

**PENERAPAN LATIHAN KEGEL TERHADAP  
PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA  
IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KARTASURA**

Aprilia Monika, Anjar Nurrohmah S.Kep. Ns., M. Kep,

Endah Sri Wahyuni S.Kep. Ns., M. Kep

[apriliamonika57@gmail.com](mailto:apriliamonika57@gmail.com)

STIKES 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Post partum atau nifas merupakan keadaan dimana masa pemulihan alat - alat reproduksi seperti sebelum hamil. Proses persalinan hampir 90% mengalami robekan perineum. Luka perineum dapat mengakibatkan infeksi akibat masuknya mikroorganisme kedalam luka perineum. Untuk mempercepat penyembuhan luka perineum dengan dua tindakan farmakologi dan non-farmakologi, salah satu tindakan non farmakologi dengan latihan kegel. Biasanya penyembuhan luka perineum 6-7 hari. **Tujuan:** Mendiskripsikan hasil pengamatan penyembuhan luka dan perubahan karakteristik luka perineum pada ibu nifas. **Metode:** Penerapan ini menggunakan penelitian studi kasus dengan desain penelitian deskriptif. **Hasil:** Penerapan ini menunjukkan sebelum dilakukan latihan kegel kedua responden kondisi luka perineum tergolong luka sedang yaitu luka basah, perineum menutup, tidak ada tanda – tanda infeksi. Setelah dilakukan latihan kegel pada hari keempat Ny. N dan Ny. B luka perineum tergolong luka sedang yaitu luka basah, perineum menutup, tidak ada tanda – tanda infeksi. Pada hari ketujuh Ny. N penyembuhan luka dalam kategori luka sedang yaitu luka kering, jahitan pada luka perineum ada yang terbuka sedikit, tidak ada tanda – tanda infeksi. Ny. B. kondisi luka pada hari ketujuh tergolong luka baik yaitu luka kering, perineum menutup, tidak ada tanda- tanda infeksi. **Kesimpulan:** Adanya perbedaan terhadap penyembuhan luka dan perubahan karakteristik luka perineum pada ibu nifas.

**Kata Kunci :** *Latihan Kegel, Penyembuhan Luka, Ibu Nifas.*