

HUBUNGAN PIJAT PERINEUM PADA IBU HAMIL DENGAN LUKA PERINEUM PADA PROSES PERSALINAN

Susi Hartati¹, Gusliana², Nurul Hidayah³, Yesi Arisonaidah⁴

Prodi D3 Kebidanan Universitas Rokania

*email: hartatusi@gmail.com

ABSTRACT

Data from the Riau Provincial Health Office in 2021 showed a high incidence of perineal rupture in women who gave birth vaginally, at 83%. Perineal lacerations generally occur during the first delivery and often occur in subsequent deliveries. Factors that cause perineal lacerations include maternal age, parity, birth weight, pushing style, elasticity, delivery history, assisting factors, pregnancy spacing, precipitous labor, and length of labor. The potential impacts on the mother due to perineal rupture include bleeding, fistula, hematoma, and infection. The purpose of this study was to determine the relationship between perineal massage in pregnant women and perineal lacerations during labor in the Ernita Clinic area of Pekanbaru in 2025. This study was quantitative. The design was cross-sectional. The study was conducted from October 2024 to May 2025. The population was 38 people and the sample size was 35 people using consecutive sampling techniques. Data analysis used univariate and bivariate methods. Based on the research results with the Chi Square Test, a Pvalue of $0.000 < \alpha (0.05)$ was obtained, meaning that the Pvalue $< \alpha$ results indicate a relationship between Perineal Massage in Pregnant Women and Perineal Wounds in the Delivery Process in the Ernita Clinic Work Area, Pekanbaru in 2025.

Keywords: *Massage; Perineal Wounds; Pregnant Women*

ABSTRAK

Data Dinas Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2021 menunjukkan angka kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin pervaginam cukup tinggi sebesar 83%. Laserasi perineum umumnya terjadi pada persalinan pertama dan sering terjadi pada persalinan berikutnya. Faktor-faktor penyebab terjadinya luka perineum diantaranya usia ibu, paritas, berat badan lahir, cara mengejan, elastisitas, riwayat persalinan, faktor penolong, jarak kehamilan, partus presipitatus dan lama persalinan. Adapun dampak yang dapat terjadi pada ibu akibat dari ruptur perineum adalah perdarahan, fistula, hematoma dan infeksi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Pijat Perineum pada Ibu Hamil dengan Luka Perineum pada Proses Persalinan di Wilayah Kerja Klinik Ernita Pekanbaru Tahun 2025. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Desain penelitian ini *cross sectional*. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2024 - Mei 2025. Populasi berjumlah 38 orang dan sampel berjumlah 35 orang dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat. Berdasarkan hasil penelitian dengan Uji *Chi Square* didapatkan nilai Pvalue $0,000 < \alpha (0,05)$, artinya hasil Pvalue $< \alpha$ menunjukkan adanya Hubungan Pijat Perineum pada Ibu Hamil dengan Luka Perineum pada Proses Persalinan di Wilayah Kerja Klinik Ernita Pekanbaru Tahun 2025.

Kata Kunci: Pijat; Luka Perineum; Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Persalinan adalah saat yang menyenangkan dan dinantikan. Tetapi, dapat pula menjadi kegelisahan, ketakutan. Salah satu ketakutan paling umum yang dialami ibu hamil di trimester ketiga adalah perineum akan robek atau rusak saat melahirkan. Luka robekan terjadi pada saat persalinan spontan melalui vagina atau karena tindakan episiotomi agar jalan lahir menjadi lebar supaya dapat dilalui oleh janin dalam proses persalinan lebih dari 85% (Adam dkk, 2023). Hal ini dapat menimbulkan trauma di kemudian hari, terutama bagi ibu yang mengalami penjahitan robekan perineum (Aprianti & Trisnawati, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) terdapat 2,7 juta kasus rupture perineum atau luka perineum pada ibu bersalin, diperkirakan akan mencapai 6,3 juta ditahun 2050. Di Amerika kejadian laserasi perineum yang terjadi sebanyak 40% dari 2,6 juta proses persalinan. Dari data laserasi perineum seluruh dunia 50% adalah kasus yang terjadi di Asia. Di Indonesia sendiri didapatkan data laserasi perineum berjumlah sama dengan jumlah kasus di Asia (Adam dkk, 2023).

Data Dinas Kesehatan tahun 2021 menyebutkan angka kejadian rupture perineum pada ibu bersalin pervaginam cukup tinggi sebesar 83 % di tahun 2020 dimana 63% mendapatkan jahitan perineum yaitu 42% karena episiotomi dan 38% akibat robekan spontan. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami laserasi perineum di Indonesia pada golongan umur 25–30 tahun sebesar 24 % dan pada ibu bersalin usia 32–39 tahun sebesar 62% (Kemenkes RI, 2022).

Faktor-faktor penyebab terjadinya luka perineum diantaranya usia ibu, paritas, berat badan lahir, cara mengejan dan elastisitas (Fatimah, prasetya 2019). Riwayat persalinan, faktor penolong, jarak kehamilan, partus presipitatus, lama persalinan (Aprianti & Trisnawati, 2024). Dampak yang dapat

terjadi pada ibu akibat dari rupture perineum adalah perdarahan, fistula, hematoma dan infeksi (Fatimah & Lestari, 2019).

Pijat perineum merupakan upaya preventive yang bisa dilakukan untuk meminimalisasikan terjadinya laserasi perineum. Pijat perineum adalah pemijatan pada perineum pada masa minggu-minggu mendekati persalinan guna meningkatkan aliran darah ke daerah ini dan meningkatkan elastisitas perineum sehingga bisa meminimalkan terjadinya rupture perineum (Khasanah dkk, 2020).

Pijat perineum direkomendasi oleh *The Cochrane Review* sebagai terapi komplementer yang aman dan tidak berbahaya. Pijat perineum dapat dilakukan oleh ibu hamil maupun pasangannya pada usia kehamilan ibu 4-6 minggu menjelang persalinan (Abdelhakim dkk, 2020). *Perineal massage* dapat dilakukan pada usia kehamilan 36 minggu mendekati persalinan sehingga disarankan minimal 2 kali seminggu (Subroto & Sangkala, 2022).

Pada penelitian Suharyati dkk, 2024 mengemukakan pijat perineum dilakukan pemijatan minimal 2 kali seminggu dan berhenti pada saat ketuban pecah atau persalinan dimulai. Pijat perineum sangat aman dan tidak berbahaya akan tetapi pemijatan perineum tidak dianjurkan untuk perempuan yang belum pernah melakukan hubungan seks dan ibu hamil yang memiliki masalah pada vagina (infeksi herpes vagina aktif, kandidiasis vaginalis, infeksi pada uretra maupun infeksi yang bisa ditularkan melalui tubuh langsung dan menyebarkan (virus). (Rochmayanti & Kholifatul Ummah, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh (Bayraktar & Başer, 2021) di Turki menemukan bahwa pijat memiliki efek penting pada elastisitas jaringan otot. Pijat perineum dianggap memberikan manfaat yang sama pada jaringan maupun pada otot perineum, dengan demikian memiliki efek positif dalam

mencegah rupture perineum pada persalinan pervaginam.

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Azón dkk, 2021 di Spanyol bahwa pijat perineum selama kehamilan digunakan sebagai cara untuk meningkatkan elastisitas perineum, sehingga memperlancar pengeluaran bayi saat melahirkan dan membenarkan bahwa pijat perineum memiliki efek yang lebih rendah pada pencegahan trauma perineum. Penelitian lain juga dilakukan oleh Ritonga & Sembiring, 2023 hasilnya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemijatan perineum pada ibu hamil trimester III terhadap kejadian ruptur perineum saat persalinan.

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni dkk, 2023 menunjukkan hasil yang signifikan diperoleh yaitu $P \text{ Value } 0,025 < 0,05$. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan Yulinar dkk, 2023 menunjukkan nilai $p \text{ value } 0.000 (<0,05)$. Penelitian lain juga dilakukan oleh Ritonga & Sembiring, 2023 hasilnya menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Pemijatan Perineum Pada ibu Hamil Trimester III Terhadap Kejadian Ruptur Perineum saat Persalinan terhadap ruptur perineum didapatkan hasil nilai $p=0,003$.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru didapatkan data ibu hamil dari bulan Januari-Desember Tahun 2024 kedua terbanyak berada di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo berjumlah 1.744 orang. Dari hasil survey awal yang peneliti lakukan di salah satu Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo yaitu Klinik Ernita di bulan November 2024, didapatkan data bersalin pada ibu primigravida dari jumlah 6 orang terdapat 5 orang ibu bersalin yang mengalami robekan perineum dan hanya 1 yang tidak mengalami robekan. Dengan adanya survey awal tersebut peneliti juga dapat mengetahui bahwa belum ada penelitian terkait pijat perineum di Klinik Ernita.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pijat Perineum pada Ibu Hamil dengan Luka Perineum pada Proses Persalinan di Wilayah Kerja Klinik Ernita Pekanbaru Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah Kuantitatif dengan metode *Deskriptif Observasional*. Desain penelitian ini menggunakan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja klinik ernita pekanbaru tahun 2025. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober tahun 2024 sampai Mei tahun 2025. Populasi dari penelitian adalah sebanyak 38 orang ibu hamil. Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang bersedia menjadi responden, hamil normal, primigravida, disertai pendamping dan usia kehamilan 36 minggu. Maka jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebesar 35 orang ibu hamil. Sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan *Consecutive Sampling*. Adapun variabel pada penelitian ini yaitu pijat perineum dan luka perineum. Dalam penelitian ini ibu primigravida trimester III diusia kehamilan 36 minggu diberikan edukasi cara melakukan pijat perineum pada pantom panggul sesuai dengan prosedur SOP. Sedangkan untuk mengetahui robekan perineum dilakukan setelah ibu melahirkan. Analisa data yang digunakan peneliti adalah univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat
 - a. Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frek (f)	%
Umur		
< 20 Tahun	0	0
20 – 34 Tahun	35	100%
> 35 Tahun	0	0
Pendidikan		
SD	1	2,9%
SMP	10	28,6%
SMA	19	54,3%
PT	5	14,3%
Pekerjaan		
Bekerja	8	22,9%
Tidak Bekerja	27	77,1%

Sumber : Hasil penelitian tahun 2025

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah keseluruhan responden umur 20-35 tahun berjumlah 35 orang (100%). Berdasarkan tingkat pendidikan ibu hamil berpendidikan SMA sebanyak 19 orang (54,3%). Berdasarkan pekerjaan adalah ibu hamil tidak bekerja sebanyak 27 orang (77,1%).

b. Data Khusus

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pijat Perineum pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Klinik Ernita Pekanbaru Tahun 2025

Pijat Perineum	Frekuensi	Persentase (%)
Teratur	22	62,9
Tidak	13	37,1
Total	35	100

Sumber : Hasil penelitian tahun 2025

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa ibu yang melakukan pijat perineum dengan teratur sebanyak 22 orang (62,9%) dan ibu yang tidak teratur pijat perineum sebanyak 13 orang (37,1%).

Pada perineum terdapat jaringan ikat dan kolagen yang bersifat elastis maka apabila dirangsang dengan melakukan pemijatan

perineum akan terjadi regangan dan kontraksi pada daerah perineum sehingga aliran darah menjadi lancar dan perineum menjadi elastis.

Pijat perineum sangat penting dilakukan terutama pada ibu yang pertama kali melahirkan mengingat dampak positif yang diperoleh sangat besar. Diperlukan keterampilan pijat perineum agar diperoleh manfaat yang optimal (Kartiningasih dkk, 2021).

Hasil penelitian Nurjanah (2020) menunjukkan ada perbedaan proporsi antara ibu yang melakukan *massage* perineum secara teratur dengan ibu yang melakukan *massage* perineum secara tidak teratur. Didukung oleh penelitian Cao dkk (2023) Pemijatan teratur pada area perineum ditahap akhir kehamilan dapat meningkatkan aliran darah ke perineum sehingga mempersiapkan kulit dan jaringan dibawahnya untuk peregangan dan pelebaran lubang vagina yang terjadi saat bayi lahir.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Luka Perineum pada Proses Persalinan di Wilayah Kerja Klinik Ernita Pekanbaru Tahun 2025

Luka Perineum	Jumlah	Presentase (%)
Tidak Ada	21	60,0
Luka	14	40,0
Total	35	100

Sumber : Hasil penelitian tahun 2025

Berdasarkan tabel 3 ibu yang tidak ada luka perineum sebanyak 21 orang (60,0%) dan minoritas yang mengalami luka perineum sebanyak 14 orang (40,0%).

Selama persalinan dan kelahiran pervaginam, dapat dirasakan nyeri yang disebabkan oleh kontraksi uterus, dilatasi serviks dan distensi perineum. Rasa nyeri pada perineum ditularkan melalui serabut saraf aferen tubuh, terutama ke saraf pudendal dan sumsum tulang belangkang yang menyebabkan robeknya perineum

(Sinuhaji dkk., 2024). Ketidakadekuatan elastisitas perineum merupakan faktor maternal yang sangat berpengaruh terhadap terjadinya ruptur perineum maupun tindakan episiotomi (Wahyuni dkk, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk (2025) yang melakukan pijat perineum menunjukkan bahwa hampir semua responden 93,33% tidak mengalami ruptur

perineum, sementara hanya 6,67% yang tidak mengalaminya. Penelitian ini juga didukung oleh Yulinar dkk (2023) menunjukkan bahwa dari 15 orang mayoritas responden yaitu sebanyak 12 orang (80%) tidak mengalami luka laserasi perineum dan minoritas 3 orang (20%) yang mengalami luka perineum.

2. Analisa Bivariat

Tabel 4. Hubungan Pijat Perineum pada Ibu Hamil dengan Luka pada Proses Persalinan Di Wilayah Kerja Klinik Ernita Pekanbaru Tahun 2025

Pijat Perineum	Luka Perineum				F	(%)	Nilai	
	Tidak	%	Luka	%			Pvalue	α
Teratur	20	90,9%	2	9,1%	22	100%	0,000	0,05
Tidak Teratur	1	7,7%	12	92,3%	13	100%		
Total	21	60,0%	14	40,0%	35	100%		

Dari tabel 4 diatas diperoleh ibu yang teratur melakukan pijat perineum terdapat 20 orang (90,0%) yang tidak mengalami luka dan 2 orang (9,1%) yang mengalami luka. Dari 13 responden yang tidak teratur melakukan pijat perineum terdapat 1 orang (7,7%) yang tidak mengalami luka dan 12 orang (92,3%) yang mengalami luka. Hasil uji *Chi square* menunjukkan *Pvalue* yaitu 0,000 yang artinya nilai *Pvalue* < α (0,000 < 0,05) maka H_a diterima dan H_o di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pijat perineum dengan luka perineum pada ibu hamil pada proses persalinan.

Pemijatan teratur pada area perineum ditahap akhir kehamilan dapat meningkatkan aliran darah ke perineum sehingga mempersiapkan kulit dan jaringan dibawahnya untuk peregangan dan pelebaran lubang vagina yang terjadi saat bayi lahir (Cao dkk, 2023). Hasil penelitian Siregar dkk (2021) didapatkan nilai $p=0,002$ ($p<0,05$)

maka terdapat hubungan penerapan pijat perineum untuk mengurangi ruptur perineum saat persalinan.

Penelitian ini juga didukung oleh Nurjanah (2020) diperoleh bahwa ada sebanyak 9 (64,3%) ibu yang mengalami tidak robek dengan melakukan *massage* perineum secara teratur. Sedangkan diantara ibu yang mengalami tidak robek, ada 2 (12,5%) yang melakukan *massage* perineum secara tidak teratur. Hasil uji statistic diperoleh nilai *PValue* 0.011 maka dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi kejadian status perineum tidak robek antara ibu yang melakukan *massage* perineum secara teratur dengan ibu yang melakukan *massage* perineum secara tidak teratur.

Menurut penelitian Sinuhaji dkk (2024) menunjukkan hasil analisa data dengan uji *chi square* didapatkan nilai sig. 0.000. Hasil dalam penelitian ini mencatat ternyata masih terjadi ruptur perineum meskipun sudah

dilakukan pijat perineum, hal ini penting untuk mencatat bahwa meskipun pijat perineum dapat mengurangi risiko ruptur, namun ada juga faktor-faktor yang berperan signifikan, dimana kondisi fisik dan genetika yaitu meskipun pijat perineum dapat meningkatkan elastisitas, ada faktor-faktor genetik atau kondisi fisik tertentu yang membuat jaringan perineum kurang elastis atau lebih rentan terhadap robekan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kejadian ruptur perineum setelah pijat perineum tidak serta merta menandakan ketidakefektifan pijat, tetapi lebih merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor kompleks yang mempengaruhi proses persalinan.

Penelitian Ferreira & Flynn (2022) di Brazil menyatakan merekomendasikan pijat perineum dan menyertakan praktik ini dalam pedoman antenatal. Penelitian Chen dkk (2024) di Taiwan, temuan menunjukkan bahwa pijat perineum antenatal efektif dalam mengurangi kejadian episiotomi, robekan perineum derajat tiga dan empat, nyeri perineum pascapersalinan, dan inkontinensia fekal.

Menurut asumsi peneliti, pijat perineum sangat berpengaruh dalam mengurangi resiko terjadinya luka perineum saat proses persalinan. Pada ibu yang melakukan pijat perineum teratur dari 22 responden terdapat 2 yang mengalami luka. Hal ini disebabkan karena berat badan bayi, posisi ibu saat dalam persalinan tidak tepat, perineum yang kaku, elastisitas perineum yang kurang optimal, lama persalinan bahkan faktor penolong. Kemudian ada pula ibu yang tidak teratur melakukan pijat dari 13 responden terdapat 1 responden yang tidak mengalami luka perineum yang disebabkan dikarenakan ibu melakukan senam ibu hamil, perineum elastis, mengejan dengan baik dan mengkonsumsi nutrisi yang baik selama kehamilannya. **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian dilakukan uji statistik dengan menggunakan

uji *Chi square* menunjukkan *P-value* yaitu 0,000 yang artinya nilai *P-value* < α (0,000 < 0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pijat perineum pada ibu hamil dengan luka perineum pada proses persalinan di wilayah kerja klinik ernita untuk dilakukan pada ibu hamil di usia kehamilan 36 minggu untuk mengelastiskan jalan lahir sehingga meminimalisir terjadinya luka perineum.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kepada semua pihak peneliti mengucapkan ribuan terimakasih atas masukan, kritik, saran, motivasi serta dukungan untuk penelitian ini. Serta kepada pimpinan Klinik Bd. Ernita, S. Keb, Rektor, Dekan, Direktur, Ketua LPPM dan Seluruh staff Universitas Rokania.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelhakim, A. M., Eldesouky, E., Elmagd, I. A., Mohammed, A., Farag, E. A., Mohammed, A. E., Hamam, K. M., Hussein, A. S., Ali, A. S., Hamdy, N., Keshta, A., Hamza, M., Samy, A., & Abdel-latif, A. A. (2020). *Antenatal perineal massage benefits in reducing perineal trauma and postpartum morbidities*.
- Adam, O. T. M. B., St, S., Keb, M. T., Hadisaputro, P. S., & Kpti, S. P.-. (2023). *Potensi Hidrogel Daun Afrika (Veronia Amygdalina) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum* (A. F. Rohman & A. Fathul Qohar (eds.). PT. Penerbit Qriset Indonesia.
- Aprianti, A., & Trisnawati, Y. (2024). *Pencegahan Terhadap Rupture Perineum pada Persalinan di Praktik Mandiri Bidan Ririk Puji Lestari Tahun 2024*. Cakrawala Kesehatan, 15(02), 85–94.
- Azón, E., Mir, E., Hernández, J., Aguilón, J. J., Torres, A. M., & Satústegui, P. J. (2021). *Update On The Effectiveness and Evidence Of ante-natal Perineal*

- Massage. Anales Del Sistema Sanitario de Navarra*, 44(3), 437–444. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0976>
- Bayraktar, E., & Başer, M. (2021). *Effect of Perineum Massage with Olive Oil on Perineum Integrity and Duration of Second Period of Delivery. Journal of Human Sciences*, 18(2), 131–142. <https://doi.org/10.14687/jhs.v18i2.6029>
- Cao, X., Yang, Q., Wang, Q., Hu, S., Hou, L., Sun, M., Lai, H., Wu, C., Wu, Y., Xiao, L., Luo, X., Tian, J., Ge, L., & Luo, C. (2023). PFMT relevant strategies to prevent perineal trauma: a systematic review and network meta-analysis. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 308(2), 387–401. <https://doi.org/10.1007/s00404-022-06769-w>
- Dinkes prov Riau. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Riau 2021*. Dinkes Profinsi Riau, 12–26.
- Fatimah, & Lestari, P. (2019). *Pijat Perineum*. Pustaka Baru Press.
- Kartiningsih, Siti Farida, & Rahmasari, I. (2021). *Pijat Perineum Efektif Mencegah Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin : Literature Review*. Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional, 302–309.
- Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. In Pusdatin.Kemenkes .Go.Id.
- Khasanah, Nurun Ayati, Fitria Edni Wari, Ferilia Adiesti, W. S. (2020). *Pengetahuan, Motivasi Ibu Hamil Trimester III Terhadap Pijat Perineum pada Ibu Hamil* (Relationship. Ilmu Kesehatam, 9(1), 69–73.
- Nurjanah, D. (2020). *Hubungan Frekuensi Massage Perineum pada Primipara Terhadap Status Perinem di RS. Premierjati negara*. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muammadiyah Jakarta Program Jakarta Program Studi Ilmu Keperawatan, 719552. <http://lib.fikom.unpad.ac.id/staf>
- Rahmi, J., Fauziah, A., & Listiana, I. (2023). *Pemberian Kombinasi Virgin Coconut Oil dan Pijat Perineum Terhadap Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Di Praktik Mandiri Bidan “N” Kota Tangerang Selatan*. *Midwifery and Public Health*, 3(2), 1–10.
- Ratih, R. H., Yushmani, Y., & Nurmaliza, N. (2021). *Pengaruh Pijat Perineum terhadap Ruptur Perineum pada Ibu Primigravida di Rumah Bersalin Rosita*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 11(02), 7680. <https://doi.org/10.33221/ji.ki.v11i02.1035>
- Rochmayanti, S. N., & Kholifatul Ummah. (2019). *Pijat Perineum Selama Kehamilan: Kejadian Rupture Perineum Spontan*.
- Sinuhaji, F., Suryantara, B., & Juda Julia Kristiari. (2024). *Efektivitas Pijat Perineum Dan Posisi Dalam Mencegah Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin*. *Sports Culture*, 15(1), 72–86. <https://doi.org/10.25130/sc.24.1.6>
- Siregar, R., Pangaribuan, M., & Fauziah, S. (2021). *Hubungan Penerapan Pijat Perineum untuk Mengurangi Ruptur Perineum Saat Persalinan di Klinik Pratama Ratna Komala*. 3, 32–36. *urnal Ayurveda Medistra Available online at* <http://ojs.stikesmedistraidonesia.ac.id/>
- Subroto, E. T., & Sangkala, F. (2022). *Efektivitas Perineal Massage Dalam Menurunkan Tingkat Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum Primipara*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 120–126. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.711>
- Takeuchi, S., & Horiuchi, S. (2020). *Randomised controlled trial using smartphone website vs leaflet to support antenatal perineal massage practice for pregnant women*. *Women and Birth*, 29(5), 430435. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2016.01.010>

- Vieira, F., Guimaraes, J. v, Souza, M. C. S., M.L., P., Sousa, Santos, R. F., & R, A. M. (2020). *Scientific Evidence On Perineal Trauma During Labor. International.*
- Wahyuni, T. S., Purba, J., Nainggolan, L., Kemenkes, P., Prodi, M., & Pematangsiantar, K. (2020). *Pijat Perineum pada Ibu Hamil Trimester III Di kota Pematangsiantar.* Jurnal Salam Sehat Masyarakat, 1(2), 41–46.
- Yin, J., Chen, Y., Huang, M., Cao, Z., Jiang, Z., & Li, Y. (2024). *Effects of Perineal Massage at Different Stages on Perineal and Postpartum Pelvic Floor Function in Primiparous Women: a systematic review and meta-analysis.* BMC Pregnancy and Childbirth, 24(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06586-w>