

# HUBUNGAN ANTARA PANTANG MAKANAN IBU NIFAS DENGAN KECEPATAN PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI PUSKESMAS NOSARARA KOTA PALU TAHUN 2020

Dian Hardianty, Dewi Kartika, Miftakhul Muallimah  
Prodi Kebidanan D.IV Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri  
JL, Selomangleng No. 1 Kediri  
Email: [diancuns12@gmail.com](mailto:diancuns12@gmail.com)

## ABSTRAK

Pantang atau tabu ialah suatu larangan untuk mengkonsumsi suatu jenis makanan dalam budaya tertentu. Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Nosarara Kota Palu dari 22 pasien yang melahirkan mengalami luka *perineum* dan yang mengalami keterlambatan penyembuhan luka *perineum* sebanyak 15 orang (68,1%). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara pantang makanan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu *nifas* di Puskesmas Nosarara Kota Palu tahun 2020.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian *analitik korelasional* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu *nifas* yang melahirkan normal yang mengalami luka *perineum* di Puskesmas Nosarara Kota Palu dengan *total sampling* diperoleh sampel 35 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar observasi penyembuhan luka dan kuesioner. Hasil penelitian kemudian dianalisa dengan menggunakan *spearman rank*.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden (57,6%) tidak pantang makan. Sebagian besar responden (51,4%) memiliki kecepatan penyembuhan luka *perineum* normal. Dari hasil analisa bivariate hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* dengan  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $p\ value = 0,002$ ,  $r: 0,517$  sehingga  $value < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu *nifas* di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. Berdasarkan hasil penelitian bagi tempat penelitian hendaknya tempat penelitian meningkatkan pelayanan termasuk pendidikan kesehatan mengenai dampak dari pantang makan dan memberikan pengawasan mengenai pemenuhan nutrisi ibu *nifas*.

**Kata kunci :** *nifas*, pantang makan , kecepatan penyembuhan luka *perineum*

## ***ABSTRACT***

Tabu is a prohibition to consume a particular food in a particular culture. Based on preliminary study at Puskesmas Nosarara Palu district of 22 patients who gave birth to delayed wound healing as many as 15 people. The purpose of this research is to know relationship between food abstinence puerperal women with perineal wound healing rate in village region Puskesmas Nosarara Palu district 2020. The research design used analytic correlation with approach cross sectional. The population in this study were all postpartum mother who gave birth to normal has perineal wound with engineering total sampling retrieved sample of 35 people. Instrument of this research are observation sheet wound healing and questionnaires. The results of this study analyzed by Spearman rank. The result showed most of respondents (57,6%) didn't food abstinence. Most of respondents (51,4%) have perineal normal speed wound healing. Based on bivariate analyze for relationship between food abstinence puerperal women with perineal wound healing rate with  $\alpha = 0,05$  obtained  $p\ value = 0,002$ ,  $r = 0,571$  so  $p\ value < \alpha$  means  $H_0$  rejected and  $H_1$  accepted. Conclusion is this research there are relationship between food abstinence puerperal women with perineal wound healing rate. Based on the result of the research for clinical should improve services including health education on the impact of abstinence eat and provide oversight regarding nutrition postpartum mother.

**Key word:** postpartum, abstinence food, perineal wound

## PENDAHULUAN

Pantang makan ialah suatu larangan untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu karena terdapat ancaman bahaya terhadap barang siapa yang melanggarnya. Dalam ancaman bahaya ini terdapat kesan *magis*, yaitu adanya kekuatan *superpower* yang berbau *mistik* yang akan menghukum orang-orang yang melanggar pantangan tersebut, pada kenyataannya hukuman ini tidak selalu terjadi. Pantangan makanan merupakan sesuatu yang diwariskan dari leluhur melalui orang tua, terus ke generasi di bawahnya, hal ini menyebabkan orang tidak tahu lagi kapan suatu pantangan atau tabu makanan dimulai dan apa sebabnya. Pada masa *nifas* seorang ibu memerlukan gizi yang cukup untuk mempercepat proses penyembuhan luka *perineum* namun sering menjadi kendala karena adanya pandangan tabu ini sehingga ibu *nifas* tidak dapat mengkonsumsi jenis makanan yang seharusnya diperlukan ibu (Baumali,2009).

Asuhan masa *Nifas* normal memiliki dasar asuhan yang bermutu tinggi, dan tanggap terhadap budaya setempat sebagai upaya pencegahan komplikasi. Pencegahan komplikasi selama *nifas* akan mengurangi kesakitan dan kematian ibu. Bentuk mengurangi kesakitan ibu salah satunya adalah meminimumkan terjadinya *infeksi* luka *perineum* saat persalinan. Luka-luka biasanya ringan, tetapi terkadang terjadi *infeksi* jika luka tidak di tangani dengan benar (Prawirohardjo, 2009).

Masa *Nifas (Puerperium)* berlangsung selama 6 minggu, di mulai setelah *plasenta* lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perawatan *nifas* di

mulai sejak kala *uri* dengan menghindari adanya kemungkinan perdarahan *post partum*, perlukaan jalan lahir, atau luka *episiotomi*. Masa *nifas* merupakan masa kritis dalam kehidupan ibu dan bayi karena 60% kematian ibu terjadi segera setelah kelahiran dan 50% kematian masa *nifas* tersebut terjadi dalam 24 jam pertama setelah persalinan. Untuk mempercepat proses penyembuhan dibutuhkan perawatan yang baik serta konsumsi makanan yang dapat mempercepat proses penyembuhan luka *perineum* (Ambarwaty, 2010).

Robekan jalan lahir (*perineum*) terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Luka *perineum* dapat terjadi karena *ruptur* spontan maupun *ruptur* di sengaja (*episiotomi*). Tidak jarang ibu akan mendapatkan luka *perineum* selama proses persalinan dan membutuhkan perawatan luka yang tepat selama masa *nifas*. Jenis makanan yang di konsumsi ibu berpengaruh pada proses penyembuhan luka. Ibu yang melakukan pantang makan atau tidak makan protein proses penyembuhan lukanya akan terhambat. Protein sangat dibutuhkan dalam proses penyembuhan luka, Penyembuhan luka *perineum* yang terhambat dan tidak tertangani dengan baik dapat mengakibatkan *infeksi*, selain itu proses penyembuhan luka juga di pengaruhi oleh aktifitas atau *mobilisasi* yang dilakukan oleh ibu (Manuaba, 2010).

Tingkat Kesehatan perempuan di Indonesia saat ini masih tergolong rendah, hal ini di tunjukkan dengan masih tingginya Angka Kematian ibu (AKI). World Health Organization (WHO) memperkirakan ada 500.000 kematian ibu melahirkan di seluruh dunia setiap tahunnya, 99% di antaranya terjadi di

Negara berkembang. Di Indonesia angka kematian ibu meningkat setiap tahun yaitu mencapai 359 per 100.000 kelahiran hidup, kematian karena penyebab obstetri langsung yaitu pendarahan 28%, *preeklamsia/eklamsia* 24%, infeksi 11%, sedangkan penyebab tidak langsung adalah trauma obstetrik 5% dan lain-lain 11% ( Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI 2013).

Laporan dari Depkes Sulawesi Tengah menunjukkan pada tahun 2018 angka kematian ibu (AKI) adalah 82 dan 4,9 % disebabkan karena Infeksi (Depkes RI,2018).

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Nosarara Kota Palu pada tanggal 30 Januari 2020, dari jumlah pasien 35 ibu melahirkan terdapat responden sebanyak 22 pasien yang melahirkan mengalami luka *perineum* derajat I dan II yang mengalami keterlambatan penyembuhan luka *perineum* sebanyak 15 (68,1%) sedangkan 7 (31,9%) mengalami penyembuhan luka *perineum* normal sehingga terdapat masalah masih tingginya angka kejadian keterlambatan penyembuhan luka *perineum*.

Penyembuhan luka pada ibu *pasca* bersalin di pengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya *mobilisasi dini,nutrisi*,dan perawatan *perineum* ( Kebersihan diri ) (Anggraeni,2010). Luka-luka pada jalan lahir yang telah di jahit, luka pada *vagina* dan *serviks* umumnya bila tidak di sertai *infeksi* akan sembuh (Prawirohardjo,2010)

Faktor-faktor yang ikut mempengaruhi proses penyembuhan luka *perineum* yaitu karakteristik ibu meliputi umur,pendidikan,paritas,faktor penyakit dan kesadaran untuk hidup sehat, personal hygien, faktor ekonomi jangkauan

pelayanan dan mutu pelayanan kesehatan, Gizi terutama protein karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein, faktor keturunan sifat genetik mempunyai kemampuan dalam sekresi insulin dapat di hambat sehingga menyebabkan glukosa meningkat dan terjadi penepisan protein-kalori, faktor budaya seperti pantang makanan sangat mempengaruhi penyembuhan luka (Wiknjosastro,2010).

Kebiasaan pantang makan pada ibu *nifas* akan berdampak pada pemenuhan *nutrisi* ibu *nifas*, dengan demikian pada proses penyembuhan luka juga akan lambat dan bisa timbul komplikasi lain seperti *infeksi* masa *nifas*. Terjadinya *infeksi* masa *nifas* yang di sebut *Morbiditas puerpuralis* disebabkan faktor *ekstragenetal* yang faktor predisposisinya antara lain kurang gizi atau *malnutrisi,anemia*, kelelahan ,kurangnya *mobilisasi dini* dan proses persalinan yang bermasalah, Kurang gizi atau kurang *nutrisi* yang dialami ibu *pasca* melahirkan disebabkan karena budaya dan kebiasaan yang membatasi makan atau pantang (Saifuddin, 2009). Kurang Gizi atau kurang *nutrisi* yang di alami ibu *pasca* melahirkan disebabkan karena budaya dan kebiasaan yang membatasi makan atau pantang yang mengakibatkan luka tidak segera sembuh dapat mengganggu aktivitas misalnya ibu tidak bisa bekerja, tidak bisa merawat bayinya, tidak bisa merawat dirinya sendiri sehingga bisa terjadi *infeksi*, *infeksi* dapat menyebabkan *sub involusi*, perdarahan,dan penyebaran organ lokal maupun sistemik, selain itu akibat *infeksi* akan membuat ibu *stress* yang berdampak pada berkurangnya produksi ASI sehingga kebutuhan bayi tidak terpenuhi dengan baik (Smeltzer, 2010).

Upaya yang dapat di lakukan untuk mempercepat proses penyembuhan luka *perineum* dan mencegah infeksi yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan/*health education* secara berkala kepada ibu nifas yang diperlukan tubuh seperti *vulva hygiene*, *mobilisasi dini*, *nutrisi* yang bermutu tinggi dengan cukup kalori, protein, cairan serta vitamin untuk pemulihan kondisi kesehatan setelah melahirkan, cadangan tenaga serta untuk memenuhi produksi air susu ibu (ASI), lingkungan yang bersih, istirahat yang cukup mempengaruhi proses penyembuhan jalan lahir (Ija 2009).

Berdasarkan data yang didapat tentang masih tingginya angka kematian ibu maka penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian tentang “hubungan antara pantang makanan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* di Wilayah Puskesmas Nosarara Kota Palu tahun 2020”.

## HASIL

### Data Umum

#### 1. Karakteristik Responden

Berdasarkan Usia

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Usia	Frekuensi	Prosentase
<20 tahun	3	8.6%
20 - 35 tahun	27	77.1%
> 35 tahun	5	14.3%
Total	35	100%

(Sumber: Data Primer, 2020)

## METODE

Metode penelitian dalam penelitian ini *inferensial*, dengan tempat penelitian di lapangan dan waktu pengumpulan data termasuk jenis penelitian *Crossectional* dengan menggunakan populasi *infinite*, cara pengumpulan data termasuk penelitian *observatif* serta menggunakan penelitian *analitik korelasional* pada penelitian jenis *primer*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu *nifas* yang melahirkan normal yang mengalami luka *perineum* di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020 sebanyak 35 ibu nifas

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel independen pantang makan dan variabel dependen penyembuhan luka *perineum*.

Uji statistik yang digunakan dalam analisis data penelitian ini adalah *wilcoxon signed rank test*.

Berdasarkan tabel 5.1 di atas dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya yaitu 27 responden (77.1%) usia 20-35 tahun.

#### 2. Karakteristik Responden

Berdasarkan Pendidikan

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Pendidikan	Frekuensi	Prosentase
Dasar (SD-SMP)	3	8.6%
Menengah (SMA)	25	71.4%
Perguruan Tinggi	7	20%
Total	35	100%

(Sumber: Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.2 di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar yaitu 25 responden (71,4%) pendidikan menengah (SMA).

### 3. Karakteristik Responden

Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
IRT	16	45.7%
Swasta	9	25.7%
Wiraswasta	7	20%
PNS	3	8.6%
Total	35	100%

(Sumber: Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.3 di atas dapat diinterpretasikan bahwa hampir sebagian yaitu 16 responden (45,7%) memiliki pekerjaan sebagai IRT.

### Data Khusus

#### 4. Pantang Makan Pada Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pantang Makan Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Pantang Makan	Frekuensi	Prosentase
Pantang makan	15	42.9%
Tidak pantang makan	20	57.1%
Total	35	100%

(Sumber: Data Primer, 2020)

Tabel 5.6 Tabulasi Silang Antara Pantang Makan dengan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas di

Berdasarkan tabel 5.4 di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar yaitu 20 responden (57,1%) tidak pantang makan.

#### 5. Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Kecepatan Penyembuhan Luka <i>Perineum</i>	Frekuensi	Prosentase
Lambat	17	48.6%
Normal	18	51.4%
Total	35	100%

(Sumber: Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.5 di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar yaitu 18 responden (51,4%) memiliki kecepatan penyembuhan luka *perineum* normal.

#### 6. Analisis Hubungan antara Pantang Makan dengan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020.

Hubungan antara Pantang Makan dengan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020, dapat dilihat pada tabel berikut:

Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

Pantang makan	Kecepatan Penyembuhan Luka <i>perineum</i>					
	Lambat		Normal		Total	
	F	%	F	%	F	%
Pantang makan	12	34.3%	3	9.1%	15	42.4%
Tidak pantang makan	5	15.2%	15	42.9%	20	57.6%
Total	16	48.5%	17	51.5%	35	100%
<i>P value</i> = 0,002	$\alpha = 0,05$				$r = 0,545$	

(Sumber: Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 5.6 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengah responden yang pantang makan mengalami kecepatan penyembuhan luka *perineum* lambat sebanyak 12 responden (34,3%), responden yang mengalami kecepatan penyembuhan *perineum* normal sebanyak 3 responden (9,1%), sedangkan responden yang tidak pantang makan yang mengalami kecepatan penyembuhan luka *perineum* lambat sebanyak 5 responden (15,2%) dan hampir sebagian responden yang tidak pantang makan yang mengalami kecepatan penyembuhan luka *perineum* normal sebanyak 15 responden (42,9%).

Guna membuktikan signifikansi hubungan diantara kedua variabel maka dilakukan analisis uji *Spearman Rank* dengan bantuan komputerisasi. Hasil analisis uji statistik di dapatkan pada  $\alpha = 0,05$  diperoleh *p value* = 0,001 sehingga *p value* <  $\alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. Selain *p value* diketahui juga nilai *correlation coefficient* sebesar 0,545 yang menunjukkan kekuatan korelasi cukup dan arah hubungannya positif (+) artinya semakin ibu pantang makan maka kecepatan penyembuhan luka *perineum* akan semakin lambat

Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020.

### Pembahasan

Berdasarkan Pantang Makan Pada Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. Dari tabel 5.4 dapat diketahui bahwa hampir sebagian responden yaitu 14 responden (42,4%) melakukan pantang makan dan sebagian besar responden yaitu 19 responden (57,6%) tidak pantang makan.

Pantang makanan atau tabu ialah suatu larangan untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu karena terdapat ancaman bahaya terhadap barang siapa yang melanggarnya. Pantang merupakan sesuatu yang diwariskan dari leluhur melalui orangtua, terus kegenerasi di bawahnya. Pantang makan mencegah orang memanfaatkan sebaik mungkin makanan yang tersedia bagi mereka (Baumali,2009).

Menurut peneliti, pantang makan dilakukan oleh responden karena beberapa hal diantaranya adalah pendidikan, pekerjaan ibu dan budaya.

Sebagian besar (69,7%) pendidikan ibu nifas di Wilayah Puskesmas Nosarara Kota Palu adalah SMA. Pendidikan merupakan jalur yang ditempuh untuk memperoleh informasi. Pada jenjang pendidikan menengah (SMA) seseorang berkesempatan untuk memperoleh informasi dari berbagai sumber, informasi inilah yang akan mempengaruhi perilaku, sehingga sebagian besar responden tidak berpantang makan.

Hampir sebagian (45,5%) pekerjaan responden di Wilayah Puskesmas Nosarara Kota Palu adalah IRT. Seorang ibu yang hanya berada di

rumah seperti ibu rumah tangga kesempatan untuk berinteraksi dengan dunia luar berkurang, hal ini membatasi paparan atau perolehan informasi ibu sehingga hampir sebagian responden di Wilayah Puskesmas Nosarara Kota Palu masih berpantang makan.

Berdasarkan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil hampir sebagian responden yaitu 16 responden (48,5%) mengalami kecepatan penyembuhan luka *perineum* lambat dan sebagian besar responden yaitu 18 responden (51,4%) mengalami kecepatan penyembuhan luka *perineum* normal.

*Laserasi perineum* adalah perlukaan yang terjadi pada saat persalinan dibagian *perineum* (Mochtar,2008). Luka dikatakan sembuh jika dalam 1 minggu kondisi luka kering, menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi (Mochtar, 2008).

Menurut peneliti, kecepatan penyembuhan luka *perineum* dipengaruhi oleh pantang makan. Pada tabel 5.4 sebagian besar responden tidak mengalami pantang makan sehingga sebagian besar responden mengalami kecepatan penyembuhan luka *perineum* normal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian hubungan perilaku pantang makanan dengan lama penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas di Kecamatan Srengat Kabupaten Blitar yang dilakukan Setiya (2010). Dengan hasil pvalue  $0,002 < 0,05$  yang berarti ada hubungan antara Pantang Makan dengan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas dan  $r=0,517$  yang berarti kekuatan hubungan cukup dan arah positif sehingga semakin ibu berpantang makan maka kecepatan penyembuhan luka *perineum* semakin lambat.

Berdasarkan Hubungan antara Pantang Makan dengan Kecepatan Penyembuhan Luka *Perineum* Pada Ibu Nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu

Tahun 2020. Berdasarkan tabel 5.6 dapat diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. Guna membuktikan signifikan hubungan diantara kedua variabel maka dilakukan uji *spearman rank correlation* dengan bantuan komputerisasi. Hasil analisis uji statistik di dapatkan pada  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $p\ value = 0,002$  sehingga  $p\ value < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020 serta diperoleh  $r = 0,545$ .

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kristina Maharani di kebonbatur pada tahun 2013 yang menyatakan bahwa ada hubungan kebiasaan makan dengan penyembuhan luka *perineum* terhadap ibu nifas dengan  $p\ value = 0,000$  (Maharani, 2013). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh yustin oktavia pada tahun 2012 menyatakan bahwa ibu nifas yang tidak berpantang makanan penyembuhan luka jahitan *perineum*nya baik (95,7%). Sedangkan ibu yang berpantang terhadap makanan tertentu, penyembuhan luka jahitan *perineum*nya kurang baik (72,7%). Hasil uji menggunakan Chi Square tidak memenuhi syarat sehingga menggunakan uji Phi Cramer's V, didapatkan signifikansi  $p\ value < 0,0001$  dan phi  $0,725$  artinya ada hubungan signifikan antara berpantang makanan pada ibu nifas dengan penyembuhan luka jahitan *perineum* (Oktavia Y, 2012).

Banyak masyarakat yang pantang terhadap makanan terutama protein. Padahal protein sangat diperlukan untuk penyembuhan luka. Menurut penelitian

yang dilakukan Hestingrum Dkk menunjukkan ada hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan lama penyembuhan luka perineum ibu nifas (Hestingrum dkk, 2015)

Menurut peneliti kecepatan penyembuhan luka *perineum* dipengaruhi oleh pantang makan ibu nifas. Pada ibu yang pantang makan biasanya akan menghindari konsumsi protein. Padahal faktor gizi terutama protein akan sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka pada *perineum* karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein. Sehingga pada ibu nifas yang pantang makan kecepatan penyembuhan luka *perineum* cenderung lambat. Dari hasil penelitian terdapat 5 responden yang tidak pantang makan namun mengalami penyembuhan luka lambat. Dikarenakan pada 5 responden tersebut kurang memperhatikan hygiene perineum seperti ibu tidak menggunakan pakaian dalam yang dapat menyerap lochea sehingga menimbulkan iritasi pada daerah sekitar *perineum*, tidak segera mengganti pembalut jika basah, kurang memahami cara cebok yang benar pada saat BAK cebok kearah depan dan setelah BAB cebok kearah belakang, Selain itu terdapat 3 responden yang pantang makan namun penyembuhan

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati. (2010). Asuhan Kebidanan *Nifas*. Yogyakarta : Media Cendekia Prees.
- Anderson.(2010) Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jogjakarta: Pustaka Rihana

luka cepat. Sebanyak 2 dari tiga responden tersebut meski pantang makan protein hewani namun tetap ke protein nabati dan mengkonsumsi susu. Sedang pada satu responden lainnya hanya berpantang makan pada telur namun tidak pada ikan dan ibu juga meperhatikan kebersihan perineumnya.

## KESIMPULAN

Terdapat Hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka *perineum* pada ibu nifas di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. Hendaknya responden mau memerhatikan asupan nutrisi yang cukup untuk dirinya serta tidak lagi berpantang makanan bergizi terutama makanan berprotein yang dibutuhkan untuk proses penyembuhan.

## UCAPAN TERIMAH KASIH

Ucapan terimakasih kepada kepala Puskesmas Nosarara Kota Palu dan kepala kelurahan diwilayah kerja Puskesmas Nosarara Kota Palu yang bersedia dijadikan tempat penelitian. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, serta dosen pembimbing ibu Dewi Kartika dan ibu Miftakhul Mualimah yang telah sabar dalam membimbing

Anggraeni. 2010 Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jogjakarta : Pustaka Rihana

Baumali A.(2009). Pemenuhan Zat Gizi Ibu Nifas dan Budaya Se'I pada masyarakat Suku Timor Dawan di Kecamatan Mollo Selatan Kabupaten Timor Tengah Selatan. Universitas Gajah Mada.

- Boyle,2008 Pemulihan Luka. Jakarta : EGC
- Danuatmadja 2010 cara perawatan luka perineum
- Dinas Kesehatan. (2018). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah* .
- Foster dan Anderson (2009). Antropologi Kesehatan. In : Suryadarma P.K. dan Swasono M.F.H. Medical Anthropology.UI-Press : Jakarta.
- Hamilton 2009 Masa kehamilan dan Persalinan. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Hestianingrum,PR, dkk. 2015. HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN PROTEIN DENGAN LAMA PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAWANGHARJO KABUPATEN GROBOGAN. Jurnal Kebidanan Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Ija M. 2009. Pengaruh Status Gizi Pasien Bedah Mayor Pre Operasi Terhadap Penyembuhan Luka.Universitas Gajah Mada.
- Ismail. 2012 Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jogjakarta
- Larnkjaer (2010) Maternal Fish Oil Supplementation During Lactation Does Not Affect Blood Pressure, Pulse Wave Velocity, or Heart Rate Variability in 2.5-y-old Children.
- Manuaba (2010) , Ilmu Kebidanan Jakarta.
- Maharani Kristina. 2013. Hubungan Kebiasaan Berpantang Makan dengan Lamanya Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di BPM Wilayah Desa Kebonbatur. STIKES Telogorejo
- Mas L (2008). Kesehatan Ibu Nifas Dalam Pengaruh Budaya dan Dampak.
- Mochtar 2008 pengertian laserasi perineum Simposium Obstetri. Jakarta. EGC..
- Nurhikmah (2009). Hubungan Perilaku Ielama Nifas DengaN Status Gizi dan Bayinya Di Kecamatan Banjarmasin Utara Di Kota Banjarmasin. Universitas Gajah Mada.Tesis.
- Oktavia. Yustin. 2012. Hubungan Antara Berpantang Makanan pada Ibu Nifas dengan Penyembuhan Luka Jahitan Perineum pada Pasien RSUD Dr.Moh.Soewandhie Surabaya .Universitas Airlangga
- Path (2008) Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. EGC : Jakarta.
- Prawirohardjo ( 2009). Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta : YBP – SP.

\_\_\_\_\_ 2010. Ilmu Kebidanan  
Jakarta : YBP – SP.

Rukiyah 2010. Asuhan Kebidanan IV.  
Jakarta: Trans Info Medika

Saefuddin 2009. Buku acuan Nasional  
Pelayanan Kesehatan Maternal  
dan Neonatus, yayasan Bidan  
Pustaka Sarwono Prawirohardjo,  
Jakarta.

Saleha 2009 asuhan kebidanan pada masa  
nifas. jakarta; salemba medika

Suherni 2009 Perawatan Masa Nifas.  
Jogjakarta : Fitramaya

SDKI ( 2013). Survei Demografi  
Kesehatan Indonesia.

Smeltzer (2010). Referensi Kesehatan.  
Jakarta.

Sulistiyawati.A,2009. Asuhan kebidanan  
pada masa nifas. kehamilan.  
salemba medika

Suprabowo (2009). Praktik Budaya Dalam  
Kehamilan, Persalinan Dan  
Nifas Pada Suku Dayak  
Senggau.. Dalam Jurnal  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Indonesia.

Varney 2008. Buku Ajar Asuhan  
Kebidanan. In : wahyuningsih E.  
Varney's Midwifery. EGC :  
Jakarta.

Wiknjosastro,H (2010). Ilmu Kebidanan  
Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono  
Prawirohardjo.