

PENGARUH PIJAT PERINEUM TERHADAP KEJADIAN ROBEKAN PERINEUM DI PUSKESMAS KEDUNGWARINGIN

*The Effect Of Perineal Massage On The Incident Of Perineal Tears At The Kedungwaringin
Community Health Center*

Dewi Agustin^{1*}, Septiwiarsi², Shiva RD³, Putri Barokah⁴
^{1,2,3,4} STIKes Bhakti Husada Cikarang
*E-mail: dewi.agusthine@gmail.com

ABSTRACT

Childbirth is a natural event experienced by women, but it is prone to developing into pathological conditions at any time, including the risk of tearing the birth canal during delivery. Perineal massage is a massage technique performed on pregnant women in the third trimester to increase blood flow, elasticity, and relaxation of the pelvic floor muscles, which can reduce the risk of tearing the perineum. Perineal tears often occur during labor and can cause complications such as bleeding and infection. This study aims to analyze the effect of perineal massage on the incidence of perineal tears during the labor process. The method used in this study was a quasi-experimental method with a population of pregnant women with gestational age > 34 weeks. A sample of 34 people was taken using non-probability sampling that selected respondents who met the researcher's criteria. The results of the study obtained from the chi-square analysis in the SPSS 23 application were that mothers who were given perineal massage treatment and experienced perineal tears were 20%. Meanwhile, mothers who were not given perineal massage treatment and experienced perineal tears were 60%. With a p-value of 0.034 (<0.05) and an OR value of 4.4, it can be concluded that there is an effect of perineal massage treatment on the incidence of perineal tears during childbirth. The conclusion of this study is that mothers who do not receive massage have a risk of experiencing perineal tears 4.4 times greater than mothers who receive perineal massage.

Keyword: perineal message, tears, pregnant mother

ABSTRAK

Persalinan merupakan suatu kejadian yang alamiah dialami oleh perempuan, namun rentan berkembang menjadi keadaan patologis sewaktu-waktu, termasuk resiko terjadinya robekan jalan lahir saat persalinan. Pijat perineum merupakan salah satu teknik pijatan yang dilakukan pada ibu hamil trimester ketiga untuk meningkatkan aliran darah, elastisitas, dan relaksasi otot-otot dasar panggul, yang dapat menurunkan resiko terjadinya robekan pada perineum. Robekan perineum sering terjadi pada persalinan dan dapat menyebabkan komplikasi seperti perdarahan dan infeksi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat perineum terhadap kejadian robekan perineum pada saat proses persalinan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan populasi ibu hamil usia kehamilan > 34 minggu. Sampel sebanyak 34 orang diambil dengan non probalibity sampling yang memilih responden yang sesuai dengan kriteria peneliti. Hasil penelitian yang didapat dari hasil analisis chi square pada aplikasi SPSS 23 adalah ibu yang diberikan perlakuan pijat perineum dan mengalami robekan perineum adalah sebanyak 20%. Sedangkan ibu yang tidak diberikan perlakuan pijat perineum dan mengalami kejadian robekan perineum adalah sebanyak 60%. Dengan nilai p sebesar 0,034 (< 0,05) dan nilai OR sebesar 4,4 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh perlakuan pijat perineum terhadap kejadian robekan perineum pada saat persalinan,. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ibu yang tidak melakukan pijat beresiko mengalami robekan perineum sebesar 4,4 kali lebih besar daripada ibu yang melakukan pijat perineum.

Kata kunci: pijat perineum, robekan, ibu hamil.

PENDAHULUAN

Robekan perineum adalah salah satu komplikasi yang sering terjadi pada ibu saat persalinan, yang dapat menyebabkan perdarahan hebat dan komplikasi lainnya. Pijat perineum dilakukan pada akhir kehamilan, biasanya mulai usia kehamilan 34 minggu, dengan tujuan untuk meningkatkan elastisitas, melunakkan jaringan ikat, serta meningkatkan aliran darah pada area perineum. Peningkatan elastisitas jaringan ini diharapkan dapat mencegah atau mengurangi risiko robekan perineum atau episiotomi saat proses persalinan, ⁽¹⁾

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kejadian robekan perineum diantaranya adalah paritas, umur ibu, jarak kelahiran, kondisi jalan lahir, berat badan bayi yang dilahirkan dan kasus persalinan dengan tindakan. Pada ibu dengan usia kurang dari 20 tahun, akan lebih beresiko mengalami robekan oleh karena fungsi reproduksi yang belum berkembang dengan baik. Sedangkan pada ibu dengan usia diatas 35 tahun juga disebutkan akan mengalami resiko komplikasi persalinan yang lebih besar, terutama kemungkinan mengalami kejadian robekan perineum dikarenakan fungsi reproduksi yang mengalami penurunan dibandingkan dengan jika persalinan dialami oleh ibu dengan usia ibu yang kurang dari 35 tahun.⁽²⁾

Beberapa penelitian menyatakan bahwa pijat perineum merupakan metode efektif untuk membantu perineum menjadi lebih lentur dan mudah meregang sehingga meminimalkan kemungkinan robekan. Teknik pijat ini dapat dilakukan oleh bidan atau oleh ibu sendiri di rumah secara rutin pada trimester akhir kehamilan, dan telah terbukti secara statistik memberikan perbedaan signifikan dalam menurunkan insiden robekan dibandingkan dengan yang tidak melakukan pijat perineum.

Robekan perineum merupakan salah satu komplikasi yang sering terjadi pada persalinan pervaginam. Kondisi ini dapat berdampak pada meningkatnya rasa nyeri pascapersalinan, gangguan mobilitas, ketidaknyamanan saat berkemih maupun defekasi, serta menurunkan kualitas hidup ibu pada periode nifas. Upaya pencegahan robekan perineum menjadi penting dalam rangka meningkatkan keselamatan dan kenyamanan ibu bersalin, serta mengurangi risiko komplikasi jangka panjang.⁽³⁾

Berbagai intervensi non-invasif telah dikembangkan untuk menurunkan risiko robekan perineum, salah satunya adalah pijat perineum (perineal massage). Pijat perineum mulai direkomendasikan sebagai teknik untuk meningkatkan elastisitas jaringan perineum, memperbaiki aliran darah lokal, serta mempersiapkan jaringan dalam menghadapi peregangan saat proses kelahiran. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pijat perineum, terutama bila dilakukan secara rutin sejak usia kehamilan tertentu, dapat menurunkan angka episiotomi dan robekan spontan, meskipun hasil penelitian masih bervariasi.⁽⁴⁾

Di Indonesia, praktik pijat perineum mulai banyak diterapkan oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan, namun belum seluruh fasilitas kesehatan memiliki panduan baku atau penelitian lokal yang cukup mengenai efektivitas intervensi ini. Perbedaan karakteristik ibu hamil, pengalaman persalinan sebelumnya, teknik pelaksanaan pijat, serta kondisi perineum dapat memengaruhi hasil yang diperoleh. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh pijat perineum terhadap kejadian robekan perineum perlu dilakukan untuk memberikan dasar ilmiah yang lebih kuat dan dapat menjadi acuan dalam praktik kebidanan.⁽⁵⁾

Pijat perineum merupakan teknik stimulasi manual yang dilakukan pada jaringan perineum dengan tujuan meningkatkan elastisitas jaringan dan mengurangi risiko trauma perineum pada saat persalinan. Teknik ini umumnya dilakukan mulai usia kehamilan 34–36 minggu hingga mendekati persalinan. Mekanisme yang diharapkan adalah adanya peregangan bertahap sehingga jaringan lebih siap menghadapi tekanan kepala janin saat pengeluaran bayi.⁽⁶⁾

Meskipun pijat perineum dianggap sebagai intervensi yang aman, mudah dilakukan, dan tidak memerlukan biaya besar, tingkat penerapannya masih rendah. Beberapa ibu hamil belum mengetahui manfaatnya, sementara sebagian tenaga kesehatan belum memasukkan pijat perineum sebagai bagian dari edukasi antenatal secara rutin. Selain itu, bukti ilmiah mengenai

efektivitas teknik ini di berbagai populasi masih terbatas sehingga diperlukan penelitian tambahan, khususnya pada konteks lokal. ⁽⁷⁾

Kejadian komplikasi persalinan terutama kejadian robekan perineum dapat dicegah dengan melakukan beberapa intervensi, seperti pijat perineum, senam kegel, kompres hangat dan dingin, serta adanya perawatan perineum melalui pijat perineum. Pijat perineum merupakan salah satu asuhan berbasis bukti yang direkomendasikan WHO dengan melakukan teknik pemijatan pada area perineum. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan elastisitas otot perineum dan mencegah kejadian ruptur perineum atau perlunya tindakan episiotomi saat persalinan. Teknik ini mudah dilakukan dan tidak membutuhkan kekuatan yang berlebihan sehingga tidak membuat ibu lelah saat melakukannya. ⁽⁸⁾ Pijat perineum yang dilakukan bermanfaat untuk meningkatkan aliran darah, merelaksasi otot-otot dasar panggul dan meningkatkan elastisitas serta daya tahan otot perineum. Pijat perineum bekerja efektif pada primipara, persalinan pada usia 30 tahun atau lebih, dan ibu yang pernah mendapatkan episiotomi sebelumnya. Pijat perineum dapat dilakukan mulai minggu ke-34 kehamilan, oleh wanita hamil atau pasangannya dengan durasi 4 menit sebanyak 3-4 kali seminggu atau 10 menit sekali seminggu. ⁽⁹⁾

Penelitian Fithri (2022) yang melakukan studi eksperimen menunjukkan hasil bahwa ibu hamil primipara yang tidak dilakukan pijat perineum mempunyai peluang 6.72 kali terjadi ruptur perineum dibandingkan dengan ibu hamil primipara yang dilakukan pijat perineum. ⁽¹⁰⁾

Puskesmas Kedungwaringin merupakan salah satu Puskesmas yang melayani pertolongan persalinan 15-30 kasus persalinan setiap bulannya dengan rata-rata angka robekan perineum lebih dari 60%. Mengingat bahwa luka perineum akan menimbulkan resiko infeksi dan ketidaknyamanan ibu saat menjalani masa nifas dan menyusui, maka penelitian ini menjadi penting dilakukan pada ibu hamil untuk mengurangi resiko robekan perineum. ⁽¹⁰⁾

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah pijat perineum berpengaruh terhadap penurunan kejadian robekan perineum pada ibu bersalin. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan praktik kebidanan berbasis bukti (*evidence-based practice*), meningkatkan kualitas asuhan persalinan, serta menjadi rujukan bagi fasilitas kesehatan dalam penyusunan standar prosedur operasional terkait pencegahan trauma jalan lahir dan diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi ibu hamil terutama primigravida tentang manfaat pijat perineum sebagai upaya pencegahan robekan jalan lahir saat persalinan serta mendukung praktik klinis dalam perawatan maternal. ⁽¹¹⁾

METODE PENELITIAN

Metode penelitian pengaruh pijat perineum terhadap kejadian robekan perineum ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-eksperimen. Populasi penelitian adalah ibu hamil dengan usia kehamilan umumnya di atas 34 minggu adalah sebanyak 34 orang yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu ibu yang dipijat secara rutin dan ibu hamil yang tidak melakukan pijat perineum. Sampel diambil dengan teknik purposive sampling atau jenuh dengan jumlah 17 orang pada masing-masing kelompok.

Ibu hamil yang sesuai dengan kriteria peneliti dan berkenan menjadi responden dan memberikan pernyataan kesediaan melakukan kegiatan pijat 3-4 kali dalam 1 minggu. Ibu kemudian diberikan edukasi pemijatan melalui demonstrasi pada phantom, peneliti mengingatkan secara berkala melalui pesan pada aplikasi percakapan atau melalui telpon. Peneliti juga melakukan kerjasama dengan melibatkan bidan desa untuk membantu melakukan evaluasi pada responden dengan perlakuan.

Intervensi yang diberikan adalah pijat perineum mulai usia kehamilan sekitar 34-36 minggu, dilakukan rutin 3-4 kali seminggu selama 5-10 menit. Data tentang kejadian robekan perineum dikumpulkan melalui observasi saat atau setelah proses persalinan. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik non-parametrik yakni uji Chi Square dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk melihat pengaruh pijat perineum terhadap kejadian robekan perineum.

Kesimpulan dari metode ini adalah untuk menguji apakah terdapat pengaruh signifikan pijat perineum dalam menurunkan insiden robekan perineum selama persalinan.

HASIL

Hasil penelitian didapat bahwa dari 34 responden didapat karakteristik responden sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Perlakuan	Non Perlakuan (Kontrol)
Paritas		
Primi	10	9
Multi	7	8
Usia Ibu		
20 – 35 tahun	12	8
< 20 dan > 35 tahun	5	9

Penilaian yang dilakukan kepada responden adalah berdasarkan derajat robekan perineum, dari 16 responden yang mengalami robekan, 4 diantaranya mengalami robekan derajat 1 yaitu robek hanya pada kulit perineum sajudan sisanya atau 12 orang mengalami robekan derajat 2 yaitu mengalami robekan sampai dengan mukosa dan mengenai otot dibawah kulit perineum.

Hasil penilaian kejadian robekan pada ibu yang mendapatkan perlakuan pijat perineum dan kelompok kontrol dapat dijelaskan pada tabel distribusi berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Robekan Perineum Berdasarkan Perlakuan Pijat Perineum di Puskesmas Kedungwaringin Tahun 2025

Perlakuan	Tidak Robek	Robek	Total
Pijat Perineum	12 (70,6%)	5 (29,4%)	17 (100%)
Tidak Pijat Perineum	6 (35,3%)	11 (64,7%)	17 (100%)
Total	18 (52,9%)	16 (47,1%)	34 (100%)

Dari 17 ibu yang mendapat perlakuan pijat perineum, sebanyak 12 orang (70,6%) tidak mengalami robekan, sedangkan 5 orang (29,4%) mengalami robekan. Dari 17 ibu yang tidak melakukan pijat perineum, sebanyak 6 orang (35,3%) tidak mengalami robekan, sedangkan 11 orang (64,7%) mengalami robekan. Penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok yang melakukan pijat perineum cenderung memiliki persentase kejadian robekan perineum yang lebih rendah, atau derajat robekan yang lebih ringan, dibandingkan kelompok kontrol yang tidak melakukan pijat perineum.

Selanjutnya bagaimana kaitan antara pijat perineum dengan kejadian robekan dapat dijelaskan pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Analisis Uji Chi-Square Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Kejadian Robekan Perineum Pada Ibu Bersalin di Puskesmas Kedungwaringin Tahun 2025

Variabel	Tidak Robek	Robek	Total	OR (95% CI)	p-value*
Pijat Perineum	12	5	17	4,4	0,034
Tidak Pijat Perineum	6	11	17		

*Uji *Chi-Square*

Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,034$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik antara pijat perineum terhadap kejadian robekan perineum. Nilai Odds Ratio = 4,4, artinya ibu yang tidak melakukan pijat perineum memiliki risiko 4,4 kali lebih besar mengalami robekan perineum dibandingkan dengan ibu yang melakukan pijat perineum.

BAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang melakukan pijat perineum lebih banyak yang tidak mengalami robekan (70,6%) dibandingkan yang tidak pijat (29,4%). Meskipun demikian, hasil uji statistik menunjukkan $p = 0,034$ ($p < 0,05$), artinya terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik. Nilai Odds Ratio sebesar 4,4 menunjukkan bahwa ibu yang tidak melakukan pijat perineum memiliki risiko 4,4 kali lebih besar mengalami robekan dibandingkan ibu yang melakukan pijat. Secara klinis, hal ini menegaskan bahwa pijat perineum memiliki efek protektif terhadap kejadian robekan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fithri (2002) yang melaporkan bahwa ibu hamil yang tidak melakukan pijat perineum mempunyai peluang sebesar 6.72 kali lebih besar untuk mengalami robekan perineum dibandingkan dengan yang dilakukan pemijatan pada perineum. Januarti (2023) menerangkan dalam publikasi penelitiannya bahwa hasil analisis uji t pada data pijat Perineum terhadap robekan perineum pada ibu bersalin diperoleh nilai p (0,000) < dari 0,05, hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan pijat perineum terhadap robekan perineum pada ibu bersalin multigravida. ⁽¹²⁾ Hasil penelitian Yudianti (2022) menguatkan bahwa dari hasil literature review yang telah dilakukan terdapat 11 jurnal (84,6%) menyatakan pijat perineum berpengaruh terhadap rupture perineum dan 2 jurnal (15,3%) menyatakan tidak terdapat efektifitas pijat perineum terhadap rupture perineum. Dapat disimpulkan bahwa pijat perineum berpengaruh untuk mengurangi rupture perineum. ⁽¹³⁾ sejalan pula dengan penelitian diatas, Suliswati (2023) juga menemukan bahwa sebagian besar atau sebanyak 80% ibu yang dilakukan pijat perineum pada saat hamil tidak mengalami kejadian robekan perineum pada saat proses persalinan sehingga menyimpulkan bahwa ada pengaruh kejadian robekan perineum pada Saat Proses Persalinan sebelum dan sesudah pijat perineum di PMB Suliswati Bondowoso. ⁽¹⁴⁾

Sumarah mengungkapkan bahwa persalinan adalah peristiwa yang sering kali menjadi penyebab terjadinya perlukaan pada jalan lahir. Luka atau robekan yang terjadi biasanya adalah ringan tetapi seringkali berkembang menjadi luka yang luas, berbahaya dan berpotensi mengakibatkan komplikasi. ⁽¹⁵⁾ Maryunani dalam bukunya mengatakan bahwa pijat perineum adalah tindakan memberikan penekanan ringan oleh jari-jari tangan pada jaringan lunak, biasanya otot atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan memperbaiki sirkulasi. ⁽¹⁶⁾ Sedangkan Hidayat menekankan bahwa pijat perineum adalah teknik memijat pada saat hamil dengan usia kehamilan >34 minggu atau 6 minggu sebelum persalinan. Pemijatan perineum dapat meningkatkan elastisitas perineum. ⁽¹⁷⁾

Pijat perineum dapat mempengaruhi kejadian robekan perineum melalui beberapa mekanisme, yaitu

- a. Meningkatkan elastisitas jaringan perineum dan sekitarnya, bahwa melalui pemijatan secara perlahan dan terkontrol dalam durasi tertentu, kulit dan jaringan otot di area perineum bisa lebih lentur dan lebih mampu untuk meregang secara lebih elastis selama proses kelahiran.
- b. Mengurangi risiko robekan, melalui peningkatan elastisitas jaringan perineum ini, maka diharapkan pijat perineum yang dilakukan dalam trimester akhir kehamilan (>34 minggu) dapat membantu mencegah robekan perineum yang biasanya terjadi ketika bayi keluar melalui jalan lahir dengan tekanan yang kuat pada perineum. ⁽¹⁸⁾
- c. Meningkatkan respon atau kesadaran ibu terhadap area tubuh yang dimilikinya: Ibu yang melakukan pijat perineum dapat lebih sadar akan sensasi di area tersebut, sehingga dapat

membantu ketika mengatur napas dan dan mengendalikan tubuhnya terutama area perineum saat persalinan. ⁽⁴⁾

Pijat perineum adalah tindakan yang dapat dilakukan untuk menambah elastisitas otot perineum yang diharapkan dapat menurunkan angka kejadian robekan perineum atau episiotomi oleh karena perineum yang tidak elastis. ⁽¹⁹⁾ Meskipun hal tersebut bukan jaminan penuh bahwa kejadian robekan perineum pasti tidak terjadi, namun besarnya manfaat pijat memberikan kepercayaan diri ibu untuk dapat memberdayakan dirinya sendiri melalui asuhan kebidanan yang terbukti bermanfaat oleh sebab itu. tenaga kebidanan sangat penting kiranya untuk memahami pijat perineum ini dan menjadikannya sebagai bagian dari praktik pelayanan terkini yang berfokus pada upaya promotif, preventif, pemberdayaan, dan penghormatan terhadap tubuh ibu. Dengan pendekatan ini, proses persalinan tidak hanya menjadi lebih aman, minim trauma tapi juga menghadirkan peristiwa yang berharga buat ibu dan keluarga serta meminimalisir kemungkinan terjadinya komplikasi pasca persalinan. ⁽²⁰⁾

SIMPULAN

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dimana perlakuan pijat perineum dengan kejadian robekan perineum. Hasil analisis menunjukkan bahwa kelompok yang menerima pijat perineum memiliki hasil yang lebih baik atau persentase mengalami robekan yang lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol. Oleh karena itu pijat perineum dapat direkomendasikan sebagai salah satu intervensi non-invasif dalam pencegahan robekan perineum.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti dapat menyarankan kepada pemangku kebijakan di wilayah Puskesmas setempat bahwa pijat perineum ini dapat diterapkan oleh bidan baik dalam pelayanan di ruang KIA maupun pada saat pelaksanaan kelas ibu hamil, bahwa pijat perineum dapat dijadikan intervensi edukasi bagi setiap ibu hamil dalam 4-6 minggu menjelang persalinan, sehingga kejadian robekan perineum dapat diturunkan. Mengingat manfaat yang cukup besar bagi ibu, maka edukasi pijat perineum dapat dimasukkan kedalam kurikulum kelas ibu.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ketua STIKes Bhakti Husada Cikarang
2. Kepala Puskesmas Kedungwaringin beserta stafnya
3. Tim Prodi DIII Kebidanan STIKes Bhakti Husada Cikarang

RUJUKAN

1. Titin SSD. Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin. *J Kesmas Peima Indones*. 2024;8(1):3–5.
2. Lumy FSN, Solang SD, Mongkau E. Pijat Perineum Efektif Mencegah Robekan Perineum pada Ibu Hamil Trimester III Sampai Inpartu Kala I: Literature Review. *Ghidza J Gizi dan Kesehat*. 2022;6(2):230–8.
3. Utami RP, Rita RS. Perineal Massage on the Prevention of Perineal Lacerations Among Maternity Mothers : A Literature Review. 2024;4(2):43–55.
4. WHO. WHO Labour Care Guide User's ManUal. Who. 2020. 1–34 p.
5. Sulasmi NN. Angka Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin. *Jnki*. 2020;23–

- 25(April):13–8.
6. Aasheim V, Nilsen ABV, Reinar LM, Lukasse M. Perineal techniques during the second stage of labour for reducing perineal trauma. *Cochrane Database Syst Rev.* 2017;2017(6).
 7. S VY, Novelia S, Rukmaini R. Pengaruh Pijat Perineum terhadap Laserasi Perineum pada Ibu Bersalin. *J Akad Baiturrahim Jambi.* 2023;12(2):294.
 8. Astuti D. *Asuhan Ibu Dalam Masa Kehamilan.* Pt. Erlangga; 2017.
 9. Annisa VY, Kurniati YP, Pramuningtyas R, Raharja S. Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Kejadian Ruptur Perineum : Sebuah Systematic Review. 2021;178–84.
 10. Puskesmas Kedungwaringin. Laporan KIA. 2025.
 11. World Health Organization. Intrapartum care for a positive childbirth experience [Internet]. 2018. 212 p. Available from: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/260178/1/9789241550215-eng.pdf?ua=1%0Ahttp://www.who.int/reproductivehealth/publications/intrapartum-care-guidelines/en/>
 12. Januari, Merry; Nurkaryani S. Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Robekan Perineum Pada Ibu Bersalin Multigravida. *J Midwifery Tiara Bunda.* 2023;1.
 13. Yudianti I, Alfiana AK, Wijayanti LA. Pengaruh Pijat Perineum terhadap Kejadian Ruptur Perineum. *Pros Nas FORIKES.* 2022;3(8):105–9.
 14. Suliswati*, Yessy Nur Endah Sari S. Pengaruh Pijat Perineum Terhadap Kejadian Robekan Perineum Pada Saat Proses Persalinan. *J Penelit Perawat Prof.* 2023;5:1291–8.
 15. Sumarah. *Perawatan Ibu Bersalin.* Yogyakarta: Pt. Fitramaya; 2015.
 16. Maryunani. *Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen. Laktasi.* Jakarta: PT. Trans Info Media; 2015.
 17. Hidayat U. *Pengantar Kebutuhan Dasar. Manusia Edisi 2-Buku 2.* Jakarta: PT. Salemba Medika; 2017.
 18. Okeahialam NA, Sultan AH, Thakar R. The prevention of perineal trauma during vaginal birth. *Am J Obstet Gynecol.* 2024;230(3):S991–1004.
 19. Mateus Assis B, Kerolyne Morbeck M, Yasmim Rocha C. The Effectiveness Of Perineal Massage In The Prevention Of Episiotomy: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Brazilian J Phys Ther* [Internet]. 2024;28(1). Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1413355524003290#preview-section-abstract>
 20. Combellick JL, Telfer ML, Ibrahim BB, Novick G, Morelli EM, James-Conterelli S, et al. Midwifery care during labor and birth in the United States. *Am J Obstet Gynecol* [Internet]. 2023;228(5):S983–93. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2022.09.044>