

## **Laid Back Position pada Ibu Postpartum dengan Laserasi di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara**

**Billqis Aqmalina Putri Iswan<sup>1</sup>, Feti Kumala Dewi<sup>2</sup>, Linda Yanti<sup>3</sup>**

Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa  
Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, Kembaran, Banyumas 5, Indonesia

Email: bilqisaqmalina55@gmail.com; vettykumala@gmail.com; lindayanti@uhb.ac.id

### **ABSTRACT**

*Problems often occur for post partum mothers with lacerations. The mother often feels pain when moving from a lying position to a sitting position and vice versa. Lacerations are tears that occur in the midline of the vagina and can become extensive if the fetal head is born too quickly during labor, the angle of the pubic arch is smaller than usual, the fetal head is larger. This laid back position is also known as the breastfeeding position with the mother leaning on a pillow placed on a chair, bed, or against a wall. In this type of breastfeeding, the baby's stomach will be positioned under the mother's breasts and the baby's head is parallel to the mother's breasts. Laid back position can be an alternative for breastfeeding mothers after birth with a laceration. In this way, community service activities are carried out with the aim of increasing knowledge and skills and reducing laceration pain for postpartum mothers with lacerations while breastfeeding using the laid back position. The method used is demonstration and education regarding knowledge, skills and the effect of laid back position breastfeeding to reduce laceration pain. The results of community service for 3 respondents showed an increase in mothers' knowledge about the laid back position of breastfeeding. 3 respondents (100%) showed good results. Meanwhile, mother's skills also increased by 2 respondents (66.6%) in the good category, while in the poor category there was 1 respondent (33.3%). Furthermore, the pain scale experienced by the 3 respondents (100%) said they experienced a decrease in pain, namely showing the number 3 with an average value of 3, namely indicating mild pain when breastfeeding using the laid back position.*

**Keywords:** *Post partum mother, laceration, laid back position*

### **ABSTRAK**

Permasalahan sering terjadi bagi seorang ibu post partum dengan laserasi. Ibu tersebut seringkali merasakan nyeri ketika bergerak dari posisi baring menuju ke posisi duduk dan sebaliknya. Laserasi atau adalah robekan yang terjadi di garis tengah vagina dan bisa menjadi luas apabila kepala janin lahir terlalu cepat saat persalinan, sudut arkus pubis lebih kecil daripada biasa, kepala janin lebih besar. *Laid back position* ini disebut juga sebagai posisi menyusui dengan ibu yang bersandar pada bantal yang diletakkan diatas kursi, tempat tidur, maupun bersender didinding. Pada jenis menyusui ini, perut bayi akan diposisikan untuk berada di bawah payudara ibu tersebut dan kepala bayinya sejajar dengan payudara ibu. *Laid back position* dapat merupakan salah satu alternatif bagi ibu menyusui pasca kelahiran dengan laserasi. Dengan demikian dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan serta mengurangi nyeri laserasi ibu postpartum dengan laserasi saat



menyusui menggunakan posisi *laid back position*. Metode yang dilakukan dengan menggunakan demonstrasi dan edukasi mengenai pengetahuan, keterampilan dan pengaruh posisi menyusui *laid back position* untuk mengurangi rasa nyeri laserasi. Hasil Pengabdian kepada masyarakat pada 3 responden menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu tentang posisi menyusui *laid back position* 3 responden (100%) menunjukkan hasil baik. Sedangkan pada keterampilan ibu juga mengalami peningkatan sebanyak 2 responden (66,6% ) dengan kategori baik, sedangkan pada kategori kurang sejumlah 1 responden (33,3%). Selanjutnya skala nyeri yang dialami oleh ke-3 responden (100%) mengatakan mengalami penurunan rasa nyeri yaitu menunjukkan diangka 3 dengan nilai rata-rata 3 yaitu menunjukkan nyeri ringan ketika menyusui menggunakan posisi *laid back position*

**Kata kunci:** Ibu post partum, laserasi, *laid back position*

## PENDAHULUAN

Masa postpartum berarti pemulihan kandungan atau alat reproduksi setelah bersalin sampai kembali seperti sedia kala sebelum hamil. Masa postpartum ini dimulai dari setelah terlahirnya plasenta sampai dengan pada saat organ reproduksi kembali seperti semula (Fahriani et al., 2020). Pada masa postpartum, tubuh mengalami perubahan, seperti pengecilan rahim (involusi), pengeluaran lochea, perubahan pada serviks dan vulva, dan penurunan kebutuhan tubuh akan nutrisi dan cairan. Perawatan khusus diperlukan untuk mempercepat penyembuhan luka perineum yang disebabkan laserasi pada vagina. Luka ini biasanya terjadi pada ibu primipara dan juga sering terjadi pada ibu multipara (Fahriani et al., 2020). Luka di perineum dapat terjadi secara tidak sengaja atau secara spontan dengan menggunakan alat (Ugwu et al., 2018). Laserasi perineum yaitu, robekan yang terjadi antara otot anus dan vagina, dapat disebabkan karena persalinan yang kepala bayi yang terlalu besar atau persalinan yang terlalu cepat (Purnami & Noviyanti, 2019).

Dikutip World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa kasus laserasi perineum 2,7 juta kasus pada persalinan terjadi dan diperkirakan akan ada peningkatan pada tahun 2050 menjadi 6,3 juta kasus (Pemiliana et al., 2019). Di Negara Amerika Serikat, hal ini terjadi sekitar 40% dari 2,6 juta kasus laserasi dalam persalinan. Diseluruh negara asia didunia terjadi 50% kasus laserasi perineum (Kurniawan et al., 2020). Di Indonesia sendiri memiliki jumlah kasus laserasi yang sama dengan jumlah kasus di Asia, yaitu 50% dari total kasus tersebut. Di Indonesia, 24% wanita berusia 25-30 tahun dan 62% wanita berusia 32-29 tahun mengalami robekan perineum. Pada tahun 2017, 57% wanita di Indonesia menerima jahitan perineum saat persalinan pervaginam, dan pada tahun 1951, 28% wanita mengalami luka perineum karena episiotomi dan 29% karena persalinan spontan (Indrayani et al., 2020).

Jumlah kasus kematian ibu di Propinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 sebanyak 416 kasus, dengan 64,18% kasus terjadi pada waktu nifas, 25,72% pada waktu hamil, dan 10,10% pada waktu persalinan. Untuk kelompok umur, kejadian kematian maternal tertinggi pada usia 20-34 tahun sebesar 64,66%, pada usia lebih dari 35 tahun sebesar 31,97%, dan pada usia di bawah 20 tahun sebesar 3,37%.

Faktor penyebab kematian ibu termasuk hipertensi dalam kehamilan 29,6%, perdarahan 24,5%, infeksi 6%, gangguan sistem peredaran darah 11,8%, gangguan metaobik 0,5%, dan penyebab lain 27,6% (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2019). Untuk mengatasi robekan pada jalan lahir selama persalinan, episiotomi sering dilakukan. Ini membantu penyembuhan luka dikarenakan lebih mudah dijahit dan lebih cepat menyatunya kembali luka laserasi (Novita, 2019).

Proses penyembuhan laserasi dibutuhkan waktu yang cukup lama tergantung pada kondisi kesehatan pasien dan perawatan perineum Puji (2009). Robekan jalan lahir atau laserasi menjadi penyebab kedua terjadinya perdarahan pada ibu postpartum. Maka dari itu, perineum ibu harus selalu diperhatikan untuk mencegah terjadinya perdarahan maupun infeksi. Dampak yang paling umum selama masa nifas yang

disebabkan oleh laserasi jalan lahir adalah infeksi dan nyeri. Robekan perineum dibagi menjadi empat tingkatan. Robekan dapat terjadi secara spontan atau akibat prosedur episiotomi. Di kemudian hari, cedera pada jaringan penyokong, akut maupun tidak akut, yang sudah diperbaiki ataupun belum, dapat menyebabkan masalah ginekologis. Setelah persalinan, laserasi dapat diperbaiki dengan cepat (Bahiyatun, 2010). Menurut penelitian Rahayuningsih (2013), efek laserasi perineum pada ibu yang baru melahirkan juga menyebabkan nyeri perineum sebanyak 70,9%, dan efek lainnya termasuk stres, trauma, ketakutan, tidak nafsu makan, kesulitan tidur, dan depresi. Kerusakan pada sphincter anal, efek lainnya dari laserasi perineum, dapat menyebabkan rasa sakit dan nyeri selama masa nifas dan juga dapat menyebabkan infeksi (Choirunissa et al., 2019).

Jika ibu menyusui mengalami nyeri laserasi selama menyusui, posisi berbaring belakang dapat menjadi alternatif. Posisi menyusui dengan ibu bersandar pada bantal di dinding, kursi, atau tempat tidur. *Laid back position* adalah nama lain untuk posisi ini. Bayi menyusui dengan cara ini akan memiliki kepala sejajar dengan payudara ibu dan perutnya di bawahnya. Ibu nifas yang mengalami luka jahitan, baik setelah persalinan dengan laserasi maupun sebelum persalinan, sangat merekomendasikan. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa posisi ini membuat ibu menyusui lebih rileks dan mengurangi rasa nyeri pada luka jahitan.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Colson, et al (2012) yang menjelaskan posisi *laid back position* atau rebahan dirasakan lebih nyaman oleh para ibu postpartum, ibu yang merasa nyeri pada luka jahitan episiotomi ataupun luka operasi dirasakan lebih ringan dibandingkan duduk tegak, sehingga secara tidak langsung posisi menyusui *laid back position* ini mendukung ibu untuk bertahan lebih lama dalam menyusui bayinya.

Pada kasus ibu postpartum dengan laserasi dipuskesmas mandiraja 1 pada bulan mei-juni dari 32 ibu bersalin terdapat 25 ibu postpartum dengan laserasi dan 15 diantaranya mengalami kesulitan dalam menyusui anaknya dikarenakan posisi menyusunya kurang nyaman dan merasa sakit saat menyusui dengan cara biasa atau duduk. Oleh karena itu, pemberian edukasi mengenai posisi menyusui *laid back position* untuk mengurangi nyeri laserasi pada ibu postpartum sangat disarankan pada ibu postpartum dengan laserasi.

## **METODE PELAKSANAAN**

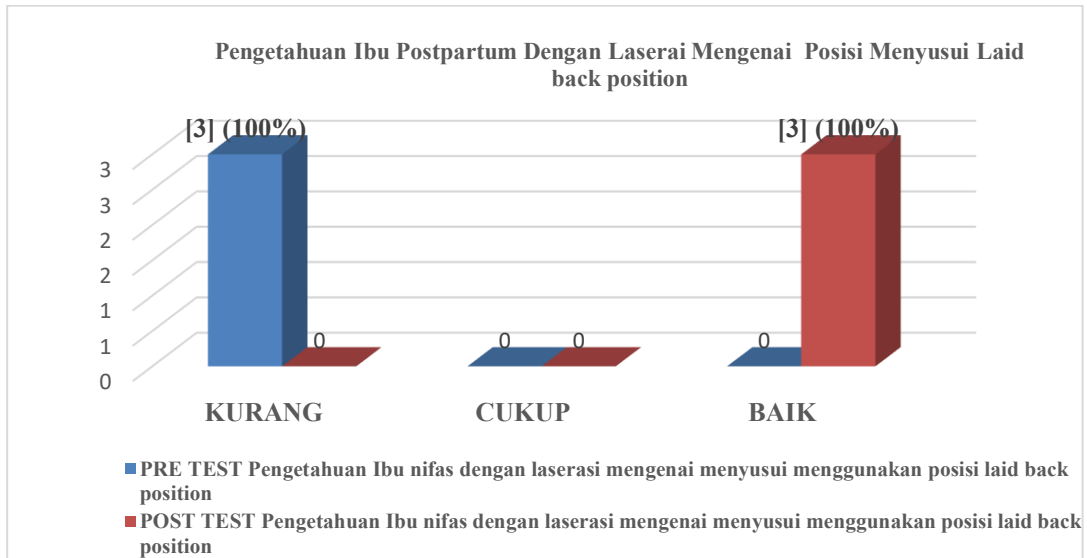
Metode yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan memberikan edukasi dan melakukan demonstrasi serta memberikan kuesioner pre test secara lisan dan meminta ibu untuk melakukan keterampilan tentang menyusui menggunakan posisi *laid back position* serta mengukur skala nyeri laserasi ibu saat menyusui dengan duduk menggunakan pengukuran skala nyeri visual analog scale (VAS) sebagai alat deskripsi pengganti kata rasa nyeri. Pada metode pengukuran skala nyeri menggunakan visual analog scale (VAS) responden menilai nyeri dari skala 0 sampai skala nyeri 10. Pada skala 0 diartikan tidak nyeri, pada skala 1 sampai 3 diartikan nyeri ringan atau adanya rasa nyeri (mulai terasa nyeri namun masih dapat ditahan), skala 4 sampai 6 diartikan nyeri sedang yaitu adanya rasa nyeri yang mengganggu dan ada usaha untuk menahan rasa nyeri tersebut, serta pada skala 7 sampai 10 dideskripsikan sebagai nyeri berat, yang berarti adanya rasa nyeri yang terasa tidak tertahankan dan sangat mengganggu sehingga responden dapat bereksresi seperti menjerit, menangis ataupun berteriak. Menurut (Prasetyo, 2010; McCeffer dan Beebe 1993 dalam Novita, 2012) skala ini sangat efektif untuk mengukur rasa nyeri sebelum dan sesudah dilakukannya terapi. Kemudian tahap selanjutnya memberikan edukasi kepada ibu postpartum tentang pengetahuan menyusui *laid back position*, dan melakukan mendemonstrasikan posisi menyusui *laid back position* pada tahap selanjutnya melakukan evaluasi yaitu dengan pemberian kuesioner post tes pengetahuan untuk diisi dan dijawab oleh responden untuk selanjutnya dinilai oleh peneliti dilanjutkan mengevaluasi keterampilan ibu postpartum yaitu meminta ibu untuk mempraktekkan menyusui menggunakan *laid back position* sendiri dan

dilanjutkan mengukur pengaruh posisi menyusui *laidback position* terhadap penurunan rasa nyeri akibat luka laserasi menggunakan visual analog scale (VAS).

## HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

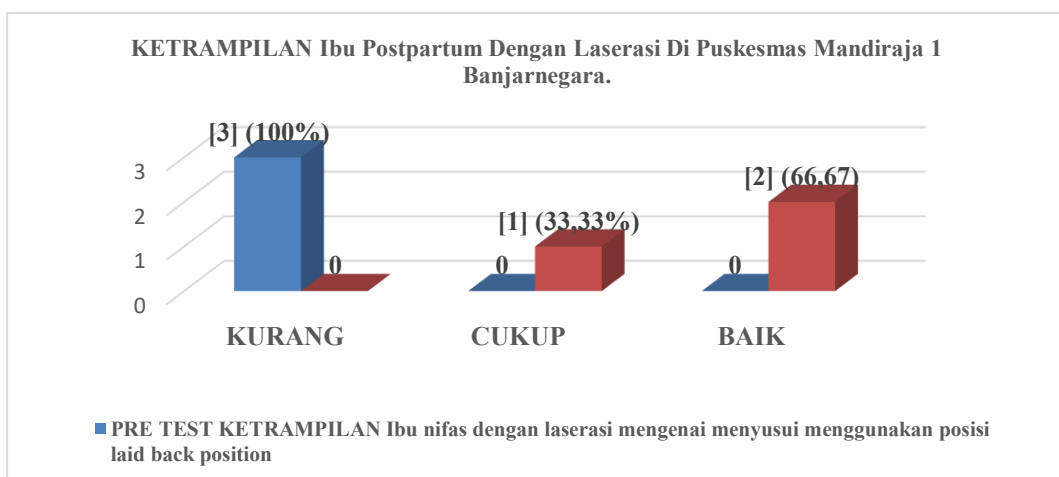
### Hasil

Peserta penelitian adalah 3 ibu postpartum dengan laserasi. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dikategorikan menjadi tiga kategori, yaitu:



Gambar 1. Hasil Pengetahuan Pretest dan Posttest Ibu Postpartum dengan Laserasi Mengenai Menyusui Menggunakan Posisi *Laid Back Position* Di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara.

Berdasarkan Gambar 1 menunjukkan pengetahuan 3 responden (100%) tentang posisi menyusui menggunakan posisi *laid back position* sebelum dilakukan edukasi tentang posisi menyusui *laid back position* dengan hasil sangat kurang dan setelah diberikan edukasi ke-3 responden (100%) mengalami pengembangan pengetahuan tentang posisi menyusui *laid back position*.



Gambar 2. Hasil Pengabdian Masyarakat untuk Ketrampilan Pre Test dan Post Test Tentang Posisi Menyusui *Laid Back Position*.

Berdasarkan Gambar 2 menunjukkan sebelum dilakukan edukasi tentang posisi *laid back position* 3 responden (100%) tidak memiliki keterampilan dalam menyusui menggunakan posisi *laid back position*, dan setelah dilakukan edukasi terjadi kenaikan keterampilan dari 3 responden (66,6%) 2 responden (33,3%) memiliki keterampilan yang baik, mereka mampu melakukan posisi menyusui *laid back position* dengan benar dan melakukannya secara mandiri, serta 1 responden memiliki keterampilan yang cukup karena bias menyusui menggunakan posisi *laid back position* dengan benar namun harus dibantu saat melakukan pelekatan dengan ibu. Dalam penilaian keterampilan responden dalam menyusui menggunakan posisi *laid back position* penyuluh menggunakan ceklist cara menyusui dengan posisi *laid back position*.

Tabel 1 Hasil pengabdian kepada masyarakat untuk pengaruh posisi menyusui *laid back position* terhadap rasa nyeri.

Nama Ibu	Umur	Skala Nyeri Pretest	Mean	Skala Nyeri Post test	Mean
Ny. L	21	6 (Nyeri Sedang)	5,6	3 (Nyeri Ringan)	3
Ny. A	22	5 (Nyeri Sedang)		3 (Nyeri Ringan)	
Ny. M	20	6 (Nyeri Sedang)		3 (Nyeri Ringan)	

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan skala nyeri yang dialami oleh ke-3 responden (100%) Sebelum dilakukan edukasi skala nyeri yang dirasakan 3 responden (100%) berkisar 5-6 atau dengan nilai rata-rata menunjukkan diangka 5,6 atau menunjukkan nyeri sedang, setelah dilakukan edukasi tentang posisi menyusui *laid back position* ke-3 responden (100%) mengatakan nyeri berkurang yaitu menunjukkan diangka 3 dengan nilai rata-rata 3 yaitu menunjukkan nyeri ringan ketika menyusui menggunakan posisi *laid back position* dan setelah dilakukan menyusui dengan posisi menyusui *laid back position* selama 10-15 menit.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara, dari 3 ibu postpartum dengan laserasi ditemukan semuanya ibu post partum dengan laserasi memiliki pengetahuan yang baik serta 2 ibu postpartum memiliki keterampilan baik dan 1 ibu postpartum memiliki keterampilan cukup. Pengabdian kepada masyarakat ini memberikan pengetahuan, keterampilan serta pengaruh posisi menyusui *laid back position* terhadap penurunan rasa nyeri laserasi saat menyusui kepada ibu dan keluarga tentang posisi menyusui *laid back position*.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk pemberdayaan ibu post partum dengan laserasi dan keluarga tentang posisi menyusui *laid back position* untuk mengurangi rasa nyeri luka laserasi pasca bersalin. Terdapat dua tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tahap pertama yaitu pemberian edukasi dilanjutkan dengan tahap ke dua yaitu demonstrasi. Sebelum pemberian materi, ibu nifas diberikan pretest yaitu dengan mengajukan beberapa pertanyaan tentang posisi menyusui *laid back position*, tujuan dari pretest ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan, keterampilan serta pengaruh posisi menyusui *laid back position* untuk mengurangi nyeri laserasi.

Dari hasil pretest diperoleh 3 responden (100%) belum memiliki pengetahuan atau berpengetahuan kurang dan tidak terampil menyusui dengan posisi *laid back position*. Kegiatan edukasi menimbulkan interaksi yang cukup baik terlihat dari antusias para ibu postpartum dan keluarga memperhatikan materi yang di berikan dilanjutkan tanya jawab dari materi yang disampaikan mengenai posisi menyusui *laid back position*. Selanjutnya, dilakukan kegiatan post test untuk menilai pengetahuan dan keterampilan yang diberikan kepada ibu postpartum dan keluarga. Dari hasil post test didapatkan bahwa 3 responden

(100%) memiliki pengetahuan yang baik sedangkan untuk keterampilan 2 responden (66,6%) memiliki keterampilan baik dan 1 responden (33,3%) memiliki keterampilan cukup. Selanjutnya untuk penurunan rasa nyeri saat dilakukan pretest responden mengatakan skala nyeri berada diangka 5-6 (Nyeri Sedang) jika ukur menggunakan visual analog scale (VAS) dan setelah dilakukan edukasi dan demonstrasi hasil posttest menunjukkan penurunan nyeri responden mengatakan skala nyeri laserasi yang dialami responden saat menyusui menurun hingga diangka 3 (Nyeri Ringan).

Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa posisi menyusui *laid back position* memungkinkan ibu untuk menyusui dengan lebih nyaman dan meminimalisir penekanan pada daerah laserasi sehingga dapat mengurangi rasa nyeri laserasi. Ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Colson et al. (2012), yang menemukan bahwa para ibu yang baru melahirkan merasa lebih nyaman berada di posisi berbaring, semi-rebahan, atau rebahan. Selain itu, mereka mengalami lebih sedikit nyeri pada luka jahitan, baik untuk luka episiotomi maupun operasi, ketika mereka duduk tegak. Ini secara tidak langsung membantu ibu menyusui lebih lama.

Hal ini membuktikan bahwa materi yang diberikan oleh pemberi materi pengabdian kepada masyarakat dapat diserap dengan baik oleh ibu postpartum dengan laserasi di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara. Oleh karena itu, posisi menyusui *laid back position* sangat dianjurkan untuk ibu postpartum dengan laserasi untuk mengurangi rasa nyeri laserasi pasca bersalin, posisi menyusui *laid back position* ini juga membuat ibu menjadi rileks dan nyaman saat menyusui.

### **Dampak**

Dampak yang didapatkan dari pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan menggunakan metode edukasi dan demonstrasi ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu postpartum dengan laserasi mengenai posisi menyusui *laid back position* di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara. Serta adanya penurunan rasa nyeri laserasi pada saat menyusui menggunakan posisi *laid back position* dibandingkan menyusui menggunakan posisi duduk.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Teimakasih kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan semangat dan doa dalam setiap proses penyusunan artikel pengabdian kepada masyarakat ini. Seluruh dosen dan staff program studi kebidanan diploma tiga Kebidanan fakultas kesehatan Universitas Harapan Bangsa yang telah membimbing dengan sabar dan membagi wawasannya serta ilmu yang bermanfaat. Serta, terimakasih juga kepada rekan-rekan saya seangkatan yang sudah memberikan saya semangat dan motivasi dalam mengerjakan artikel pengabdian kepada masyarakat ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraini, Y. & Martini. (2019). Pengaruh Sitz Bath Air Hangat terhadap Lamapenyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. *Media Ilmu Kesehatan* Vol. 8, No. 1.
- Batacan, Jeanne. "A new approach: biological nurturing and laid-back breastfeeding." *International Journal of Childbirth Education*, vol. 25, no. 2, June 2010, pp. 7+.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2019. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2019. Semarang: Dinkes Prov. Jawa Tengah.
- Hartati, S dan Maryunani, A. 2014. Asuhan Keperawatan Ibu Post Partum Seksio Sesarea (Pendekatan Teori Model Selfcare dan Comfart). Jakarta Timur: CV. Transa Info Media
- Gerbershagen, H. J., Rothaug, J., Kalkman, C. J., & Meissner, W. 2011. *Determination of moderate-to-severe postoperative pain on the numeric rating scale: a cut-off point analysis applying four different methods. British Journal of Anaesthesia*

- Kapoor, j., & Rita. (2018). *A Comparative Study to Assess the Effectiveness of Medicated and Non-Medicated Sitz Bath on Episiotomy Wound Healing Among Postnatal Mothers at Govt. Smgs Maternity Hospital, Jammu. International Journal Pregnancy and Child Birth.*
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2019. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2019.* Semarang: Dinkes Prov. Jawa Tengah.
- Pujiyanti, S., Rini, S., Hikmanti, A. 2022. Kombinasi pijat oksitosin, breast care, dan biological nurturing untuk meningkatkan produksi ASI. *Jurnal Kesehatan SEHATI.* 2(2):26 – 29.
- Indrayani, T., dkk. (2020). Efektivitas Air Rebusan Daun Binahong terhadap Penyembuhan Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di Puskesmas Menes Kabupaten Pandeglang. *Journal for Quality in Women's Health.*
- Batacan, Jeanne. "A new approach: biological nurturing and laid-back breastfeeding." *International Journal of Childbirth Education*, vol. 25, no. 2, June 2010, pp. 7+.
- Bashiri, Asefe, et al. "Comparing the effects of breastfeeding in the laid-back and cradle position upon the experiences of primiparous women: a parallel randomized clinical trial." *Trials*, vol. 24, no. 1, 13 Feb. 2023, p. NA.