

ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU POSTPARTUM DENGAN PEMBERIAN KOMBINASI PERAWATAN PERINEUM DAN SENAM KEGEL UNTUK MEMPERCEPAT PROSES PENYEMBUHAN LUKA DI TATANAN KELUARGA

Dea Apriliya¹

Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sumber Waras
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
email: dheaapriya20@gmail.com

Retno Banowati²

Mahasiswa, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sumber Waras
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
email: retnobanowati808@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Mothers in labor generally experience tears in the vagina and perineum, which cause bleeding in varying amounts. Proper care immediately after delivery or suturing can help reduce oedema and bruising, thus reducing the need for Kegel exercises. **Objective:** This study aims to provide an overview of nursing care for postpartum mothers by combining perineal care and Kegel exercises to accelerate wound healing. **Research Method:** The case study method was used in this study, with data sources obtained from search results using the Google Scholar database. The search was conducted in both Indonesian and English languages, covering the period from 2019 to 2023, and using specific inclusion criteria. **Results:** After performing Kegel exercises on clients for 7 days, they reported a positive effect of Kegel exercises on accelerating wound healing. The results of this study revealed that client 1 experienced complete wound healing within 7 days, while client 2, on the 7th day, still had a wet wound that had not fully merged, resulting in a longer healing process. **Conclusion:** The study concludes that Kegel exercises have an effect on perineal wound healing in postpartum mothers. The recommended Kegel exercise regimen is 3 times a day for 7 days, with sessions in the morning, afternoon, and evening before bedtime, each lasting for 15 minutes.

Keywords: Kegel exercises, perineal wound healing

ABSTRAK

Latar Belakang: Ibu bersalin umumnya mengalami robekan pada vagina dan perineum yang menimbulkan perdarahan dalam jumlah bervariasi dan banyak. Hal ini diperlukan perawatan yang tepat segera setelah persalinan atau penjahitan dapat membantu mengurangi edema dan memar maka untuk menguranginya dilakukan senam kegel. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran asuhan keperawatan pada ibu postpartum dengan pemberian kombinasi perawatan perineum dan senam kegel untuk mempercepat penyembuhan luka. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus, sumber data yang diperoleh dari hasil pencarian menggunakan database google scholar yang diterbitkan dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris dengan rentang tahun 2019-2023, dengan menggunakan kriteria inklusi. **Hasil:** Setelah dilakukan pemberian senam kegel kepada klien selama 7 hari menyatakan bahwa ada pengaruh senam kegel dalam mempercepat penyembuhan luka. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil pada klien 1 mengalami proses penyembuhan luka selama 7 hari sedangkan klien 2 pada hari ke 7 kondisi luka belum menyatu dan masih basah sehingga mengalami pemanjangan proses penyembuhan luka. **Kesimpulan:** Pengaruh senam kegel terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum dilakukan senam kegel selama 7 hari sebanyak 3x/hari yaitu dipagi hari, siang dan malam sebelum tidur dengan durasi 15 menit.

Kata Kunci: Senam kegel, penyembuhan luka perineum

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Setiap Ibu hamil di dunia akan mengalami proses persalinan atau pengeluaran hasil konsepsi pada usia kehamilan yang cukup bulan. Proses yang dialami ibu setelah melewati persalinan yang panjang disebut postpartum. Masa nifas (Post-Partum) adalah masa dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat kandungan kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidaknyamanan pada awal postpartum, yang tidak menutup kemungkinan untuk menjadi patologis bila tidak diikuti dengan perawatan yang baik (Yuliana & Hakim, 2020).

Data yang di peroleh dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 Angka Kematian Ibu (AKI) mencapai 431 per 100.000 kelahiran hidup, AKI di Indonesia pada tahun 2020 sebanyak 177 per 100.000 kelahiran hidup (Unicef, 2020). Indonesia menempati urutan ketiga penyebab terjadinya kematian ibu, dengan jumlah prevalensi pada perdarahan sebanyak (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), dan 207 kasus infeksi, Kemenkes RI (2020). Berdasarkan data UNICEF disebutkan bahwa kejadian komplikasi yang berhubungan dengan rupture perineum yang menyebabkan *mortality rate* di dunia tercatat mencapai 21,1 juta kasus, sedangkan di Asia Tenggara sendiri jumlahnya yang tercatat mencapai 16,3 juta kasus (UNICEF, 2019).

Perawatan yang tepat segera setelah persalinan atau penjahitan dapat membantu mengurangi edema dan memar. Jika area perineum gagal sembuh, atau masih menyebabkan nyeri meskipun seharusnya sudah terjadi penyembuhan awal, biasanya disarankan untuk dilakukan penjahitan ulang atau perbaikan (Hilda Yani dkk, 2022). Biasanya penyembuhan luka pada robekan perineum ini akan sembuh bervariasi, ada yang sembuh normal (6-7 hari) dan ada yang mengalami keterlambatan dalam penyembuhannya (Hilda Yani dkk, 2022). Robekan perineum terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan yang terjadi akibat dorongan spontan janin maupun akibat tindakan manipulatif (episiotomi) pada pertolongan persalinan. Robekan bisa terjadi pada perineum, vagina, serviks, atau uterus (Hariani, 2021).

Upaya untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum dapat dilakukan dengan perawatan luka perineum, mengkonsumsi makanan yang bergizi dan mengandung tinggi protein, mobilisasi dini seperti melakukan senam kegel. Senam kegel adalah senam untuk menguatkan otot dasar panggul menjelang persalinan, tujuannya untuk menguatkan

otot-otot dasar panggul, membantu mencegah masalah inkontinensia urine, serta dapat melenturkan jaringan perineum sebagai jalan lahir bayi.

Menurut hasil penelitian Yunifitri dkk (2022), rata-rata lama waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok senam kegel adalah 6 hari dengan batasan minimal 5 hari dan maksimal 7 hari lebih cepat dibandingkan pada kelompok mobilisasi dengan rata-rata jumlah hari adalah 7 hari, dengan batasan minimal 4 hari dan maksimal 9 hari. Sehingga dapat disimpulkan senam kegel dapat mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu post partum

Sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Sulala (2021), menyatakan bahwa kelompok senam kegel mengalami penyembuhan luka perineum dalam waktu 7 hari, sedangkan 9 ibu nifas yang tidak melakukan senam kegel mengalami keterlambatan penyembuhan luka perineum sebanyak 6 orang yaitu luka sembuh dalam waktu > 7 hari dan 3 ibu nifas mengalami penyembuhan luka normal dalam waktu 7 hari.

Berdasarkan data yang didapatkan serta di dukung oleh hasil penelitian sebelumnya terkait kejadian luka perineum di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Ibu Postpartum Dengan Pemberian Kombinasi Perawatan Perineum dan Senam Kegel Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Di Tatanan Keluarga”

Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti ingin menegtaui bagaimana “Asuhan Keperawatan ibu postpartum dengan pemberian kombinasi perawatan perineum dan senam kegel untuk mempercepat proses penyembuhan luka ?”

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan pada ibu postpartum dengan pemberian kombinasi perawatan perineum dan senam kegel untuk mempercepat penyembuhan luka.

2. Tujuan Khusus

- Mampu melakukan pengkajian pada ibu postpartum dalam pemberian senam kegel untuk mengurangi nyeri luka perenium.
- Mampu merumuskan diagnosa keperawaataan, perencanaan, implementasi keperawatan pada nyeri luka ibu postpartum.
- Mampu melakukan evaluasi pada klien postpartum setelah dilakukan tindakan pemberian senam kegel.
- Mengetahui perbedaan nyeri klien postpartum sebelum dan sesudah di berikan intervensi pemberian senam kegel.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan dan keterampilan untuk mempercepat penyembuhan luka perineum menggunakan teknik non farakologi dengan senam kegel pada ibu postpartum.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- Sebagai bahan referensi sumber pengetahuan dalam proses pembelajaran di STIKes Sumber Waras
- Pengetahuan pemberian senam kegel untuk menurunkan perineum pada ibu postpartum
- Sebagai bahan perbandingan bagi peneliti di bidang keperawatan selanjutnya untuk melaksanakan penelitian yang serupa tentang senam kegel terhadap pengurangan rasa nyeri luka perineum ibu pot partum

3. Bagi Penulis

- Menambah wawasan dalam ilmu pengetahuan dan dapat meningkatkan keterampilan serta kualitas dalam memberikan asuhan keperawatan mengenai senam kegel terhadap pengurangan rasa nyeri luka perineum ibu postpartum
- Menerapkan prosedur penerapan senam kegel terhadap penurunan rasa nyeri luka perineum ibu postpartum

METODE PENELITIAN

Rencana yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian yang bertujuan memberikan gambaran secara mendetail tentang subjek penelitian, dilakukan dengan sistematik sehingga hasilnya menunjukkan tentang

HASIL

a. Pengkajian

1) Data Umum

DATA UMUM	KLIEN 1	KLIEN 2
Hari, Tanggal Pengkajian/Jam	Kamis, 10-05-2023/08.00 WIB	Rabu, 25-05-2023/9.00 WIB
Hari, Tanggal Masuk Puskesmas	Rabu, 08-05-2023/10.00 WIB	Selasa, 23-05-2023/7.00 WIB
Ruang Perawatan	Ruang Mawar	Ruang Mawar
Nomor Register	00-75-00-81	00-78-00-84

2) Pola Fungsional

POLA KESEHATAN GORDON	KLIEN 1	KLIEN 2
a) Pola Persepsi Sehat Sakit (1) Keluhan Utama	Klien mengatakan luka dijahitan perineum terasa panas dan sakit, klien juga mengeluh cemas dan takut jika jahitan perineumnya terbuka atau robek, klien mengeluh belum bisa BAB dari persalinan	Klien mengatakan lemah saat melahirkan dan tidak nyaman beraktivitas saat duduk pada kelahiran pertama.
(2) Riwayat Penyakit Sekarang	Klien mengatakan perutnya mulai kencang dan mengeluarkan lendir, kemudian dibawa ke IGD Puskesmas Tambora hari Senin, 08-05-2023 pukul 11.00 WIB dengan lahir bayi secara spontan di hari Selasa, 09-05-2023 pukul 08.00 WIB di ruang mawar dengan berat bayi 3.000 gram	Klien mengatakan perutnya mulai kencang dan mengeluarkan lendir, kemudian dibawa ke IGD Puskesmas Tambora hari Selasa, 23-05-2023 pukul 07.00 WIB dengan lahir bayi secara spontan di hari Selasa, 23-05-2023 pukul 10.20 WIB di ruang mawar dengan berat bayi 3.550 gram
(3) Riwayat Kehamilan	Klien mengatakan kehamilan kedua masih terasa mual dan muntah	Klien mengatakan tidak nyaman pada kehamilan pertama
(4) Riwayat Menstruasi	Klien mengatakan pertama klien menstruasi di umur 15 tahun, perutnya sakit saat hari pertama menstruasi, siklus menstruasi teratur, lamanya menstruasi sekitar 6-7 hari.	Klien mengatakan pertama klien menstruasi di umur 12 tahun, perutnya tidak sakit saat menstruasi, siklus menstruasi teratur, lamanya menstruasi sekitar 6-7 hari
(5) Riwayat KB	Klien mengatakan menggunakan KB jenis Implan saat melahirkan anak pertama	Klien mengatakan menggunakan KB jenis Implan setelah melahirkan
b) Pola Nutrisi	Selama kehamilan klien mengalami kenaikan berat badan dari 57 kg menjadi 64 kg dengan tinggi badan 152 cm, IMT = 24,67 kg/m ³	Selama kehamilan klien mengalami kenaikan berat badan dari 55 kg menjadi 65 kg dengan tinggi badan 158 cm, IMT = 22,08 kg/m ³
c) Pola Eiminasi (1) BAB	Kebiasaan BAB 1x di pagi hari tapi sehabis melahirkan belum BAB,	Kebiasaan BAB 1x di pagi hari, konsistensi lembek, warna

	konsistensi lembek, warna kuning kecoklatan, tanpa darah atau lendir, bau khas fekes	kuning kecoklatan, tanpa darah atau lendir, bau khas fekes
d) Pola Tidur-Istirahat	Klien mengatakan saat kontraksi hebat dia tidak bisa tidur dan agak sulit beraktivitas	Klien mengatakan saat kontraksi hebat dia tidak bisa tidur dan agak sulit beraktivitas
e) Pola kognitif-konseptual	Klien mengatakan pusing	Klien mengatakan pusing
f) Pola Peran-Hubungan	Selama merasakan kontraksi hebat klien merasa tidak bisa melaksanakan peran sebagai ibu rumah tangga dengan baik.	Selama merasakan kontraksi hebat klien merasa tidak nyaman beraktivitas dan kurang melaksanakan peran sebagai ibu rumah tangga dengan baik.
g) Pola Seksualitas - Reproduksi	Klien mengatakan tidak ada masalah dalam hal seksualitas dan reproduksi	Klien mengatakan tidak ada masalah dalam hal seksualitas dan reproduksi
h) Pola Koping-Toleransi Stress	Jika mengalami masalah klien mengadakan musyawarah dengan keluarga	Jika mengalami masalah klien mengadakan musyawarah dengan keluarga
i) Pola Nilai-Kepercayaan	Klien tidak mampu melaksanakan ibadah puasa dikarenakan sedang menyusui	Klien tidak mampu melaksanakan ibadah puasa dikarenakan sedang menyusui

3) Hasil Pemeriksaan Diagnostik

PEMERIKSAAN	KLIEN 1	KLIEN 2
Lab : Pemeriksaan Darah	Tanggal 10 Mei 2023 Hasil Pemeriksaan Darah Lengkap - Hemoglobin : 11.3 g/dl - Hematokrik : 33.8 % - Leukosit : 16.51 ribu/ μ L - Trombosit : 287 ribu/ μ L - Gol darah : O+ - Glukosa darah sewaktu : 95 μ L/dl - BsAg : Non Reaktif	Tanggal 03 Mei 2023 Hasil Pemeriksaan Darah Lengkap - Hemoglobin : 10.3 g/dl - Hematokrik : 32 % - Leukosit : 9.3 ribu/ μ L - Trombosit : 341 ribu/ μ L - Gol darah : O+ - Glukosa darah sewaktu : 99 μ L/dl - BsAg : Non Reaktif

4) Analisa Data

DX I		
Data	Etiologi	Masalah
<p>Klien I</p> <p>Data subjektif :</p> <ol style="list-style-type: none"> Klien mengeluh tidak nyaman pada perineum dan kontraksi Rahim <p>Data Objektif :</p> <ol style="list-style-type: none"> Ku baik Klien tampak meringis Klien tampak berbaring di tempat tidur Klien bergerak dengan hati-hati Klien tampak luka episiotomy Klien tampak kontraksi uterus 	Trauma perineum dan ketidaktepatan posisi duduk	Ketidaknyamanan pasca partum (D.0075)
<p>Klien I</p> <p>Data subjektif :</p> <ol style="list-style-type: none"> Klien mengeluh tidak nyaman saat duduk <p>Data Objektif :</p> <ol style="list-style-type: none"> Klien tampak meringis Klien tampak luka episiotomy Klien tampak kontraksi uterus 	Trauma perineum dan ketidaktepatan posisi duduk	Ketidaknyamanan pasca partum (D.0075)
DX II		
<p>Klien I</p> <p>Data Subjektif :</p> <ol style="list-style-type: none"> Klien mengatakan tidak BAB dari persalinan 	Kelemahan otot abdomen	Konstipasi

<p>2. Klien mengatakan takut mengejan dengan ada bekas jahitan</p> <p>Data Objektif :</p> <p>3. Feses keras</p> <p>4. Kelemahan umum</p>		
<p>Klien II</p> <p>Data Subjektif :</p> <p>1. Klien mengeluh sering terjaga pada malam hari</p> <p>2. Klien megeluh istirahat tidak cukup</p> <p>3. Klien megeluh pola tidur berubah</p> <p>Data Objektif :</p> <p>4. Klien tampak ada mata panda</p>	<p>Hambatan lingkungan terhadap pengawasan bayi</p>	<p>Gangguan Pola Tidur</p>
DX III		
<p>Klien I</p> <p>Data Subjektif :</p> <p>1. Klien mengatakan khawatir dengan jahitan perineumnya dan takut jika jahitan robek dan tidak tahu cara perawatan lukanya</p> <p>Data Objektif :</p> <p>2. Tampak gelisah</p> <p>3. Tampak tegang</p>	<p>Kurang terpapar informasi</p>	<p>Ansietas</p>
<p>Klien II</p> <p>Data Subjektif :</p> <p>1. Klien mengatakan kurang mengetahui penggunaan kontrasepsi</p> <p>Data Objektif :</p> <p>1. Klien tampak persepsi yang keliru terhadap masalah</p>	<p>kurang terpapar informasi</p>	<p>Defisit Pengetahuan tentang penggunaan kontrasepsi</p>

<p>2. Klien tampak menjalani pemeriksaan yang tidak tepat</p> <p>3. Klien tampak perilaku berlebihan</p>		
--	--	--

b. Diagnosa Keperawatan

Klien 1	Klien 2
Ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan Trauma perineum dan ketidaktepatan posisi duduk (D.0075)	Ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan Trauma perineum dan ketidaktepatan posisi duduk (D.0075)
Konstipasi berhubungan dengan gangguan emosional (D.0049)	Gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan terhadap pengawasan bayi (D.0055)
Ansietas berhubungan dengan kurang terpapar informasi (D.0080)	Defisit Pengetahuan tentang penggunaan kontrasepsi berhubungan dengan kurang terpapar informasi

PEMBAHASAN

Pembahasan studi kasus ini disesuaikan berdasarkan pada tabel pengkajian hingga asuhan keperawatan yang telah di susun untuk mrngevaluasi dari pelaksanaan tindakan senam kegel dan perawatan luka postpartum.

1. Pengkajian

Pengkajian dilakukan dengan metode wawancara dan observasi yang didapat dari klien maupun keluarga, pengkajian yang dilakukan pada klien I maupun klien II. Pada pengkajian klien I (G2P1A0) diperoleh data subjektif yaitu klien mengeluh takut jika BAB jahitannya copot. Sedangkan untuk data objektifnya yaitu klien tampak meringis, terdapat luka episiotomy, REEDA: R: redness (tidak ada kemerahan), E: edema (tidak ada edema), E: ecchymosis (tidak ada tanda perdarahan), D discharge (tidak ada cairan/serum), A: approximasi (jaringan menyatu) dan lochea rubra berwarna merah mengandung darah, kontraksi uterus baik, kesadaran klien composmentis, pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan, suhu tubuh klien 36,20C, tekanan darah 130/90 mmHg, denyut nadi 97x/menit, dan pernafasan 20x/menit. Pada pengkajian klien II (G2P0A1) diperoleh data subjektif yaitu klien mengeluh tidak nyaman saat duduk. Sedangkan untuk data objektifnya yaitu klien tampak meringis, terdapat luka episiotomy, REEDA: R: redness (tidak ada kemerahan), E: edema (tidak ada edema), E: ecchymosis (tidak ada tanda perdaraha), D: discharge (tidak ada cairan/serum), A: approximasi (jaringan menyatu) dan lochea rubra berwaran merah mengandung darah, kontraksi uterus baik,

kesadaran klien composmentis, pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan, suhu tubuh klien 36,40C, tekanan darah 128/85 mmHg, denyut nadi 85x/menit, dan pernafasan 20x/menit. Menurut asumsi penulis dari hasil pengkajian didapatkan bahwa tidak adanya tanda-tanda infeksi pada kedua klien tersebut, saat ini klien berada pada perubahan psikologis tahap fase taking hold (fase transisi) yaitu berlangsung selama 10 hari dimulai dari hari ke-3 setelah melahirkan. Pada fase ini, ibu mulai menunjukkan perhatian pada bayinya dan berminat untuk belajar memenuhi kebutuhan diri sendiri dan bayinya. Sedangkan perubahan fisiologis pada ibu postpartum khususnya pada organ vagina, mengalami perubahan di minggu ke-3 vagina mengecil dan timbul rungae (lipatan-lipatan atau kerutan-kerutan) hingga kembali ke kondisi seperti sebelum melahirkan. Pada kedua klien kondisi luka perineum disebabkan oleh luka tindakan episiotomy dengan sayatan garis tengah atau median sehingga memiliki risiko lebih tinggi untuk meluas area anus. Robekan perineum terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan yang terjadi akibat dorongan spontan janin maupun akibat tindakan manipulatif (episiotomi) Pada pertolongan persalinan. Robekan bisa terjadi pada perineum, vagina, serviks atau uterus (Hariani,2021).

2. Diagnosa keperawatan

Diagnosa prioritas yang muncul pada klien I dan II yang sudah sesuai dengan teori yaitu ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan trauma perineum dan ketidaktepatan posisi duduk yang dibuktikan dengan data objektif adanya luka jahitan pada perineum. Penentuan diagnosa ini penulis ambil dari SDKI dimana masalah ketidaknyamanan pasca partum yaitu perasaan tidak nyaman yang berhubungan dengan kondisi setelah melahirkan dapat menyebabkan gangguan pada ibu seperti kesulitan untuk beraktivitas dan takut untuk BAB, serta apabila kurangnya pengalaman dan adanya trauma pengalaman postpartum sebelumnya menjadi faktor pendukung ketidaknyamanan.

Nyeri pada perineum muncul karena terjadi laserasi perineum atau robekan saat melahirkan, karena ada suatu jaringan yang terputus sehingga membuat hipotalamus mengeluarkan reseptor nyeri pada daerah perineum. Salah satu factor yang dapat mempengaruhi yaitu usia. Nyeri perineum biasa menjadikan masalah bagi para ibu nifas, karena menimbulkan kecemasan dan ketidaknyamanan. Dan dapat menimbulkan akibat negative seperti menghambat mobilisasi, perasaan Lelah, menghambat proses bonding attachment, dan gangguan pola tidur. Apabila akibat negative ini tidak segera ditangani dapat

mempengaruhi proses pemulihan ibu nifas, sehingga penting untuk mengetahui cara penanganan yang benar untuk mengurangi bahaya atau kematian pada ibu pasca kehamilan (Nurul Atikah, 2019)

3. Intervensi

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada kedua klien yaitu merencanakan perawatan luka perineum dan senam kegel. Perawatan perineum dimulai dari, identifikasi perawatan luka untuk mengetahui ada tidaknya REEDA yaitu: R (kemerahan), E (edema/bengkak), E:ecchymosis (tanda perdaraha), D:discharge (cairan/serum), A:approximasi (pendekatan anastomosis luka) dan kaji jenis lochea. Kemudian akan melakukan perawatan luka dan senam kegel dengan rencana pemberian selama 7 hari. Sedangkan untuk senam kegel yaitu dengan beri penjelasan tentang senam kegel. Pada saat menentukan intervensi keperawatan penulis tidak menemukan hambatan karena terdapat buku panduan yang menguatkan yaitu SIKI.

Asumsi penulis dari kasus kedua klien maka upaya untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum dapat dilakukan dengan perawatan luka perineum, mengkonsumsi makanan yang bergizi dan mengandung tinggi protein, mobilisasi dini seperti melakukan senam kegel. Senam kegel adalah senam untuk menguatkan otot dasar panggul menjelang persalinan, tujuannya untuk menguatkan otot-otot dasar panggul, membantu mencegah masalah inkontinensia urine, serta dapat melenturkan jaringan perineum sebagai jalan lahir bayi. Prosedur senam kegel dapat diingat dan dilakukan bersama aktifitas yang berkaitan dengan kegiatan ibu sehari-hari. Seperti saat ibu duduk di kamar mandi setelah berkemih dan ini adalah posisi relaks untuk mengkontraksi otot tersebut. Melakukan senam kegel secara teratur dapat membantu melenturkan jaringan perineum ibu menyambut persalinan (Yunifitri dkk, 2022).

Sejalan dari penelitian Ana, dkk (2022) dengan cara melakukan senam kegel yaitu lakukan Gerakan seperti menahan buang air kecil, tahan kontraksi 6 detik, lepaskan, ulangi beberapa kali selama 20 menit setiap hari, dilakukan 3x sehari selama 7 hari berturut-turut. latihan kegel dapat dilakukan dengan posisi duduk maupun berbaring. Sedangkan faktor lain untuk membantu proses penyembuhan luka perineum yaitu dengan melakukan perawatan perineum yang bertujuan memberikan pemenuhan rasa nyaman dengan cara menyembuhkan daerah antara kedua paha yang dibatasi antara lubang dubur dan bagian alat kelamin ibu sehabis melahirkan agar terhindar dari infeksi (Wahyuningsih,2019)

4. Implementasi

Implementasi yang dilakukan sudah sesuai dengan intervensi yang telah di susun yaitu perawatan luka dan latihan senam kegel untuk mempercepat penyembuhan luka perineum dimulai dari mengidentifikasi kemampuan perawatan luka dan latihan senam kegel, memonitor ada tidaknya REEDA: kemerahan, edema/bengkak, perdarahan, cairan, kerapatan jaringan, sedangkan untuk perawatan luka perineum, menyiapkan air, kapas, betadine, kassa steril, menjelaskan prosedur perawatan luka. Caranya yaitu klien diberikan posisi litotomi kemudian dilakukan pengkajian kemudian bersihkan area perineum menggunakan kapas basah lalu usap pada bagian luka dengan kassa yang diberi betadine, perawatan perineum bisa juga dengan mengajarkan klien untuk memberisikan area genitalia dengan air bersih pada saat mandi atau BAB/BAK. Pemberian senam kegel di berikan selama 7 hari dengan durasi selam 15 menit pada posisi duduk atau berbaring. cara melakukan senam kegel, tarik nafas dan tahan perut dan vagina selama 10 detik dan dihembuskan lewat mulut di istirahatkan selama 10 detik pemberian selama 15 menit dengan posisi berbaring, duduk, berdiri. Caranya dengan tarik nafas di tahan sampai 10 detik lalu di hembuskan di istirahatkan sebentar selama 10 detik.

Sejalan dengan penelitian Antini (2019), efektivitas senam kegel terhadap waktu penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum normal. Rata-rata lama waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok senam kegel adalah 6 hari dengan batasan minimal 5 hari dan maksimal 7 hari lebih cepat dibandingkan pada kelompok mobilisasi dengan rata-rata lama waktu penyembuhan adalah 7 hari, dengan batasan minimal 4 hari dan maksimal 9 hari.

Asumsi penulis berdasarkan hasil implementasi yang dilakukan yaitu dalam melakukan senam kegel perlu adanya kepatuhan dan keseriusan setiap kali melakukan tindakan menjadi faktor pendukung kesembuhan luka perineum, sehingga kesembuhan luka bisa berlangsung selama 7 hari dengan kondisi luka kering, jaringan menyatu, tidak ada kemerahan dan pembengkakan. Semakin sering frekuensi latihan senam kegel maka dapat mempersingkat waktu kesembuhan dan juga perlu memperhatikan asupan nutrisi dalam proses penyembuhan luka.

5. Evaluasi

Evaluasi merupakan tahap akhir dari seluruh asuhan keperawatan, evaluasi sangat penting

dalam proses tindakan keperawatan karena untuk mengetahui apakah tindakan keperawatan dapat mengatasi ketidaknyamanan pascapartum.

Pada klien I mengalami perubahan luka, hari pertama tanggal 10/05/2023 luka klien tampak bersih, REDDA negatif jaringan belum menyatu diberikan senam kegel dengan cara posisi tiduran, hari keempat tanggal 13/05/2023 luka klien tampak bersih, REDDA negatif ada perubahan dan darah nifas sudah agak kecoklatan, dan hari ketujuh tanggal 16/05/2023 luka sudah kering dan jahitan sudah menyatu dengan kulit, jadi total perawatan pada klien I selama ± 7 hari. Pada klien ke II, hari pertama tanggal 25/05/2023 jaringan belum menyatu luka bersih, REEDA negatif, diberikan senam kegel dengan cara posisi duduk dan tiduran, hari keempat tanggal 28/05/2023 luka tampak masih basah jaringan belum menyatu, lochea berwarna merah, dan hari ketujuh tanggal 31/05/2023 luka belum menyatu, lochea sudah berwarna kecoklatan, jadi total perawatan pada klien II selama ± 7 hari.

Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan penyembuhan luka pada ibu postpartum 1 dan 2 meskipun sama-sama diberikan perlakuan perawatan perineum dan senam kegel. Akibat perawatan perineum yang kurang baik mengakibatkan kondisi perineum yang terkena lochea menjadi lembab dan akan sangat menunjang perkembangbiakan berbagai bakteri yang menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum yang dapat menghambat proses penyembuhan luka perineum. Biasanya penyembuhan luka yang terjadi pada perineum ini akan sembuh bervariasi, ada yang sembuh normal dan ada yang mengalami suatu kelambatan dalam proses penyembuhannya luka, hal ini dipengaruhi beberapa hal diantaranya karakteristik ibu bersalin, status gizi, kondisi perlukaan dan perawatannya. Penyembuhan luka yang mengalami kelambatan di sebabkan karena beberapa masalah diantaranya perdarahan yang disertai dengan perubahan tandatanda vital, infeksi seperti kulit kemerahan, demam dan timbul rasa nyeri, pecahnya luka jahitan sebagian atau seluruhnya akibat terjadinya trauma serta menonjolnya organ bagian dalam ke arah luar akibat luka tidak segera menyatu dengan baik (Anggraeni et al., 2020). Efektivitas senam kegel terhadap waktu penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum normal. Rata-rata lama waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok senam kegel adalah 6 hari dengan batasan minimal 5 hari dan maksimal 7 hari lebih cepat Antini (2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan studi kasus tentang “Asuhan Keperawatan Pada Ibu Postpartum Dengan Pemberian Kombinasi Perawatan Perineum Dan Senam Kegel Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka” yang dilakukan pada tanggal 10 – 30 Mei 2023 terhadap 2 kasus postpartum dengan adanya luka perineum di Wilayah Kerja Puskesmas Tambora.

Pada pengkajian terdapat persamaan dan perbedaan data antara klien I dan klien II, sedangkan diagnose keperawatan prioritas yang ditemukan pada kasus I dan kasus II yaitu ketidaknyamanan pasca partum berhubungan dengan trauma perineum dan ketidaktepatan posisi duduk, adapun intervensi pada kedua kasus yang sesuai dengan teori tersebut yaitu dengan dilakukannya kombinasi perawatan luka perineum dan teknik senam kegel, dari diagnose yang muncul pada klien I dan II didapatkan hasil pada klien 1 mengalami proses penyembuhan luka selama 7 hari sedangkan klien 2 pada hari ke 7 kondisi luka belum menyatu dan masih basah sehingga mengalami pemanjangan proses penyembuhan luka

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Penulis
 - a. Diharapkan penulis dapat menerapkan hasil penelitian menjadi masukan dalam praktikum dan pemberian asuhan keperawatan maternitas
 - b. Sebaiknya memahami terlebih dahulu konsep secara menyeluruh sebelum tindakan penelitian dilakukan dan penulis juga memiliki rasa keingintahuan yang tinggi selama melaksanakan proses penelitian
2. Institusi
Menjadikan hasil studi kasus penelitian ini sebagai referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya berkaitan dengan topik asuhan keperawatan maternitas dengan masalah kesehatan perawatan luka perineum dan pemberian senam kegel bagi dosen serta mahasiswa STIKES Sumber Waras.
3. Keluarga
Diharapkan agar keluarga dapat merawat anggota keluarga yang mengalami luka perineum dengan cara perawatan perineum dan senam kegel untuk mempercepat penyembuhan luka perineum.

DAFTAR PUSTAKA

- Antini, A; Trisnawati, I. & Darwanti, J. (2016). Efektivitas Senam Kegel Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Normal. *Suara Forikes*. 7(4): 212-216.
- Afni, dkk (2021). *Hubungan Senam Kegel Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di PMB Dince Safrina Pekan Baru*. *Jurnal Science Midwifery*. Diakses pada tanggal 10 Maret 2023.
- Ari, dkk. 2016. Efektivitas Senam Kegel Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Postpartum Normal. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes: Volume VII Nomor 4*.
- Citra, dkk. 2014. Analisis Pengetahuan Dan Tindakan Senam Kegel Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan. *Pharmacy : Vol.11 No. 01*
- Dewi, Vivian N.L., & Sunarsih, Tri. 2013. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2014*. Jawa Timur
- Durahim, D. et al. (2018). *Effect Difference of Kegel Exercise and Sough Relaxation Exercise to Decrease Perineum Pain of Post-Partum Mother*. *International Journal of Sciences: Basic and Applied Research (IJSBAR)*, 37(3), pp. 107–115. diakses pada tanggal 10 maret 2023
- Eka, dkk. 2020. Pengaruh Senam kegel terhadap Penyembuhan Luka pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sei Betik: Vol. 15 No. 2 Purwaningrum, Ratna Budi dan Ita Herawati*. 2022. Pengaruh Senam Kegel terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum. *Wellness and Healthy Magazine : Vol. 4 No. 2*
- Gustirini, R. et al. (2020). *The Effectiveness of Kegel Exercise for the Acceleration of Perineum Wound Healing on Postpartum Women*. diakses pada tanggal 12 maret 2023. doi: 10.2991/ahsr.k.200723.101.
- Haryati, E. (2022). *Asuhan Keperawatan Post Partum*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- PPNI.T.P (2017) *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Edisi 1 Cetakan III. Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia Jakarta: DPP PPNI
- PPNI.T.P (2018) *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SIKI)*. Edisi 1 Cetakan II. Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia Jakarta: DPP PPNI
- PPNI.T.P (2018) *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Edisi 1 Cetakan II. Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia Jakarta: DPP PPNI
- Puji, dkk. (2021). *Hubungan Senam Kegel Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabat Banyuwangi*. diakses pada tanggal 15 maret 2023

- <https://www.ojsstikesbanyuwangi.com>.
- Restrepo Klinge, S. (2019). *Pengaruh Kegel Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Perineum Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Puuwatu Kendari. Ayan*, 8(5), p. 55. diakses pada tanggal 15 maret 2023.
- Saleha. (2017). *Hubungan senam kegel dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas (Studi di Wilayah Kerja PMB Sri Puji U.W. S.Tr.Keb). STIKES Ngudia Husada Madura*. Naskah Publikasi. diakses pada 16 maret 2023.
- Sulala, Anis. dkk. (2021). *Hubungan Senam Kegel Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas*. diakses pada tanggal 15 maret 2023.
- Tangko, Y. et al. (2021). *Efektivitas Pijat Perineum Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Spontan Primigravida. Midwifery Care Journal*, 2(4), pp. 119–129. diakses pada tanggal 16 maret 2023. doi: 10.31983/micajo.v2i4.7876.
- Yulia Fitri, E. (2019). *Pengaruh Senam Kegel Terhadap Penyembuhan Luka Pada Ibu Post Partum. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(2), pp. 179–184. diakses pada tanggal 16 maret 2023.