

EDUKASI CARA PERAWATAN LUKA PERINEUM DI RUMAH PADA IBU NIFAS

Risna Yunita Asmin¹, Masyitha Azis², Asrida. A³, Rahayu⁴, Fatmawati⁵ Nuraena⁶ Asdianti⁷

¹Program Studi Sarjana DIII Kebidanan, Universitas Islam Makassar

²Program Studi S1 Gizi, Universitas Negeri Makassar

³Program Studi Sarjana DIII Kebidanan, Universitas Islam Makassar

⁴Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

⁵Program Profesi Ners, Universitas Islam Makassar

^{6,7}Mahasiswa DIII Kebidanan, Universitas Islam Makassar

e-mail : risna_ya@uim-makassar.ac.id

Abstrak

Luka perineum merupakan salah satu kondisi yang sering dialami oleh ibu pascapersalinan dan memerlukan perawatan yang tepat untuk mencegah terjadinya infeksi serta mempercepat proses penyembuhan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas dalam melakukan perawatan luka perineum secara mandiri. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi edukasi kesehatan melalui penyuluhan, diskusi interaktif, serta demonstrasi praktik perawatan luka perineum, yang mencakup cara menjaga kebersihan area perineum, teknik perawatan luka yang tepat, pengenalan tanda-tanda infeksi, dan pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi selama masa nifas. Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea pada tanggal 2 desember 2025 dengan sasaran ibu nifas yang mengalami luka perineum. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta dari 45% sebelum edukasi menjadi 85% setelah diberikan edukasi. Selain itu, sebanyak 80% peserta mampu mempraktikkan langkah-langkah perawatan luka perineum dengan benar, dan 90% peserta menunjukkan sikap positif serta kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya perawatan luka perineum di rumah. Diharapkan kegiatan ini dapat menurunkan risiko infeksi, mempercepat proses penyembuhan luka perineum, serta meningkatkan derajat kesehatan ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea.

Kata Kunci: Edukasi, Perawatan Luka Perineum, Ibu Nifas

Abstract

Perineal wounds are a common condition experienced by postpartum mothers and require proper care to prevent infection and accelerate the healing process. This community service activity aims to improve the knowledge and skills of postpartum mothers in performing perineal wound care independently. The implementation method includes health education through counseling, interactive discussions, and demonstrations of perineal wound care practices, which include how to maintain perineal area hygiene, proper wound care techniques, recognizing signs of infection, and the importance of fulfilling nutritional needs during the postpartum period. This activity was carried out in the Tamalanrea Community Health Center working area on December 2, 2025, targeting postpartum mothers with perineal wounds. The results of the activity showed an increase in participant knowledge from 45% before education to 85% after education. In addition, as many as 80% of participants were able to practice the steps for perineal wound care correctly, and 90% of participants showed a positive attitude and better awareness of the importance of perineal wound care at home. It is hoped that this activity can reduce the risk of infection, accelerate the healing process of perineal wounds, and improve the health of postpartum mothers in the working area of the Tamalanrea Health Center.

Keywords: Education, Perineal Wound Care, Postpartum Mothers

PENDAHULUAN

Perawatan luka perineum pada ibu nifas merupakan aspek penting dalam asuhan pascapersalinan, terutama bagi ibu yang mengalami robekan perineum atau episiotomi saat persalinan pervaginam. Kondisi ini rentan mengalami komplikasi infeksi jika tidak mendapatkan perawatan yang tepat dan konsisten setelah pulang dari fasilitas kesehatan. Infeksi luka perineum dapat memperlambat proses penyembuhan, menimbulkan rasa tidak nyaman, nyeri, bahkan meningkatkan risiko komplikasi kesehatan ibu dalam masa nifas. Oleh karena itu, keterampilan ibu dalam melakukan perawatan luka secara mandiri di rumah menjadi krusial untuk mendukung proses pemulihan yang optimal dan mengurangi kejadian komplikasi (Sari F, 2025).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2020, infeksi postpartum berkontribusi

signifikan terhadap kematian ibu di beberapa negara berkembang, dan robekan perineum merupakan kondisi yang sering dialami oleh ibu bersalin pervaginam. Dalam beberapa petunjuk kesehatan maternal menekankan pentingnya perawatan kesehatan pascapersalinan, termasuk pemantauan luka perineum, untuk mencegah infeksi dan komplikasi lainnya. Perawatan yang baik mencakup menjaga kebersihan area perineum, pengeringan yang tepat setelah BAB/BAK, serta edukasi terkait tanda-tanda bahaya yang memerlukan kunjungan pelayanan kesehatan. WHO juga merekomendasikan pemberian edukasi kepada ibu dan keluarga agar mampu melakukan perawatan luka dengan benar di rumah sebagai bagian dari upaya meningkatkan kesehatan maternal secara keseluruhan.

Di Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) melalui pedoman pelayanan kesehatan maternal memprioritaskan upaya pencegahan komplikasi pascapersalinan, termasuk infeksi luka perineum, sebagai bagian dari strategi nasional menurunkan angka kematian ibu. Meskipun pedoman klinis spesifik tentang teknik perawatan luka perineum di rumah belum selalu eksplisit disebutkan dalam setiap dokumen, panduan asuhan nifas Kemenkes RI menekankan pentingnya edukasi kesehatan oleh tenaga kesehatan kepada ibu nifas tentang kebersihan diri, teknik perawatan luka, serta pemantauan tanda bahaya yang memerlukan rujukan atau intervensi lanjutan. Implementasi edukasi ini di fasilitas primer seperti Puskesmas menjadi bagian dari strategi promotif dan preventif sesuai program kesehatan ibu dan anak di Indonesia (Kemenkes, 2020).

Namun kenyataannya, berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat keterbatasan pengetahuan dan praktik perawatan luka perineum di kalangan ibu nifas. Pengetahuan yang kurang memadai berpengaruh terhadap kualitas perawatan luka dan hasil penyembuhan yang optimal. Sebagai contoh, penelitian di beberapa wilayah menunjukkan bahwa pola perawatan dan kebersihan personal berkaitan erat dengan kejadian infeksi pada luka perineum, sehingga praktisi kesehatan perlu meningkatkan pemberian edukasi yang tepat kepada ibu nifas (Yulianti, 2025).

Dalam perawatan luka perineum sikap ibu nifas berbeda-beda, dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, pengalaman persalinan, budaya, dan dukungan keluarga maupun tenaga kesehatan. Ibu pascalin yang mempunyai pengetahuan baik untuk pentingnya perawatan luka perineum cenderung menunjukkan sikap positif, seperti rutin menjaga kebersihan area perineum dan mengikuti anjuran bidan atau tenaga kesehatan (Asmin R. Y, 2025).

Dalam konteks ini, edukasi kesehatan kepada ibu nifas tentang cara perawatan luka perineum di rumah memiliki peran penting dalam memperkuat kemampuan mandiri ibu untuk menjaga kebersihan luka, mengenali tanda-tanda infeksi, serta menerapkan langkah-langkah perawatan luka yang benar. Kegiatan edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap ibu dalam melakukan perawatan luka secara efektif sehingga proses penyembuhan lebih cepat dan komplikasi dapat diminimalkan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea dengan sasaran ibu nifas yang mengalami luka perineum. Desain kegiatan menggunakan one group pretest–posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi tiga tahap. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan Puskesmas, penyusunan materi edukasi, dan pembuatan media penyuluhan berupa leaflet. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif, serta demonstrasi praktik perawatan luka perineum di rumah, termasuk kebersihan area perineum, pengenalan tanda infeksi, dan pemenuhan nutrisi selama masa nifas.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan, serta observasi praktik peserta untuk menilai keterampilan perawatan luka. Data dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk persentase untuk menunjukkan perubahan pengetahuan dan kemampuan ibu nifas setelah mengikuti kegiatan edukasi.



Gambar 1. Bagan Alur Kegiatan PKM



Gambar 2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3. Interaksi dengan peserta/ibu nifas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Telah dilaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) berupa pendidikan kesehatan tentang edukasi cara perawatan luka perineum di rumah pada ibu nifas. Kegiatan ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan dan diikuti oleh 15 orang ibu nifas. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, diskusi interaktif, serta penggunaan media leaflet. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan lancar, dan seluruh peserta berpartisipasi aktif dengan mengikuti pre-test dan post-test melalui pengisian kuesioner.

Kegiatan edukasi dilaksanakan dengan jumlah peserta 15 ibu nifas yang mengalami luka perineum. Berdasarkan hasil pretest, tingkat pengetahuan ibu mengenai perawatan luka perineum di rumah tergolong rendah, dengan skor rata-rata 45%. Setelah diberikan edukasi melalui penyuluhan, diskusi, dan praktik demonstrasi, hasil posttest menunjukkan peningkatan pengetahuan menjadi 85%. Selain itu, hasil observasi praktik perawatan luka perineum menunjukkan bahwa 80% peserta mampu melakukan langkah-langkah perawatan luka dengan benar, termasuk membersihkan area perineum, mengganti pembalut, dan menjaga kebersihan tangan. 90% peserta menunjukkan sikap positif terhadap pentingnya perawatan luka perineum di rumah, serta menyatakan kesadaran untuk menerapkan praktik tersebut secara rutin.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa dari 15 ibu nifas sebanyak 6 orang (40%) memiliki pengetahuan kurang tentang cara perawatan luka perineum di rumah, 7 orang (46,7%) memiliki pengetahuan cukup, dan 2 orang (13,3%) memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan edukasi berupa penyuluhan, diskusi interaktif dan praktik demonstrasi, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, di mana 12 orang (80%) memiliki pengetahuan baik dan 3 orang (20%) memiliki pengetahuan cukup, serta tidak ditemukan lagi ibu nifas dengan tingkat pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang cara perawatan luka perineum di rumah.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan dapat meningkatkan

pengetahuan, keterampilan, dan sikap ibu nifas dalam merawat luka perineum. Peningkatan skor pengetahuan dari 45% menjadi 85% menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang dilengkapi demonstrasi praktik efektif dalam menyampaikan informasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa praktik langsung dan edukasi interaktif dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu nifas dalam merawat luka perineum (Neli & Kamidah, 2024; Yunida & Frida, 2025).

Kemampuan praktik peserta yang mencapai 80% menunjukkan bahwa demonstrasi langkah-langkah perawatan luka perineum sangat membantu ibu dalam menerapkan teknik yang benar di rumah. Selain itu, kesadaran peserta terhadap kebersihan dan tanda-tanda infeksi (90%) menegaskan pentingnya edukasi yang menekankan aspek pencegahan komplikasi, sebagaimana direkomendasikan oleh WHO (2022) dan Kemenkes RI (2020) dalam pedoman asuhan nifas.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Risna dan Asrida (2025) yang menyatakan bahwa pengetahuan yang baik dalam melakukan perawatan luka perineum dapat berpengaruh positif terhadap perilaku ibu pascasalin untuk menjaga kebersihan dirinya, mencegah infeksi, dan mempercepat proses pemulihan pascapersalinan. Serta pemberian dukungan dari tenaga kesehatan dan edukasi pascapersalinan melalui home care mampu membentuk sikap positif ibu pascasalin dalam melakukan perawatan luka perineumnya.

Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan edukasi berbasis praktik langsung dan diskusi interaktif dapat menjadi strategi efektif bagi Puskesmas dalam meningkatkan kemampuan mandiri ibu nifas, mengurangi risiko infeksi, dan mempercepat penyembuhan luka perineum di rumah. Hasil ini juga mendukung pelaksanaan program promotif dan preventif pada pelayanan kesehatan primer, sejalan dengan tujuan peningkatan kualitas kesehatan ibu di Indonesia.

SIMPULAN

Edukasi kesehatan mengenai perawatan luka perineum di rumah pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap ibu. Berdasarkan hasil pretest-posttest, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 45% menjadi 85%. Sebanyak 80% peserta mampu mempraktikkan langkah-langkah perawatan luka perineum dengan benar, dan 90% peserta menunjukkan sikap positif serta kesadaran tinggi terhadap pentingnya perawatan luka perineum secara utuh di rumah.

Dengan demikian, kegiatan edukasi ini dapat berperan dalam menurunkan risiko infeksi, mempercepat penyembuhan luka perineum, dan meningkatkan kualitas kesehatan ibu nifas. Pemberian edukasi berbasis penyuluhan, diskusi interaktif, dan demonstrasi praktik direkomendasikan sebagai strategi utama bagi Puskesmas dan tenaga kesehatan dalam mendukung ibu nifas melakukan perawatan luka mandiri di rumah.

SARAN

Agar ibu nifas mendapatkan edukasi yang jelas dan berulang mengenai perawatan luka perineum di rumah, disertai demonstrasi langsung dari tenaga kesehatan. Keterlibatan keluarga dalam perawatan sehari-hari, pemantauan perkembangan luka, serta menjaga kebersihan lingkungan dan peralatan sangat penting untuk mencegah infeksi. Selain itu, tindak lanjut melalui kontrol rutin atau kelompok dukungan dapat meningkatkan pemahaman, kepatuhan, dan kepercayaan diri ibu dalam merawat luka perineum secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Tamanlanrea yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, serta seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmin. R. Y., & Asrida. (2025). Pengaruh Home Care Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas Mengenai Perawatan Luka Perineum. *Journal of Midwifery and Nursing Studies*, 7 (2), 2797-4073.
- Hafizotun Hasanah, Siti Chodijah, Bulan Purnama Sari & Lidya Fransisca. (2025). *Edukasi pada Ibu Nifas tentang Perawatan Luka Perineum di RT 8 Desa Muara Telang*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata, Universitas Muhammadiyah Baturaja
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman asuhan nifas di fasilitas pelayanan kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Neli, N. & Kamidah, K. (2024). *Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan luka perineum dengan perawatan luka perineum*. Seroja Husada: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 1(4), 311–321.
- Nina, C., Rizki, F. R., & Puspita Sari, F. (2025). *Hubungan pola makan dan personal hygiene dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas*. Jurnal Health Society, 14(2), 105–111.
- Rumini Misna & Tria Julita. (2025). *Pengetahuan Ibu Post Partum tentang Perawatan Luka Perineum dengan Pencegahan Infeksi*. Jurnal Bidan Cerdas, DOI:10.33860/jbc.v2i2.66.
- Yulianti & Rismayanti. (2025). *Hubungan vulva hygiene dengan kejadian infeksi luka perineum pada ibu nifas*. Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan, 4(2).
- World Health Organization. (2020). *Postpartum care of the mother and newborn: A practical guide*. Geneva: World Health Organization.