibutuhkan ibu adalah sekitar 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang gambaran penyembuhan luka ruptur perineum spontan pada ibu nifas di BPS "H", maka dapat diambil kesimpulan bahwa sebagian besar ibu nifas memiliki personal hygiene yang kurang, hampir seluruh ibu nifas melakukan pantang makan, dan setengahnya ibu nifas memiliki istirahat/tidur yang cukup. Diharapkan masyarakat khususnya ibu nifas agar meningkatkan pengetahuan tentang personal hygiene yang baik, pantang makan yang benar dan istirahat/tidur yang baik dan tenaga kesehatan harus mampu memberikan penyuluhan tentang pentingnya personal hygiene, pantang makan yang benar dan istirahat/tidur yang baik pada ibu nifas.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar H. 2018. Faktor Yang Berhubungan Dengan Penggunaan Alat Kontrasepsi Pada Pasangan Usia Subur di Desa Lohbener Kabupaten Indramayu. *Gema Wiraloda*, 9(2).
- Ambarwati. ER. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Departemen Kesehatan RI. 2015. *Angka Kematian Ibu*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Desyanti. 2011. *Gambaran Perawatan Diri Ibu Post Partum Primipara Normal Di Rumah*. [Skripsi]. Keperawatan Depok.
- Dinas Kesehatan Jawa Timur 2021. *Profil Kesehatan Jawa Timur*. Jawa Timur
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep. 2020. *Angka Kematian Ibu*. Sumenep
- Mardiah JRN. 2013. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Deteksi Dini Komplikasi*. Jakarta: EGC.
- Prawihardjo. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.
- Suherni. 2013. *Perawatan masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Susi Rahmawati. 2012. Faktor-faktor yang berhubungan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Sragen*.
- WHO. 2012. *Maternal Mortality*.
- Wiknjosastro H. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.