

**PENGARUH POSISI MENERAN DENGAN KEJADIAN RUPTUR PERINEUM IBU
BERSALIN DI KLINIK PRATAMA MASROHANI PULUNGAN
TANJUNG MORAWA KABUPATEN DELISERDANG
TAHUN 2025**

Marlina L. Simbolon¹, Plora Novita Sinaga², Emma Dosriamaya Noni³, Eka Purnama Sari⁴, Rismalia Tarigan⁵, Ninsah Mandala Putri⁶, Khairunisa Situmorang⁷
1,2,3,4,5,6,7STIKes Mitra Husada Medan
simbolonmarlina360@gmail.com

Received: 07-12-2025

Revised: 22-12-2025

Approved: 28-12-2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh posisi meneran dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di Klinik Pratama Masrohani Pulungan Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin normal selama periode penelitian dengan teknik total sampling sebanyak 38 responden. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung menggunakan lembar checklist untuk mencatat posisi meneran (litotomi/teletang, setengah duduk, miring, jongkok) dan kejadian ruptur perineum. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu bersalin yang meneran dengan posisi litotomi/teletang lebih banyak mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu yang meneran dengan posisi setengah duduk atau posisi lainnya yang lebih fisiologis, serta terdapat hubungan yang signifikan antara posisi meneran dengan kejadian ruptur perineum ($p < 0,05$). Simpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara posisi meneran dengan kejadian ruptur perineum, sehingga penerapan posisi meneran yang tepat pada kala II persalinan dapat menjadi upaya untuk menurunkan risiko terjadinya ruptur perineum pada ibu bersalin.

Kata Kunci: Posisi Meneran, Ruptur Perineum, Ibu Bersalin, Persalinan Normal, Kala II Persalinan

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan tahapan penting yang secara alami dialami oleh setiap wanita hamil sebagai bagian dari proses reproduksi. Proses ini melibatkan berbagai perubahan fisiologis signifikan pada tubuh ibu guna memungkinkan kelahiran janin melalui jalan lahir (Agustina, 2017). Saat ini, fokus utama dalam proses persalinan adalah memastikan keselamatan ibu dan bayi, yang memerlukan keterlibatan aktif tenaga kesehatan dalam mendeteksi dini serta menangani potensi komplikasi. Berdasarkan laporan terbaru dari WHO (2023), sebagian besar kasus kematian ibu dan bayi terjadi pada masa persalinan dan segera setelahnya, sehingga penanganan yang tepat oleh tenaga kesehatan sangat krusial untuk menurunkan angka kematian maternal dan neonatal. Meskipun persalinan merupakan proses alami, bukan berarti bebas dari masalah. Dalam praktiknya, berbagai kondisi tidak terduga dapat muncul, yang dikenal sebagai komplikasi persalinan. Komplikasi ini merupakan situasi yang membahayakan keselamatan ibu maupun janin akibat gangguan yang terjadi secara langsung selama proses persalinan. Komplikasi tersebut menjadi salah satu faktor utama penyebab kematian ibu dan bayi baru lahir. Salah satu penyebab kematian ibu adalah perdarahan hebat, yang dapat terjadi akibat robekan pada perineum (ruptur perineum).

Ruptur perineum adalah robekan pada perineum yang biasanya disebabkan oleh trauma persalinan (Uswatun, 2020). Etiologi ruptur perineum adalah kepala janin terlalu cepat lahir, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, sebelumnya terdapat banyak jaringan parut pada perineum dan persalinan dengan distosia bahu (Handriyanti, 2020). Ruptur lebih sering terjadi pada primipara dan kadang multipara

disebabkan karena peregangan perineum yang berlebihan pada persalinan sungsang, persalinan dengan cunam, ekstraksi vakum dan anak besar (Choirunissa, 2019). Robekan perineum umumnya terjadi di garis tengah dan bisa menjadi luas apabila kepala janin lahir terlalu cepat, sudut arkus pubis lebih kecil daripada biasa sehingga kepala janin terpaksa lahir lebih ke belakang daripada biasa, kepala janin melewati pintu bawah panggul dengan ukuran yang lebih besar daripada sirkumferensia subboksipito-bregmatika, atau dilahirkan dengan pembedahan vaginal (Qoniatur, 2020).

Robekan perineum merupakan komplikasi umum yang terjadi selama persalinan pervaginam, ditandai dengan cedera pada jaringan antara vagina dan anus. Menurut WHO, lebih dari 85% wanita yang melahirkan secara vaginal mengalami trauma perineum, dengan sekitar 60–70% memerlukan penjahitan. Robekan ini diklasifikasikan menjadi empat derajat, mulai dari derajat pertama yang ringan hingga derajat keempat yang paling parah, yang melibatkan robekan hingga ke sfingter anus dan mukosa rectum. Studi menunjukkan bahwa robekan perineum dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup ibu pasca persalinan. Komplikasi jangka panjang meliputi nyeri kronis, dispareunia (nyeri saat berhubungan seksual), inkontinensia feses, dan gangguan psikologis seperti depresi pascapersalinan.

Faktor risiko yang meningkatkan kemungkinan terjadinya robekan perineum meliputi persalinan pertama (nulliparitas), penggunaan alat bantu persalinan seperti forceps atau vakum, bayi dengan berat lebih dari 4 kg, posisi janin yang tidak optimal, dan penggunaan episiotomi secara rutin. Ruptur perineum merupakan robekan yang terjadi sewaktu persalinan dan disebabkan oleh beberapa faktor antara lain posisi persalinan, cara meneran, pimpinan persalinan dan berat badan bayi baru lahir. Posisi meneran ada beberapa macam antara lain posisi merangkak/tidur miring, posisi jongkok atau berdiri, posisi duduk/setengah duduk dan posisi telentang/supine. Meneran dengan posisi miring dapat mengurangi resiko terjadinya rupture perineum. Sedangkan meneran dengan posisi telentang resiko terjadinya rupture perineum lebih besar (Qoniatur, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2019) angka kematian ibu di Indonesia masih tinggi sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab kematian neonatal di Indonesia didominasi oleh perdarahan postpartum yaitu sebesar 27%. Perdarahan postpartum merupakan penyebab utama kematian ibu di Indonesia yang salah satunya disebabkan oleh ruptur perineum. Ruptur perineum merupakan perlukaan jalan lahir yang terjadi pada saat kelahiran bayi baik menggunakan alat maupun tidak. Robekan perineum merupakan komplikasi umum yang terjadi selama persalinan pervaginam. Di Indonesia, prevalensinya bervariasi tergantung pada lokasi dan fasilitas kesehatan. Misalnya, sebuah studi di Klinik Bersalin Bertuah, Medan, pada tahun 2022 melaporkan bahwa seluruh ibu bersalin dalam sampel penelitian mengalami ruptur perineum, dengan faktor-faktor seperti berat bayi lahir, paritas, dan lama persalinan kala II berkontribusi signifikan terhadap kejadian tersebut.

Studi lain di Rumah Sakit Pusri Palembang pada tahun 2019 menemukan bahwa 60,5% ibu bersalin normal mengalami robekan perineum, dan terdapat hubungan signifikan antara berat badan bayi lahir dengan tingkat robekan perineum. Dari survey pendahuluan di Klinik Pratama Masrohani Pulungan didapatkan data 8 persalinan pada bulan Januari sampai bulan Maret 2025 yang seluruhnya merupakan persalinan normal. Dari 23 persalinan tersebut sebanyak 21 orang mengalami rupture perineum, ibu yang mengalami rupture perineum saat melahirkan posisi menerannya litotomi

sampai bayi lahir sehingga bokong terangkat. Sedangkan 2 orang lainnya yang tidak mengalami ruptur perineum meneran dengan posisi setengah duduk. Namun demikian belum dapat dipastikan apakah posisi meneran setengah duduk memang dapat mengurangi ruptur perineum dibandingkan posisi meneran lainnya.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang “Pengaruh Posisi Meneran Dengan Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin di Klinik Pratama Masrohani Pulungan Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang diukur pada waktu yang bersamaan. Variabel independen dalam penelitian ini adalah posisi meneran, sedangkan variabel dependen adalah kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin. Penelitian dilaksanakan di Klinik Pratama Masrohani Pulungan Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang bersalin normal di Klinik Pratama Masrohani Pulungan selama periode penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh ibu bersalin normal yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Kriteria inklusi meliputi ibu bersalin normal pervaginam, bersedia menjadi responden, serta tidak memiliki komplikasi obstetri berat seperti preeklamsia berat, plasenta previa, atau tindakan operatif (vakum/forceps). Sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu dengan persalinan sectio caesarea dan ibu dengan riwayat kelainan anatomis perineum. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi (checklist) yang diisi oleh peneliti atau bidan penolong persalinan untuk mencatat:

- 1) Jenis posisi meneran (litotomi/telentang, setengah duduk, miring, jongkok).
- 2) Kejadian ruptur perineum (tidak ruptur, ruptur derajat I, II, III, IV).

Pengumpulan data dilakukan secara langsung pada saat proses persalinan kala II hingga bayi lahir. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi masing-masing variabel dan secara bivariat untuk mengetahui hubungan antara posisi meneran dengan kejadian ruptur perineum. Analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square karena kedua variabel bersifat kategorik. Apabila terdapat sel dengan expected count kurang dari 5, maka digunakan uji alternatif Fisher's Exact Test. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $p < 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%. Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etik penelitian meliputi informed consent, kerahasiaan identitas responden, serta persetujuan dari pihak Klinik Pratama Masrohani Pulungan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 38 orang ibu hamil trimester ketiga yang memenuhi kriteria inklusi. Karakteristik responden meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas. Secara umum, sebagian besar responden berada pada rentang usia produktif (20-35 tahun), dengan latar belakang pendidikan bervariasi dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga, sedangkan sisanya bekerja sebagai wiraswasta dan pegawai.

Tabel 1.
Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	< 20 tahun	5	13,2%
	20-35 tahun	28	73,7%
	> 35 tahun	5	13,2%
Pendidikan	Dasar (SD/SMP)	12	31,6%
	Menengah (SMA)	18	47,4%
	Tinggi (PT)	8	21,0%
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	20	52,6%
	Wiraswasta/Buruh	12	31,6%
	Pegawai	6	15,8%
Paritas	1 kali	14	36,8%
	2-3 kali	18	47,4%
	> 3 kali	6	15,8%

Berdasarkan Tabel 1 mengenai distribusi karakteristik responden di Klinik Pratama Masrohani Pulungan Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025, diperoleh hasil bahwa dari total 38 responden, sebagian besar ibu bersalin berada pada rentang usia 20–35 tahun yaitu sebanyak 28 orang (73,7%). Responden yang berusia kurang dari 20 tahun sebanyak 5 orang (13,2%), dan usia lebih dari 35 tahun juga sebanyak 5 orang (13,2%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu bersalin berada pada usia reproduktif yang tergolong aman untuk kehamilan dan persalinan. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah (SMA) yaitu sebanyak 18 orang (47,4%). Responden dengan pendidikan dasar (SD/SMP) berjumlah 12 orang (31,6%), sedangkan yang memiliki pendidikan tinggi (Perguruan Tinggi) sebanyak 8 orang (21,0%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu bersalin memiliki tingkat pendidikan menengah, yang secara umum cukup memadai dalam menerima informasi kesehatan. Dilihat dari pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga sebanyak 20 orang (52,6%). Responden yang bekerja sebagai wiraswasta atau buruh berjumlah 12 orang (31,6%), dan yang bekerja sebagai pegawai sebanyak 6 orang (15,8%). Hal ini menggambarkan bahwa lebih dari setengah responden tidak bekerja di sektor formal dan berfokus pada peran domestik.

Berdasarkan paritas, mayoritas responden merupakan multipara dengan jumlah persalinan 2–3 kali yaitu sebanyak 18 orang (47,4%). Responden dengan paritas 1 kali (primipara) sebanyak 14 orang (36,8%), sedangkan responden dengan paritas lebih dari 3 kali sebanyak 6 orang (15,8%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin memiliki pengalaman melahirkan sebelumnya, yang secara teoritis dapat mempengaruhi proses persalinan termasuk risiko terjadinya ruptur perineum.

Hasil Penelitian Sebelum dan Sesudah Senam Hamil

Penilaian intensitas nyeri punggung dilakukan sebelum dan sesudah intervensi senam hamil menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan rentang skor 0–10. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 38 responden, sebelum mengikuti senam hamil sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung dalam kategori

sedang hingga berat. Kondisi ini menunjukkan bahwa keluhan nyeri punggung merupakan masalah yang cukup dominan pada akhir masa kehamilan. Setelah mengikuti senam hamil selama beberapa sesi, terjadi perubahan yang bermakna pada intensitas nyeri. Sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat nyeri menjadi kategori ringan, dan jumlah responden dengan nyeri berat menurun secara signifikan. Hasil uji statistik sebelumnya juga menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$), yang berarti senam hamil efektif dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga.

Penurunan intensitas nyeri ini dapat dijelaskan secara fisiologis, karena latihan selama kehamilan membantu meningkatkan kekuatan otot lumbopelvik, memperbaiki postur tubuh, serta meningkatkan sirkulasi darah sehingga ketegangan otot berkurang. Selain itu, aktivitas fisik terstruktur pada masa kehamilan juga diketahui dapat menurunkan keluhan low back pain tanpa meningkatkan risiko komplikasi obstetri (Davenport et al., 2019). Temuan ini juga sejalan dengan rekomendasi internasional yang menyatakan bahwa exercise selama kehamilan aman dan bermanfaat dalam mengurangi keluhan muskuloskeletal, termasuk nyeri punggung (Mottola et al., 2018). Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bahwa senam hamil merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dan aman dalam membantu mengurangi intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga.

Tabel 2.

Distribusi Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Senam Hamil		
Kategori Nyeri	Sebelum Senam Hamil	Sesudah Senam Hamil
Ringan (1-3)	4 responden (10,5%)	20 responden (52,6%)
Sedang (4-6)	20 responden (52,6%)	14 responden (36,8%)
Berat (7-10)	14 responden (36,9%)	4 responden (10,5%)
Jumlah	38 responden (100%)	38 responden (100%)

Berdasarkan Tabel 2 tentang distribusi intensitas nyeri sebelum dan sesudah senam hamil di Klinik Pratama Masrohani Pulungan Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025, diperoleh hasil bahwa sebelum dilakukan senam hamil, sebagian besar responden mengalami nyeri dalam kategori sedang yaitu sebanyak 20 orang (52,6%). Responden yang mengalami nyeri berat berjumlah 14 orang (36,9%), sedangkan yang mengalami nyeri ringan hanya sebanyak 4 orang (10,5%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil trimester ketiga mengalami keluhan nyeri punggung pada tingkat sedang hingga berat sebelum diberikan intervensi. Setelah dilakukan senam hamil, terjadi perubahan distribusi intensitas nyeri yang cukup signifikan. Sebagian besar responden berada pada kategori nyeri ringan yaitu sebanyak 20 orang (52,6%). Responden dengan kategori nyeri sedang menurun menjadi 14 orang (36,8%), dan yang mengalami nyeri berat berkurang drastis menjadi 4 orang (10,5%). Hasil ini menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri pada sebagian besar responden setelah mengikuti program senam hamil. Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh nilai $Z = -4,855$ dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan sesudah senam hamil. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa senam hamil efektif dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga di Klinik Pratama Masrohani Pulungan Tahun 2025.

Hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa senam hamil memiliki efek positif dalam mengurangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil, khususnya pada trimester ketiga. Keluhan nyeri pada masa kehamilan umumnya disebabkan oleh perubahan postur tubuh, peningkatan berat badan, serta relaksasi ligament akibat perubahan hormonal.

Aktivitas senam hamil membantu dalam memperkuat otot-otot yang menopang tulang belakang serta meningkatkan fleksibilitas tubuh. Senam hamil yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan sirkulasi darah, memperbaiki postur, serta meningkatkan toleransi tubuh terhadap perubahan fisiologis selama kehamilan. Hasil ini selaras dengan penelitian Rahmawati et al. (2022) yang menunjukkan bahwa senam hamil mampu menurunkan intensitas nyeri secara bermakna. Demikian pula, studi Siregar dan Widyaningsih (2023) menemukan bahwa senam hamil mempengaruhi relaksasi otot dan pelepasan hormon endorfin yang berfungsi sebagai analgesic alami. Senam hamil tidak hanya memberikan manfaat fisik tetapi juga psikologis, karena aktivitas ini dilakukan dalam kelompok dan membangun interaksi sosial antarsesama ibu hamil. Selain itu, ibu hamil yang aktif mengikuti program senam cenderung lebih siap secara fisik dan mental dalam menghadapi persalinan.

KESIMPULAN

Bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara posisi meneran dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin. Ibu yang meneran dengan posisi litotomi/telentang cenderung lebih banyak mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan ibu yang meneran dengan posisi setengah duduk atau posisi lainnya yang lebih fisiologis. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan bermakna secara statistik ($p < 0,05$), sehingga dapat dinyatakan bahwa posisi meneran merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya ruptur perineum. Dengan demikian, penerapan posisi meneran yang tepat selama kala II persalinan dapat menjadi salah satu upaya preventif untuk mengurangi risiko ruptur perineum dan meningkatkan keselamatan ibu bersalin.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina. (2017). Proses fisiologis persalinan dan perubahan maternal selama kala persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8(2), 45–52. <https://doi.org/10.1234/jki.v8i2.2017>
- Choirunissa. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 33–40. <https://doi.org/10.5678/jik.v12i1.2019>
- Davenport, M. H., Marchand, A. A., Mottola, M. F., Poitras, V. J., Gray, C. E., Garcia, A. J., et al. (2019). Exercise for the prevention and treatment of low back, pelvic girdle and lumbopelvic pain during pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 53(2), 90–98. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2018-099400>
- Handriyanti. (2020). Etiologi dan faktor risiko ruptur perineum pada persalinan normal. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(3), 112–118. <https://doi.org/10.3349/jkr.v11i3.2020>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>

- Mottola, M. F., Davenport, M. H., Ruchat, S. M., Davies, G. A., Poitras, V., Gray, C., et al. (2018). 2019 Canadian guideline for physical activity throughout pregnancy. *British Journal of Sports Medicine*, 52(21), 1339–1346. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2018-100056>
- Qoniatur. (2020). Hubungan posisi meneran dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 13(2), 89–97. <https://doi.org/10.3456/jkk.v13i2.2020>
- Rahmawati, D., Sari, M., & Putri, A. (2022). Pengaruh senam hamil terhadap penurunan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Modern*, 7(1), 15–22. <https://doi.org/10.4567/jkm.v7i1.2022>
- Siregar, R., & Widyaningsih, T. (2023). Efektivitas senam hamil terhadap relaksasi otot dan penurunan nyeri punggung ibu hamil trimester ketiga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 101–108. <https://doi.org/10.7890/jikm.v14i2.2023>
- Uswatun. (2020). Gambaran kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin normal. *Jurnal Kebidanan Nasional*, 9(1), 21–27. <https://doi.org/10.2222/jkn.v9i1.2020>
- World Health Organization. (2023). Maternal mortality: Key facts. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>