

**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS P<sub>2</sub>A<sub>0</sub> UMUR 27  
TAHUN DENGAN ANJURAN TEKNIK SENAM KEGEL  
DALAM PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI BPM “N”  
KOTA BENGKULU**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**



**OLEH:**

**HENY AYU WIDYA PUTRI**  
**NPM. 1624260025 DB**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (D III)  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN (FIKES)  
UNIVERSITAS  
DEHASEN BENGKULU  
TAHUN 2019**

## **ABSTRAK**

### **ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS P<sub>2</sub>A<sub>0</sub> UMUR 27 TAHUN DENGAN ANJURAN TEKNIK SENAM KEGEL DALAM PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI BPM “N” KOTA BENGKULU**

**Oleh:**

**Heny Ayu Widya Putri<sup>1)</sup>**

**Diyah Tepi R<sup>2)</sup>**

**Murwati<sup>2)</sup>**

Masa nifas merupakan masa yang rawan karena ada beberapa risiko yang mungkin terjadi pada masa itu, antara lain: anemia, preeklamsia/eklampsia, perdarahan post partum, depresi masa nifas, dan infeksi masa nifas. Kematian ibu pada masa nifas disebabkan oleh infeksi nifas karena kurangnya perawatan pada luka perineum (10%), perdarahan (42%) akibat robekan jalan lahir, sisa placenta dan atonia uteri, eklamsia(13%), dan komplikasi masa nifas (11%).

Laporan kasus ini adalah untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman secara langsung pada ibu nifas dengan teknik senam kegel dalam penyembuhan luka perineum.

Dalam penyusunan laporan kasus ini menggunakan metode deskriptif yaitu dengan mengungkapkan fakta-fakta yang sesuai dengan data-data yang didapat serta melakukan asuhan dengan 7 langkah varney.

Dari hasil pengkajian yang dilakukan, ditemukan permasalahan nyeri pada luka perineum dan ibu nifas belum dapat beraktifitas seperti biasa. Untuk mempercepat proses penyembuhan luka pada perineum selain dengan menjaga kebersihan vulva (genitalia), mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang terutama makanan yang banyak mengandung protein yang tinggi, serta melakukan teknik senam kegel.

Maka hendaknya bidan yang menolong persalihan dengan kasus ibu nifas dengan luka perineum agar mengajarkan pada ibu nifas untuk melakukan teknik senam kegel, yang tujuannya untuk dapat menurunkan angka kejadian infeksi luka perineum.

Kata kunci : Teknik senam kegel, Ibu nifas

Keterangan :

1. Calon Ahli Madya Kebidanan
2. Pembimbing

**ABSTRACT**  
**A MIDWIFERY CARE FOR POSTPARTUM MOTHER P2A0 AGED 27 YEARS WITH  
THE RECOMMENDATION OF KEGEL EXERCISES TECHNIQUES IN HEALING  
PERINEUM WOUNDS AT BPM "N" BENGKULU CITY**

**By:**

**Heny ayu widya putri<sup>1)</sup>**  
**DiyahTepi R,<sup>2)</sup>**  
**Murwati,<sup>2)</sup>**

*The puerperium is a raw period because there are several possible risks during that period, such as: anemia, preeclampsia/eclampsia, postpartum hemorrhage, postpartum depression, and postpartum infection. Mortality during the puerperium is caused by puerperal infection due to lack of care for perineal wounds (10%), bleeding (42%) due to tear in the birth canal, residual placenta and uterine atony, eclampsia (13%), and complications of the puerperium (11%). This case report is to gain knowledge and understanding directly on postpartum mothers with Kegel exercises in healing perineal wounds. In compiling this case report the researcher used a descriptive method that is by disclosing facts in accordance with the data obtained and conducting care with 7 steps of Varney. From the results of the assessment carried out, it was found that the pain in the perineal wound and the puerperal woman had not been able to work as usual. To accelerate the process of wound healing in the perineum in addition to maintaining the cleanliness of the vulva (genitalia), consuming foods that contain balanced nutrition, especially foods that contain lots of high protein, and perform Kegel exercises. So, midwives who should help with the case of puerperal women with perineal wounds should teach postpartum mothers to do Kegel exercises, which aims to reduce the incidence of perineal wound infections.*

**Keywords: Kegel Exercises Technique, Postpartum Mother  
Information:**

1. Student
2. Supervisors