

ABSTRAK

Karuniriati, Tyas Alfi, 2025. Pengaruh Pijat Perineum dan Teknik Pernafasan Dalam untuk Mengurangi Trauma Perineum Selama Persalinan. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang. Pembimbing : Dr. Finta Isti Kundarti,S.SIT,M.Keb.

Trauma perineum merupakan salah satu komplikasi yang sering terjadi pada persalinan pervaginam, terutama pada ibu primigravida. Trauma ini dapat menimbulkan nyeri, infeksi, hingga gangguan psikologis. Intervensi nonfarmakologis seperti pijat perineum dan teknik pernapasan dalam diyakini mampu menurunkan kejadian trauma perineum. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat perineum dan teknik pernapasan dalam terhadap trauma perineum selama persalinan. Penelitian ini menggunakan desain *true experimental posttest only control group design* dengan pendekatan *longitudinal*. Sampel terdiri dari 62 ibu hamil primigravida trimester III yang dibagi menjadi kelompok intervensi 31 responden dan kelompok kontrol 31 responden. Intervensi berupa pijat perineum dari usia kehamilan 34 minggu dan teknik pernapasan dalam selama proses persalinan. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam hal kejadian trauma perineum ($p = 0,000$). Mayoritas responden pada kelompok intervensi tidak mengalami ruptur perineum, sedangkan sebagian besar kelompok kontrol mengalami ruptur derajat dua. Pijat perineum dan teknik pernapasan terbukti efektif dalam menurunkan risiko trauma perineum selama persalinan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pijat perineum dan teknik pernapasan dalam dapat dijadikan sebagai strategi nonfarmakologis yang aman dan efektif untuk mengurangi trauma perineum selama persalinan khususnya pada ibu hamil primigravida.

Kata kunci: Pijat, Teknik Pernapasan, Perineum, Persalinan