

**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG KESEMBUHAN LUKA PERINEUM
PADA IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS PADANG TIJI KABUPATEN PIDIE**

***Health Counseling About Perineum Wound Healing in Post-Partum Mothers at Padang
Tiji Puskesmas, Pidie Regency***

Ulfa Husna Dhirah¹, Rulia Meilina², Raudhatun Nuzul ZA³

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: ulfahusna@uui.ac.id

²Fakultas Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
Email: rulia.meilina@uui.ac.id

³Fakultas Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia
email: raudhatun@uui.ac.id

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 yaitu memberikan penyuluhan kesehatan kepada ibu hamil trimester III mengenai penyembuhan luka perineum. Di Puskesmas Padang Tiji. Metode pelaksanaan mulai dari persiapan, pelaksanaan, 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, dari peserta penyuluhan yang terdiri dari ibu 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, masa nifas.

Abstract

The postpartum period is the period after childbirth and the birth of the baby, the placenta and the membranes that surround it needed to restore the uterine organs as before pregnancy with time approximately 6 weeks. The postpartum period is an important thing to pay attention to in order to reduce maternal and infant mortality rates in Indonesia. The coaching activities carried out were providing health education to pregnant women in the third trimester regarding perineal wound healing. At the Padang Tiji Health Center. The implementation method starting from preparation, implementation, evaluation has all been carried out according to plan. The results achieved, the publication of articles in community service journals, the availability of IEC media (effective posters and booklets / easy to understand and apply). A health check was carried out at the nearest health service, from the counseling participants consisting of pregnant women who could understand how to take care of the vulva and perineum after delivery giving birth, the counseling participants were enthusiastic and asked a lot of questions and understood post-natal care give birth to.

Keywords : Perineum, Post Partum

1. PENDAHULUAN

Ketika menjalani proses persalinan normal, vagina bisa mengalami robekan hingga ke area perineum. Perineum adalah area yang terletak di antara vagina dan anus. Hal ini mungkin terdengar mengkhawatirkan, tetapi biasanya robekan yang terjadi pada perineum tidak parah.

Jika robek pada perineum dirasa terbuka cukup besar, perlu dilakukan jahitan agar area perineum setelah melahirkan normal kembali rapat seperti semula. Inilah mengapa ibu perlu tahu cara merawat luka jahitan perineum serta vagina setelah melahirkan normal. Biasanya, episiotomi mulai ada tanda-tanda sembuh sekitar 2 minggu pasca persalinan. Dikutip dari University of Michigan Health, hal ini juga bergantung dengan seberapa dalam robekan atau sayatan yang dilakukan dokter.

Jahitan perineum biasanya sudah mulai sembuh dalam kurun waktu 3-4 minggu pasca melahirkan normal. Setelah dua bulan, rasa sakit atau nyeri pada vagina dan perineum akibat jahitan setelah melahirkan normal umumnya sudah hilang. Namun, ada kemungkinan dibutuhkan waktu sekitar enam bulan sampai area perineum benar-benar sembuh total. Itu sebabnya, pastikan ibu memahami bagaimana perawatan luka jahitan perineum setelah melahirkan normal agar tidak terbuka. Walaupun luka jahitan perineum pasca melahirkan tidak bisa dipastikan waktu sembuhnya, perawatan ini bertujuan agar jahitan tidak terbuka lagi dan cepat kering. Jahitan pasca melahirkan normal memar dan bengkak. Tidak hanya mengalami robek, ibu juga mungkin mengalami memar atau bengkak setelah melahirkan. Memar kecil dan besar biasanya disebabkan oleh tekanan dari kepala bayi saat melewati pembukaan lahiran pada vagina Anda. Jika bayi memerlukan bantuan saat persalinan,

beberapa peralatan yang digunakan untuk membantu juga dapat menyebabkan memar. Ukuran memar tersebut dapat bervariasi dari yang kecil hingga besar. Memar dalam ukuran yang besar dan bengkak disebut dengan hematoma. Hematoma yang berukuran kecil biasanya bisa hilang dengan sendirinya tanpa perlu diobati.

Perawatan luka perineum yang tepat setelah melahirkan normal penting untuk mencegah serangan infeksi. Di sisi lain, menerapkan perawatan luka jahit pada perineum dengan baik dan benar juga mempercepat penyembuhan area di sekitarnya.

Pengetahuan ibu tentang perawatan pasca persalinan dan cara perawatan luka dapat menentukan lama penyembuhan luka perineum, ibu yang mengetahui cara untuk merawat luka perineum akan merawat lukanya dengan baik sehingga diharapkan bisa berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum. Perawatan luka bekas jahitan sangatlah penting karena luka bekas jahitan jalan lahir ini dapat menjadi pintu masuk kuman dan menimbulkan infeksi, ibu menjadi demam, luka basah dan jahitan terbuka, bahkan ada yang mengeluarkan bau busuk dari jalan lahir (vagina).

2. METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini mengambil lokasi di Puskesmas Padang Tiji, Kabupaten Pidie, pada hari Kamis Tanggal 17 Desember 2020 pukul 09.00-11.00 WIB. Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut: Pertemuan 1: Demonstrasi tentang perawatan luka perineum pada ibu hamil trimester III. Dari demonstrasi yang dilakukan pada ibu hamil trimester III terdapat 20 ibu hamil yang hadir pada pemateri yang dilakukan pada pertemuan diatas. Pertemuan 2: Diskusi masalah

perawatan luka perineum Dari pemaparan yang telah di berikan terlihat ibu hamil trimester III dan mampu menerima penjelasan dan mengaplikasikan pada saat ibu selesai bersalin nantinya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembukaan acara penyuluhan kesehatan dimulai pada pukul 09.00 WIB dan dilanjutkan dengan pemaparan materi tentang “Sosialisasi Kesiapsiagaan Pencegahan Covid 19 di Desa Mesjid Keumangan Mesjid Kecamatan Mutiara Kabupaten Pidie”. Masyarakat terutama muda mudi, ibu-ibu dan anak-anak sangat antusias dalam mendengarkan penyuluhan ini. Mereka tidak hanya mendapatkan materi, tetapi juga mendapatkan antiseptik yang telah dibuat bersama dan bisa mereka bawa pulang kerumah masing-masing.

4. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif bagi ibu hamil trimester III ini agar tidak trauma dalam menjalani persalinan normal dan

mengalami robekan jalan lahir serta dapat diaplikasikan langsung setelah bersalin nantinya. Diharapkan agar ibu-ibu trimester III selalu menjaga kesehatan dengan tetap memeriksakan diri ke petugas kesehatan terdekat.

5. REFERENSI

- Manuaba et al. 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 Utami B.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