

**PENERAPAN *KEGEL EXERCISE* TERHADAP LUKA  
*PERINEUM* PADA IBU *POST PARTUM***

**Karya Tulis Ilmiah**

**Disusun untuk Memeperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada  
Program Studi Diploma III Keperawatan**



**Oleh:**

**Hariyanti**

**202212063**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2025**

**PENERAPAN *KEGEL EXERCISE* TERHADAP LUKA  
*PERINEUM* PADA IBU *POST PARTUM***

**Karya Tulis Ilmiah**

**Disusun untuk Memeperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada  
Program Studi Diploma III Keperawatan**



**Oleh:**

**Hariyanti**

**202212063**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
2025**

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

### **PENERAPAN *KEGEL EXERCISE* TERHADAP LUKA *PERINEUM* PADA IBU *POST PARTUM***

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan ataupun duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasi dan pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun dari Perguruan Tinggi lainnya maupun Instalasi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan hasil plagiasi atau penjiplakan terhadap orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juni 2025

Penulis



Hariyanti

NIM. 202212063

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hariyanti

NIM : 202212063

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan *Kegel Exercise* Terhadap Luka *Perineum* Pada Ibu *Post Partum*

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak bebas *Royalti Noneklusif (Exlusif Royalty-Free Right)* kepada Universitas Aisyiyah Surakarta atas karya tulis ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.



## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Karya Tulid Ilmiah dengan judul :

### **PENERAPAN *KEGEL EXERCISE* TERHADAP LUKA *PERINEUM* PADA IBU *POST PARTUM***

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Sidang Karya Tulis Ilmmiah Program Studi D III Kepetawatann Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Mei 2025

**Pembimbing**



(Ika Silvitasari, S.Kep.Ns.,M.Kep)

NIDN. 0602048604

Mengetahui,

**Ketua Program Studi DIII Keperawatan**



(Tri Susilowati, S.Kep.Ns., M.Kep)

NIDN. 0621018203

## PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

### **PENERAPAN *KEGEL EXERCISE* TERHADAP LUKA PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang Karya Tulis Ilmiah Diploma III Keperawatan pada hari Senin, 16 Juni 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat / sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 2 Juli 2025

Mengesahkan Penguji:

1. Dr .Dyah Rahmawatie Ratna Budi Utami, M. Kep .....  
NIDN. 0615058501
2. Fida' Husain, S. Kep. Ns., M.Kep .....  
NIDN. 0623089302
3. Ika Silvitasari,S. Kep. Ns., M.Kep .....  
NIDN. 0602048604

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S. Kep. Ns., M. Kep

NIDN. 0621018203

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“PENERAPAN *KEGEL EXERCISE* TERHADAP LUKA *PERINEUM* PADA IBU *POST PARTUM* “** Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisahn karya tulis ilmiah ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada:

1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb, selaku Dekan Fakutas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Tri Susilowati, S. Kep., Ns., M. Kep, selaku Ketua Progam Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep Selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan bimbingan, masukan, motivasi, arahan serta semangat sehingga penulisan karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Dr .Dyah RRBUS, M. Kep selaku penguji I yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
6. Fida’ Husain, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Penguji II yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

8. Bapak Sukimin dan Ibu Suwanti selaku orang tua saya. Terimakasih atas segala pengorbanan, perjuangan, kasih sayang dan senantiasa mendoakan demi kelancaran dalam menempuh pendidikan dan dalam mengerjakan tugas akhir ini. Semoga Ibu dan Bapak sehat dan selalu dalam lindungan Allah SWT, dan selalu ada dalam setiap episode kehidupan penulis.
  9. Nenek saya Ibu Sulastri dan Kakek saya Bapak Jenal Purwo Dharjo yang selalu mendoakan dan memeberikan semngat kepada cucu pertama perempuan satu satunya
  10. Ny. S dan Ny. D responden yang telah membantu dalam penerapan *kegel exercise* untuk luka perineum pada ibu *post partum*
  11. Damayanti Lestari selaku teman saya yang mendengarkan keluh kesah penulis dalam berkontribusi dalam penulisan tugas akhir ini, memberikan dukungan, semangat, tenaga. Terima kasih telah menjadi bagian dalam perjalanan penyusunan saya hingga penyusunan tugas akhir selesai.
  12. Dipit, karomah, dan Mandut selaku rekan seperjuangan penulis yang selalu memberikan dukungan, motivasi, waktu dan tenaga kepada penulis dalam membantu menyelesaikan tugas akhir ini.
  13. Teman-teman seperjuangan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2022 yang telah berjuang bersama-sama saling mendoakan dan saling mengingatkan hingga saat ini. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan tugas akhir ini. Semoga kita semua menjadi orang yang sukses
- Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya serta pihak-pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.



Surakarta, 16 Juni 2025

Penulis

Hariyanti

NIM. 202212063