

Hubungan Antara Pantang Makanan Ibu Nifas Dengan Kecepatan Penyembuhan Luka Perineum Di Puskesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020

The Relationship Between Abstinence Of Food For Postpartum Mothers With The Speed Of Perineal Wound Healing At Puskesmas Nosarara, Palu City, 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

ABSTRAK

Pantang atau tabu ialah suatu larangan untuk mengonsumsi 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 $p\ value < \alpha$ 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 pantangmakan dan memberikan pengawasan mengenai pemenuhan nutrisi ibu *nifas*.

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

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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 bivariat 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 mengonsumsi 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 mengonsumsi 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 meminimalkan terjadinya *infeksi* luka *perineum* saat persalinan. Luka-luka biasanya ringan, tetapi terkadang terjadi *infeksi* jika luka tidak di tangani dengan benar (Prawirohardjo, 2009).

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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* dimulai sejak kala *uri* dengan menghindari adanya kemungkinan perdarahan *post partum*, luka 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.

Di Indonesia angka kematian ibu meningkat setiap tahun yaitu mencapai 359 per 100.000 kelahiran hidup, kematian karena penyebab obstetri langsung yaitu perdarahan 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

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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".

METODE

Metode penelitian dalam penelitian ini *inferensial*, dengan tempat penelitian di lapangan dan waktu pengumpulan data termasuk jenis penelitian *Crosssectional* 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*

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

Peneilitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel independen pantang makan dan variabel dependen penyembuhan luka prenum.

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

HASIL

Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 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%

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

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 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%

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

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
IRT	16	45.7%

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

Swasta	9	25.7%
Wiraswasta	7	20%
PNS	3	8.6%
Total	35	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diinterpretasikan bahwa hampir sebagian yaitu 16 responden (45,7%) memiliki pekerjaan sebagai IRT.

Data Khusus

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

Tabel 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%

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

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

Tabel 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%

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

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

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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

Kecepatan Penyembuhan Luka <i>perineum</i>						
Pantang makan	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		α = 0,05		<i>r</i> = 0,545		

Berdasarkan tabel 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* < α 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.

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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 ke generasi 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 p value 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.

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

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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 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 memperhatikan 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 Muallimah yang telah sabardalam membimbing

DAFTAR PUSTAKA

Ambarwati. (2010). Asuhan Kebidanan *Nifas*. Yogyakarta : Media Cendekia Prees.

Anderson.(2010) Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jogjakarta: Pustaka Rihana

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 GajahMada.

Boyle,2008 Pemulihan Luka. Jakarta :EGC

Danuatmadja 2010 cara perawatan luka perineum

Dinas Kesehatan. (2018). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah* .

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021

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.

Ija M. 2009. Pengaruh Status Gizi Pasien Bedah Mayor Pre Operasi Terhadap Penyembuhan Luka. Universitas Gajah Mada.

Ismail. 2012 Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jogjakarta

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

Article History:

Received: Desember 09, 2020; Revised: Januari 15, 2021; Accepted: Maret 18, 2021