

# MENGURANGI ROBEBAN PERINEUM DERAJAT KETIGA DAN KEEMPAT



REDUCING THIRD AND FOURTH DEGREE PERINEAL TEARS

Indonesian

## Apa yang dimaksud dengan robekan perineum?

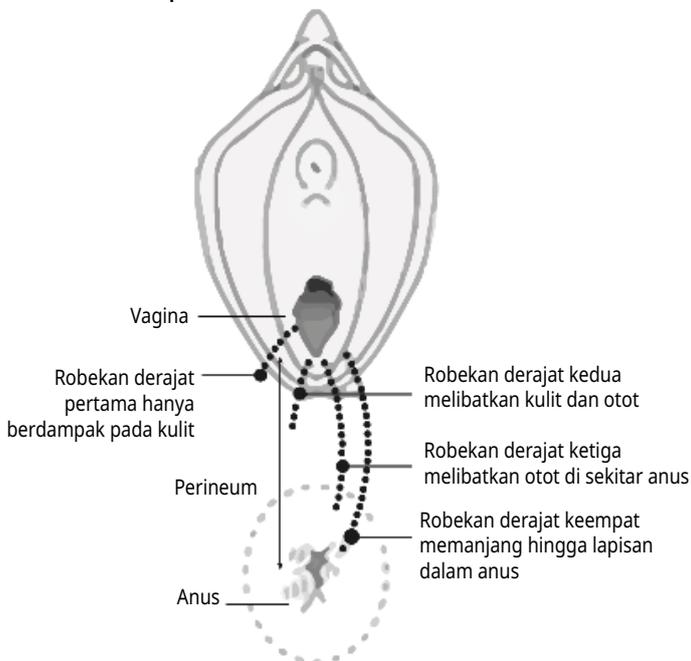
### What are perineal tears?

- Robekan perineum terjadi pada kulit dan otot perineum, yang berada di antara vagina dan anus.
- Robekan derajat pertama dan kedua cukup lazim dan biasanya sembuh tanpa kesulitan.
- Robekan-robekan ini mungkin perlu dijahit dan ditindak-lanjuti oleh dokter setempat Anda.

## Apa yang dimaksud dengan robekan derajat ketiga dan keempat?

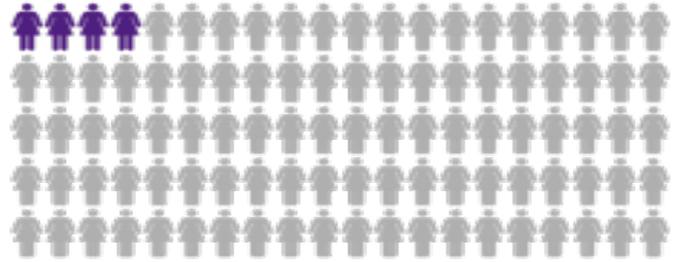
### What are third and fourth degree tears?

- Robekan derajat ketiga merobek juga otot yang mengendalikan anus (dubur).
- Robekan derajat keempat memanjang hingga lapisan dalam anus dan rektum. Robekan derajat ketiga dan keempat biasanya perlu ditangani di kamar operasi.



## Apakah ini dapat terjadi pada saya? Could this happen to me?

Sekitar 4 dari antara 100 wanita yang melahirkan melalui vagina mengalami robekan derajat ketiga dan keempat.



Kemungkinan untuk mengalami robekan derajat ketiga dan keempat meningkat jika:

- ini bayi Anda yang pertama
- Anda berlatar belakang Asia Tenggara
- Anda pernah mengalami robekan derajat ketiga dan keempat sebelumnya
- bayi Anda beratnya lebih dari 4kg (9lb) atau posisi punggungnya menghadap punggung Anda (posterior)
- bahu bayi Anda tersangkut selama persalinan
- Anda membutuhkan forsep atau alat lain untuk membantu persalinan Anda.

Bagi sebagian wanita, robekan derajat ketiga dan keempat dapat berakibat hilangnya kendali atas otot anus dan rektum. Dampak jangka panjang dapat diminimalkan dengan diagnosis yang akurat dan penanganan serta tindak lanjut yang sesuai.

**Bicaralah dengan bidan atau ahli kandungan Anda jika Anda memiliki pertanyaan mengenai informasi ini. Mintalah staf untuk menyediakan juru bahasa jika Anda membutuhkan bantuan untuk memahami atau berbicara dalam bahasa Inggris. Jika Anda perlu menggunakan juru bahasa untuk menghubungi kami, silakan telepon Layanan Penerjemahan dan Juru Bahasa (TIS National) di 131 450**

Produced by Women's Healthcare Australasia with consumer input, in partnership with the NSW Clinical Excellence Commission

PO Box 194 Mitchell, ACT 2911, Australia

Ph: 02 6185 0325

Last updated: July 2019



WOMEN'S  
HEALTHCARE  
AUSTRALASIA



**Unsur-unsur perawatan berikut ini telah terbukti mengurangi terjadinya robekan derajat ketiga dan keempat.**

## **Apa artinya bagi perawatan saya? What does this mean for my care?**

Unsur-unsur perawatan berikut ini telah terbukti mengurangi terjadinya robekan derajat ketiga dan keempat dan sebaiknya ditawarkan kepada semua wanita yang akan melahirkan melalui vagina:

- Meletakkan handuk basah hangat (kompres) pada perineum ketika kepala bayi mulai terlihat. Ini membantu otot-otot pada perineum untuk meregang secara alami.
- Mendorong Anda untuk bergerak selama persalinan dan mengambil posisi-posisi bersalin, selama tahap kedua persalinan Anda (ketika kepala bayi mulai keluar) yang akan membantu bayi untuk lahir secara perlahan dan tidak terburu-buru (mis. posisi merangkak).
- Membantu Anda bersalin secara perlahan dan terkendali melalui teknik pernapasan, dan tanpa mengejan secara diarahkan.
- Menggunakan tangan untuk menekan perineum Anda secara lembut selama keluarnya kepala dan bahu bayi Anda.

**Anda dapat menolak unsur perawatan mana saja jika Anda mau**

- Episiotomi dapat membantu mengurangi robekan perineum derajat ketiga dan keempat.
- Kami akan meminta izin dari Anda dan memberikan pereda nyeri sebelum kami melakukan episiotomi.

## **Bagaimana cara mengetahui apakah saya mengalami robekan perineum derajat ketiga atau keempat?**

### **How will I know if I have a third or fourth degree perineal tear?**

Setelah bayi Anda lahir kami akan memeriksa perineum dan daerah sekitar anus Anda untuk melihat apakah Anda mengalami robekan perineum. Untuk memastikan agar robekan terdeteksi kami menganjurkan pemeriksaan rektal bagi semua wanita.

Pemeriksaan ini dapat mendeteksi robekan di bagian dalam, dan memastikan bahwa kami dapat menawarkan perawatan dan tindak lanjut yang sesuai.

Kami akan meminta persetujuan Anda sebelum kami melakukan pemeriksaan ini, dan Anda dapat mencabut persetujuan Anda kapan saja.

## **Bagaimana jika saya mengalami robekan derajat ketiga atau keempat?**

### **What happens if I get a third or fourth degree tear?**

Robekan tersebut akan perlu diperbaiki, biasanya di kamar operasi. Bayi Anda akan dijaga oleh pasangan Anda, keluarga Anda, atau bidan. Mereka akan dibantu. Anda semestinya diberi pereda rasa nyeri dan informasi mengenai apa yang dapat Anda lakukan untuk membantu kesembuhan robekan tersebut.

Akan dibuatkan janji bagi Anda untuk menemui tenaga profesional kesehatan setelah Anda pulang. Tindak lanjut dengan fisioterapis berpengalaman dalam kesehatan wanita juga dianjurkan.

## **Untuk kelahiran yang membutuhkan bantuan alat For births that require instrumental assistance**

- Terkadang ada alat, misalnya forsep atau vakum (ventouse), yang dibutuhkan untuk membantu kelahiran bayi Anda. Forsep dan ventouse adalah alat-alat yang memungkinkan dokter kandungan untuk menarik, selaras dengan kontraksi Anda, untuk membantu kelahiran bayi Anda.
- Alat yang digunakan bergantung pada jalannya persalinan dan posisi bayi Anda. Alat-alat ini membantu ibu dan bayi untuk mengalami persalinan yang aman melalui vagina.
- Jika ini adalah persalinan Anda yang pertama dan Anda memerlukan bantuan dengan forsep atau ventouse kami akan menganjurkan episiotomi. Episiotomi adalah sayatan yang dibuat dengan gunting pada pintu masuk vagina ke arah perineum.

\*Informasi mengenai WHA National Collaborative tersedia di <https://women.wcha.asn.au/collaborative>



**WOMEN'S  
HEALTHCARE**  
AUSTRALASIA

