



EFEKTIVITAS MASSAGE PERINEUM DENGAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) UNTUK MENCEGAH ROBEKAN PADA IBU HAMIL TM III

Tesa Ayu Juliana¹, Sri Malemna², Serli Bahri³, Meili Savitri⁴, Imelda Yuristi⁵

^{1,3,4,5}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan As Syifa, ²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sakinah Husada

Email: tesaayu@gmail.com, srimalemna@gmail.com, serlibahri@gmail.com, meilisavitri@gmail.com,
imeldayuristi@gmail.com

ABSTRACT

Perineal tears are one of the most common complications during vaginal delivery and may lead to bleeding, pain, and delayed postpartum recovery. One of the preventive measures that can be applied is perineal massage using olive oil, which helps improve the elasticity of perineal tissues. Objective: This study aimed to determine the effect of perineal massage using olive oil on the prevention of perineal tears among third-trimester pregnant women. Methods: This study employed a quasi-experimental design with an intervention group and a control group. The population consisted of third-trimester pregnant women attending antenatal care at Sarpina Sinambela Clinic. A total of 30 respondents were selected using total sampling and divided into two groups: 15 respondents in the intervention group and 15 respondents in the control group. Data were collected using observation sheets and analyzed using a dependent t-test with a significance level of 95% ($\alpha = 0.05$). The findings indicated that perineal massage using olive oil improved perineal elasticity and reduced the incidence of perineal tears during childbirth compared to the control group. Perineal massage using olive oil is effective in preventing perineal tears among third-trimester pregnant women. This intervention can be recommended as a childbirth preparation strategy to reduce perineal trauma during labor.

Keywords: perineal massage, olive oil, perineal tears, third-trimester pregnant women, childbirth

ABSTRAK

Robekan perineum merupakan salah satu komplikasi yang sering terjadi pada persalinan normal dan dapat menyebabkan perdarahan, nyeri, serta memperlambat proses pemulihan postpartum. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi risiko robekan perineum adalah massage perineum menggunakan minyak zaitun yang dapat meningkatkan elastisitas jaringan perineum. Tujuan Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh massage perineum dengan minyak zaitun (*olive oil*) terhadap pencegahan robekan perineum pada ibu hamil trimester III. Metode: Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Populasi penelitian adalah ibu hamil trimester III yang memeriksakan kehamilannya di Klinik Sarpina Sinambela. Sampel berjumlah 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data dikumpulkan melalui lembar observasi dan dianalisis menggunakan uji t-dependent dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian massage perineum dengan minyak zaitun dapat meningkatkan elastisitas perineum sehingga menurunkan kejadian robekan perineum pada ibu bersalin dibandingkan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi. Massage perineum dengan minyak zaitun efektif dalam mencegah robekan perineum pada ibu hamil trimester III. Intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai salah satu upaya persiapan persalinan untuk mengurangi trauma perineum saat proses persalinan.

Kata Kunci: massage perineum, minyak zaitun, robekan perineum, ibu hamil trimester III, persalinan

PENDAHULUAN

Menurut WHO persalinan normal yaitu persalinan yang dimulai dengan spontan, memiliki resiko yang rendah di awal persalinan serta tetap seperti itu selama menjalani proses persalinan, bayi lahir dengan spontan pada presentasi belakang kepala di umur kehamilan yaitu 37-42 minggu lengkap, sesudah persalinan ibu juga bayi dalam keadaan yang sehat (Awaliyah. S, 2021). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2020, terdapat 2,7 juta kasus robekan perineum pada ibu bersalin, diperkirakan akan mencapai 6,3 juta di tahun 2050. Di Asia rupture perineum dalam masyarakat 50% dari kejadian ruptur perineum di dunia (WHO, 2020). Berdasarkan Informasi dari SDKI (Survei Demografi Kesehatan Indonesia) 2018, terjadi penurunan angka kematian ibu di Indonesia dari 359 per 100.000 kelahiran hidup turun menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Selain itu, angka kematian bayi (AKB) juga mengalami penurunan menjadi 32 per 1.000 kelahiran hidup (Adriana, W. 2020).

Perineum merupakan bagian dari alat genitalia yang terletak di antara vagina dan anus, yang dibatasi oleh simfisis pubis di anterior dan tulang ekor di posterior yang mana di bagian ini paling sering terjadi laserasi (Hutchinson et al., 2022). Laserasi perineum adalah robekan yang terjadi saat persalinan dan bisa meluas jika janin lahir terlalu cepat (Purnami & Novianti, 2019). Laserasi perineum dikenal juga peregangan serta robekan di perineum selama proses melahirkan yang bisa melemahkan otot dasar panggul di dinding vagina. (Laspiriyanti & Puspitasari, 2020). Trauma perineum juga menimbulkan rasa tak nyaman serta nyeri saat berhubungan seksual.

Pada tahun 2019 kematian ibu di Indonesia sebanyak 4.221 kasus, kematian ibu terbanyak adalah di sebabkan oleh perdarahan (1.280 kasus) (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Pada tahun 2020 di

ketahui di Indonesia angka kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di alami oleh 83% ibu melahirkan pervaginam, ditemukan dari total 3.791 ibu yang melahirkan spontan pervaginam, 63% ibu mendapatkan jahitan perineum yaitu 42% karena episiotomy dan 38% karena robekan spontan (Nurhayati, D, dkk, 2023).

Penyebab lain dari kematian ibu ialah infeksi (11%), eklamsi (24%), partus lama (5%) , serta fetus (5%) . Perdarahan setelah melahirkan bisa dikarenakan adanya gangguan dalam rahim, ruptur jalan lahir, pelepasan plasenta, serta gangguan pembekuan darah. Untuk ibu hamil yang menderita anemia serta regangnyanya rahim yang terlalu besar disebabkan bayi yang besar, itu akan menambah resiko yang akan dihadapi.

Hasil peneliti (Sumarni, 2020), menyatakan bahwa ruptur perineum merupakan kondisi dimana terjadinya robekan perineum yang disebabkan oleh faktor-faktor seperti faktor maternal antara lain umur ibu, persalinan presipitatus, mengejan terlalu kuat, perineum yang rapuh, oedema paritas dan kesehatan mental ibu. Pada faktor janin meliputi berat bayi lahir, presentasi defleksi, letak sungsang, distosia bahu dan kelainan kongenital. Faktor penolong meliputi cara mengejan, dukungan bidan serta keterampilan penolong saat menahan perineum. Faktor dukungan suami juga memiliki andil yang kuat pada kejadian rupture perineum tersebut. Ruptur perineum dialami 85% wanita yang melahirkan per vaginam. Ruptur perineum perlu mendapatkan perhatian karena dapat menyebabkan disfungsi organ reproduksi wanita seperti perdarahan, infeksi yang kemungkinan dapat menyebabkan kematian karena perdarahan atau sepsis.

Rupture perineum akibat persalinan pervaginam dapat menyebabkan komplikasi jangka pendek dan jangka panjang. Pada jangka pendek yaitu dyspareunia setelah

melahirkan. Dyspareunia adalah nyeri ketika sedang melakukan hubungan seksual yang menyebabkan penderitaan yang nyata atau konflik interpersonal. Pada jangka panjang pasien menderita disfungsi dasar panggul/pelvic floor disfungsi dan prolaps organ panggul, inkontinensia urin serta inkontinensia anal (Salsabila, 2023). Perineum dapat pecah secara spontan atau terjadi karena episiotomi, selain itu faktor lain yaitu kondisi perineum yang kaku dan tegang sehingga tidak dapat menjalani proses dilatasi sama sekali. Salah satu pengobatan untuk mencegah robekan perineum yaitu dengan massage perineum. Beckmann dan Garrett melakukan penelitian yang hasilnya yaitu pijat perineum bisa meminimalkan resiko jahitan serta angka episiotomi.

Massase perineum termasuk ilmu yang baru dalam pelayanan komplementer pada dunia kesehatan. Layanan kesehatan komplementer adalah pelayanan yang dapat dilakukan pengembangan jika itu merupakan bagian dari Evidence Based Practice. (Purnami & Noviyanti, 2019). Pijat adalah teknik terapi yang meningkatkan relaksasi otot dan vasodilatasi pembuluh darah. Pijat perineum antenatal adalah teknik yang dapat dilakukan oleh ibu hamil atau pasangannya dalam waktu 4 sampai 6 minggu sebelum melahirkan. (Abdelhakim et al., 2020).

Pijat perineum merupakan suatu teknik memijat perineum yang dilakukan ketika hamil maupun 2 minggu sebelum melahirkan yang memiliki manfaat guna melancarkan peredaran darah, melunakkan jaringan ikat, dan relaksasi. Hal tersebut bisa menurunkan angka robekan perineum, episiotomi serta rata nyeri dikarenakan jahitan episiotomy (Anggraini & Anggasari, 2019).

Dari data yang diperoleh dari klinik Sarpina Sinambela pada bulan februari terdapat pasien bersalin sebanyak 5 orang ibu bersalin. Dari 5 orang ibu bersalin 3 yang

mengalami ruptur perineum. Dari hasil wawancara ibu mengalami rupture, dan belum mengetahui tentang massage dalam pencegahan terjadinya rupture, dan penyebab rupture adalah lahirnya bayi besar, persalinan dengan komplikasi, kehamilan ganda atau bayi kembar.

Dari masalah diatas penulis tertarik untuk melakukan "Penerapan massage perineum dengan minyak zaitun (*Olive Oil*) untuk mempercepat persalinan di klinik Rismala" karena massage perineum dapat meminimalkan aliran darah, serta membuat lunak jaringan pada perineum ibu, dan membuat otot bagian perineum akan menjadi elastis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen, Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang memeriksakan kehamilannya di klinik rismala, Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu sebanyak 30 orang ibu hamil. Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis instrument observasi, Dalam menganalisa data secara *bivariat*, pengujian data dilakukan dengan menggunakan uji statistic *uji t-dependent* yakni membandingkan data dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dan diperoleh mean perbedaan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tujuan Penelitian Untuk mengetahui bahwa message perineum dengan minyak zaitu (*Olive Oil*) dapat mencegah robekan perineum pada ibu hamil trimester III.

HASIL PENELITIAN

4.1.2 Keadaan Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) di Klinik Rismala

Keadaan Ruptur Perineum Responden setelah dilakukan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) yang ada di Klinik Rismala dapat dilihat dari tabel 4.2 di bawah ini :

Tabel 4.2. Keadaan Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*)

No	Ruptur Perineum Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (<i>Olive Oil</i>)	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		N	%	n	%
1	Utuh	4	26,7	0	0
2	Derajat I	9	60	0	0
3	Derajat II	2	13,3	11	73,3
4	Derajat III	0	0	4	26,7
5	Derajat IV	0	0	0	0
Jumlah		15	100	15	100

Berdasarkan tabel 4.2 diatas didapatkan hasil penelitian berdasarkan keadaan ruptur perineum pada saat persalinan setelah dilakukan massage perineum setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*Olive Oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat I yaitu sebanyak 9 orang (60%) dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 2 orang (13,3%). Dan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 11 orang (73,3%), dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat III yaitu sebanyak 4 orang (26,7%).

4.1.3 Kondisi Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) di Klinik Rismala

Keadaan Ruptur Perineum Responden setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*Olive Oil*) dapat dilihat dari tabel 4.3 di bawah ini :

Tabel 4.3 Kondisi Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*)

No	Kondisi Perineum Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (<i>Olive Oil</i>)	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		N	%	n	%
1	Kaku/ Tebal	2	13,3	12	80
2	Elastis	13	86,7	3	20
Jumlah		15	100	15	100

Dari tabel 4.3 diatas didapatkan hasil penelitian berdasarkan kondisi perineum pada saat persalinan setelah dilakukan massage perineum setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*Olive Oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan

kondisi perineum yang elastis yaitu sebanyak 13 orang (86,7%), dan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan kondisi perineum yang kaku/ tebal yaitu sebanyak 12 orang (80%).

4.1.4 Penyebab Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan di Klinik Rismala

Penyebab Ruptur Perineum pada responden pada saat persalinan yang ada di Klinik Rismala dapat dilihat dari tabel 4.4 di bawah ini :

Tabel 4.4 Penyebab Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan

No	Penyebab Ruptur Perineum Yang Ada Di Klinik Rismala	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		n	%	n	%
1	Tidak Ada Ruptur	4	26,7	0	0
2	Panggul Sempit	0	0	0	0
3	Cara Mengejan	8	53,3	10	66,7
4	Paritas Primi	3	20	5	33,3
Jumlah		15	100	15	100

Dari Tabel 4.4 di atas dapat diketahui bahwa penyebab ruptur perineum responden yang ada di Klinik Rismala pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan penyebab ruptur perineum karena cara mengejan yaitu sebanyak 8 orang (53,3%) dan minoritas responden dengan penyebab ruptur perineum karena paritas primi yaitu sebanyak 3 orang (20%). Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan penyebab ruptur perineum karena cara mengejan yaitu sebanyak 10 orang (66,7%), dan minoritas responden dengan penyebab ruptur perineum karena paritas primi yaitu sebanyak 5 orang (33,3%).

4.2 Analisis Bivariat

4.2.1 Keadaan Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) di Klinik Rismala

Keadaan Ruptur Perineum Responden setelah dilakukan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) dapat dilihat dari tabel 4.5 di bawah ini :

Tabel 4.5 Keadaan Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*)

Ruptur Perineum		Kelompok				F	Sig	95% CI	
		Intervensi		Kontrol				Lower	Upper
		N	%	N	%				
Valid	Utuh	4	26,7	0	0	0,927	.000	.002	.920
	Derajat I	9	60	0	0		.000	.027	.920
	Derajat II	2	13,3	11	73,3		.000	.003	
	Derajat III	0	0	4	26,7		.000	.031	
	Derajat IV	0	0	0	0		.000	.000	
	Total	15	100	15	100				

Dari tabel 4.5 diatas dapat dilihat bahwa ruptur perineum yang dialami ibu hamil trimester III setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*olive oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat I yaitu sebanyak 9 orang (60%) dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 2 orang (13,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 11 orang (73,3%), dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat III yaitu sebanyak 4 orang (26,7%).

Hasil uji *t paired sample test* didapatkan bahwa nilai t_{hitung} 0,920 dengan nilai *p value* = 0,000, dimana nilai *p value* < 0,05 yang berarti H_a diterima. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi yaitu responden yang mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) mempengaruhi kejadian ruptur perineum yang dialami ibu hamil trimester III mempunyai resiko lebih kecil, dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu ibu hamil trimester III yang tidak mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*). Hasil tersebut membuktikan bahwa dengan dilakukannya massage perineum pada ibu hamil trimester III dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) dapat memperkecil resiko trauma pada jalan lahir sehingga mengurangi kejadian dilakukannya episiotomi pada ibu hamil primigravida trimester III.

4.2.2 Kondisi Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) di Klinik Rismala

Kondisi Perineum Responden setelah dilakukan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) yang ada di Klinik Rismala dapat dilihat dari tabel 4.6 di bawah ini :

Tabel 4.6

Kondisi Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*)

Kondisi Perineum		Kelompok				F	Sig	95% CI	
		Intervensi		Kontrol				Lower	Upper
		N	%	N	%				
						0,901			
Valid	Kaku/Tebal	2	13,3	12	80		.000	.004	.910
	Elastis	13	86,7	3	20		.000	.031	.910
Total		15	100	15	100				

Dari tabel 4.6 diatas dapat dilihat bahwa kondisi perineum yang dialami ibu hamil trimester III yang ada di Klini Rismala setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*olive oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan kondisi perineum yang elastis yaitu sebanyak 13 orang (86,7%) dan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan kondisi perineum yang kaku/ tebal yaitu sebanyak 12 orang (80%).

Hasil uji *t paired sample test* didapatkan bahwa nilai t_{hitung} 0,910 dengan nilai *p value* = 0,000, dimana nilai *p value* < 0,05 yang berarti H_a diterima. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi yaitu responden yang mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) mempengaruhi kondisi perineum ibu hamil trimester III menjadi elastis sehingga mempermudah proses persalinan dan

memperkecil terjadinya trauma pada jalan lahir, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan atau tidak dilakukan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive*

PEMBAHASAN

4.3.1 Keadaan Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) di Klinik Rismala

Hasil analisis data bivariat dapat dilihat bahwa ruptur perineum yang dialami ibu hamil trimester III setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*olive oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat I yaitu sebanyak 9 orang (60%) dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 2 orang (13,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 11 orang (73,3%), dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat III yaitu sebanyak 4 orang (26,7%).

Hasil uji *t paired sample test* didapatkan bahwa nilai t_{hitung} 0,920 dengan nilai $p\text{ value} = 0,000$, dimana nilai $p\text{ value} < 0,05$ yang berarti H_0 diterima. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi yaitu responden yang mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) mempengaruhi kejadian ruptur perineum yang dialami ibu hamil trimester III mempunyai resiko lebih kecil, dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu ibu hamil trimester III yang tidak mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*). Hasil tersebut membuktikan bahwa dengan dilakukannya massage perineum pada ibu hamil trimester III dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) dapat memperkecil resiko trauma

oil) dengan kondisi perineum ibu hamil trimester III yang lebih kaku dan tebal sehingga robekan pada jalan lahir lebih besar derajat robekannya.

pada jalan lahir sehingga mengurangi kejadian dilakukannya episiotomi pada ibu hamil primigravida trimester III.

Sesuai dengan pendapat Beckmann & Stock (2019) bahwa wanita yang melakukan pijat perineum mulai usia kehamilan 35 minggu mempunyai risiko lebih kecil terjadi trauma jalan lahir pada persalinan normal dan secara statistik signifikan dapat 16% mengurangi kejadian dilakukan episiotomi.

Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Wewet S. Ermawati, Elda Y. (2021) bahwa kejadian rupture perineum pada kelompok intervensi setelah dilakukan pemijatan perineum hanya 21,4% sementara pada kelompok kontrol 71,4% dengan hasil $p = 0,02 (< 0,05)$.

Menurut Kemenkes RI. (2019) pijat perineum dapat membuat perineum lebih elastis, mudah teregang serta mengurangi kejadian trauma dan nyeri pada saat melahirkan. Kompres hangat jaringan pada pijat perineum selama kurang-lebih 10 menit akan meningkatkan sirkulasi darah sehingga otot-otot di daerah perineum kendur (tidak berkontraksi atau tegang) (Beckmann MM, Garrett AJ, 2020).

Menurut Mochtar (2021) perineum yang kaku dan tidak elastis akan menghambat persalinan kala II dan dapat meningkatkan risiko terhadap janin serta dapat menyebabkan robekan perineum yang luas sampai tingkat III. Perineum yang lunak dan elastis serta cukup lebar, pada umumnya tidak memberikan kesukaran pengeluaran kepala janin, jika terjadi robekan hanya sampai derajat I dan derajat II.

Menurut hasil 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 (Carroli G, Belizan J, 2022).

Menurut Varney (2023) mengejan terlalu kuat membuat kelahiran kepala lebih cepat dan melepaskan tekanan secara mendadak, yang keduanya meningkatkan risiko kerusakan intrakranial pada bayi dan laserasi pada jalan lahir. salah satu faktor terpenting untuk mencegah terjadinya laserasi perineum selain melalui pemijatan perineum, cara mengejan yang benar harus diperhatikan.

Menurut peneliti dalam penelitian ini, penting untuk mencatat bahwa meskipun pijat perineum dapat mengurangi risiko ruptur, faktor-faktor lain yang disebutkan di atas juga berperan signifikan. Oleh karena itu, kejadian ruptur perineum setelah pijat perineum tidak serta merta menandakan ketidakefektifan pijat, tetapi lebih merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor kompleks yang mempengaruhi proses persalinan. Analisis terhadap faktor-faktor ini bisa memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang efektivitas pijat perineum dalam konteks yang lebih luas.

4.3.2 Kondisi Perineum Pada Saat Persalinan Setelah Dilakukan Massage Perineum Dengan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) di Klinik Rismala

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat dilihat bahwa kondisi perineum yang dialami ibu hamil trimester III setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*olive oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan kondisi perineum yang elastis yaitu sebanyak 13 orang (86,7%) dan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas

responden dengan kondisi perineum yang kaku/ tebal yaitu sebanyak 12 orang (80%).

Hasil uji *t paired sample test* didapatkan bahwa nilai t_{hitung} 0,910 dengan nilai $p\ value = 0,000$, dimana nilai $p\ value < 0,05$ yang berarti H_a diterima. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi yaitu responden yang mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) mempengaruhi kondisi perineum ibu hamil trimester III menjadi elastis sehingga mempermudah proses persalinan dan memperkecil terjadinya trauma pada jalan lahir, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan atau tidak dilakukan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) dengan kondisi perineum ibu hamil trimester III yang lebih kaku dan tebal sehingga robekan pada jalan lahir lebih besar derajat robekannya.

Jurnal yang mendukung penelitian ini oleh peneliti (Siti Farida, & Ikrima Rahmasari. 2022) yaitu hasil analisis menunjukkan bahwa nilai P-value sebesar 0,001 yang diperoleh adalah kurang dari α 0,05, yang berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari variabel posisi persalinan terhadap durasi kala II persalinan, posisi persalinan merujuk pada posisi yang nyaman bagi ibu saat bersalin. Selama kala II persalinan, ibu dianjurkan untuk berganti posisi secara teratur, karena hal ini dapat mempercepat kemajuan persalinan dan memungkinkan ibu untuk meneran dengan lebih efektif dalam posisi tertentu yang dianggap menguntungkan (Yanti, 2019). Posisi meneran merupakan suatu peristiwa fisiologis tanpa disadari dan terus berlangsung/ progresif. Penolong persalinan dapat membantu agar ibu tetap tenang dan rileks, maka penolong persalinan tidak boleh mengatur posisi meneran. Penolong

persalinan harus memfasilitasi ibu dalam memilih sendiri posisi meneran dan menjelaskan alternatif posisi meneran bila posisi yang dipilih ibu tidak efektif. Penolong persalinan dapat membantu ibu agar tetap tenang dan rileks, maka penolong persalinan memfasilitasi ibu untuk memilih sendiri posisi meneran.

Pendapat peneliti posisi meneran selama proses persalinan adalah faktor penting yang dapat memengaruhi risiko terjadinya ruptur perineum robeknya jaringan antara vagina dan anus. Interpretasi dari berbagai studi terbaru menunjukkan bahwa pilihan posisi meneran dapat mempengaruhi kemungkinan terjadinya ruptur perineum, dengan beberapa posisi menunjukkan penurunan risiko yang signifikan. posisi meneran dapat berperan signifikan dalam pencegahan ruptur perineum. Berbagai posisi meneran, seperti posisi samping, terbukti mengurangi risiko pecahnya jaringan perineum dibandingkan dengan posisi tradisional. Menggunakan posisi meneran yang tepat selama fase peneranan dapat mengurangi tekanan dan gesekan pada area perineum, serta meningkatkan kemungkinan persalinan yang lebih aman dan sehat. Oleh karena itu, penting bagi tenaga medis untuk mempertimbangkan berbagai opsi posisi meneran dan memberikan rekomendasi yang sesuai kepada wanita hamil untuk mengurangi risiko ruptur perineum selama persalinan.

Manfaat dari melakukan pijat perineum termasuk pencegahan ruptur perineum dan menghindari perlunya episiotomi. Pijat perineum dapat meningkatkan aliran darah, mengendurkan jaringan perineum, dan membuat otot-otot sekitar jalan lahir, termasuk vagina, lebih elastis. Ketika otot vagina menjadi lebih elastis, ibu yang melahirkan mungkin tidak perlu meneran secara berlebihan, cukup dengan tekanan yang lebih ringan atau dengan tiupan. Dalam beberapa kasus, proses

persalinan dapat berjalan lancar tanpa ruptur perineum, sehingga tidak memerlukan jahitan pada vagina (Nella Akhmalia et.al, 2022). Pijatan perineum yang dilakukan selama perawatan antenatal mulai dari usia kehamilan 34 minggu akan mengurangi kemungkinan trauma perineum, membantu mengurangi episiotomi, dan mengurangi risiko robekan perineum (Diana, I. G. A., Sri Hardiani, & Rosita Khaerina. 2023).

Hasil penelitian sesuai dengan beberapa teori yang menunjukkan dengan pijat perineum dan posisi meneran yang tepat dapat mengurangi terjadinya ruptur perineum. Sehingga perlu untuk berkelanjutan menjelaskan atau memberikan informasi kepada ibu hamil tentang pijat perineum selama kehamilan untuk mencegah terjadinya ruptur perineum pada saat persalinan. Hasil pembahasan dari intervensi kombinasi pijat perineum dan posisi miring dalam mencegah ruptur perineum pada penelitian ini, Peneliti menuliskan yaitu Pengurangan Risiko Ruptur Perineum, Peningkatan Elastisitas dan Fleksibilitas Jaringan Perineum, Dukungan dalam Penurunan Kepala Bayi yang Terkontrol, Peningkatan Kenyamanan dan Relaksasi Ibu, Sirkulasi Darah yang Lebih Baik ke Perineum.

Penelitian ini dikaitkan dengan teori perubahan perilaku, khususnya dalam konteks bagaimana ibu hamil dan tenaga kesehatan dapat diintervensi melalui edukasi, promosi kesehatan, dan pembinaan untuk mengadopsi metode kombinasi pijat perineum dan posisi miring selama persalinan. Salah satu teori yang relevan adalah Teori Tahapan Perubahan (Stages of Change) atau Teori Transtheoretical Model (TTM), yang mengidentifikasi tahapan yang dilalui individu dalam perubahan perilaku.

Menurut peneliti dengan penerapan metode ini, kita dapat mengurangi intervensi medis yang tidak perlu dan memberikan kesempatan bagi tubuh ibu untuk bekerja

secara alami selama persalinan. Pijat perineum dan posisi miring adalah pilihan tepat untuk persalinan yang lebih aman dan berkualitas.

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hasil penelitian dapat dilihat bahwa ruptur perineum yang dialami ibu hamil trimester III yang ada di Klinik Rismala setelah dilakukan massage perineum dengan minyak zaitun (*olive oil*), pada kelompok intervensi terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat I yaitu sebanyak 9 orang (60%) dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 2 orang (13,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat mayoritas responden dengan ruptur perineum derajat II yaitu sebanyak 11 orang (73,3%), dan minoritas responden dengan ruptur perineum derajat III yaitu sebanyak 4 orang (26,7%).
2. Hasil uji *t paired sample test* didapatkan bahwa nilai t_{hitung} 0,920 dengan nilai *p value* = 0,000, dimana nilai *p value* < 0,05 yang berarti H_0 diterima. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi yaitu responden yang mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) mempengaruhi kejadian ruptur perineum yang dialami ibu hamil trimester III mempunyai resiko lebih kecil, dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu ibu hamil trimester III yang tidak mendapatkan massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*). Hasil tersebut membuktikan bahwa dengan dilakukannya massage perineum pada ibu hamil trimester III dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) dapat memperkecil resiko trauma pada

jalan lahir sehingga mengurangi kejadian dilakukannya episiotomi pada ibu hamil primigravida trimester III.

3. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa massage perineum dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) dapat mencegah terjadinya laserasi perineum pada persalinan normal antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pijat perineum yang dilakukan dengan benar sebanyak 4 kali atau lebih dalam seminggu secara rutin dengan lama 10 menit setiap hari pada kelompok intervensi yaitu primigravida mulai usia kehamilan minimal 34-35 minggu sampai persalinan dapat mengurangi angka kejadian laserasi perineum secara spontan maupun episiotomi. Pada kelompok intervensi mengalami laserasi lebih kecil 2 orang (13,3%) dibandingkan kelompok kontrol yang mengalami laserasi perineum 11 orang (73,3%).

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelhakim, et. al., (2020). Antenatal perineal massage benefits in reducing perineal trauma and postpartum morbidities : a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.
- Anggraini, F. D., & Anggasari, Y. (2019). Pengaruh Pijat Perineum Pada Kehamilan Trimester III Terhadap Robekan Perineum Primigravida Di Puskesmas Jagir Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 5(1), 80–87. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v5i1.243>
- Beckmann MM, Stock OM. Antenatal Perineal Massage For Reducing Perineal Trauma. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2013, Issue 4. Art. No.: CD005123. DOI: 10.1002/14651858.CD005123.pub3.

- Carroli G, Belizan J. *Episiotomy for vaginal birth. Cochrane Database of Systematic Reviews* 1999, Issue 3. Art.No.: CD000081. DOI: 10.1002/14651858.CD000081.
- 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>
- Ferinawati and Marjuani (2020) 'faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian ruptur perineum pada persalinan normal'.
- Goh, R., Goh, D., & Ellepola, H. (2018), Air mata perineum-Sebuah ulasan. www.onlinedoctranslator.org/10.37402/jurbidhip.vol7.iss1.69
- Herdiana, Trirejeki. 2007. *Tips pijat perineum*. Jakarta: EGC.
- Helen Varney., Jan, M-Kriebs., Carolyn L Gegor. 2008. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Hutchinson, J., Mahdy, H., & Hutchinson, J. (2022). Stages of Labor - StatPearls. NCBI Bookshelf, 1-6. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK544290/>
- Ilmu Kebidanan (Vol. 10, Issue 1). Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.
- Kemenkes RI, 2014. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta.
- Kettle C, and Tohill S., *Perineal Care, Clinical Evidence* 2008;09:1401 BMJ Publishing.
- Laspiriyanti, I., & Puspitasari, L. (2020). *Efektifitas Massage Perineum untuk Percepatan Persalinan Kala II pada Ibu Bersalin*. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 7(1), 21–26.
- of Nursing and Midwifery Research, 25(2). 134-138.
- <https://doi.org/10.4103/jnmr.IJNMR> 76 19
- Purnami, R., & Noviyanti, R. (2019). *Effectiveness of Perineal Massage During Pregnant Women on Perineal Laseration*. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), 61–68. <https://doi.org/10.36569/jmm.v10i2.41>
- Rachman, D., Sadriati, N. S. S., & Utami, N. (2019). Sikap perawat Mengenai Timbang Terima pasien di Rumah Sakit Angkatan Udara dr. M. Salamun. *Jurnal Ilmiah JKA (Jurnal Kesehatan Aeromedika)*, 5(1), 1–8.
- Romina, S., Ramezani, F., Falah, N., Mafi, M., & Ranjkesh, F. (2020), Effect of perineal massage with ostrich oil on the episiotomy and lacerations in nulliparous women: A randomized controlled clinical trial. *Iranian Journal*
- Saifuddin, A B., Rachimhadhi, T., & Wiknjosastro, G. H. (2020), *Ilmu Kebidanan*
- Susiana, S. (2019). *Angka Kematian Ibu : Faktor Penyebab Dan Upaya Penanganannya*