

PENELITIAN ASLI

EFEKTIFITAS PERINEAL MASSAGE DENGAN *CONVALIUS OIL* TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PADA IBU BERSALIN

Idaria R. Sidabukke¹, Yedidia Laia¹, Okta Berlianda Gowasa¹

¹Fakultas Pendidikan Vokasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan Sumatera Utara 2025, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:
Tanggal Dikirim: 24 Mei 2025
Tanggal Diterima: 07 Juli 2025
Tanggal Dipublish: 08 Juli 2025

Kata kunci: Efektifitas, *Massage*, *Convalius oil*, Ruptur, Perineum

Penulis Korespondensi:
Idaria R. Sidabukke
Email: idadiasidabukke20@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Ruptur perineum merupakan komplikasi yang sering terjadi selama persalinan dan meningkatkan risiko morbiditas serta mortalitas maternal. Upaya pencegahan non-farmakologis, seperti pemijatan perineum, telah diterapkan untuk meminimalkan kejadian tersebut.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas pemijatan perineum menggunakan Minyak Convalius (minyak kelapa pandan wangi) dalam pencegahan ruptur perineum pada ibu hamil.

Metode: Metode yang digunakan quasi-experimental dengan melibatkan 32 ibu hamil di Klinik Kasih Ibu Galang pada Maret–Mei 2025.

Hasil: menunjukkan bahwa pemijatan perineum secara rutin dengan Minyak Convalius efektif mengurangi kejadian ruptur perineum selama persalinan, sehingga mendukung keselamatan dan kesejahteraan ibu serta bayi. Temuan ini memberikan dasar bagi implementasi intervensi non-farmakologis dalam perawatan kehamilan dan persalinan.

Jurnal Health Reproductive
E.ISSN: 2528-1585
Vol. 10 No. 1 Juni 2025 (Hal 1-10)

Homepage: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JRH/about>

DOI: <https://doi.org/10.51544/jrh.v10i1.5915>

Cara Mengutip: Sidabukke, Idaria R., Yedidia Laia, and Okta Berlianda Gowasa. 2025. "Efektifitas Perineal Massage Dengan Convalius Oil Terhadap Kejadian Ruptur Pada Ibu Bersalin." *Jurnal Health Reproductive* 10 (1): 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.51544/jrh.v10i1.5915>.



Hak Cipta © 2025 oleh Penulis, Diterbitkan oleh Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Sari Mutiara Indonesia. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah Lisensi CC BY-SA 4.0 ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)).

1. Pendahuluan

Persalinan adalah proses fisiologis dimana janin lahir dari dalam rahim pada usia kehamilan dengan cukup bulan (37–42 minggu), yang berlangsung secara spontan dengan presentasi kepala belakang dan durasi proses kurang lebih 18 jam. Mekanisme ini terjadi akibat adanya kontraksi uterus yang teratur tanpa disertai komplikasi baik pada ibu maupun janin (Siwi Walyani Elisabeth dan Endang, 2022). Ada beberapa yang mempengaruhi proses persalinan yaitu faktor *power, passage, psychology*, dan penolong persalinan. Faktor *passage* juga mempunyai peran yang sangat penting terhadap proses persalinan dan sebelum persalinan (Tangko et al., 2021).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), terdapat sekitar 2,7 juta kasus robekan perineum pada ibu melahirkan di seluruh dunia. Angka tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 6,3 juta kasus pada tahun 2050, seiring dengan bertambahnya jumlah tenaga bidan yang belum sepenuhnya memahami dan menerapkan praktik asuhan kebidanan yang sesuai standar. Di wilayah Asia, robekan perineum merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang cukup sering terjadi, dengan kontribusi hampir setengah dari total kasus robekan perineum secara global. Di Indonesia, prevalensi robekan perineum pada ibu melahirkan usia 25–30 tahun mencapai 24%, sedangkan pada kelompok usia 32–39 tahun, angka tersebut meningkat secara signifikan hingga mencapai 62% (Nurhamida Fithri & Simamora, 2022).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), angka kematian ibu (AKI) di Indonesia tercatat sekitar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2022 menunjukkan bahwa perdarahan postpartum merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu di Indonesia. Beberapa faktor yang menyebabkan perdarahan postpartum antara lain adalah kelainan darah (4%), retensio plasenta (7%), sisa plasenta (16%), ruptur perineum (23%), dan atonia uteri (50%) (Junaida Rahmi, Arumita Fauziah, 2023).

Robekan perineum adalah kondisi robekan yang terjadi saat proses persalinan, dengan beberapa faktor penyebab seperti posisi ibu saat melahirkan, cara mengejan, tata laksana persalinan, serta berat badan bayi yang baru lahir. Selain itu, bayi yang lahir dengan ukuran tubuh besar atau berat badan di atas 4.000 gram juga berisiko mengalami komplikasi saat persalinan, misalnya bahu bayi yang tersangkut, gangguan pernapasan pada bayi, serta kemungkinan trauma pada tulang leher, bahu, dan saraf bayi. Hal ini terjadi karena ukuran bayi yang besar membuatnya lebih sulit melewati jalan lahir, sehingga meningkatkan risiko terjadinya robekan perineum pada ibu yang sedang bersalin (Julia Siahaan, dkk, 2022).

Ruptur perineum dapat terjadi akibat berbagai faktor, baik dari ibu maupun janin. Faktor maternal meliputi paritas, mengejan terlalu kuat, partus presipitatus, serta tindakan persalinan seperti ekstraksi vakum dan forceps. Sementara itu, faktor dari janin mencakup ukuran janin yang besar, posisi abnormal seperti oksiput posterior, presentasi muka atau dahi, distosia bahu, serta kelainan kongenital seperti hidrosefalus. (Fatimah & Lestari, 2019).

Ruptur perineum dapat menimbulkan berbagai risiko dan komplikasi, seperti perdarahan, infeksi, serta dispareunia atau nyeri saat berhubungan seksual. Perdarahan yang terjadi bisa cukup berat, khususnya pada ruptur derajat dua dan tiga, atau apabila robekan meluas ke arah lateral maupun superior hingga mengenai vulva dan klitoris. Letak perineum yang berdekatan dengan anus menjadikannya rentan terhadap kontaminasi feses. Bila penyembuhan luka berlangsung lambat, infeksi dapat timbul dan berpotensi menyebabkan pembentukan jaringan parut. Kehadiran jaringan parut pascaruptur dapat menimbulkan rasa nyeri saat melakukan hubungan seksual. Selain itu, penurunan elastisitas jaringan perineum juga meningkatkan risiko terjadinya robekan yang lebih luas pada persalinan berikutnya (Idaman & ., 2019). Adapun upaya pencegahan menurut penelitian (Subroto & Sangkala, 2022) Pencegahan ruptur perineum dapat dilakukan dengan

menggunakan teknik pijat perineum. Teknik ini merupakan metode non-farmakologis yang dilakukan dengan cara memijat area perineum pada akhir trimester ketiga kehamilan. Tujuannya adalah untuk membantu menyeimbangkan hormon dalam tubuh dan meningkatkan elastisitas otot perineum, sehingga ibu tidak perlu mengejan secara berlebihan saat persalinan.

Pada penelitian (Akhmalia et al., 2022) tingginya presentase terjadinya ruptur perineum bagi ibu yang tidak melakukan pijatan (massage) perineum dengan pemakaian *convallius oil* selama kehamilan trimester ke tiga, yaitu yang mengalami ruptur perineum pada saat persalinan (70,4%) dan tidak mengalami ruptur perineum sekitar (29,6%). Sedangkan pada ibu yang melakukan pijatan (massage) perineum dengan pemakaian *convallius oil* selama kehamilan trimester ke tiga secara rutin. Berdasarkan presentase kejadian yang mengalami ruptur perineum yaitu (35,7%) dan yang tidak mengalami ruptur perineum sekitar (64,3%).

Selain senam hamil dan senam kegel, pencegahan robekan perineum juga dapat dilakukan melalui teknik pijat perineum. Namun, masih banyak orang yang tidak menyadari bahwa pijatan sangat ini efektif dalam mencegah terjadinya robekan perineum, dan teknik pijatan ini sangat mudah untuk dilakukan secara mandiri, tidak memerlukan waktu yang lama, dapat dilakukan setiap harinya, dan tidak memerlukan biaya yang tinggi (Putri et al., 2023)

Tingginya angka kejadian ruptur perineum di tempat kerja Klinik Pratama Kasih Ibu Galang tersebut untuk itu dibutuhkan suatu intervensi untuk mengurangi angka kejadian ruptur perineum salah satunya dengan pijat perineum. Pada penelitian ini, intervensi massage perineum dipadukan dengan penggunaan minyak kelapa pandan wangi (*Convalius oil*) sebagai upaya inovatif dalam pencegahan ruptur perineum selama persalinan. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui efektifitas massage dan pemakaian *Convalius Oil* dalam pencegahan rupture perineum pada saat bersalin, sehingga dengan adanya penelitian tentang efektifitas massage perineum dengan pemakaian *Convalius Oil* dapat mengurangi resiko terjadinya ruptur, serta memberikan kontribusi bagi bidan untuk menambah kemampuannya dalam memberikan asuhan kebidanan komplementer yang salah satunya *massage* perineum untuk mengurangi nyeri persalinan dan rupture perineum.

Selama proses persalinan, peregangan perineum dapat memberikan manfaat. Jika perineum tidak memiliki elastisitas, fleksibilitas, dan kelenturan yang memadai, peregangan tersebut dapat menyebabkan robekan. Namun, jika perineum memiliki karakteristik tersebut, risiko terjadinya robekan perineum akan berkurang atau bahkan tidak terjadi sama sekali (perineum tetap utuh), meskipun ada kemungkinan terjadinya dampak negatif. Oleh karena itu, pijat perineum diterapkan sebagai langkah pencegahan untuk menghindari robekan perineum (Idaman & ., 2019).

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan *posttest-only control group design*. Desain ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan perlakuan berupa pijat perineum (*perineal massage*) menggunakan *Convalius Oil*, yang dimulai sejak usia kehamilan 34 minggu hingga menjelang persalinan. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menerima intervensi tersebut. Setelah persalinan, peneliti melakukan observasi terhadap kedua kelompok untuk menilai apakah terjadi ruptur perineum serta menentukan tingkat keparahannya.

Desain ini dipilih karena dapat diterapkan di lingkungan klinis tanpa mengesampingkan aspek etis dan pertimbangan praktis. Meskipun tidak melibatkan proses randomisasi secara penuh sebagaimana pada *true experimental design*, pendekatan kuasi-eksperimen tetap mampu menunjukkan hubungan kausal yang kuat, terutama apabila pengendalian variabel dilakukan secara cermat dan sistematis. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Kasih Ibu Galang pada bulan Maret-Mei 2025, yang meliputi tahap persiapan,

pelaksanaan intervensi, pengumpulan data, analisis, dan pelaporan hasil.

Populasi dalam penelitian ini terdiri atas seluruh ibu hamil primigravida yang melakukan pemeriksaan kehamilan dan menjalani persalinan pervaginam di Klinik Bersalin Kasih Ibu Galang selama periode penelitian. Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih sebagai subjek penelitian berdasarkan karakteristik yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus perhitungan dua proporsi sederhana, dengan penyesuaian terhadap keterbatasan waktu dan sumber daya yang tersedia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yaitu metode pemilihan subjek secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian dan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Jumlah sampel sebanyak 32 orang, terdiri dari: 16 ibu hamil pada kelompok intervensi, 16 ibu hamil pada kelompok kontrol.

Kriteria inklusi: Ibu hamil primigravida dengan usia kehamilan ≥ 34 minggu, Bersedia mengikuti seluruh rangkaian intervensi (khusus untuk kelompok intervensi), Melahirkan secara pervaginam di Klinik Bersalin Kasih Ibu, Tidak memiliki riwayat kelainan pada perineum atau infeksi kulit. Sedangkan kriteria eksklusi : Ibu hamil dengan komplikasi kehamilan berat (preeklamsia, diabetes gestasional, dll), Melahirkan dengan tindakan (vakum, forceps, atau seksio sesarea), Tidak konsisten mengikuti intervensi sesuai prosedur (kelompok intervensi), jMengalami kelahiran prematur (<37 minggu).

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independen, variabel dependen, dan variabel pengganggu (confounding). Variabel independen dalam penelitian ini adalah pelaksanaan perineal massage yang dilakukan dengan menggunakan Convalius Oil. Variabel dependen yang diamati yaitu kejadian ruptur perineum saat proses persalinan. Adapun variabel pengganggu yang dapat memengaruhi hubungan antara variabel independen dan dependen meliputi usia ibu, usia kehamilan saat persalinan, berat bayi lahir, posisi janin, durasi kala II, serta keterampilan tenaga kesehatan yang membantu proses persalinan.

Tabel 1.1 definisi operasional

Variabel	Definisi Operasional	Skala Ukur	Alat Ukur
Perineal Massage	Pijatan lembut pada area perineum menggunakan Convalius Oil mulai usia kehamilan 34 minggu	Nominal	Lembar kontrol intervensi
Kejadian Ruptur Perineum	Robekan jaringan perineum saat persalinan normal	Ordinal (derajat I–III, tidak ruptur)	Lembar observasi klinis, rekam medis

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mencakup beberapa alat pengumpulan data, yaitu lembar observasi klinis yang digunakan untuk mencatat tingkat ruptur perineum berdasarkan klasifikasi medis derajat I hingga III, lembar kendali intervensi yang memuat informasi mengenai frekuensi dan konsistensi pelaksanaan perineal massage pada kelompok intervensi, termasuk tanggal serta durasi pemijatan, formulir identitas responden untuk mencatat data demografis dan karakteristik kehamilan, serta buku register persalinan dan rekam medis yang digunakan sebagai sumber data tambahan untuk validasi dan cross-check. Proses pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap, dimulai dengan rekrutmen dan pemberian edukasi kepada responden yang disertai dengan penandatanganan informed consent. Selanjutnya, intervensi perineal massage dilaksanakan secara mandiri oleh responden di rumah dengan bimbingan dari bidan, dimulai sejak usia kehamilan mencapai 34 minggu. Data kejadian ruptur perineum dikumpulkan saat proses persalinan oleh bidan yang bertugas, sedangkan verifikasi data dilakukan melalui peninjauan catatan medis dan wawancara dengan bidan jika diperlukan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini terdiri atas analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, seperti usia, usia kehamilan, dan berat badan bayi lahir, yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Sementara itu, analisis bivariat digunakan untuk menguji hubungan antara pelaksanaan perineal massage dan kejadian ruptur perineum dengan menggunakan uji Chi-Square (χ^2) untuk variabel berskala kategori. Apabila data tidak memenuhi asumsi uji Chi-Square, maka digunakan uji alternatif seperti Fisher Exact Test. Tingkat signifikansi yang digunakan dalam pengujian statistik ditetapkan pada $p < 0,05$. Penelitian ini juga dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian, antara lain penghormatan terhadap partisipan melalui pemberian informasi yang jelas sebelum partisipasi, perolehan persetujuan tertulis (informed consent) secara sukarela dari setiap responden, serta menjaga kerahasiaan dan anonimitas data responden. Selain itu, penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan di institusi terkait sebelum pelaksanaannya.

3. Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Bersalin Kasih Ibu Galang, yaitu sebuah fasilitas pelayanan kesehatan swasta yang menyediakan layanan kebidanan dasar di wilayah Kecamatan Galang, Kabupaten Deli Serdang. Klinik ini menjadi pilihan utama masyarakat setempat dalam mendapatkan pelayanan pemeriksaan kehamilan dan persalinan. Dengan rata-rata jumlah kelahiran antara 20 hingga 30 kasus setiap bulannya, klinik ini menyediakan sumber data yang cukup untuk menunjang pelaksanaan penelitian. Selain itu, lingkungan yang kondusif serta keberadaan tenaga bidan yang berpengalaman turut berkontribusi terhadap kelancaran pelaksanaan intervensi dan proses observasi dalam penelitian ini.

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 32 orang ibu hamil yang dibagi ke dalam dua kelompok. Kelompok intervensi terdiri dari 16 responden yang melakukan perineal massage menggunakan Convalius Oil sejak usia kehamilan mencapai ≥ 34 minggu. Sementara itu, kelompok kontrol terdiri dari 16 responden yang tidak melakukan perineal massage selama masa kehamilan. Sebagian besar responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 25–29 tahun, yang termasuk dalam kategori usia reproduksi sehat dan secara fisiologis memiliki risiko obstetri yang rendah.

Tabel 1.2 Usia ibu

Usia Ibu (tahun)	Intervensi	Kontrol	Total
20–24	4	3	7
25–29	8	9	17
30–35	4	4	8
Total	16	16	32

Usia kehamilan semua responden saat melahirkan berada di kisaran 37–41 minggu, yang menunjukkan kondisi kehamilan cukup bulan dan layak untuk persalinan pervaginam. Berat bayi lahir sebagian besar bayi lahir dengan berat badan antara 2500–3500 gram, kategori normal menurut WHO.

Tabel 1.3 Berat bayi lahir

Berat Bayi (gram)	Intervensi	Kontrol	Total
< 2500 (BBLR)	0	1	1
2500–3500	14	13	27
> 3500	2	2	4
Total	16	16	32

Kejadian ruptur perineum diamati selama proses persalinan oleh bidan yang telah mendapatkan pelatihan dalam mengklasifikasikan tingkat ruptur perineum sesuai dengan standar WHO, yaitu derajat I hingga III. Distribusi kejadian ruptur perineum pada masing-masing kelompok, baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, disajikan sebagai berikut.

Tabel 1.4 Tingkat ruptur

Tingkat Ruptur	Intervensi (n=16)	Kontrol (n=16)
Tidak Ruptur	10 (62,5%)	3 (18,75%)
Derajat I	4 (25%)	4 (25%)
Derajat II	2 (12,5%)	9 (56,25%)
Derajat III/IV	0 (0%)	0 (0%)
Total	16 (100%)	16 (100%)

Analisis statistik dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui adanya hubungan antara pelaksanaan perineal massage menggunakan Convalius Oil dan kejadian ruptur perineum. Hasil uji menunjukkan nilai p sebesar 0,037, dengan tingkat signifikansi (α) ditetapkan pada 0,05. Karena nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok yang melakukan perineal massage dan kelompok yang tidak. Selain itu, perbandingan risiko dihitung menggunakan Risk Ratio (RR), dengan hasil $RR = 0,4$, yang mengindikasikan bahwa ibu hamil yang melakukan perineal massage memiliki risiko 60% lebih rendah untuk mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan yang tidak melakukan intervensi tersebut.

4. Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa perineal massage yang dilakukan secara rutin sejak usia kehamilan 34 minggu secara signifikan menurunkan kejadian ruptur perineum, terutama ruptur derajat II yang memerlukan penjahitan. Sebanyak 80% ibu dalam kelompok intervensi mengalami ruptur ringan atau tidak mengalami ruptur sama sekali, sedangkan kelompok kontrol lebih banyak mengalami ruptur sedang. Hasil ini sejalan dengan penelitian Beckmann dan Garrett (2006) yang menunjukkan bahwa perineal massage dapat mengurangi kebutuhan episiotomi dan ruptur tingkat berat pada primigravida.

Convalius Oil berfungsi sebagai pelumas alami yang membantu proses pemijatan, mengurangi risiko iritasi, serta mempercepat adaptasi jaringan perineum. Kandungan seperti Vitamin E, minyak zaitun, dan bahan herbal aktif berperan dalam menjaga kelembapan, meningkatkan elastisitas, dan melembutkan jaringan perineum. Hal ini mendukung teori adaptasi jaringan yang menyatakan bahwa rangsangan ringan dan berkelanjutan dapat meningkatkan kemampuan jaringan beradaptasi terhadap tekanan.

Temuan ini memberikan dasar ilmiah untuk meningkatkan edukasi kepada ibu hamil, khususnya primigravida, mengenai manfaat perineal massage sebagai latihan fisik ringan. Intervensi ini bersifat murah, non-invasif, mudah dilakukan secara mandiri, dan memiliki risiko efek samping yang minimal. Praktik ini sesuai dengan prinsip pelayanan kebidanan berkelanjutan yang menekankan pada upaya pencegahan dan pemberdayaan ibu selama masa kehamilan. Penelitian dilakukan di satu klinik bersalin, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas. Selain itu, faktor-faktor teknis dalam proses persalinan, seperti metode penekanan kepala janin atau episiotomi selektif, tidak dapat dikendalikan secara menyeluruh, sehingga berpotensi memengaruhi hasil penelitian. Kepatuhan ibu dalam melakukan perineal massage di rumah tidak dapat diamati secara langsung oleh peneliti, melainkan hanya berdasarkan catatan harian yang diisi oleh responden. Hal ini dapat menimbulkan kemungkinan bias dalam pelaporan atau ketidaksesuaian antara praktik sebenarnya dan data yang tercatat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara

kelompok intervensi dan kelompok kontrol terkait kejadian ruptur perineum. Pelaksanaan perineal massage menggunakan Convalius Oil terbukti mampu menurunkan risiko ruptur perineum hingga 60%. Selain itu, tidak ditemukan kasus ruptur perineum derajat III maupun IV pada kedua kelompok. Intervensi ini bersifat praktis, terjangkau secara ekonomi, dan dapat diintegrasikan ke dalam program edukasi bagi ibu hamil, khususnya sebagai bagian dari upaya pencegahan non-invasif dalam perawatan antenatal.

Menurut teori (Irianti Berliana, 2022) pijatan perineum (massage) selama kehamilan pada trimester tiga dapat mengurangi terjadi resiko ruptur perineum serta tindakan episiotomi. Penelitian yang dilakukan oleh (Tangko et al. 202) mengungkapkan bahwa pijat perineum merupakan metode yang efektif dalam mengurangi risiko robekan perineum selama persalinan. Pijat perineum dapat meningkatkan elastisitas jaringan di area perineum, memperlancar sirkulasi darah, serta membantu jaringan perineum meregang lebih baik saat proses melahirkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat perineum memiliki efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan senam Kegel dalam pencegahan robekan perineum. Dalam kelompok pijat perineum, 0% responden mengalami robekan derajat dua dan tiga, sedangkan sebagian besar mengalami robekan ringan derajat satu. Sebaliknya, pada kelompok yang melakukan senam Kegel, terdapat 50% responden yang mengalami robekan ringan derajat satu, dan sisanya mengalami robekan dengan derajat dua dan tiga.

Penelitian yang dilakukan oleh (Purnami & Noviyanti, 2019) menyatakan bahwa pijat perineum yang dilakukan minimal sekali dalam seminggu sejak usia kehamilan 34 minggu dengan durasi 5–10 menit dapat membantu mengurangi risiko trauma pada perineum. Selain itu, pijat ini juga berperan dalam mencegah kebutuhan episiotomi serta menurunkan risiko terjadinya robekan atau laserasi pada perineum selama proses persalinan. Pijat perineum adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada area perineum, yaitu bagian tubuh yang terletak di antara vagina dan anus (Tangko et al., 2021). Sebaiknya ibu hamil yang mengalami infeksi menular, seperti herpes genitalis, vaginitis, infeksi jamur, infeksi saluran kemih, atau infeksi lainnya yang dapat menyebar melalui kontak langsung, sebaiknya tidak menjalani pijat perineum karena berisiko memperburuk penyebaran infeksi tersebut. (Nur & Umah, 2019).

Hasil penelitian di Pagar Merbau, Kabupaten Deli Serdang, pada Oktober 2023 menunjukkan bahwa dari 15 ibu hamil yang akan melahirkan, sebanyak 9 orang (60%) mengalami kecemasan. Lima di antaranya merasa cemas karena tidak didampingi suami saat persalinan, sedangkan empat ibu lainnya tetap merasa cemas meskipun didampingi suami, terutama karena ini merupakan kelahiran anak pertama mereka (Idaria & Ernawati, 2023). Dalam pemaparan jurnal mengenai durasi dan frekuensi pemijatan perineum, peneliti menyatakan bahwa pijat perineum dapat dilakukan selama 5-10 menit setiap hari, dengan catatan bahwa pelaksanaannya harus dilakukan secara bertahap sesuai kemampuan ibu. Pijatan (massage) perineum dengan pemakaian convalius oil ini dapat dilakukan 3-4 kali dalam seminggu pada awal pelaksanaan, dan kemudian setiap hari menjelang persalinan (Yudianti et al., 2022)

Manfaat yang diperoleh setelah melakukan pijat perineum meliputi pencegahan terhadap ruptur perineum dan episiotomi. Selain itu, pijat perineum dapat meningkatkan sirkulasi darah, melunakkan jaringan di sekitar perineum, serta meningkatkan elastisitas otot-otot yang terlibat dalam proses persalinan, termasuk kulit vagina. Dengan meningkatnya elastisitas otot-otot tersebut, ibu tidak perlu melakukan pengejanan yang berlebihan; cukup dengan perlahan, sehingga jika proses persalinan berjalan lancar, ruptur perineum dapat dihindari dan jahitan pada vagina tidak diperlukan. (Afdila & Saragih, 2021)

Menurut penelitian (Yudianti et al., 2022) teknik pemijatan perineum yaitu dengan menggerakkan ibu jari pada vagina dengan berbentuk huruf U serta mendorong ke arah luar dan dalam menuju daerah rektum setiap bagian pemijatan berlangsung selama satu menit dengan posisi tangan searah jam 3 dan jam 9. Dengan posisi litotomi.

Menurut Fatimah dan Lestari (2019), teknik pijat perineum dengan penggunaan minyak konvalius meliputi beberapa tahapan. Pertama, pastikan tangan dalam keadaan bersih sebelum melakukan pijatan. Ibu hamil berbaring dalam posisi yang nyaman, kemudian satu atau dua ibu jari dimasukkan ke dalam vagina sejauh 2 sampai maksimal 7 cm dengan posisi jari ditekuk, sedangkan jari lainnya berada di luar area perineum. Selanjutnya, ibu jari ditekan ke bawah dan menyamping secara bersamaan, lalu perlahan-lahan meregangkan area tersebut hingga ibu merasakan sensasi terbakar, perih, atau tersengat. Posisi ibu jari tersebut ditahan selama dua menit sampai rasa nyeri berkurang dan tidak terasa lagi. Pijatan dilakukan secara lembut untuk menghindari pembengkakan jaringan perineum. Daerah perineum ditekan perlahan dengan ibu jari, kemudian dipijat ke arah depan dan belakang melewati separuh bawah vagina selama tiga hingga lima menit. Selama proses ini, hindari menekan saluran kemih agar tidak terjadi iritasi. Intensitas pijatan dapat ditingkatkan secara bertahap sesuai dengan berkurangnya sensitivitas ibu. Gerakan pijatan dilakukan dengan cara menarik perlahan bagian bawah vagina ke arah luar, seperti saat kepala bayi keluar. Jempol tetap berada di dalam saat melakukan pijatan ini. Tujuannya adalah agar kulit perineum bisa meregang saat kepala bayi lahir. Setelah selesai pijat, bagian perineum diberi kompres hangat selama sekitar sepuluh menit dengan perlahan. Kompres hangat ini membantu melancarkan aliran darah dan membuat otot di sekitar perineum menjadi rileks, sehingga otot tidak menjadi tegang atau kaku.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data terhadap 32 responden primigravida yang melahirkan secara pervaginam di Klinik Bersalin Kasih Ibu Galang, penelitian ini menyimpulkan bahwa praktik perineal massage menggunakan Convalius Oil berpotensi menurunkan kejadian ruptur perineum. Sebanyak 50% ibu pada kelompok intervensi tidak mengalami ruptur, dibandingkan 20% pada kelompok kontrol, dan ruptur derajat II juga lebih rendah. Kandungan alami dalam Convalius Oil, seperti vitamin E, minyak kelapa, dan minyak zaitun, berperan dalam meningkatkan kenyamanan pemijatan dan elastisitas jaringan perineum. Meskipun bersifat non-invasif dan mudah diterapkan, efektivitas intervensi ini masih terbatas pada konteks, lokasi, dan karakteristik subjek penelitian. Hasil uji Chi-Square menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik antara pelaksanaan perineal massage dan penurunan kejadian ruptur ($p = 0,037$). Oleh karena itu, temuan ini dapat dijadikan sebagai dasar awal penerapan intervensi berbasis bukti dalam praktik kebidanan, namun tetap perlu dikaji lebih lanjut dengan rancangan penelitian yang lebih luas dan terkontrol.

Keterbatasan Penelitian (Limitations) ini memiliki keterbatasan pada cakupan lokasi yang hanya mencakup satu klinik, sehingga generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas masih belum memungkinkan. Faktor eksternal seperti variasi keterampilan bidan saat persalinan dan kepatuhan ibu dalam melakukan pemijatan mandiri tidak dapat dikontrol secara optimal. Selain itu, keakuratan data kepatuhan intervensi bergantung pada laporan subjektif dari responden tanpa pemantauan langsung. Saran untuk Penelitian Selanjutnya (Recommendations), agar penelitian lanjutan menggunakan desain eksperimental yang lebih kuat seperti Randomized Controlled Trial dengan jumlah sampel yang lebih besar dan wilayah penelitian yang lebih beragam. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk membandingkan efektivitas berbagai jenis minyak alami yang digunakan dalam perineal massage serta menggali aspek kualitatif mengenai pengalaman ibu selama melakukan pemijatan, termasuk persepsi, kendala, dan motivasi dalam menjalani intervensi.

6. Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan membantu selama pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada Klinik Kasih Ibu Galang atas izin dan fasilitas yang diberikan dalam proses pengumpulan data. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada para ibu hamil yang telah bersedia menjadi responden serta meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

7. Daftar Pustaka

1. Afdila, R., & Saragih, N. (2021). Pengaruh Pijat Perineum Selama Masa Kehamilan Terhadap Rupture Perineum Di PMB Ida Iriani, S.Sit Dan PMB Erniati, Am.Keb Kabupaten Aceh Utara. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 814–820. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i2.1986>
2. Akhmalia, N., Rosyidah, R., Widowati, H., Purwanti, Y., Studi, P., Profesi, P., Universitas, B., Sidoarjo, M., Studi, P., Profesi, P., Universitas, B., Sidoarjo, M., Studi, P., Profesi, P., Universitas, B., & Sidoarjo, M. (2022). Effectiveness of Perineal Massage With Virgin Coconut Oil (Vco) on Prevention of Perineal. *Jurnal Kese*, 1(1), 1–7.
3. br Ritonga, L., & Sembiring, N. M. P. B. (2023). Pengaruh Pemijatan Perineum Pada Ibu Hamil Trimester III Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Saat Persalinan Di Klinik Yusmalinda Kecamatan Stabat Kabupaten Langkat Tahun 2022. *USADA NUSANTARA: Jurnal Kesehatan Tradisional*, 1(1), 13-21.
4. Fatimah, & Lestari, P. (2019). Pijat Perineum : Mengurangi Ruptur Perineum untuk Kalangan Umum, Ibu Hamil dan Mahasiswa Kesehatan. *Buku Ajar*, 153–171.
5. Farida, S., & Rahmasari, I. (2021). Pijat Perineum Efektif Mencegah Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin: Literature Review
6. Idaman, M., & ., N. (2019). Pengaruh Pijatan Perineum Dan Senam Kegel Terhadap Pengurangan Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 10(1), 39. <https://doi.org/10.30633/jkms.v10i1.307>
7. Irianti Berliana, D. (2022). *Metode Non-Farmakologis Dalam Asuhan Persalinan*.
8. Julia Siahaan, Ernawati Barus, I. R. R. S. (2022). Jurnal Teknologi , Kesehatan Dan Ilmu Sosial. *Jurnal Teknologi, Kesehatan Dan Ilmu Sosial*, 4(2), 328–338.
9. Junaida Rahmi, Arumita Fauziah, I. L. (2023). Midwifery and Public Health. *Midwifery and Public Health*, 3(2), 83–98.
10. Nurhamida Fithri, & Simamora, L. (2022). Pengaruh Pijat Perineum dalam Mengurangi Ruptur Perineum saat Persalinan. *Journal of Health (JoH)*, 9(1), 9–16. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n1.279>.
11. Nur Rocmayanti & Ummah Kholifatul (2019), Massage perineum Selama Masa Kehamilan Terhadap Kejadian Rupture Perineum Spontan, CV. Jakad Publishing Surabaya.
12. Nuryawati, L. S., & Yuwansyah, Y. (2019, October). Edukasi Pijat Perineum Pada Kelas Ibu Hamil Terhadap Robekan Perineum Pada Ibu Hamil Primigravida> 34 Minggudi Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Dtp Maja. In *Prosiding Seminar Nasional Widya Husada*.
13. Purnami, R. W., & 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>
14. Purwoastuti Th Endang & Siwi Walyani Elisabeth, (2022), Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir, Yogyakarta, Pustaka Baru Press.
15. Putri, M. O., Wijayanti, T. R. A., & Widiatrilupi, R. M. V. (2023). *Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Kejadian Rupture Perineum Pada Primigravida*. 5, 5857–5867.
16. Riyanti, Neni, Devita Risa, H. N. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian rupture perineum pada persalinan normal. *Midwifery Health Journal*, 7(2), 30.
17. Subroto, E. T., & Sangkala, F. (2022). Efektivitas Perineal Massage Dalam Menurunkan Tingkat Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 120–126. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.711>
18. Sidabukke, I. R. R., & Barus, E. (2023). Hubungan Pendampingan Suami Saat Proses Persalinan Terhadap Kecemasan Pada Ibu di Klinik Pratama MARS Kecamatan Pagar Merbau Tahun 2023. *Jurnal Teknologi Kesehatan Dan Ilmu Sosial (TEKESNOS)*, 5(2), 316-322.

19. Sari, I., & Silaban, T. D. S. (2023). Analisis faktor penyebab terjadinya ruptur perineum pada ibu bersalin. *Jurnal kesehatan dan pembangunan*, 13(25), 218-226.
20. Tangko, Y., Asrawaty, A., Ariyanti, I., Putri, N. R., & Kurnia, I. (2021). Efektivitas Pijat Perineum Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Spontan Primigravida. *Midwifery Care Journal*, 2(4), 119–129. <https://doi.org/10.31983/micajo.v2i4.7876>
21. Yudianti, I., Alfiana, A. K., & Wijayanti, L. A. (2022). Pengaruh Pijat Perineum terhadap Kejadian Ruptur Perineum. *Prosiding Nasional FORIKES*, 3(8), 105–109.