



## PENGARUH ASUPAN PROTEIN HEWANI DAN STATUS GIZI DALAM PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS DI SERANG DAN TANGERANG

Titin Eka Sugiadini<sup>1</sup>, Nurrohmah Oktavia<sup>2</sup>, Susanti<sup>3</sup>, Minati Dewi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara, Jakarta

tsugiadini@gmail.com

### Abstrak

Luka perineum merupakan komplikasi yang sering terjadi pada persalinan pervaginam dan dapat meningkatkan risiko infeksi serta keterlambatan pemulihan ibu nifas apabila tidak ditangani secara optimal. Faktor nutrisi, khususnya asupan protein hewani dan status gizi, berperan penting dalam proses penyembuhan luka melalui mekanisme regenerasi jaringan, sintesis kolagen, dan peningkatan daya tahan tubuh. Di Indonesia, khususnya Serang dan Tangerang tingginya angka kejadian luka perineum masih disertai dengan masalah status gizi ibu postpartum yang belum optimal. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh asupan protein hewani (ikan gabus dan dada ayam) serta status gizi terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah Serang dan Tangerang. Metode desain penelitian ini adalah desain quasi-experiment menggunakan pendekatan post-test with control group design. Penelitian dilaksanakan pada bulan November–Desember 2025 di fasilitas kesehatan wilayah Serang dan Tangerang. Sampel penelitian berjumlah 120 ibu nifas yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Hasil statistik *Chi Square Test* menunjukkan 2. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value <0,001, yang menandakan adanya perbedaan distribusi kategori penyembuhan luka perineum antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada hari ketujuh postpartum. Nilai p-value IMT = 0,000 (<0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi berdasarkan IMT dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Nilai p-value = 0,000 (<0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan LILA Kesimpulan protein hewani dan status gizi berpengaruh terhadap percepatan penyembuhan luka perineum ibu nifas

**Kata Kunci:** Luka Perineum, Ibu Nifas, Protein Hewani, Status Gizi

### Abstract

Perineal wounds are a common complication of vaginal delivery and may increase the risk of infection as well as delay postpartum maternal recovery if not managed optimally. Nutritional factors, particularly animal protein intake and nutritional status, play an essential role in wound healing through mechanisms such as tissue regeneration, collagen synthesis, and enhancement of immune function. In Indonesia, especially in the Serang and Tangerang regions, the high incidence of perineal wounds is still accompanied by suboptimal nutritional status among postpartum mothers. Objective to analyze the effect of animal protein intake (snakehead fish and chicken breast) and nutritional status on perineal wound healing among postpartum mothers in Serang and Tangerang. Methods this research used a quasi-experimental design using a post-test with control group approach. The research was conducted from November to December 2025 in healthcare facilities in the Serang and Tangerang regions. A total of 120 postpartum mothers were selected using purposive. Data were collected from medical records and analyzed using a Chi-Square tests. Results the Chi-Square statistical test showed a p-value < 0.001, indicating a significant difference in the distribution of perineal wound healing categories between the intervention and control groups on the seventh postpartum day. The p-value for Body Mass Index (BMI) was 0.000 (< 0.05), demonstrating a significant association between nutritional status based on BMI and perineal wound healing among postpartum mothers. Similarly, a p-value of 0.000 (< 0.05) indicated a significant relationship between nutritional status based on Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) and perineal wound healing. Conclusion animal protein intake and nutritional status significantly influence the acceleration of perineal wound healing in postpartum mothers.

**Keywords:** Perineal Wound, Postpartum, Animal Protein, Nutritional Status

**PENDAHULUAN**

Persalinan merupakan proses fisiologis yang secara umum dibagi menjadi dua jenis yaitu persalinan pervaginam (normal) dan persalinan dengan tindakan Sectio Caesarea (SC). Persalinan pervaginam dapat menyebabkan robekan perineum baik pada primigravida dan multigravida dengan perineum yang kaku (Syifa, 2024)[1]. Klasifikasi luka perineum terdiri dari empat tingkatan, yakni derajat 1, derajat 2, derajat 3, dan derajat 4. Jika perawatan luka perineum tidak dilaksanakan secara optimal, terdapat risiko tinggi terjadinya infeksi pascapartum (Hendriani, 2019)[2].

Menurut WHO (2020)[3], angka kejadian luka perineum akibat robekan spontan maupun tindakan episiotomi mencapai 60–85% pada ibu bersalin pervaginam di seluruh dunia. Di Indonesia, berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan tahun 2022, insiden luka perineum mencapai 73% pada persalinan normal, dan sebagian besar ibu mengalami keterlambatan proses penyembuhan akibat faktor nutrisi yang tidak adekuat. Data Kemenkes [4] menunjukkan bahwa 28,3% ibu postpartum masih berada dalam kategori kurang energi kronis (KEK), yang dapat memengaruhi proses regenerasi jaringan dan penyembuhan luka. Dinas Kesehatan Provinsi Banten [5] menunjukkan bahwa angka kejadian luka perineum pada persalinan di fasilitas kesehatan mencapai 72,1%, dengan sebagian besar kasus terjadi pada ibu primipara dan multipara yang memiliki status gizi kurang optimal. Di Kabupaten Serang, tercatat bahwa 65% ibu nifas mengalami luka perineum dan sebanyak 40% di antaranya mengalami keterlambatan penyembuhan luka.

Salah satu faktor yang sangat memengaruhi percepatan penyembuhan luka adalah status gizi, karena berperan dalam proses regenerasi jaringan, pembentukan kolagen, proliferasi fibroblas, serta peningkatan sistem imun tubuh. Salah satu sumber protein alami yang telah banyak diteliti dan digunakan secara empiris dalam masyarakat Indonesia adalah Ikan Gabus (*Channa striata*). Protein berfungsi memperbaiki jaringan yang rusak, sedangkan vitamin C, vitamin A, dan zinc berperan dalam meningkatkan kolagen, imun tubuh, serta proses epitelisasi luka. Albumin, protein utama dalam darah, berfungsi penting dalam menjaga tekanan osmotik, transport nutrisi, dan berperan langsung dalam proses proliferasi sel, sintesis kolagen, dan pembentukan jaringan baru yang sangat dibutuhkan dalam penyembuhan luka [6]. Selain itu, kandungan asam amino seperti leusin, lisin, glisin, dan prolin dalam dada ayam dan putih telur sangat penting untuk mempercepat penyembuhan luka perineum, karena berperan dalam formasi kolagen dan proses re-epitelisasi.

Sebaliknya, ibu dengan status gizi kurang berisiko mengalami penyembuhan luka yang lebih lambat, mudah mengalami infeksi, dan memiliki kualitas jaringan penyembuh yang lebih buruk. Kebutuhan gizi pada masa nifas akan mengalami peningkatan signifikan, terutama pada ibu menyusui, di mana kebutuhannya dapat meningkat hingga 25% dari keadaan biasa. Peningkatan ini bertujuan ganda yaitu untuk mendukung proses pemulihan pascapersalinan dan untuk memastikan produksi Air

Susu Ibu (ASI) yang cukup dan berkualitas demi kesehatan bayi. Bahkan, beberapa kebutuhan spesifik dapat meningkat hingga tiga kali lipat dari kebutuhan normal [7].

Pada penelitian Sinaga *et al.* [8] menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan pemulihan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Bagan Asahan Kec. Bagan Asahan Kab. Asahan. Mayoritas ibu (86,7%) dengan luka perineum telah sembuh dengan baik. Hampir semua responden (13 ibu nifas) di wilayah kerja Puskesmas Bagan Asahan memiliki status gizi yang baik. Hal ini didukung penelitian oleh Hayati *et al.* [9] yang menemukan bahwa ibu nifas yang mendapatkan asupan protein hewani  $\geq 70$  gram per hari menunjukkan penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan ibu dengan asupan protein rendah.

Berdasarkan hal tersebut di atas maka penulis merasa penting untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Asupan Protein Hewani Dan Status Gizi Dalam Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di Serang dan Tangerang”.

**METODE**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Asupan Protein Hewani Dan Status Gizi Dalam Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di Serang dan Tangerang pada bulan November-Desember 2025. Populasi adalah seluruh ibu di fasilitas kesehatan di Wilayah Serang dan Tangerang. Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *quasi experiment* dengan *post-test with control group* dengan jumlah sampel sebanyak 120 orang yang dipilih secara *purposive sampling*, dengan 40 responden diberi ikan gabus, 40 responden diberi dada ayam, dan 40 responden ditinjau status gizi. Data diperoleh dari rekam medis dan dianalisis menggunakan *Uji Chi Square* dengan bantuan SPSS versi 30.0.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Ibu Nifas di Serang Provinsi Banten dan Tangerang 2025

Karakteristik	N	Persentase (%)
<b>Umur</b>		
21-30 Tahun	61	50.8
31-40 Tahun	59	49.2
<b>Pendidikan</b>		
SD	10	8.3
SMP	30	25.0
SMA	44	36.6
D3	16	13.3
S1	20	16.8
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	57	47.5
Bekerja	63	52.5
<b>Paritas</b>		
Primipara	64	53.3
Multipara	50	41.6
Grandemultipara	6	5.1
<b>Derajat Luka</b>		
I	81	67.5
II	39	32.5

Hasil tabel 1 ditinjau dari umur mayoritas responden berumur 21-30 tahun sebanyak 61 orang (50.8%). Pendidikan mayoritas SMA sebanyak 44 orang (36.6%), Pada tabel di atas, dapat diketahui

bahwa responden yang bekerja sebanyak 63 orang (52.5%). Paritas ibu nifas mayoritas primipara sebanyak 64 orang (53.3%) dan derajat luka ibu sebagian besar derajat I sebanyak 81 orang (67.5%). Tabel 2. Distribusi Skor REEDA Luka Perineum pada Intervensi Ikan Gabus dan Dada Ayam di Wilayah Serang Hari ke-1, ke-3, dan ke-7

Skor REEDA	Intervensi (n=20)	%	Skor REEDA	Kontrol (n=20)	%
<b>Hari ke-1</b>			<b>Hari ke-1</b>		
Kurang Baik	40	100.0	Buruk	40	100.0
<b>Hari ke-3</b>			<b>Hari ke-3</b>		
Kurang baik	40	100.0	Kurang baik	40	100.0
<b>Hari ke-7</b>			<b>Hari ke-7</b>		
Baik	40	100.0	Kurang Baik	40	100.0

Berdasarkan tabel distribusi skor REEDA luka perineum pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, diketahui bahwa pada hari ke-1 nifas, seluruh responden pada kelompok intervensi berada pada kategori kurang baik sebanyak 40 responden (100%). Sementara itu, pada kelompok kontrol seluruh responden juga berada pada kategori buruk yaitu sebanyak 40 responden (100%).

Pada hari ke-3 nifas, hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden pada kelompok intervensi masih berada pada kategori kurang baik, yaitu sebanyak 40 responden (100%). Kondisi yang sama juga ditemukan pada kelompok kontrol, dimana seluruh responden masih berada pada kategori kurang baik sebanyak 40 responden (100%). Penelitian ini menunjukkan bahwa hingga hari ke-3 nifas, proses penyembuhan luka perineum masih berlangsung dan belum menunjukkan perbedaan antara kedua kelompok.

Pada hari ke-7 nifas, terjadi perbedaan yang jelas antara kedua kelompok. Pada kelompok intervensi, seluruh responden telah berada pada kategori baik sebanyak 40 responden (100%), yang menunjukkan bahwa luka perineum telah mengalami penyembuhan yang optimal. Sebaliknya, pada kelompok kontrol seluruh responden masih berada pada kategori kurang baik, yaitu sebanyak 40 responden (100%) yang menunjukkan bahwa proses penyembuhan luka perineum berlangsung lebih lambat dibandingkan kelompok intervensi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Status Gizi ibu Berdasarkan Ukuran LILA di Wilayah Tangerang

Status Gizi	n=40	%
Tidak Beresiko	31	77.5
Beresiko	9	22.5

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil yang diperoleh dengan metode pengukuran LILA pada ibu nifas. Hasil yang diperoleh status gizi ibu nifas dalam status tidak beresiko sebanyak 31 responden (77.5%) dan status beresiko sebanyak 9 responden (22.5%).

**Analisis Bivariat**

Tabel 4. Hasil Uji *Chi Square* Skor REEDA pada Intervensi Ikan Gabus dan Dada Ayam di Wilayah Serang

		Penyembuhan Luka			Total	p-value
		Baik	Kurang Baik	Buruk		
<b>Hari ke-1</b> Kelompok	Intervensi	0	6	34	40	0.000
	Kontrol	0	0	40		
<b>Hari ke-3</b> Kelompok	Intervensi	0	40	0	40	<0,001
	Kontrol	0	40	0		
<b>Hari ke-7</b> Kelompok	Intervensi	40	0	0	40	<0,001
	Kontrol	0	40	0		

Pada tabel 4 menunjukkan pada hari ke-1 nifas, sebagian besar responden pada kelompok intervensi berada pada kategori buruk sebanyak 34 orang dan kategori kurang baik sebanyak 6 orang, sedangkan pada kelompok kontrol seluruh responden berada pada kategori buruk sebanyak 40 orang. Pada hari ke-3, seluruh responden baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol berada pada kategori kurang baik, dan tidak terdapat responden yang berada pada kategori baik maupun buruk. Pada hari ke-7, seluruh responden pada kelompok intervensi berada pada kategori baik sebanyak 40 orang, sedangkan seluruh responden pada kelompok kontrol berada pada kategori kurang baik sebanyak 40 orang.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value <0,001, yang menandakan adanya perbedaan distribusi kategori penyembuhan luka perineum antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada hari ketujuh postpartum.

Tabel 5. Hasil Chi Square IMT dan LILA Status Gizi di Wilayah Tangerang

IMT	Penyembuhan Luka			Total	p-value
	Baik	Kurang Baik	Buruk		
<b>IMT</b>					
Kurus	0	10	10	20	0.000
Normal	15	5	0	20	
<b>LILA</b>					
Kurang (<23,5 cm)	0	12	8	20	<0,001
Normal (≥23,5 cm)	16	4	0	20	

Nilai p-value = 0,000 (<0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi berdasarkan IMT dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Ibu dengan IMT normal cenderung mengalami penyembuhan luka perineum yang lebih baik dibandingkan ibu dengan IMT kurus. Nilai p-value = 0,000 (<0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan LILA dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Ibu nifas dengan LILA normal memiliki peluang lebih besar mengalami penyembuhan luka perineum yang baik dibandingkan ibu dengan LILA kurang.

**Pembahasan**  
**Gambaran Karakteristik Ibu Berdasarkan Umur**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang umur 21–30 tahun sebanyak 61 orang (50,8%). Kelompok usia ini merupakan fase reproduksi produktif di mana proses fisiologis tubuh cenderung optimal untuk pemulihan luka. Usia yang lebih muda (21-30 tahun) berkaitan dengan metabolisme tubuh yang lebih optimal dan kemampuan penyembuhan luka yang lebih cepat. Usia tersebut termasuk dalam usia reproduksi sehat, dimana fungsi fisiologis tubuh, sistem imun, dan kemampuan regenerasi jaringan masih berada pada kondisi optimal

Menurut Siti *et al.* [10], ibu nifas pada rentang usia 20–30 tahun memiliki kemampuan regenerasi jaringan yang lebih baik dibandingkan usia yang lebih tua karena metabolisme yang lebih cepat serta sistem imun yang masih prima, sehingga dapat mendukung proses penyembuhan luka perineum secara lebih efektif. Pada penelitian Sejalan dengan penelitian Aldesta *et al.* [11] menyatakan bahwa pemberian ekstrak ikan gabus pada ibu nifas berpengaruh signifikan terhadap percepatan penyembuhan luka perineum.

#### **Gambaran Karakteristik Ibu Berdasarkan Pendidikan**

Hasil penelitian yang dilakukan di Wilayah Serang dan Tangerang diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 44 orang (36,6%). Pendidikan berperan penting dalam pengetahuan dan perilaku kesehatan, termasuk dalam mengenali tanda penyembuhan luka dan melakukan perawatan luka perineum yang baik.

Menurut Aprilia *et al.* [12], ibu nifas dengan pendidikan menengah cenderung memiliki pengetahuan yang cukup tentang asuhan nifas dan praktik perawatan luka dibandingkan mereka dengan pendidikan rendah, yang berimplikasi pada kepatuhan terhadap anjuran perawatan sehingga dapat mempercepat penyembuhan luka. Menurut Lestari [13] pengetahuan ibu nifas mengenai penyembuhan luka perineum sangat penting, rendahnya pengetahuan ibu berpengaruh tidak memiliki kemauan untuk mencari informasi tentang perawatan luka perineum

Pendidikan adalah salah satu faktor internal yang sangat berperan dalam pengambilan keputusan kesehatan, termasuk penyembuhan luka perineum. Tindakan yang dilakukan didasari oleh pengetahuan yang baik agar hasilnya maksimal. Tindakan perawatan luka perineum harus didasari oleh pengetahuan yang baik untuk mendapatkan hasil yang optimal. Dengan pemahaman yang baik, responden akan mampu melakukan perawatan luka perineum dengan lebih efektif, sehingga mempercepat proses penyembuhan luka. Ibu nifas dengan pengetahuan yang memadai akan lebih mampu melakukan perawatan yang benar, sehingga mempercepat penyembuhan luka perineum

#### **Gambaran Karakteristik Ibu Berdasarkan Pekerjaan**

Hasil penelitian di Wilayah Serang dan Tangerang responden yang bekerja sebanyak 63 orang (52,5%). Pekerjaan berpengaruh terhadap ketersediaan waktu untuk istirahat dan melakukan perawatan luka. Ibu nifas yang bekerja mungkin menghadapi tantangan dalam pembagian waktu

antara pekerjaan, istirahat, dan perawatan luka. Ibu yang bekerja umumnya memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi, tuntutan waktu yang lebih besar, serta potensi kelelahan yang dapat berdampak pada proses pemulihan pascapersalinan.

Sejalan dengan penelitian oleh Lestari *et al.* [14] menyatakan bahwa ibu nifas dengan status bekerja cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai perawatan luka perineum dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Sebaliknya, menurut Nababan *et al.* [15] status pekerjaan ibu nifas berhubungan dengan perilaku perawatan luka perineum, dimana ibu yang bekerja cenderung memiliki waktu yang lebih terbatas untuk melakukan perawatan luka secara optimal dibandingkan ibu yang tidak bekerja.

#### **Gambaran Karakteristik Ibu Berdasarkan Paritas**

Hasil penelitian di Wilayah Serang dan Tangerang menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori primipara sebanyak 64 orang (53,3%). Paritas menggambarkan pengalaman persalinan sebelumnya dan dapat berpengaruh pada elastisitas dan respon jaringan terhadap trauma persalinan. Ibu primipara umumnya memiliki jaringan perineum yang belum pernah mengalami peregangan, sehingga berisiko mengalami trauma lebih signifikan dan proses penyembuhan yang berbeda dibandingkan multipara. (%). Sejalan dengan penelitian oleh Devita & Aspera [16] distribusi frekuensi responden berdasarkan paritas dari 32 responden, diketahui tertinggi yaitu responden yang memiliki paritas rendah sebanyak 17 responden (53.1%).

Penelitian oleh Sari & Tahun [17] menyatakan bahwa paritas berhubungan dengan perawatan dan penyembuhan luka perineum, dimana ibu primipara memiliki peluang lebih tinggi untuk mengalami trauma dan proses penyembuhan berbeda dibandingkan multipara. Peneliti berasumsi hal ini dikarenakan ibu dengan paritas tinggi sudah memiliki pengalaman terdahulu tentang perawatan luka perineum sehingga ibu melakukan perawatan dengan baik, sedangkan ibu dengan paritas rendah belum memiliki pengalaman tentang perawatan luka perineum sehingga ibu kurang mengerti cara melakukan perawatan luka perineum yang baik.

#### **Gambaran Karakteristik Ibu Berdasarkan Derajat Luka**

Berdasarkan hasil penelitian di Wilayah Serang dan Tangerang ditemukan bahwa mayoritas responden mengalami luka derajat I sebanyak 81 orang (67,5%). Derajat luka yang lebih rendah menunjukkan kerusakan jaringan yang minimal dan umumnya memiliki proses penyembuhan yang lebih cepat dibandingkan luka dengan derajat yang lebih tinggi.

Penelitian oleh Frilasari *et al.* [18] menyebutkan bahwa luka perineum derajat I mempunyai waktu penyembuhan yang lebih singkat dan cenderung tanpa komplikasi serius jika perawatan luka dilakukan dengan baik dan dukungan nutrisi terpenuhi. Menurut Putri [19] menyatakan bahwa ibu nifas dengan derajat luka perineum I dan II memiliki kecenderungan untuk melaporkan nyeri yang lebih rendah dan kemampuan mobilisasi dini

yang lebih baik. Hal tersebut dapat mempercepat proses pemulihan luka karena ibu dapat melakukan aktivitas ringan, meningkatkan sirkulasi darah, dan memenuhi kebutuhan nutrisi secara lebih optimal.

### **Pengaruh Protein Hewani, Albumin, dan Asam Amino Terhadap Penyembuhan Luka Perineum**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada hari ke-7 postpartum, seluruh responden pada kelompok intervensi berada pada kategori penyembuhan luka perineum baik, sedangkan seluruh responden pada kelompok kontrol masih berada pada kategori kurang baik, dengan hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value  $<0,001$ . Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap percepatan penyembuhan luka perineum.

Percepatan penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi dapat dikaitkan dengan asupan protein hewani yang adekuat, khususnya yang berasal dari dada ayam dan ikan gabus. Dada ayam merupakan sumber protein hewani berkualitas tinggi yang kaya akan asam amino esensial, terutama lisin dan leusin, yang berperan penting dalam sintesis kolagen dan regenerasi jaringan luka. Penelitian oleh Pratiwi *et al.* [20] menyebutkan bahwa konsumsi protein hewani pascapersalinan berhubungan signifikan dengan percepatan penyembuhan luka perineum karena protein berfungsi sebagai bahan utama pembentukan jaringan

Asam amino esensial yang terkandung dalam ikan gabus, seperti arginin dan glutamin, berperan dalam meningkatkan proliferasi fibroblas, angiogenesis, dan pembentukan kolagen pada jaringan luka. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salmatia *et al.* [21] yang menyatakan bahwa suplementasi albumin dari ikan gabus berpengaruh terhadap penurunan skor REEDA dan mempercepat fase maturasi luka perineum.

Menurut peneliti, konsumsi protein hewani yang cukup dari dada ayam serta albumin dan asam amino dari ikan gabus memberikan kontribusi nyata dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Intervensi nutrisi ini membantu memenuhi kebutuhan protein harian ibu nifas, sehingga proses regenerasi jaringan berjalan lebih optimal dan ditunjukkan dengan perbaikan kategori penyembuhan luka yang signifikan pada hari ke-7 postpartum.

### **Hubungan Status Gizi Ibu Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum**

Penelitian ini menunjukkan bahwa indikator antropometri status gizi, yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA), memiliki hubungan yang signifikan dengan proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. IMT dan LILA merupakan parameter penting dalam menilai status gizi secara keseluruhan pada ibu nifas, yang mencerminkan simpanan energi dan protein tubuh yang diperlukan selama proses penyembuhan luka.

Hasil uji statistik *Chi Square Test* yang digunakan terdapat nilai *exact sig (2 tailed)*  $< 0,05$  dengan nilai *Exact. Sig =*  $< 0,001$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang bahwa status gizi ibu

nifas berhubungan dengan kecepatan dan kualitas penyembuhan luka perineum.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Frilasari *et al.* [22] menunjukkan bahwa pola nutrisi yang baik, termasuk kecukupan protein, kalori, vitamin, dan mineral, memengaruhi proses penyembuhan luka perineum secara positif. Hasil penelitian menunjukkan 56 responden (63,3%) memiliki pola nutrisi yang baik dan penyembuhan luka perineum yang baik, 27 responden (30%) memiliki pola nutrisi yang buruk dan penyembuhan luka perineum yang sedang, dan sebanyak 7 responden (6,7%) memiliki pola nutrisi yang kurang baik dan penyembuhan luka perineum yang buruk. Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan  $\rho (0,000) < \alpha 0,05$ . Pola nutrisi yang mencukupi kebutuhan energi, protein, dan mikronutrien lainnya dapat mempercepat penutupan luka perineum karena memperbaiki regenerasi sel dan jaringan luka

Sejalan dengan penelitian Mayasari *et al.* [23] bahwa status gizi ibu postpartum merupakan faktor penting dalam penyembuhan berbagai jenis luka, termasuk luka perineum, karena berkaitan dengan mekanisme imun dan perbaikan jaringan. Penelitian lain oleh Syabin [24] menggunakan pengukuran LILA untuk menilai hubungan antara status nutrisi dan proses penyembuhan luka baik pada luka perineum maupun luka jahit menunjukkan bahwa ibu nifas dengan LILA pada kategori normal memiliki kemungkinan lebih besar mengalami percepatan penyembuhan luka dibandingkan ibu dengan LILA kurang.

Berdasarkan hasil penelitian, setelah berikan konseling sebagian besar ibu sudah mengerti tentang KB. Konseling yang dilakukan oleh dapat disimpulkan bahwa status gizi ibu nifas yang baik ditandai oleh IMT normal dan LILA yang memadai mempunyai pengaruh yang signifikan dalam mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Hal ini menegaskan pentingnya pemantauan dan intervensi gizi yang komprehensif selama masa nifas, termasuk edukasi tentang pemenuhan kebutuhan protein, kalori, dan mikronutrien untuk mendukung proses penyembuhan luka pascapersalinan.

### **SIMPULAN**

1. Hasil yang diperoleh dengan metode pengukuran LILA pada ibu nifas. Hasil yang diperoleh status gizi ibu nifas dalam status tidak beresiko sebanyak 31 responden (77,5%) dan status beresiko sebanyak 9 responden (22,5%).
2. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value  $<0,001$ , yang menandakan adanya perbedaan distribusi kategori penyembuhan luka perineum antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada hari ketujuh postpartum
3. Nilai p-value IMT = 0,000 ( $<0,05$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi berdasarkan IMT dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Nilai p-value = 0,000 ( $<0,05$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan LILA
4. Pada hari ke-7 nifas, terjadi perbedaan yang jelas antara kedua kelompok. Pada kelompok intervensi, seluruh responden telah berada pada

kategori baik sebanyak 40 responden (100%), yang menunjukkan bahwa luka perineum telah mengalami penyembuhan yang optimal.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Syifa, H. A. (2024). Asuhan Kebidanan Postpartum Pada Ny. E Usia 28 Tahun P1a0 Dengan Pemberdayaan Perempuan Dan Keluarga Melalui Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Di Uptd Puskesmas Mayung Kabupaten Cirebon (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya).
- Hendriani, N. (2019). Febe. Perbedaan Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas Dengan Dan Tanpa Lidokain 1% Dilihat Dari Pola Makan di RSUD Tebet Dan Rb "T" Jakarta Utara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan & Kebidanan*, 8(2), 8-10.
- WHO. (2020). *Nutritional Requirements for Postpartum Women*.
- Kemenkes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten (2023). Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2023. Serang: Dinas Kesehatan Provinsi Banten.
- Mutmainnah, M., & Wintarsih, W. (2023). Efektifitas Konsumsi Ikan Gabus (*Channa Starata*) terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum. *Jurnal Farmasetis*, 12(3), 285-292.
- Putri, D., & Rosiana, A. (2024). Konsumsi Dada Ayam dan Putih Telur dalam Meningkatkan Albumin pada Ibu Postpartum. *Jurnal Nutrisi Modern*, 6(1), 29-37.
- Sinaga, R., Sinaga, K., Simanjuntak, P., & Damanik, N. S. (2022). Hubungan Status Gizi Ibu Nifas Dengan Penyembuhan Luka Perineum. *Indonesian Health Issue*, 1(1), 69-75.
- Hayati, S., Rahayu, I. N., & Iklima, N. (2023). RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL INTAKE AND SMOOTH BREASTFEEDING OF MOTHERS WHO HAVE BABIES AGED 0-6 MONTHS. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 6(4).
- Siti, I., Rahmawati, A., & Kusumawati, E. (2023). Pengaruh derajat laserasi perineum terhadap skala nyeri perineum pada ibu post partum.
- Aldesta, R., Rahmi, R., & Tanberika, F. S. (2020). Pengaruh Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Sungai Piring Tahun 2019. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(1), 133-142.
- Aprilia, A., Septiasari, Y., Kunang, A., & Efendi, R. (2024). HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP BENDUNGAN ASI DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN NURHASANAH BANDAR LAMPUNG TAHUN 2024. *Indonesian Scientific Journal of Midwifery*, 2(2), 20-27.
- Lestari, D. (2024). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Luka Perineum dengan Lama Penyembuhan Luka di PMB Appi Ammelia Tahun 2024. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIKA)*, 3(2).
- Lestari, S. I., Friscila, I., & Mahdiyah, D. (2025). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Sirih Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 8(2), 250-256.
- Nababan, L., Suryani, T. E., Afriannisyah, E., & Putri, D. J. (2025). Hubungan Usia dan Tingkat Pendidikan Ibu Nifas dengan Perawatan Luka Perineum di Pmb R Pasar Ikan Kota Bengkulu. *Jurnal Ners*, 9(3), 735-738.
- Devita, R., & Aspera, A. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan dan Paritas Ibu dengan Perawatan Luka Perineum di Bidan Praktik Mandiri Ratna Wilis Palembang Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 70-75.
- Sari, F. M., & Tahun, O. D. (2023). Analisa faktor budaya dengan penyembuhan luka perineum post partum di PMB Siti Salmah tahun 2022. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(2).
- Frilasari, H., Saudah, N., Prameswari, V. E., Azizah, Y. N., & Suhita, B. M. (2020). Nutritional pattern and healing of perineum wound on postpartum period. *Journal Of Nursing Practice*, 3(2), 172-180.
- Putri, D. A. (2024). *Penerapan Perawatan Perineum Pada Ibu Post Partum Di Ruang Melati Lantai 2A RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA TASIKMALAYA).
- Salmatia, S., Isamu, K. T., & Sartinah, A. (2020). Pengaruh Proses Perebusan dan Pengukusan terhadap kandungan albumin dan proksimat ikan gabus (*Channa striata*). *J. Fish Protech*, 3(1), 67-73.
- Syabin, N. (2022). NUTRITIONAL STATUS WITH THE SUTURE WOUND HEALING OF POSTPARTUM MOTHERS AT JETIS PUBLIC HEALTH CENTER IN YOGYAKARTA CITY. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 6(1), 23-27.
- Mayasari, N., Kusuma, O. I., & Dewi, S. (2023). Literature Study: Correlation Nutrition Status With Wound Healing. *Journal Of Widya Medika Junior*, 5(2), 116-120.