



PERBANDINGAN EFEKTIVITAS TELUR DENGAN IKAN GABUS TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINIUM DI TPMB NARI

Sukmawati¹, Nari²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

watisukma231191@gmail.com, samandyladymy@gmail.com

Abstrak

Luka perineum merupakan kondisi yang sering terjadi pada ibu nifas akibat ruptur spontan maupun episiotomi dan memerlukan proses penyembuhan optimal untuk mencegah komplikasi. Penyembuhan luka dipengaruhi oleh kecukupan asupan protein yang berperan dalam pembentukan kolagen dan regenerasi jaringan. Telur dan ikan gabus merupakan sumber protein hewani yang mudah diperoleh, di mana telur mengandung asam amino esensial lengkap dan ikan gabus kaya albumin yang dipercaya membantu mempercepat penyembuhan luka. Namun, efektivitas keduanya dalam penyembuhan luka perineum masih perlu dibandingkan secara ilmiah. Tujuan untuk Mengetahui Perbandingan Efektivitas Telur Dengan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perinium Di TPMB Nari Metode variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian telur dan ikan gabus, sedangkan variabel dependen adalah penyembuhan luka perineum. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan pendekatan *two group pretest-posttest design*. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara analitik menggunakan uji *t* dengan bantuan program SPSS versi 25.0. Hasil pada pemberian ikan gabus dan telur memiliki selisih rata – rata dengan nilai *Z* yaitu -1,578 dengan rata – rata pemberian ikan gabus yaitu 5,20 dan pemberian telur 4,47 sehingga hasil uji beda mann- whitney di simpulkan tidak ada perbedaan ke Efektivitas Telur Dengan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perinium Di TPMB Nari dengan nilai Asymp. Sig (2 – Tailed) yaitu 0,115 Kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan tidak terdapat perbedaan efektivitas antara konsumsi telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum, tenaga kesehatan dapat merekomendasikan keduanya sebagai alternatif sumber protein yang setara dalam mendukung proses penyembuhan luka

Kata Kunci : Telur, Ikan Gabus, Penyembuhan Luka Perineum

Abstract

Perineal wounds are a common condition in postpartum women due to spontaneous rupture or episiotomy and require optimal healing to prevent complications. Wound healing is influenced by adequate protein intake, which plays a role in collagen formation and tissue regeneration. Eggs and snakehead fish are readily available sources of animal protein, with eggs containing complete essential amino acids and snakehead fish rich in albumin, which is believed to help accelerate wound healing. However, the effectiveness of both in perineal wound healing still needs to be scientifically compared. Objectiv to determine the comparative effectiveness of eggs and snakehead fish in perineal wound healing at the Nari TPMB. Method the independent variables in this study were the administration of eggs and snakehead fish, while the dependent variable was perineal wound healing. The research method used was a quasi-experimental approach with a two-group pretest-posttest design. Data processing and analysis were conducted analytically using a t-test with SPSS version 25.0. Results the difference in the mean Z-score between administration of snakehead fish and eggs was -1.578, with an average of 5.20 for snakehead fish and 4.47 for eggs. Therefore, the Mann-Whitney test concluded that there was no difference in the effectiveness of eggs and snakehead fish on perineal wound healing in TPMB Nari, with an Asymp. Sig. (2 - Tailed) value of 0.115. Conclusions and recommendations based on the results of this study, which showed no difference in the effectiveness of consuming eggs and snakehead fish on perineal wound healing, healthcare professionals can recommend both as alternative protein sources that are equivalent in supporting the wound healing process.

Keywords: Eggs, Snakehead Fish, Perineal Wound Healing

PENDAHULUAN

Robekan jalan lahir (laserasi perineum) merupakan cedera pada jaringan perineum yang sering terjadi selama persalinan dan termasuk salah satu bentuk trauma obstetrik yang dapat berdampak pada kesehatan ibu pascapersalinan. Laserasi perineum dapat terjadi secara spontan maupun akibat intervensi obstetrik seperti episiotomi dan penggunaan alat bantu persalinan. Luka perineum yang terbuka berisiko menjadi fokus infeksi karena letaknya yang dekat dengan anus serta kemungkinan terjadinya kontaminasi bakteri, sehingga dapat meningkatkan risiko infeksi pada masa nifas apabila perawatan luka perineum tidak dilakukan secara optimal sesuai standar kebersihan dan perawatan yang dianjurkan (Napitupulu & Desi, 2023).

Prevalensi ruptur perineum di dunia pada tahun 2020 tercatat sebanyak 2,7 juta kasus dan diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 6,3 juta kasus pada tahun 2050. Prevalensi ruptur perineum pada wanita primipara mencapai sekitar 90,4%, sedangkan pada wanita multipara angka tersebut menurun menjadi sekitar 68,8% (Nurhayati, 2023). Di Benua Asia, sekitar 50% ibu bersalin mengalami ruptur perineum (Rita, 2021). Di Indonesia pada tahun 2020, angka kejadian ruptur perineum dialami oleh sekitar 83% ibu yang melahirkan secara pervaginam. Dari total 3.791 persalinan pervaginam spontan, sebanyak 63% ibu memerlukan jahitan perineum, yang terdiri dari 42% akibat episiotomi dan 38% akibat robekan spontan (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Tingginya angka kejadian ruptur perineum tersebut menunjukkan bahwa **masalah obstetrik ini** masih sering ditemukan dalam praktik kebidanan. Ruptur perineum umumnya lebih banyak terjadi pada ibu primipara, namun juga dapat dialami oleh ibu multipara. Beberapa faktor yang berperan dalam terjadinya ruptur perineum antara lain partus presipitatus, ibu mengejan secara berlebihan, adanya edema dan kerapuhan jaringan perineum, rendahnya kelenturan jalan lahir, serta persalinan yang disertai dengan tindakan intervensi obstetrik (Saifuddin, 2020).

Masalah obstetrik berupa ruptur perineum tidak hanya berdampak pada proses persalinan, tetapi juga dapat menimbulkan berbagai komplikasi pada masa nifas. Ruptur perineum dapat menyebabkan gangguan fungsi organ reproduksi, nyeri pascapersalinan yang berkepanjangan, serta rasa tidak nyaman selama masa nifas. Selain itu, luka ruptur perineum dapat menjadi sumber perdarahan dan pintu masuk terjadinya infeksi. Apabila tidak ditangani secara efektif dan sesuai standar, kondisi ini dapat berkembang menjadi komplikasi serius yang dapat mengancam jiwa ibu, seperti perdarahan hebat atau sepsis (Wiknjastro, 2020; Mochtar, 2011 dalam Qomarasari, 2022).

Waktu penyembuhan luka jalan lahir dipengaruhi oleh berbagai faktor, yang secara umum dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi usia ibu, personal hygiene, dan status gizi. Sementara itu, faktor eksternal mencakup lingkungan, tradisi, tingkat pengetahuan, status ekonomi, serta penanganan oleh petugas kesehatan. Pengetahuan

ibu berperan penting dalam menentukan perilaku perawatan luka jalan lahir, termasuk dalam menjaga kebersihan dan memperhatikan asupan makanan bergizi yang dibutuhkan untuk mempercepat proses penyembuhan luka (Kurniawati, 2024).

Pemanfaatan sumber daya alam sebagai upaya untuk mempercepat penyembuhan luka perineum dapat dilakukan melalui perbaikan status gizi, khususnya dengan mengonsumsi makanan yang tinggi kalori dan protein. Protein berperan penting dalam proses regenerasi jaringan dan pembentukan sel baru, sehingga sangat dibutuhkan dalam penyembuhan luka. Sumber protein hewani yang mudah diperoleh dan umum dikonsumsi antara lain telur dan ikan (Purnani dalam Fatimah dkk., 2024).

Telur rebus merupakan salah satu sumber protein hewani yang padat gizi dan berpotensi mendukung proses penyembuhan luka perineum. Telur mengandung protein berkualitas tinggi serta asam amino esensial yang berperan dalam pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh. Satu butir telur mengandung sekitar 6 gram protein, serta mineral seperti zat besi yang berfungsi membantu pembentukan kembali sel darah merah yang hilang akibat proses persalinan. Selain itu, protein berperan sebagai bahan pembangun utama otot, jaringan tubuh, dan tulang, sehingga kecukupan asupan protein harian sangat diperlukan dalam mempercepat proses penyembuhan luka perineum (Novita, 2021).

Ikan gabus juga diketahui efektif dalam mempercepat penyembuhan luka karena kandungan protein dan asam amino esensialnya yang tinggi, seperti glisin, serta asam lemak tak jenuh ganda (omega-3). Kandungan tersebut berperan dalam berbagai mekanisme penyembuhan luka, termasuk proses remodeling kolagen, re-epitelisasi luka, dan induksi kontraksi luka. Selain itu, ikan gabus memiliki efek terhadap proliferasi sel mesenchymal serta membantu mempertahankan viabilitas sel, sehingga berfungsi sebagai bahan biokimia dan promotor penyembuhan yang efektif pada berbagai jenis luka kulit (Tungadi, 2020).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi telur rebus berpengaruh terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2024) menyatakan bahwa pemberian telur rebus ayam ras (*Gallus gallus domesticus*) berpengaruh signifikan terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum di PMB Maya Sari, Lampung Tengah, dengan nilai *p-value* 0,000 ($< 0,05$). Hasil serupa juga dilaporkan oleh Hidayah et al. (2023), yang menemukan adanya pengaruh konsumsi telur rebus terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB wilayah Puskesmas Pohjentrek, Kabupaten Pasuruan, dengan nilai *p-value* 0,000 ($< 0,05$).

Selain telur, ikan gabus juga terbukti efektif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. Penelitian Fauziah et al. (2020) menggunakan metode *quasi experiment* dengan desain *post-test only control group*, di mana 30 responden diberikan intervensi berupa konsumsi ikan gabus kukus sebanyak 100 gram per hari selama 10 hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian ikan gabus kukus berpengaruh terhadap penyembuhan

laserasi perineum pada ibu postpartum, dengan selisih waktu penyembuhan lebih cepat sebesar 3,2 hari dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa pemberian ikan gabus kukus lebih efektif dalam mempercepat penyembuhan laserasi perineum pada ibu postpartum (Fauziah et al., 2020).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di TPMB Nari, diperoleh data bahwa dari 7 ibu bersalin dengan ruptur perineum yang diwawancarai, sebanyak 4 orang mengetahui manfaat ikan gabus untuk penyembuhan luka namun belum pernah mengonsumsinya, 2 orang belum mengetahui kandungan dan manfaat ikan gabus, dan hanya 1 orang yang telah mengetahui serta merasakan manfaat dari konsumsi ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum. Sementara itu, sebagian besar ibu nifas lebih sering mengonsumsi telur sebagai lauk sehari-hari, namun belum mengetahui secara pasti efektivitas telur dibandingkan ikan gabus dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan

Analisa Data Univariat

1. Rata- Rata Penyembuhan Luka Perinium Pada Kelompok Pemberian Ikan gabus Dan

Tabel 1. Rata- Rata Penyembuhan Luka Perinium Pada Kelompok Pemberian Ikan gabus Dan Telur Pada Ibu Bersalin N= 30

Penyembuhan Luka Perinium	N	Mean	standar deviasi	Min	Max
Pemberian Ikan Gabus	15	5,20	1,265	4	7
Pemberian Telur	15	4,47	0,640	4	6

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa Penyembuhan Luka Perinium pada kelompok pemberian ikan gabus di dapatkan rata- rata penyembuhan luka perineum yaitu 5,20 ,dan standar deviasi 1,265 dengan percepatan penyembuhan luka perineum minimal 4 hari dan maksimal 7 hari. Sedangkan pada kelompok

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov - smirnov			Shapiro - wilk		
	statistik	df	sig.	statistik	df	sig.
Pemberian Ikan Gabus	.229	15	.033	.790	15	.003
Pemberian Telur	.367	15	.000	.713	15	.000

Tabel 2 menunjukkan hasil dari uji normalitas menggunakan nilai *Shapiro-Wilk* sebesar 0,003 (pemberian ikan gabus) dan 0,000 (pemberian telur). Karena nilai p-value dari uji Shapiro-Wilk < 0,05, dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi

Tabel 3. Perbandingan Efektivitas Telur Dengan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perinium Di TPMB Nari

Kelompok	N	Z	Mean	Asymp. Sig (2 – Tailed)
Pemberian Ikan Gabus	15		5,20	
Pemberian Telur	15	-1,578	4,47	0,115

Berdasarkan hasil penelitian di ketahui bahwa pada penyembuhan luka perineum pada pemberian ikan gabus dan telur memiliki selisih rata – rata dengan nilai Z yaitu -1,578 dengan rata – rata pemberian ikan gabus yaitu 5,20 dan pemberian telur 4,47 sehingga hasil uji beda mann- whitney di simpulkan

judul “Perbandingan Efektivitas Telur dan Ikan Gabus terhadap Penyembuhan Luka Perineum di TPMB Nari”.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan efektivitas pemberian telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum. Penelitian ini dilaksanakan di TPMB Nari pada bulan Januari 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami ruptur perineum dan bersedia menjadi responden penelitian. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian telur dan ikan gabus, sedangkan variabel dependen adalah penyembuhan luka perineum. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan pendekatan *two group pretest–posttest design*. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara analitik menggunakan uji *t* dengan bantuan program SPSS versi 25.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Telur Pada Ibu Bersalin Di TPMB Nari Tahun 2025

pemberian telur di dapatkan rata- rata penyembuhan luka perineum yaitu 4,47 ,dan standar deviasi 0,640 dengan percepatan penyembuhan luka perineum minimal 4 hari dan maksimal 6 hari.

Hasil Uji Normalitas

normal. Berdasarkan hasil tersebut analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *non-parametrik* yaitu uji mann-whitney, untuk mengambil kesimpulan dari uji hipotesis.

Analisa Bivariat

tidak ada perbedaan ke Efektivitas Telur Dengan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perinium Di TPMB Nari dengan nilai Asymp. Sig (2 – Tailed) yaitu 0,115

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di ketahui bahwa pada penyembuhan luka perineum pada pemberian ikan gabus dan telur memiliki selisih rata – rata dengan nilai Z yaitu -1,578 dengan rata – rata pemberian ikan gabus yaitu 5,20 dan pemberian telur 4,47 sehingga hasil uji beda mann- whitney di simpulkan tidak ada perbedaan ke Efektivitas Telur Dengan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perinium Di TPMB Nari dengan nilai Asymp. Sig (2 – Talled) yaitu 0,115

Penyembuhan luka adalah suatu proses yang kompleks dengan melibatkan banyak sel. Proses dasar biokimia dan selular yang sama terjadi dalam penyembuhan semua cedera jaringan lunak, baik luka ulseratif kronik (dekubitus dan ulkus tungkai), luka traumatik (laserasi, abrasi, luka bakar atau luka akibat pembedahan. Banyak faktor yang mempengaruhi penyembuhan ruptur perineum, diantaranya mobilisasi dini, vulva hygiene, luas luka, umur, vaskularisasi, stressor dan juga nutrisi. Luka dikatakan sembuh jika dalam 1 minggu kondisi luka kering, menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi (Mega, S., et al 2020).

Hasil penelitian sejalan Fitrahminarsih, N. N., Hatima, H.,(2022) dengan Ekstrak ikan gabus kaya akan protein, albumin, asam amino, vitamin, dan mineral. Kandungan utama ini memiliki banyak manfaat kesehatan, seperti membantu proses penyembuhan luka, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menurunkan kolesterol, mencegah anemia, menjaga kesehatan jantung dan tulang, serta meningkatkan fungsi otak.(Mutmainnah, & Wintarsih, 2022). Ekstrak ini juga mengandung asam lemak omega-3 yang bermanfaat untuk mengurangi peradangan, menurunkan kolesterol, dan meningkatkan kesehatan jantung. Selain itu, ekstrak ikan gabus mengandung peptida yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, membantu penyembuhan luka, dan melawan infeksi

Penelitian sejalan Yuliana, S., Febrina Fauziah, S., (2021). Studi kasus ini menunjukkan bahwa proses penyembuhan luka perineum berlangsung lebih cepat pada ibu nifas yang memperoleh tambahan asupan protein dari putih telur rebus. Asupan protein yang tinggi dapat diperoleh dari pola makan yang bervariasi, sementara pemberian putih telur rebus sebanyak 140 gram per hari dapat memberikan asupan protein tambahan sebanyak 14,98 gram. Asupan protein yang baik menyebabkan fase inflamasi dan proliferasi menjadi lebih singkat sehingga luka perineum lebih cepat sembuh.

Penelitian sejalan Nova, M. E. (2023). Pemberian putih telur ini diberikan dengan cara direbus. Putih telur yang digunakan peneliti ada telur ayam kampung karena kandungan protein pada telur ayam kampung ini lebih tinggi. Putih telur ini aman dikonsumsi oleh ibu nifas yang memiliki luka jahitan perineum karena efek dari protein ini sangat membantu dalam pembentukan kembali sel jaringan yang rusak. Dalam telur rebus mengandung zat kolin yang mempunyai efek memperbaiki sel tubuh yang rusak sehingga jaringan baru dan sehat akan lebih mudah terbentuk menggantikan jaringan yang sudah aus. Karena itu protein disebut sebagai unsur atau zat

pembangun

Asumsi peneliti menyatakan bahwa tidak adanya perbedaan efektivitas antara telur dan ikan gabus kemungkinan karena kandungan protein dan asam amino esensial pada keduanya sama-sama mampu mendukung proses sintesis kolagen dan regenerasi jaringan. Telur dikenal sebagai sumber protein dengan nilai biologis tinggi karena mengandung asam amino esensial lengkap yang dibutuhkan tubuh untuk regenerasi jaringan. Selain itu, telur mengandung albumin yang berperan dalam menjaga tekanan osmotik plasma dan mendukung transportasi zat gizi ke jaringan luka, Di sisi lain, ikan gabus (*Channa striata*) juga kaya akan protein dan albumin yang diketahui dapat membantu mempercepat penyembuhan luka dengan meningkatkan pembentukan kolagen serta memperbaiki jaringan yang rusak.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan tidak terdapat perbedaan efektivitas antara konsumsi telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum, maka upaya yang dapat dilakukan adalah meningkatkan edukasi kepada ibu postpartum mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan protein selama masa nifas. Tenaga kesehatan, khususnya bidan, dapat memberikan konseling gizi dengan menekankan bahwa sumber protein hewani seperti telur maupun ikan gabus sama-sama bermanfaat dalam mendukung proses regenerasi jaringan dan mempercepat penyembuhan luka perineum. Edukasi ini penting untuk mencegah adanya pantangan makanan yang tidak berdasar secara ilmiah, yang masih sering ditemukan di masyarakat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa: Penyembuhan Luka Perinium pada kelompok pemberian ikan gabus di dapatkan rata- rata penyembuhan luka perineum yaitu 5,20 ,dan standar deviasi 1,265 dengan percepatan penyembuhan luka perineum minimal 4 hari dan maksimal 7 hari. Sedangkan pada kelompok pemberian telur di dapatkan rata- rata penyembuhan luka perineum yaitu 4,47 ,dan standar deviasi 0,640 dengan percepatan penyembuhan luka perineum minimal 4 hari dan maksimal 6 hari. hasil penelitian di ketahui bahwa pada penyembuhan luka perineum pada pemberian ikan gabus dan telur memiliki selisih rata – rata dengan nilai Z yaitu - 1,578 dengan rata – rata pemberian ikan gabus yaitu 5,20 dan pemberian telur 4,47. Hasil uji beda mann- whitney di simpulkan tidak ada perbedaan ke Efektivitas Telur Dengan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perinium Di TPMB Nari dengan nilai Asymp. Sig (2 – Talled) yaitu 0,115

DAFTAR PUSTAKA

- Cunningham et al. 2022. *Obstetri Williams Edisi 25*. Jakarta : EGC
- Fauziah, F., Fitriana, F., & Noorbaya, S. 2020. Efektivitas Pemberian Ikan Gabus Kukus Terhadap Penyembuhan Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(2), 92.

- <https://doi.org/10.35473/ijm.v3i2.622>
Kurniawati, Heni Pradita. 2024. Perbedaan Efektivitas Pemberian Putih Telur dan Ikan Gabus terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. Dohara Publisher Open Access Journal. Volume 03No.10, May 2024e-ISSN 2807-310X, p-ISSN 2807-3096
- Hikmatul Auliyah, Nur Israyati, SST, M. Keb. 2021. Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas. DOI: <https://doi.org/10.25311/jkt/Vol1.Iss2.5>
- Neneng Siti Fatimah, Marrni Br Karo, Farida M Simanjuntak. 2024. Efektivitas Penyembuhan Luka Perineum Dengan Konsumsi Ikan Gabus di Klinik Siti Zachroh Cijengkol Bekasi. Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan e-ISSN : 2622-948X Vol. 14, No. 2 Juni 2024
- Novita, H. 2021. Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka. Poltekkes Kemenkes Jakarta.
- Purnani, W. T. 2019. Perbedaan Efektivitas Pemberian Putih Telur dan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 2(2), 126. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v2i2.12190>
- Turnip, M., Nurianti, I., & Sirait, R. A. (2022). The Effect Of Egg White On Perineum Wound Healing In Postpartum Mothers At The Pratama Nining Pelawati Clinic. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 5(1), 117–122. <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1362>
- Wiknjastro. 2020. Ilmu kebidanan. Jakarta : YBP-SP
- antika, V. W., Lathifah, N. S., & Parina, F. (2020). Pengaruh Pemberian Telur Rebus Dengan Percepatan Penyembuhan Luka Perineum. In *Jurnal Kebidanan* (Vol. 6, Issue 2).
- Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan, S., Korespondensi, A., Pajarakan, K., Probolinggo, K., & Timur, J. (2020). Pengaruh Pemberian Putih Telur Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum Di Rsud Waluyo Jati Kabupaten Probolinggo.
- Santika, V. W., Lathifah, N. S., & Parina, F. (2020). Pengaruh Pemberian Telur Rebus Dengan Percepatan Penyembuhan Luka Perineum. In *Jurnal Kebidanan* (Vol. 6, Issue 2).
- Nova, M. E. (2023). Hubungan Konsumsi Putih Telur Senam Kegel dan Personal Hygiene terhadap Penyembuhan Luka Perineum Grade 1 di PMB Meiyana Enda Nova. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(4), 674–680. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i4.126>
- Turnip, M., Nurianti, I., & Sirait, R. A. (2022). The Effect Of Egg White On Perineum Wound Healing in Postpartum Mothers at the Pratama Nining Pelawati Clinic. *JURNAL KEBIDANAN KESTRA (JKK)*, 5(1), 117–122. <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1362>
- Anggraini, P., Ardhiyanti, Y., (2021.). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Konsumsi Putih Telur Untuk Penyembuhan Luka Perineum Di Pmb Siti Julaeha Kota Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)* 201 *Jurnal Kbidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*. <https://doi.org/10.25311/jkt/Vol2.Iss2.724>
- Yuliana, S., Febrina Fauziah, S., (2021). Konsumsi Putih Telur untuk Mempercepat Penyembhan Luka Perineum | 59 STUDI KASUS. In *Jurnal Kebidanan (JBd)* (Vol. 1, Issue 2).
- Mega, S., Anggraini2, S. 1, & Putri, R. D. (2020). Ekstak Ikan Gabus Terhadap Luka Perineum. In *Jurnal Medika Malahayati* (Vol. 4, Issue 4).
- Intiyani, R., Astuti, D. P., Sofiana, J., (2020). Pemberian Suplementasi Zinc Dan Ekstrak Ikan Gabus Untuk Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum Implementation Of Zinc Supplement And Snake Head Fish Extracts In Accelerating Perineum Wound Healing.
- Asnie, N. M., Erisna, M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2019). Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa striata*) terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas.
- Fitrahminarsih, N. N., Hatima, H., & Kebidanan Akademi Kebidanan Minasa Upa Makassar, J. (2022). Pengaruh MengEkstrak Ekstrak Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Rsud Syekh Yusuf Gowa. 1(3). <http://ejurnal.stietrianandra.ac.id/index.php/klinikHalamanUTAMAJurnal:http://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php>
- Mutmainnah, & Wintarsih. (2022.). Efektifitas Ekstrak Ikan Gabus (*Channa Starata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum.
- Intan Nugraheni, Ari Kurniaru (2020.). Perbedaan Efektivitas Ekstrak Ikan Gabus Dan Daun Binahong Terhadap Lama Penyembuhan Luka Operasi Sectio Caesarea Pada Ibu Nifas Intan Nugraheni, Ari Kurniarum.
- Sampara, N., Sikki, S., Aspar, R. (2020.). Pengaruh MengEkstrak Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas.
- Udayanti, S., & Noviyani, R. (2022). Review Artikel Pemanfaatan Ekstrak Ikan Gabus (*Channa striata*) untuk Penyembuh Luka pada Pasien Diabetes Mellitus (Ulkus Diabetikum) (Vol. 1, Issue 1).
- Fitrianti, E., Zulkarnain, Z., & Nurmayanti, N. (2023). Efektivitas albumin ekstrak ikan gabus (*Channa striata*) terhadap penyembuhan luka pascaoperasi pada kucing domestik di UPTD Puskesmas Makassar. *Filogeni: Jurnal Mahasiswa Biologi*, 3(2), 79–84. <https://doi.org/10.24252/filogeni.v3i2.34747>
- Sangkal, A., Ismail, R., Liputo, A (2020). Uji Efektivitas Luka Bakar Pada Kelinci

- (*Oryctolagus cuniculus*) Sediaan Salep Ekstrak Ikan Gabus (*Channa striata*) Dari Danau Tondano. *Jurnal Sains Dan Kesehatan (JUSIKA)*, 4(2).
- Susilawati, S., Patimah, M., & Sagita Imaniar, M. (2020). Determinan Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. *Faletehan Health Journal*, 7(3), 132–136. www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
- Sebayang, W. B., & Ritonga, F. (2021). Nutrisi Efektif Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum (Systematic Review) Effective Nutrition Accelerates Perineum Wound Healing on Mother Post Partum (Systematic Review). In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 12, Issue 2). Online. <http://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Kasanah, U., Nur Hidayanti, A., Sarjana Kebidanan, P., & Bakti Utama Pati, S. (2022). Perbedaan Luka Perineum Ibu Post Partum Pada Pemberian Ekstrak Ikan Gabus (*Channa Striata*) Di Pmb Masri Tahun 2022.
- Mega, S., Anggraini, S. 1., & Putri, R. D. (2020). Ekstrak Ikan Gabus Terhadap Luka Perineum. In *Jurnal Medika Malahayati* (Vol. 4, Issue 4).
- Asnie, N. M., Erisna, M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2022). Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa striata*) terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas.
- Intiyani, R., Astuti, D. P., Sofiana, J., Program,). (2018). Pemberian Suplementasi Zinc Dan Ekstrak Ikan Gabus Untuk Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum Implementation Of Zinc Supplement And Snake Head Fish Extracts In Accelerating Perineum Wound Healing.
- Fatimah. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Wijayanti, E., & Rahayu, R. S. (2016). Perawatan Luka Perineum pada Ibu Nifas. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 4(2), 135-144.
- Azzamy 2018. *Klasifikasi dan Morfologi Ikan Gabus (channa striata)* Jakarta Mitalom
- Eighty Mardiyani Kurniawati (2018) *Diagnosis dan Klasifikasi Rupture perineum in . Prosiding Pertemuan Ilmiah Dua Tahunan VII Himpunan Uroginekologi Indonesia PITHUG 17*. Departemen Obstetri dan Ginekologi FK ULM-RSUD Ulin Banjarmasin