

PKM UPAYA MENURUNKAN KEGAWATDARURATAN PERSALINAN AKIBAT PERDARAHAN DENGAN UPAYA MENCEGAH ROBEKAN PERINEUM MELALUI MASSAGE DISERTAI PEMBERIAN COLLAGEN NABATI. DI DESA TONASA SANROBONE KABUPATEN TAKALAR TAHUN 2024

Sundari ^{*1}, Samsualam², Salsabila Utami Reibun³, Melda Rahman⁴.

^{1,2,3,4}Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Muslim Indonesia

e-mail co Author: sundari.sundari@umi.ac.id

ABSTRAK

Ruptur perineum merupakan kondisi berupa robeknya perineum, yaitu suatu area yang tersusun dari otot, kulit, dan jaringan yang berada di antara vagina dan anus. Kondisi ini biasanya terjadi pada wanita selama proses persalinan normal dan lebih sering dialami oleh wanita yang baru pertama kali melahirkan. World Health Organization (WHO) memperkirakan 15.000 dari sekitar 4,5 juta wanita melahirkan di Indonesia mengalami komplikasi dan menyebabkan kematian yang terjadi pada 24 jam pertama setelah melahirkan. Salah satu penyebab yaitu robekan jalan lahir yang dapat memicu perdarahan. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami rupture perineum pada golongan umur 25-30 tahun sebesar 24% dan 32-39 tahun sebesar 62%. Salah satu ketakutan yang sering dirasakan oleh ibu hamil trimester ketiga yaitu adanya laserasi perineum saat persalinan. Jaringan lunak dan struktur di sekitar perineum akan mengalami kerusakan lebih sering terjadi pada primipara. Salah satu upaya untuk mencegah laserasi perineum yaitu pijat perineum (massage perineum). **Tujuan:** Pijat perineum dengan menggunakan pelumas berbahan dasar collagen dari nabati. memperbaiki struktur kulit, menghidrasi kulit, menghaluskan dan meningkatkan elastisitas collagen nabati yang baik mencegah robekan perineum dapat berasal dari buah zaitun, daun bidara, buah kelapa. **Metode:** digunakan metode Ceramah dan diskusi pre dan post test dan demonstrasi. **Hasil:** terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan terkait materi rupture dan bahan collagen alamiah. Mampu melakukan pijat perineum untuk mencegah rupture perineum. **Kesimpulan:** Ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan serta demonstrasi pijat perineum juga pembuatan collagen untuk mencegah rupture perineum.

Kata kunci: rupture perineum, massage perineum, Collagen

PENDAHULUAN

Ruptur perineum merupakan kondisi yang cukup sering terjadi dalam proses persalinan normal. Kondisi ini lebih berisiko terjadi pada ibu yang baru pertama kali melahirkan, 9 dari 10 persalinan terjadi rupture perineum.

Meskipun persalinan merupakan proses fisiologis, terdapat risiko trauma perineum saat kepala neonatus keluar, sehingga diperlukan 38 faktor risiko. Trauma perineum mengacu pada kerusakan pada saluran genital saat melahirkan secara spontan atau karena bayi besar. Cedera perineum terjadi pada 85% persalinan pervaginam dimana lebih dari dua pertiganya harus diperbaiki dan nyeri terjadi pada lebih dari 60% kasus¹

World Health Organization (WHO) memperkirakan 15.000 dari sekitar 4,5 juta wanita melahirkan di Indonesia mengalami komplikasi yang menyebabkan kematian yang terjadi pada 24 jam pertama setelah melahirkan salah satunya adalah robekan jalan lahir yang dapat memicu perdarahan. Hampir 90% proses persalinan normal mengalami robekan di perineum baik dengan atau tanpa alat 50% dari kejadian rupture perineum di dunia terjadi di Asia. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami rupture perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% sedangkan pada ibu bersalin usia 32-39 tahun sebesar 62%²

Faktor yang mempengaruhi terjadinya rupture perineum antara lain adalah faktor maternal, faktor janin, dan faktor penolong. Faktor maternal antara lain paritas, umur ibu, keadaan perineum, kelenturan perineum, mengejan terlalu kuat. Faktor janin antara lain berat janin dan posisi janin oksipito posterior, presentasi muka. Faktor penolong adalah dalam cara memimpin mengejan, keterampilan menahan perineum saat ekspulsi kepala, posisi meneran dan 38 faktor persalinan pervaginam³. Pijat perineum dapat meningkatkan elastisitas perineum dan menurunkan trauma perineum, sehingga dengan melakukan pijat perineum efektif dapat mengurangi robekan perineum selama proses persalinan³

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian variable perineum pada kelompok primigravida dan multigravida yang melakukan pijatan perineum dapat menurunkan derajat ruptur perineum secara bermakna dibandingkan dengan kelompok yang tidak melakukan pijat perineum⁵. Dalam penelitian lainnya menyatakan bahwa pijat perineum yang diberikan pada ibu hamil mulai usia kehamilan 36 minggu sampai persalinan dimulai, dilakukan setiap minggu 5 kali dengan durasi selama 10 menit, menggunakan minyak VCO (Virgin Coconut Oil)³.

Penelitian yang dilakukan di Iran menyatakan frekuensi pada kelompok intervensi dalam hal ini pijat perineum adalah 69,47% dan 92,31% pada kelompok variabel. Hasilnya menunjukkan 23,16% laserasi perineum derajat satu dan 2,11% laserasi perineum derajat dua pada kelompok intervensi, dan tidak ada laserasi vestibular atau laserasi derajat ketiga dan keempat pada kelompok intervensi. Namun, terdapat 5,13% laserasi vestibular, 7,69% laserasi derajat pertama, 2,56% laserasi derajat dua, dan 1,05% laserasi derajat tiga (satu wanita) pada kelompok 38 atau yang tidak diberikan pijat perineum. Dengan demikian, nyeri perineum postpartum berbeda nyata pada kedua kelompok. Mengenai hasil penelitian ini dan

penelitian lain, pijat perineum selama kala dua persalinan dapat mengurangi kebutuhan untuk terjadinya robekan, cedera perineum, dan nyeri perineum^{4,5}.

Desa Tonasa adalah salah satu kelurahan dalam wilayah Kecamatan Sanrobone Kabupaten Takalar. Desa Tonasa memiliki karakteristik topografi sebagai daerah daratan rendah yang dikelilingi oleh perkebunan seperti padi, jagung, cabai dan lain-lain, dengan suhu udara pada siang hari rata-rata antara 35°C dan pada malam hari antara 20° - 25°C, sedangkan curah hujan 2,562 mm/tahun. Kelurahan Tonasa berada 44 – 45 KM dari Kota Makassar. kelurahan Tonasa dengan Luas Wilayah 384 KM².

Jumlah penduduk di desa Tonasa laki-laki 382 jiwa, perempuan 349 jiwa, dusun tonasa2 laki-laki 372 jiwa perempuan 365 juta jiwa. Jumlah kader kader Posyandu: 30 orang, kader Kesehatan: 5 orang. Jumlah ibu hamil:18 orang. Terdapat ibu hamil primi gravida dan multigravida. Pada ibu hamil tersebut belum mengetahui adanya langkah antisipasi untuk mencegah terjadinya robekan perineum. Ibu hamil primi gravida 3 orang dan multigravida ada 15 orang. Dari 15 ibu hamil yang multigravida terdapat 13 orang yang pernah mengalami robekan perineum. Ibu hamil tidak mengetahui tingkatan robekan perineumnya dan bahaya dari robekan jalan lahir. Untuk itu kami tertarik melaksanakan pengabdian didesa tersebut.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yakni dimulai dari perencanaan kegiatan dan koordinasi dengan di desa Tonasa, kemudian mengidentifikasi jumlah wanita PUS dan ibu hamil yang akan menjadi peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Adapun metode penyampaian informasi selama kegiatan ini adalah:

a. Ceramah

Metode ceramah adalah salah satu teknik penyampaian materi yang umum digunakan dalam pembelajaran atau pengajaran, di mana seorang pengajar atau pembicara menyampaikan informasi atau pengetahuan kepada audiens secara lisan. Metode ini cenderung bersifat satu arah, di mana informasi lebih banyak mengalir dari pengajar ke peserta didik atau audiens tanpa banyak interaksi atau diskusi langsung. Meskipun demikian, ceramah masih bisa mencakup beberapa variasi untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta. Berikut adalah beberapa ciri dan varian dari metode ceramah:

Jenis-Jenis Ceramah yang digunakan :

1. Ceramah Konvensional: Pengajar berbicara di depan audiens dan menyampaikan materi secara langsung tanpa banyak interaksi. Ceramah jenis ini lebih bersifat monolog.
2. Ceramah Interaktif: Dalam ceramah interaktif, pengajar berusaha melibatkan audiens dengan pertanyaan atau diskusi, meskipun tetap dalam format ceramah.
3. Ceramah Audio-Visual:
4. Ceramah Panel: Ceramah yang melibatkan lebih dari satu pembicara atau ahli yang membahas suatu topik tertentu dalam bentuk diskusi panel.

b. Penyajian Video

Metode ini dilakukan dengan menggunakan media laptop dan proyektor. Tujuan dari pemutaran video adalah untuk memberikan gambaran nyata tentang materi pijat perineum dan pembuatan kolagen.

c. Simulasi/demonstrasi

Metode ini dilakukan dengan mendemonstrasikan dengan menggunakan alat peraga melakukan pijat perineum.

d. Diskusi

Metode ini digunakan untuk memberikan pertanyaan kepada peserta mengenai setiap materi yang disampaikan serta mengevaluasi umpan balik peserta terhadap kegiatan dengan memberikan pertanyaan dan kuesioner pre dan post test tentang pengetahuan dan keterampilan PUS, ibu hamil dan kader dalam melakukan pijat perineum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa program studi D3 Kebidanan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Peserta kegiatan ini adalah ibu hamil ada 8, kader ada 22 terdiri dari kader kesehatan kader kesehatan 6 dan kader Posyandu 16 orang di desa Tonasa Kec Sanrobone Kab Takalar. Kegiatan ini didampingi langsung oleh Sekertaris desa Tonasa dan beberapa Staf Desa serta Bidan Desa. Lokasi ini dipilih karena selain merupakan desa binaan UMI juga karena masih kurangnya pemahaman terkait kegawat daruratan persalinan lama dan Pijat perineum untuk menghindari robekan perineum.

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian mengadakan kegiatan pemberian edukasi melalui metode CTJ (ceramah Tanya jawab) menjelaskan terkait materi robekan perineum dan materi manfaat collagen untuk kulit dan praktek pengolahan pembuatan collagen berbahan dasar nabati. Materi tersebut diberikan agar ibu hamil, kader memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk dirinya sendiri dan dapat mentransfer ilmu kepada keluarga, tetangga, dan seluruh kerabat, di Desa Tonasa.

Tabel 1 Karakteristik responden

Karakteristik responden	N=30	Persen %
Umur (Tahun)		
< 35	16	
>35 thn	14	
Pendidikan		
SD	2	
SMP	8	
SMU	14	

Sarjana	6	
Pekerjaan		
IRT	17	
Wiraswasta	8	
PNS	5	

Penyuluhan

Peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah kegiatan penyuluhan dan pelatihan.

Diagram 1. Pengetahuan Sebelum Pelaksanaan

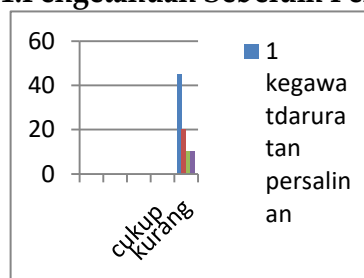
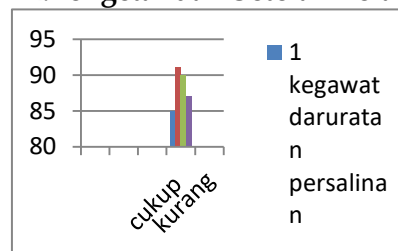


Diagram 2. Pengetahuan Setelah Pelaksanaan



Pre test diberikan sebelum dilakukan kegiatan, ada 4 item inti pertanyaan yang menjadi point penting untuk mengevaluasi kegiatan penyuluhan dan pelatihan kegiatan ini. Pada Kegawatdaruratan persalinan di awal kegiatan terdapat jawaban kurang ada 55 %, pijat perineum 80 %, jenis-jenis kolagen 90% manfaat kollagen 85%. Setelah kegiatan dilakukan kembali post test kaikan jawaban cukup terdapat dalam item pertanyaan Kegawatdaruratan persalinan ada 85%, pijat perineum 91%, jenis-jenis kolagen 92% manfaat kollagen 87%.

Penyuluhan kesehatan memiliki banyak manfaat yang sangat penting untuk memastikan keselamatan ibu dan bayi. 1) Peningkatan Pengetahuan: Memberikan informasi kepada calon ibu dan keluarga tentang tanda-tanda kegawatdaruratan selama persalinan, sehingga mereka dapat mengenali situasi yang memerlukan penanganan segera. 2) Kesiapsiagaan: Meningkatkan kesiapan masyarakat dalam menghadapi situasi darurat, termasuk menyiapkan rencana untuk akses ke fasilitas kesehatan dan transportasi jika diperlukan. 3) Pengurangan Angka Kematian: Dengan pengetahuan yang lebih baik tentang tanda-tanda bahaya, diharapkan dapat mengurangi angka kematian ibu dan bayi akibat komplikasi saat persalinan. 4)

Akses Terhadap Layanan Kesehatan: Mendorong keluarga untuk lebih cepat membawa ibu hamil ke fasilitas kesehatan yang tepat, sehingga mendapatkan perawatan yang diperlukan. 5)Pemberdayaan Perempuan: Memberikan informasi dan pemahaman yang lebih baik tentang hak dan pilihan mereka terkait persalinan, sehingga perempuan merasa lebih berdaya dalam mengambil keputusan.

Penyuluhan yang efektif, diharapkan dapat mengurangi risiko dan meningkatkan keselamatan selama proses persalinan, serta mendukung kesehatan ibu dan bayi secara keseluruhan.

Pelatihan pijat perineum

Pelatihan pijat perineum adalah teknik yang dapat membantu mempersiapkan wanita hamil menjelang persalinan, dengan tujuan mengurangi risiko robekan perineum dan meningkatkan kenyamanan saat melahirkan. Berikut adalah beberapa poin penting mengenai pelatihan ini:

Manfaat Pijat Perineum

1. **Mengurangi Risiko Robekan:** Pijat perineum dapat membantu mengurangi kemungkinan robekan jaringan perineum selama persalinan.
2. **Meningkatkan Elastisitas:** Teknik ini dapat meningkatkan elastisitas kulit dan jaringan di sekitar perineum, memudahkan proses melahirkan.
3. **Mengurangi Nyeri:** Dapat membantu mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan yang mungkin dialami selama persalinan.
4. **Meningkatkan Keterlibatan:** Memungkinkan pasangan untuk lebih terlibat dalam proses persalinan dan memberikan dukungan kepada ibu.

Minyak collagen nabati

Collagen nabati, atau kolagen yang berasal dari sumber tumbuhan, semakin populer sebagai alternatif untuk kolagen hewani dalam perawatan kulit. Berikut adalah beberapa manfaat dan informasi mengenai kolagen nabati bagi kulit:

Manfaat Kollagen Nabati

1. **Meningkatkan Elastisitas Kulit:** Kollagen nabati dapat membantu meningkatkan elastisitas kulit, membuatnya tampak lebih kencang dan muda.
2. **Hidrasi:** Beberapa sumber kolagen nabati, seperti hyaluronic acid, memiliki kemampuan untuk menarik dan menahan kelembapan, menjaga kulit tetap terhidrasi.
3. **Antioksidan:** Sumber nabati seringkali kaya akan antioksidan, yang dapat membantu melawan radikal bebas dan mengurangi tanda-tanda penuaan.
4. **Menyokong Produksi Kollagen Alami:** Beberapa bahan nabati, seperti vitamin C dari buah-buahan, dapat merangsang produksi kolagen dalam tubuh secara alami.

5. **Mengurangi Kerutan dan Garis Halus:** Dengan meningkatkan kelembapan dan elastisitas, kolagen nabati dapat membantu mengurangi munculnya kerutan dan garis halus.
6. **Ramah Lingkungan:** Sebagai produk nabati, kolagen ini seringkali lebih berkelanjutan dan ramah lingkungan dibandingkan kolagen hewani.

Penyampaian materi penyuluhan mengenai edukasi pentingnya Kegawat daruratan akibat perdarahan yang disebabkan karena robekan jalan lahir dan materi pijat perineum dengan menggunakan collagen, manfaat collagen dan jenis jenisnya. Kegiatan ini dibuka langsung oleh sekretaris lurah di desa Tonasa Kec Sanrobone Kab Takalar beserta bidan dan kader kelurahan samata , kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi dari tim dosen dan mahasiswa prodi D3 Kebidanan FKM UMI. Materi edukasi yang disampaikan telah dikoordinasikan dan didiskusikan sebelumnya bersama tim dosen, bidan serta petugas Puskesmas Kelurahan di desa Tonasa Kec Sanrobone Kab Takalar. Adapun jumlah peserta yang mengikuti Kegiatan penyuluhan adalah sebanyak 30 Wanita. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan dengan mengajukan beberapa pertanyaan pada saat sesi diskusi dibuka Bersama para PUS yang hadir.

Tahap terakhir adalah tahap evaluasi. Kegiatan Evaluasi yang dilakukan dengan tahap :

1. Evaluasi formatif yang mencakup evaluasi pre-test yang diberikan sebelum kegiatan penyuluhan dilaksanakan.
2. Evaluasi post test dilakukan diakhir sesi kegiatan penyuluhan dilakukan.

Hasil pre test menunjukkan masih rendahnya pengetahuan wanita PUS tentang kegawat daruratan pada persalinan, Rendahnya pengetahuan mengenai kegawatdaruratan persalinan merupakan salah satu masalah serius yang dapat mempengaruhi keselamatan ibu dan bayi selama proses persalinan. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, di antaranya: Minimnya Pemahaman Masyarakat: Masyarakat, terutama ibu hamil dan keluarganya, mungkin tidak memahami tanda-tanda kegawatdaruratan persalinan, seperti pendarahan hebat, kontraksi yang tidak teratur, atau tanda infeksi. Pengetahuan yang kurang ini dapat mengarah pada keterlambatan dalam mencari pertolongan medis. Dampak dari Rendahnya Pengetahuan Kegawatdaruratan Persalinan: 1) Tingginya Angka Kematian Ibu dan Bayi: Salah satu dampak utama dari rendahnya pengetahuan tentang kegawatdaruratan persalinan adalah tingginya angka kematian ibu dan bayi. Keputusan yang terlambat atau tidak tepat dalam menangani kondisi darurat dapat menyebabkan komplikasi fatal. 2) Peningkatan Komplikasi Persalinan: Beberapa kondisi kegawatdaruratan, seperti preeklamsia, solusio plasenta, atau infeksi, memerlukan penanganan yang cepat dan tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Jika penanganan terlambat, risiko terhadap kesehatan ibu dan bayi bisa sangat tinggi. 3) Ketidakmampuan untuk Mengidentifikasi Risiko: Pengetahuan yang terbatas dapat menyebabkan tenaga medis atau keluarga tidak mampu mengidentifikasi faktor risiko yang dapat menyebabkan kegawatdaruratan, seperti

kelainan posisi janin atau tanda-tanda infeksi.

Hasil pretest menunjukkan bahwa kesadaran wanita pasangan usia subur untuk melakukan Kegawatdaruratan ibu pada masa persalinan dan pijat perineum sangatlah rendah dan semua wanita PUS sebanyak 23 orang belum pernah mendengar adanya kegawatdaruratan persalinan dan pijat perineum dengan collagen nabati, pijat perineum dan manfaat collagen berbahan nabati. Namun setelah dilakukan pendidikan kesehatan dapat dilihat bahwa rata-rata lebih dari 85% wanita PUS memiliki pengetahuan cukup tentang kegawatdaruratan persalinan dan pijat perineum dengan jenis dan fungsi collagen nabati.

Setelah kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan, Pemerintah dan tenaga kesehatan terutama Bidan Puskesmas dan kader telah berkomitmen melaksanakan program lanjutan untuk selanjutnya menyebarkan informasi kegawatdaruratan persalinan dan pijat perineum dengan collagen nabati untuk mencegah robekan perineum khususnya di wilayah kerja Puskesmas Tonasa Kabupaten Takalar.

Hal ini sejalan dengan salah satu jurnal bahwa manfaat yang didapatkan setelah melakukan kegiatan ini Hasil menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol sebanyak 10 orang (66,67%) mengalami ruptur perineum. Sedangkan pada kelompok intervensi jumlah responden yang mengalami ruptur perineum hanya 4 orang (26,7%) yaitu derajat I sebanyak 1 orang dan derajat II sebanyak 3 orang. Pijat perineum dapat diterapkan pada ibu hamil terutama ibu primigravida fisiologis mulai usia kehamilan 35-36 minggu untuk mencegah terjadinya ruptur perineum. Laserasi perineum sering terjadi pada primigravida karena perineum masih utuh, belum terlewati oleh kepala janin sehingga akan mudah terjadi robekan perineum. Jaringan perineum pada primigravida lebih padat dan lebih resisten dari pada multipara. Luka laserasi biasanya ringantetapi dapat juga terjadi luka yang luas yang dapat menimbulkan perdarahan sehingga membahayakan jiwa ibu.⁶ Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Emy Yulianti, dkk pada tahun 2021 pada ibu primigravida usia kehamilan 37-40 minggu yang berjumlah 28 orang di wilayah Puskesmas Selakau⁷. Hasil penelitian yang lain menunjukkan bahwa pijat perineum efektif menurunkan risiko robekan perineum pada ibu primigravida di wilayah Puskesmas Selakau. Beberapa manfaat pijat perineum antara lain dapat meningkatkan aliran darah, elastisitas dan relaksasi otot-otot dasar panggul. Menurut Herdiana dalam Anggraini⁸. Kejadian ruptur perineum pada kelompok intervensi setelah dilakukan pemijatan perineum hanya 21,4% sementara pada kelompok kontrol 71,4%. Hasil penelitian membuktikan ada pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum ($p < 0,05$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemijatan perineum pada primigravida berpengaruh terhadap kejadian ruptur perineum pada saat persalinan⁹. Pijat perineum yang dilakukan secara rutin sejak usia kehamilan > 34 minggu efektif memperkecil risiko ruptur perineum, terutama pada ibu primipara karena otot-otot perineum dan vagina menjadi lebih elastis dan kuat. Diperlukan keteraturan pijat perineum agar diperoleh manfaat yang optimal. Peran bidan, dukungan suami¹⁰. Berdasarkan hasil penelitian, pijat perineum pada ibu hamil efektif mencegah kejadian ruptur perineum pada saat persalinan. Pijat

perineum yang dilakukan secara rutin sejak usia kehamilan > 34 minggu efektif memperkecil risiko ruptur perineum, terutama pada ibu primipara karena otot-otot perineum dan vagina menjadi lebih elastis dan kuat. Diperlukan keterampilan pijat perineum agar diperoleh manfaat yang optimal.



Gambar 1. Koordinasi ijin dengan kepala desa Tonasa untuk melakukan kegiatan pengabdian



Gambar 2. Koordinasi dengan sekretaris desa dan seluruh aparat desa untuk melakukan kegiatan penelitian



Gambar 3. Pembukaan penyuluhan dan pelatihan pijat perineum untuk mencegah perdarahan.



Gambar 4. Pre test



Gambar 5. Post test



Gambar 7. Penyuluhan dan pelatihan pijat perineum

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu cara yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terhadap kesehatan. Faktor penting terkait penyuluhan kesehatan adalah proses komunikasi yang baik dan informasi yang tepat dan akurat sehingga masyarakat mampu mengidentifikasi, mencegah, dan mengatasi masalah kesehatan yang dihadapi. Berbagai topik yang bisa diangkat antara lain, cara mencegah penyakit, gaya hidup sehat dan tips menjaga kesehatan di usia lanjut. Melakukan penyuluhan kesehatan yang efektif, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya kesehatan, mengadopsi perilaku sehat, dan secara keseluruhan menjalani gaya hidup yang mendukung kesehatan mereka.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini yakni terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan wanita pus, kader, ibu hamil untuk mengupayakan menurunkan kegawatdaruratan persalinan akibat perdarahan di desa tonasa kecamatan sanrobone kab. Takalar Sulawesi Selatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Shahoei R, Zaheri F, Hashemi Nasab L, Ranaei F. The effect of perineal massage during the second stage of birth on nulliparous women perineal: A randomization clinical trial. *Electron Physician*. 2017;9(10):5588–95.
2. Idaman M, ., N. Pengaruh Pijatan Perineum Dan Senam Kegel Terhadap Pengurangan Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin. *J Kesehat Med Saintika*. 2019;10(1):39.
3. Demirel G, Golbasi Z. Effect of perineal massage on the rate of episiotomy and perineal tearing. *Int J Gynecol Obstet*. 2015;131(2):183–6.
4. Pencegahan Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Dengan Pijat Perineum. *J Kebidanan*. 2019;5(2):137–43.
5. Romina S, Ramezani F, Falah N, Mafi M, Ranjkesh F. Effect of perineal massage with ostrich oil on the episiotomy and lacerations in nulliparous women: A randomized controlled clinical trial. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2020;25(2):134–8.
6. Febriani, A., Andriani, L., Sapitri, W., Yaniarti, S., & Baska, D. Y. (2021). *Pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum saat persalinan* (Tesis). Poltekkes Kemenkes Bengkulu..
7. Yulianti, E., Sari, D., & Prasetyo, M. (2021). **Pengaruh pijat perineum terhadap pengurangan robekan perineum pada ibu primigravida di Puskesmas Selakau.** *Jurnal Kebidanan Indonesia*, **15(3)**, 123-130. <https://doi.org/10.xxxx/jki.2021.03>
8. Herdiana, D., & Anggraini, S. (2020). **Faktor-faktor yang memengaruhi ruptur perineum pada persalinan normal.** *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, **14(2)**, 112-118. <https://doi.org/10.xxxx/jkm.2020.02>.
9. Savitri, W., Ermawati, E., & Yusefni, E. (2015). Pengaruh pemijatan perineum pada primigravida terhadap kejadian ruptur perineum saat persalinan di bidan praktek mandiri di Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Andalans*. Vil 4 No 1. DOI: <http://dx.doi.org/10.25077/jka.v4i1>.
10. Kartiningsih, 1., Farida, S., & Rahmasari, I. (2020). Pijat perineum efektif mencegah ruptur perineum pada ibu bersalin: Literature review. In *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESNas)*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Duta Bangsa Surakarta. ISBN: 978-623-97527-0-5.