



---

## HUBUNGAN SENAM HAMIL, BERAT BADAN BAYI LAHIR DAN LAMA PERSALINAN TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PERINEUM PADA IBU BERSALIN DI PUSKESMAS CIBIUK KABUPATEN GARUT TAHUN 2023

Indriyani<sup>1</sup>, Ernita Prima Noviyani<sup>2</sup>, Kuswati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Universitas Indonesia Maju

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Universitas Indonesia Maju

<sup>3</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Universitas Indonesia Maju

E-mail: [Indriyani@gmail.com](mailto:Indriyani@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 18-03-2024

Revised :20-04-2024

Accepted:24-04-2024

### Keywords:

Ruptur perineum,  
senam hamil, lama  
persalinan, BBL

**Abstract:** *Pendahuluan:* Berdasarkan laporan tahunan Puskesmas Cibiuk tahun 2022 terdapat sebanyak 45,8% yang mengalami luka perineum. Tingginya kejadian luka perineum salah satunya disebabkan oleh berat badan bayi, perineum yang kaku dan lama persalinan. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah robekan perineum adalah senam hamil dimana yang dapat memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot dinding perut, lingamen otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan. Tujuan dari penelitian ini guna mengetahui hubungan senam hamil, berat badan bayi lahir dan lama persalinan terhadap kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut tahun 2023. *Metode:* Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian cross sectional dengan pendekatan retrospektif. Populasi dalam penelitian adalah sebanyak 62 ibu bersalin, tehnik pengambilan sampel adalah total sampling artinya seluruh populasi dijadikan sampel. Analisa data yaitu analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji Chi-Square test untuk melihat hubungan terhadap 2 variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Hasil penelitian diperoleh 51,6% ibu bersalin tidak mengalami ruptur, 51,6% tidak rutin senam hamil, 56,5% melahirkan dengan berat badan bayi > 3500 gram dan sebanyak 71,0% mengalami lama waktu persalinan yang lambat. Hasil analisis bivariat menunjukkan senam hamil  $p$ -value 0,011, berat badan bayi lahir  $p$ -value 0,019 dan lama persalinan  $p$ -value 0,034. *Kesimpulan:* Terdapat hubungan yang bermakna antara senam hamil, berat badan bayi lahir dan lama persalinan dengan kejadian ruptur perineum. Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu dalam meningkatkan pengetahuan pada ibu bersalin keluarga atau masyarakat khususnya ibu hamil tentang pencegahan luka perineum dengan melakukan senam hamil secara rutin

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses dimana bayi, plasenta dan selaput ketuban keluar dari uterus ibu. Pada proses persalinan sangat rentan terjadinya ruptur perineum. Ruptur perineum adalah robekan atau perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak menggunakan alat. Ruptur perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan yang terjadi bisa ringgan (lecet atau laserasi), luka episiotomy, ruptur uteri, robekan perineum spontan derajat 1 sampai derajat IV (spinter ani) terputus, robekan pada dinding vagina, fornix uteri, serviks, daerah sekitar klitoris uretra (Royani Chairiyah, 2020).

Kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di dunia pada tahun 2020 sebanyak 2,7 juta kasus, dimana angka ini di perkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Benua Asia sendiri 50% ibu bersalin mengalami ruptur perineum (Gusnimar, 2021). Berdasarkan data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia laserasi atau ruptur perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pervelensi ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24%, dan pada ibu umur 32-39 tahun sebesar 62%. Pada pada tahun 2017 ditemukan bahwa dari total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan perineum, 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (Handayani, 2018). Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat angka kejadian ruptur perineum di Jawa barat pada tahun 2021 sebesar 54% dari seluruh jumlah persalinan sedangkan kejadian ruptur perineum di Kabupaten Garut pada tahun 2022 sebesar 61% dari jumlah ibu yang melahirkan Dinkes Garut, 2022).

Penyebab dari kejadian ruptur perineum adalah paritas, berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, perineum yang kaku, ekstraksi cunam, ekstraksi vakum, trauma alat dan episiotomy, ruptur perineum terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tidak jarang juga ada persalinan berikutnya. Robekan jalan lahir selalu memberikan perdarahan dalam jumlah yang bervariasi banyaknya. Perdarahan yang berasal dari jalan lahir harus selalu di evaluasi yaitu sumber dan perdarahan sehingga dapat di atasi (Amdadi, 2022).

Dampak terjadinya robekan jalan lahir antara lain perdarahan dan infeksi serta gangguan ketidaknyamanan. Perdarahan pada robekan jalan lahir dapat menjadi hebat khususnya pada robekan jalan lahir derajat dua atau tiga atau jika robekan meluas kesamping atau naik ke vulva mengenai klitoris. Luka perineum dapat dengan mudah terinfeksi karena letaknya dekat dengan anus memungkinkan sering terkontaminasi feces. Infeksi juga dapat menjadi sebab luka tidak segera menyatu sehingga timbul jaringan parut, sehingga menimbulkan ketidaknyamanan (Turlina, 2015).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya ruptur perineum yaitu faktor maternal, faktor janin dan faktor penolong. Faktor Maternal meliputi umur Ibu, partus presipitatus, mengejan terlalu kuat, perineum yang rapuh dan edema, paritas, kesempitan panggul dan cephalopelvic disproportion, kelenturan vagina varikosa pada pelvis maupun

jaringan parut pada perineum dan vagina serta persalinan dengan tindakan seperti ekstraksi vakum ekstraksi forceps, versi ekstraksi dan embriotomi. Faktor janin yang menjadi penyebab kejadian ruptur perineum meliputi kepala janin besar, berat bayi lahir, presentasi defleksi, letak sungsang dengan after coming head, distosia bahu, kelainan kongenital. Faktor penolong meliputi cara memimpin mengejan, cara berkomunikasi dengan ibu, keterampilan menahan perineum pada saat ekspulsi kepala, anjuran posisi meneran dan episiotomy (Qomarasari, 2022).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi robekan perineum adalah dengan melakukan senam hamil. Dengan melakukan senam hamil secara rutin dapat membuat ibu dan janin lebih siap menghadapi proses kelahiran karena senam hamil bertujuan baik terhadap ibu, dimana senam hamil ini memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, ligamen ligamen otot-otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan. Membentuk sikap tubuh, sikap tubuh yang baik selama kehamilan dan persalinan, dapat mengatasi keluhan-keluhan umum pada wanita hamil, dapat membuat letak janin normal dan mengurangi sesak nafas akibat bertambah besarnya perut (Kristianti, 2015).

Penelitian yang dilakukan Juli Gladis Claudia dan Wirdawaty S Adam (2018), hasil penelitian diperoleh jumlah ibu hamil yang rutin mengikuti senam hamil sebanyak 51 orang trimester III pada bulan November sampai Desember. Diketahui hasil bahwa, 22 orang mengalami robekan perineum derajat II rutin mengikuti senam hamil, 13 orang yang mengalami robekan perineum derajat III yang tidak rutin mengikuti senam hamil, kemudian terdapat 16 orang yang tidak mengalami robekan perineum yang terdiri dari 11 orang yang rutin mengikuti senam hamil dan 5 orang yang tidak rutin mengikuti senam hamil. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan di RSUD Muhammadiyah Bantul oleh Sari Dini Ulan (2017) juga menunjukkan bahwa 43 orang (71,7%) ibu bersalin yang melakukan senam hamil dari total 60 ibu sebanyak 27 ibu post partum (45,0%) dengan persalinan normal tidak mengalami ruptur. Untuk 17 orang yang tidak melakukan senam hamil sebanyak 14 ibu post partum (23,3%) mengalami ruptur dan hanya 3 ibu post partum (5,0%) tidak mengalami ruptur.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Senam Hamil, Berat Badan Lahir Bayi dan Lama Persalinan terhadap Kejadian Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023”.

## **LANDASAN TEORI**

### **Kejadian Ruptur Perineum**

#### **Pengertian Ruptur Perineum**

Ruptur Perineum merupakan sobekan yang terjadi saat bayi lahir baik secara spontan maupun dengan alat atau tindakan. Kebanyakan wanita yang mengalami ruptur perineum adalah wanita yang melahirkan anak pertamanya. Hal tersebut dapat terjadi karena otot-otot dasar panggul belum pernah teregang sebelumnya. Otot-otot dasar panggul harus memiliki elastisitas yang baik untuk mempersiapkan dan menghadapi persalinan dengan harapan sewaktu terjadi relaksasi otot-otot tersebut akan teregang

dengan optimal yang secara alamiah dapat melewati bayi secara nyaman dan berkontraksi kembali untuk menyokong organ panggul setelah bayi dilahirkan (Hafizah Nurwindayu, 2019).

### **Konsep Persalinan**

#### **Pengertian**

Persalinan mengeluarkan janin hidup dari rahim melalui vagina. Sang ibu mengeluarkan anaknya setelah melahirkan. Kontraksi persalinan yang sebenarnya menyebabkan kelahiran plasenta. Pada aterm (37-42 minggu), janin dikeluarkan secara spontan dengan presentasi belakang kepala dan berlangsung selama 18 jam tanpa kesulitan bagi ibu atau janin (Walyani, 2015). Menurut WHO, persalinan normal adalah persalinan yang dimulai secara spontan (dengan kekuatan ibu sendiri dan melalui jalan lahir), resiko rendah pada awal persalinan, presentasi belakang kepala pada usia kehamilan antara 37-42 minggu, dan kedua ibu dan bayi sehat dan berkembang. di bawah 24 jam (WHO, 2015). Rahim mengeluarkan anak hidup selama persalinan. Pada aterm (37-42 minggu), janin dikeluarkan secara spontan dengan presentasi belakang kepala dalam waktu 18 jam tanpa kesulitan bagi ibu atau janin (Jannah, 2012).

### **Senam Hamil**

#### **Pengertian**

Senam hamil adalah suatu gerak atau olah tubuh yang dilaksanakan oleh ibu hamil sehingga ibu tersebut menjadi siap baik fisik maupun mental untuk menghadapi kehamilan dan persalinannya dengan aman dan alami (Rismalinda, 2020). Senam hamil merupakan suatu metode yang penting untuk mempertahankan atau memperbaiki keseimbangan fisik ibu hamil dan merupakan terapi latihan yang diberikan pada ibu hamil dengan tujuan mencapai persalinan yang cepat, mudah dan aman. Senam hamil minimal dilakukan 3 kali selama masa kehamilan dan dilakukan 1-3 kali dalam seminggu dengan lama waktu 1 jam sampai 1 jam 30 menit dalam satu kali pertemuan (Maryunani & Sukaryati, 2018).

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian cross sectional dengan pendekatan retrospektif. Studi cross sectional merupakan suatu observasional (non-eksperimental) yang hanya bersifat deskriptif dan juga merupakan studi analitik. Cross sectional mencakup semua jenis penelitian yang pengukuran variabel-variabelnya hanya dilakukan satu kali, pada satu saat. Sehingga studi ini disebut sebagai studi prevalens. Dalam studi cross sectional, variabel independent atau faktor risiko dan tergantung (efek) dinilai secara simultan pada satu saat, sehingga tidak ada follow up (Nursalam, 2016).

Desain cross sectional tidak ada follow up. Selain itu, temporal relationship (hubungan waktu) antara faktor risiko dan efek tidak selalu tergambar dari kata yang terkumpul. Hasil pengamatan studi ini disusun dalam tabel 2x2 untuk mengidentifikasi faktor. Untuk desain seperti ini biasanya yang dihitung adalah rasio prevalens, yakni perbandingan antara prevalens suatu penyakit atau efek pada subyek kelompok yang mempunyai faktor risiko, dengan prevalens penyakit atau efek pada subyek yang tidak mempunyai faktor risiko (Ghazali, et al., 2018).

Penelitian ini dilakukan untuk hubungan senam hamil, berat badan bayi lahir dan lama persalin terhadap kejadian robekan perineum pada ibu bersalin di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut pada bulan Agustus 2023 sebanyak 62 ibu bersalin.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat dan analisis data bivariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### 1) Kejadian Ruptur Perineum

**Tabel 4.1**

**Distribusi Frekuensi Kejadian Ruptur Parineum di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Kejadian Ruptur Perineum | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|--------------------------|---------------|----------------|
| Ruptur                   | 30            | 48,4           |
| Tidak Ruptur             | 32            | 51,6           |
| <b>Jumlah</b>            | <b>62</b>     | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa dari 62 ibu bersalin terdapat sebanyak 30 ibu bersalin (48,4%) mengalami ruptur parineum dan sebanyak 32 ibu bersalin (51,6%) tidak mengalami ruptur parineum.

#### 2) Senam hamil

**Tabel 4.2**

**Distribusi Frekuensi Senam Hamil di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Senam Hamil   | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Tidak Rutin   | 32            | 51,6           |
| Rutin         | 30            | 48,4           |
| <b>Jumlah</b> | <b>62</b>     | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa dari 62 ibu bersalin terdapat sebanyak 32 ibu bersalin (51,6%) tidak rutin dalam melakukan senam hamil dan sebanyak 30 ibu bersalin (48,4%) rutin dalam melakukan senam hamil.

## 3) Berat Badan Bayi Lahir

**Tabel 4.3**  
**Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi Lahir di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Berat Bayi    | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| > 2500        | 35            | 56,5           |
| ≤ 2500        | 27            | 43,5           |
| <b>Jumlah</b> | <b>62</b>     | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa dari 62 ibu bersalin terdapat sebanyak 35 ibu bersalin (88,7%) melahirkan bayi dengan berat badan bayi > 2500 gram dan sebanyak 27 ibu bersalin (43,5%) melahirkan bayi dengan berat badan bayi ≤ 2500.

## 4) Lama Persalinan

**Tabel 4.4**  
**Distribusi Frekuensi Lama Persalinan Kala II di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Lama Persalinan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-----------------|---------------|----------------|
| Lambat          | 18            | 29,0           |
| Normal          | 44            | 71,0           |
| <b>Jumlah</b>   | <b>62</b>     | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa dari 62 ibu bersalin terdapat sebanyak 18 ibu bersalin (29,0%) mengalami waktu persalinan yang lambat yaitu lebih dari 2 jam dan sebanyak 44 ibu bersalin (71,0%) mengalami lama waktu persalinan yang normal yaitu kurang dari 2 jam.

**Analisis Bivariat**

## 1) Hubungan Senam Hamil dengan Kejadian Ruptur Perineum

**Tabel 4.5**  
**Hubungan Senam Hamil dengan Kejadian Ruptur Perineum di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Senam Hamil | Kejadian Ruptur Perineum |   |              |   | Total |   | P Value | OR |
|-------------|--------------------------|---|--------------|---|-------|---|---------|----|
|             | Ruptur                   |   | Tidak Ruptur |   | F     | % |         |    |
|             | F                        | % | f            | % |       |   |         |    |
|             |                          |   |              |   |       |   |         |    |

|               |           |             |           |             |           |            |       |       |
|---------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|------------|-------|-------|
| Tidak Rutin   | 21        | 65,6        | 11        | 34,4        | 32        | 100        | 0,011 | 4,455 |
| Rutin         | 9         | 30,0        | 21        | 70,0        | 30        | 100        |       |       |
| <b>Jumlah</b> | <b>30</b> | <b>48,4</b> | <b>32</b> | <b>51,6</b> | <b>62</b> | <b>100</b> |       |       |

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 32 ibu bersalin yang tidak rutin dalam melakukan senam hamil terdapat sebanyak 21 ibu bersalin (65,6%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 11 ibu bersalin (34,4%) tidak mengalami ruptur perineum. Sedangkan dari 30 ibu bersalin yang rutin dalam melakukan senam hamil terdapat sebanyak 9 ibu bersalin (30,0%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 21 ibu bersalin (70,0%) tidak mengalami ruptur perineum.

Uji *Chi Square* menunjukkan  $\rho$ -value sebesar 0,011 yang berarti  $\rho$ -value < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara senam hamil dengan kejadian ruptur perineum. Nilai OR (*Odd Ratio*) sebesar 4,455 artinya ibu bersalin yang tidak rutin melakukan senam hamil beresiko 4,455 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu bersalin yang rutin melakukan senam hamil.

## 2) Hubungan Berat Badan Bayi Lahir dengan Kejadian Ruptur Perineum

**Tabel 4.6**

**Hubungan Berat Badan Layi Lahir dengan Kejadian Ruptur Perineum di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Berat Badan Bayi Lahir | Kejadian Ruptur Perineum |             |              |             | Total     |            | P Value | OR    |
|------------------------|--------------------------|-------------|--------------|-------------|-----------|------------|---------|-------|
|                        | Ruptur                   |             | Tidak Ruptur |             | F         | %          |         |       |
|                        | F                        | %           | f            | %           |           |            |         |       |
| > 2500                 | 22                       | 62,9        | 13           | 37,1        | 35        | 100        | 0,019   | 4,019 |
| ≤ 2500                 | 8                        | 29,6        | 19           | 70,4        | 27        | 100        |         |       |
| <b>Jumlah</b>          | <b>30</b>                | <b>48,4</b> | <b>32</b>    | <b>51,6</b> | <b>62</b> | <b>100</b> |         |       |

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 35 ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat badan > 2500 gram terdapat sebanyak 22 ibu bersalin (62,9%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 13 ibu bersalin (37,1%) tidak mengalami ruptur perineum. Sedangkan dari 27 ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat badan ≤ 2500 terdapat sebanyak 8 ibu bersalin (29,6%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 19 ibu bersalin (70,4%) tidak mengalami ruptur perineum.

Uji *Chi Square* menunjukkan  $\rho$ -value sebesar 0,019 yang berarti  $\rho$ -value < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara berat badan bayi lahir dengan kejadian ruptur perineum. Nilai OR (*Odd Ratio*) sebesar 4,019 artinya ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat > 2500 beresiko 4,019 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat  $\leq$  2500.

### 3) Hubungan Lama Persalinan dengan Kejadian Ruptur Perineum

**Tabel 4.7**

**Hubungan Lama Persalinan dengan Kejadian Ruptur Perineum di Puskesmas Cibiuk Kabupaten Garut Tahun 2023**

| Lama Persalinan | Kejadian Ruptur Perineum |             |              |             | Total     |            | P Value | OR    |
|-----------------|--------------------------|-------------|--------------|-------------|-----------|------------|---------|-------|
|                 | Ruptur                   |             | Tidak Ruptur |             | F         | %          |         |       |
|                 | f                        | %           | f            | %           |           |            |         |       |
| Lambat          | 13                       | 72,2        | 5            | 27,8        | 18        | 100        | 0,034   | 4,129 |
| Normal          | 17                       | 38,6        | 27           | 61,4        | 44        | 100        |         |       |
| <b>Jumlah</b>   | <b>30</b>                | <b>48,4</b> | <b>32</b>    | <b>51,6</b> | <b>62</b> | <b>100</b> |         |       |

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 18 ibu bersalin yang mengalami lama persalinan dengan lambat terdapat sebanyak 13 ibu bersalin (72,2%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 5 ibu bersalin (27,8%) tidak mengalami ruptur perineum. Sedangkan dari 44 ibu bersalin yang mengalami lama waktu persalinan dengan normal terdapat sebanyak 17 ibu bersalin (38,6%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 27 ibu bersalin (61,4%) tidak mengalami ruptur perineum.

Uji *Chi Square* menunjukkan  $\rho$ -value sebesar 0,034 yang berarti  $\rho$ -value < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara lama persalinan dengan kejadian ruptur perineum. Nilai OR (*Odd Ratio*) sebesar 4,129 artinya ibu bersalin yang mengalami lama waktu persalinan lambat beresiko 4,129 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu bersalin yang mengalami lama waktu persalinan dengan normal.

### **Pembahasan**

#### **Hubungan Senam Hamil dengan Kejadian Ruptur Perineum**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 ibu bersalin yang tidak rutin dalam melakukan senam hamil terdapat sebanyak 21 ibu bersalin (65,6%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 11 ibu bersalin (34,4%) tidak mengalami ruptur perineum. Sedangkan dari 30 ibu bersalin yang rutin dalam melakukan senam hamil terdapat sebanyak 9 ibu bersalin (30,0%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 21 ibu bersalin (70,0%) tidak mengalami ruptur perineum.



Uji Chi Square menunjukkan  $p$ -value sebesar 0,001 yang berarti  $p$ -value  $< 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara senam hamil dengan kejadian ruptur perineum. Nilai OR (Odd Ratio) sebesar 4,455 artinya ibu bersalin yang tidak rutin melakukan senam hamil beresiko 4,455 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu bersalin yang rutin melakukan senam hamil.

Penyebab dari kejadian ruptur perineum adalah paritas, berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, perineum yang kaku, ekstraksi cunam, ekstraksi fakum, trauma alat dan episiotomy, ruptur perineum terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tidak jarang juga ada persalinan berikutnya. Robekan jalan lahir selalu memberikan perdarahan dalam jumlah yang bervariasi banyaknya. Perdarahan yang berasal dari jalan lahir harus selalu di evaluasi yaitu sumber dan perdarahan sehingga dapat di atasi (Amdadi, 2022).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi robekan perineum adalah dengan melakukan senam hamil. Dengan melakukan senam hamil secara rutin dapat membuat ibu dan janin lebih siap menghadapi proses kelahiran karena senam hamil bertujuan baik terhadap ibu, dimana senam hamil ini memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot dinding perut, ligamen ligamen otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan. Membentuk sikap tubuh, sikap tubuh yang baik selama kehamilan dan persalinan, dapat mengatasi keluhan umum pada wanita hamil, dapat membuat letak janin normal dan mengurangi sesak nafas akibat bertambah besarnya perut (Kristianti, 2015).

Responden yang aktif mengikuti senam hamil tidak mengalami robekan perineum dikarenakan senam hamil yang dilakukan secara teratur sehingga dapat membantu elastisitas otot dasar panggul dan akan memperoleh hasil yang efektif. Hal ini sesuai dengan teori bahwa dengan mengikuti senam hamil dapat bermanfaat dalam proses persalinan yaitu ibu dapat melatih ketenangan menghadapi proses persalinan, memperkuat dan mempertahankan elastisitas pada saat mengejan otot-otot dasar panggul dan otot paha bagian dalam mengendur secara aktif sehingga otot dasar panggul yang lemas tidak akan mudah robek saat melahirkan (Hulliana, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Turlina (2015), Hasil penelitian menunjukkan sebagian responden mengikuti senam hamil sebanyak (61,9%) hasil observasi robekan perineum menunjukkan sebagian tindakan mengalami robekan perineum (38,1 %) hasil pengujian dengan uji koefisien Phi diperoleh nilai sebesar 0,485 dengan signifikan sebesar 0,026 ( $p < 0,05$ ), hal ini disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara senam hamil dengan kejadian robekan perineum spontan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Riswati (2015) hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden tidak aktif senam hamil (62,8 %) dan sebagian besar responden mengalami robekan perineum (55,8 %). Ada hubungan yang signifikan antara senam hamil terhadap robekan perineum pada ibu bersalin primigravida di puskesmas tegalrejo, kecamatan argomulyo, kota salatiga. ( $p$ -value  $0,029 < (0,05)$ ).

Penelitian yang dilakukan Juli Gladis Claudia dan Wirdawaty S Adam (2018), hasil penelitian diperoleh jumlah ibu hamil yang rutin mengikuti senam hamil sebanyak 51

orang trimester III pada bulan November sampai Desember. Diketahui hasil bahwa, 22 orang mengalami robekan perineum derajat II rutin mengikuti senam hamil, 13 orang yang mengalami robekan perineum derajat III yang tidak rutin mengikuti senam hamil, kemudian terdapat 16 orang yang tidak mengalami robekan perineum yang terdiri dari 11 orang yang rutin mengikuti senam hamil dan 5 orang yang tidak rutin mengikuti senam hamil. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan di RSUD Muhammadiyah Bantul oleh Sari Dini Ulan (2017) juga menunjukkan bahwa 43 orang (71,7%) ibu bersalin yang melakukan senam hamil dari total 60 ibu sebanyak 27 ibu post partum (45,0%) dengan persalinan normal tidak mengalami ruptur. Untuk 17 orang yang tidak melakukan senam hamil sebanyak 14 ibu post partum (23,3%) mengalami ruptur dan hanya 3 ibu post partum (5,0%) tidak mengalami ruptur.

Menurut asumsi peneliti bahwa ibu yang tidak mengalami robekan perineum dimungkinkan karena pengaturan posisi yang benar pada saat persalinan, rutin melakukan senam hamil, perineum massage. Ibu yang mengikuti senam hamil dapat bermanfaat dalam proses persalinan yaitu ibu dapat melatih ketenangan menghadapi proses persalinan, memperkuat dan mempertahankan elastisitas pada saat mengejan otot-otot dasar panggul dan otot paha bagian dalam mengendur secara aktif sehingga otot dasar panggul yang lemas tidak akan mudah robek saat melahirkan. Kemudian ibu yang aktif melakukan senam hamil masih ada beberapa ibu yang mengalami robekan perineum, hal ini kemungkinan karena disebabkan faktor lain yaitu berat lahir janin yang lebih besar, usia ibu, posisi ibu saat persalinan, persalinan pertama, proses mengejan yang terlalu awal. Kejadian robekan juga akan meningkat jika bayi dilahirkan terlalu cepat dan tidak tepat dalam mengatur kecepatan kelahiran bayi, keterampilan penolong persalinan juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan ruptur perineum karena penolong yang tidak dapat mencegah terjadinya pengeluaran kepala yang tiba-tiba, akan mengakibatkan laserasi yang hebat dan tidak teratur, bahkan dapat meluas sampai sphincter ani dan rectum.

### **Hubungan Berat Badan Bayi Lahir dengan Kejadian Ruptur Perineum**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 35 ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat badan > 2500 gram terdapat sebanyak 22 ibu bersalin (62,9%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 13 ibu bersalin (37,1%) tidak mengalami ruptur perineum. Sedangkan dari 27 ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat badan ≤ 2500 terdapat sebanyak 8 ibu bersalin (29,6%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 19 ibu bersalin (70,4%) tidak mengalami ruptur perineum.

Uji Chi Square menunjukkan  $p$ -value sebesar 0,019 yang berarti  $p$ -value < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara berat badan bayi lahir dengan kejadian ruptur perineum. Nilai OR (Odd Ratio) sebesar 4,019 artinya ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat > 2500 beresiko 4,019 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan berat ≤ 2500.

Menurut teori berat badan janin dapat mengakibatkan terjadinya ruptur perineum yaitu berat badan janin lebih dari 3.500 gram, karena resiko trauma partus melalui vagina seperti distosia bahu dan kerusakan jaringan lunak pada ibu (Mochtar, 2015). Berat badan

bayi lahir adalah berat badan yang ditimbang dari 24 jam waktu kelahiran. Umumnya semakin besar janin, semakin lama persalinan semakin meningkatkan resiko terjadinya ruptur perineum karena perineum tidak cukup kuat menahan regangan kepala bayi dengan berat badan bayi yang besar sehingga pada proses kelahiran bayi dengan berat badan bayi lahir yang besar sering terjadi ruptur perineum (Angriani, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Desy Qomarasari (2022) dimana hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan berat badan bayi lahir dengan ruptur perineum dan secara statistik signifikan  $p$  value  $< 0,05$  ( $p = 0,013$ ). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahroni (2018) yang berjudul hubungan berat badan bayi baru lahir dan cara meneran ibu dengan ruptur perineum di klinik nurma tahun 2018, memperlihatkan bahwa nilai signifikan probabilitas (Asym Sig), uji chi-square menunjukkan  $a=0,010$  untuk berat badan bayi baru lahir, Simpulan hasil penelitian ini yaitu ada hubungan berat badan bayi baru lahir dengan ruptur perineum di Klinik Nurma Medan Tahun 2018.

Menurut asumsi peneliti ada hubungan berat badan bayi lahir dengan ruptur perineum. Hal itu dikarenakan semakin besar berat badan bayi, akan semakin besar resiko terjadinya ruptur perineum, karena perineum tidak cukup menahan kuat menahan regangan kapala bayi dengan berat bayi yang besar sehingga pada proses kelahiran bayi dengan berat badan bayi lahir yang besar sering terjadi ruptur perineum. Ukuran bayi yang besar tersebut akan menyebabkan jalan lahir akan lebih teregang dan mengalami robekan karena tidak mampu menahan besarnya janin selama proses persalinan. Berat badan bayi yang berlebih juga akan meningkatkan risiko macet bahu yang pada akhirnya akan semakin meningkatkan risiko terjadinya robekan pada perineum.

#### **Hubungan Lama Persalinan dengan Kejadian Ruptur Perineum**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 18 ibu bersalin yang mengalami lama persalinan dengan lambat terdapat sebanyak 13 ibu bersalin (72,2%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 5 ibu bersalin (27,8%) tidak mengalami ruptur perineum. Sedangkan dari 44 ibu bersalin yang mengalami lama waktu persalinan dengan normal terdapat sebanyak 17 ibu bersalin (38,6%) mengalami ruptur perineum dan sebanyak 27 ibu bersalin (61,4%) tidak mengalami ruptur perineum.

Uji Chi Square menunjukkan  $p$ -value sebesar 0,034 yang berarti  $p$ -value  $< 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara lama persalinan dengan kejadian ruptur perineum. Nilai OR (Odd Ratio) sebesar 4,129 artinya ibu bersalin yang mengalami lama waktu persalinan lambat beresiko 4,129 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu bersalin yang mengalami lama waktu persalinan dengan normal.

Menurut Oxorn (2014) lama persalinan mempengaruhi ruptur perineum, seperti pada kasus partus presipitatus yaitu persalinan yang terjadi terlalu cepat yakni kurang dari tiga jam. Persalinan yang terlalu cepat menyebabkan ibu mengejan kuat tidak terkontrol, kepala janin terjadi defleksi terlalu cepat. Keadaan ini akan memperbesar kemungkinan ruptur perineum. Robekan spontan pada vagina atau perineum dapat terjadi saat kepala dan bahu dilahirkan. Kejadian robekan akan meningkat jika bayi dilahirkan terlalu cepat dan tidak terkendali (JNPK-KR, 2017).

Lama persalinan kala I pada primi gravida maksimal terjadi selama 12 jam dan pada multi gravida terjadi maksimal terjadi selama 8 jam, sedangkan lama persalinan kala II pada primi gravida maksimal terjadi selama 2 jam dan pada multi gravida terjadi maksimal terjadi selama 1 jam (Mochtar, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vivi Sudiarsih (2023). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama persalinan dengan ruptur perineum pada Persalinan Normal di RSIA Citra Insani Bogor tahun 2021 yang ditandai dengan nilai p-value atau signifikansi sebesar 0.000 yang dimana nilai tersebut merupakan nilai daerah diterimanya hipotesis yaitu  $p\text{-value} \leq 0.05$ . Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keintjem dkk (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama persalinan dengan ruptur perineum.

Penulis mengasumsikan bahwa partus lama dapat menyebabkan ruptur perineum bahkan robekan serviks yang dapat mengakibatkan perdarahan pasca persalinan. Persalinan yang terlalu cepat menyebabkan ibu mengejan kuat tidak terkontrol, kepala janin terjadi defleksi terlalu cepat. Keadaan ini akan memperbesar kemungkinan ruptur perineum. Robekan spontan pada vagina atau perineum dapat terjadi saat kepala dan bahu dilahirkan. Kejadian robekan akan meningkat jika bayi dilahirkan terlalu cepat dan tidak terkendali. Lama persalinan dapat mempengaruhi terjadinya ruptur perineum. Hal ini dikarenakan lama persalinan yang terlalu cepat atau terlalu lama. Hasil ini sejalan dengan teori yang di bahas oleh Noviani (2020) yang mengatakan bahwa lama persalinan berhubungan dengan ruptur perineum.

## **KESIMPULAN**

- 1) Sebagian besar ibu bersalin yaitu sebanyak 51,6% ibu bersalin tidak mengalami ruptur, 51,6% tidak rutin dalam melakukan senam hamil, 56,5% melahirkan bayi dengan berat badan bayi > 2500 gram dan sebanyak 71,0% mengalami lama waktu persalinan yang normal yaitu kurang dari 2 jam.
- 2) Terdapat hubungan antara senam hamil dengan kejadian ruptur perineum dengan p-value 0,011. Nilai OR=4,455.
- 3) Terdapat hubungan antara berat badan bayi lahir dengan kejadian ruptur perineum dengan p-value 0,019. Nilai OR=4,019.
- 4) Terdapat hubungan antara lama persalinan dengan kejadian ruptur perineum dengan p-value 0,034. Nilai OR=4,129.

## **SARAN**

- 1) Bagi Klien Dan Keluarga  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu dalam meningkatkan pengetahuan pada ibu bersalin keluarga atau masyarakat khususnya ibu hamil tentang pencegahan luka perineum dengan melakukan senam hamil secara rutin.
- 2) Bagi Tenaga Kesehatan  
Peneliti melakukan kolaborasi dengan KIA terkait pemberian promosi kesehatan atau penyuluhan kepada masyarakat tentang pencegahan luka perineum pada ibu bersalin

dengan melakukan senam hamil sehingga masyarakat dapat melakukan gerakan-gerakan senam hamil secara mandiri.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam memberikan pembelajaran kepada mahasiswa didik supaya lebih kompeten dan menghasilkan lulusan bidang yang professional, mandiri sekaligus dapat bermanfaat sebagai penambah bahan kepustakaan yang dapat dijadikan studi banding bagi penelitian selanjutnya.

#### DAFTAR REFERENSI

- Afni, R., & Ristica, O. D. (2021). Hubungan Senam Hamil Dengan Ruptur Perineum Pada Saat Persalinan Di Pmb Dince Safrina Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 3(2), 260-265.
- Amdadi, Z. A., & Hidayati, H. (2022). Pengaruh Senam Hamil dengan Kejadian Ruptur Perimeum di Puskesmas Minasaupa Makassar Tahun 2021. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(11), 3787-3794.
- Arikunto, S., (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Chairiyah, R. (2020). Hubungan Senam Hamil Dengan Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin Di BPS Hj Warsiningsih. *Persalinan: Jurnal Ilmiah Akademi Kebidanan Farama Mulya*, 11(1), 47-55.
- Claudia, J. G., & Adam, W. S. (2018). Efektifitas Senam Hamil terhadap Kejadian Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di Puskesmas Limboto. *Gorontalo Journal of Public Health*, 1(1), 053-058.
- Dinas Kesehatan Jawa Barat. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2021*. Bandung. Dinkes.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, (2022), *Profil Kesehatan Kabupaten Garut 2022*. Garut. Dinkes.
- Gusnimar, R., Veri, N., & Mutiah, C., (2021), Pengaruh Air Rebusan Daun Binahong Dalam Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum Masa Nifas, *Sel Jurnal Penelitian Kesehatan*, 8(1), 15-23.
- Hidayat. A, Aziz, (2018). *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis. Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jannah, Nurul, 2015, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan- Persalinan*, C.V. Andi Offset, Yogyakarta.
- Kristianti, Shinta. 2015. Hubungan Senam Kegel Pada Ibu Hamil primigravida TM III terhadap Derajat Robekan Perineum DI Wilayah Puskesmas Pembantu Bandar Kidul Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 3(2): 91-98.
- Kurniawan, F., Jingsung, J., Anam, A., & Siagian, H. J. (2020). The Risk Factor of Pregnant Gymnam on The Incidence of Ruptur Perineum in Aliyah Hospital Kendari. *Jurnal kebidanan*, 10(2), 138-142.
- Manuaba, (2015), *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Arcan
- Maryunani, A., & Sukaryati, Y. (2018). *Senam Hamil Senam Nifas dan Terapi Musik*.

- Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S., (2018), *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nursalam, (2016), *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Ed. 4, Salemba Medika, Jakarta.
- Nurwindayu, H. (2019). Hubungan Senam Kegel Pada Ibu Hamil Primigravida Dengan Kejadian Ruptur Perineum Di Klinik Pratama Jannah Medan Tembung Dan Klinik Pratama Tanjung Deli Tua Tahun 2018.
- Primadona, P., & Susilowati, D. (2015). Penyembuhan luka perineum fase proliferasi pada ibu nifas. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 13(1).
- Puskesmas Cibiuk, (2022). Laporan Tahunan Puskesmas Limbangan Tahun 2022, Pusat Kesehatan Masyarakat, Garut.
- Rismalinda. (2020). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: CV Trans Info Medika.
- Sari, D. U., & Putri, H. A. (2017). Hubungan senam hamil dengan kejadian ruptur perineum pada persalinan normal di rsu pku muhammadiyah bantul (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Sugiyono, (2017), *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitataif dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Alfabeta, Bandung.
- Suminar, R. (2022). Hubungan Cara Meneran Dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin Dalam Persalinan Kala Ii (Di PMB Desa Sukasari Kecamatan Rumpin Kabupaten Bogor) (Doctoral dissertation, ITS Kes Insan Cendekia Medika).
- Suryani, P., & Handayani, I. (2018). Senam Hamil dan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 5(01), 33–39.
- Turlina, L. (2015). Hubungan Senam Hamil Dengan Terjadinya Robekan Perineum Spontan Di BPM Wiwik Azizah Said Desa Duriwetan Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(3), 16-21.
- Walyani, 2016, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta. TIM
- Wiknjosastro, H. (2015). *Ilmu Kebidanan (Edisi ke-4)*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Zumrotin, S., Hariyono, H., & Rosyidah, I. (2020). Hubungan Senam Hamil dengan Kejadian Robekan Perineum Pada Ibu Primipara. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 116-125.