

Original Article

Hubungan Pantangan Makanan, Personal Hygiene dan Pola Aktivitas dengan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Desa Bantargebang Tahun 2021

Esti Tiawati¹, Ageng Septa Rini², Fitra Yelda³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan Sarjana Terapan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju
Jln. Harapan Nomor 50, Lenteng Agung – Jakarta Selatan 12610, Telp: (021) 78894045.

Email: estitiawati25@yahoo.com¹

Editor: TMH

Diterima: 03/08/2022

Direview: 23/01/2023

Publish: 28/01/2023

Hak Cipta:

©2023 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Abstract

Latar Belakang: Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Penelitian ini dilakukan karena Desa Bantargebang yang memiliki ibu bersalin dengan angka kejadian ruptur perineum paling tinggi yaitu sebanyak 21 orang, dimana di Desa Bantargebang sendiri masih terdapat kurangnya pengetahuan terhadap kebersihan individual pasca melahirkan seperti *personal hygiene*, masih percaya mitos dengan pantangan jenis makanan, serta pola istirahat yang kurang setelah melahirkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pantangan makanan, *personal hygiene* dan pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan Pantangan Makanan, *Personal Hygiene* dan Pola Aktivitas dengan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas Di Desa Bantargebang tahun 2021

Metode: Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *total sampling* yaitu sebanyak 50 orang. Data di olah dengan menggunakan SPSS 25. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesiner. Teknik Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa data univariat dan analisa data bivariat dengan dilakukan uji statistik *Kai-Kuadrat* atau *Chi-Square*

Hasil: Hasil uji statistik *Chi-square* variabel pantangan makanan (*P-value* = 0,000), *personal hygiene* (*P-value* = 0,038), dan pola aktivitas (*P-value* = 0,000).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara pantangan makanan, *personal hygiene* dan pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021.

Kata Kunci: ibu nifas, pantangan makanan, penyembuhan luka perineum, *personal hygiene*, pola aktivitas

Pendahuluan

Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Robekan perineum dapat mengakibatkan terjadinya infeksi perineum tidak hanya dialami oleh ibu yang melakukan persalinan secara *caesar*. Ibu yang melakukan persalinan secara normal juga dapat mengalami infeksi perineum. Sebanyak 11%

ibu yang melahirkan secara normal (*Vaginal Delivery*) mengalami infeksi perineum. Salah satu faktor resiko terjadinya infeksi perineum adalah penyembuhan luka perineum yang lama.¹

Kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di Dunia pada tahun 2015 terdapat 2,7 juta kasus, dimana angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050 jika tidak mendapatkan perhatian dan penanganan yang baik. Berdasarkan data Riskesdas 2018 prevalensi ibu bersalin yang mengalami luka jalan lahir di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% dan pada usia 32-39 tahun sebesar 62%. Dan 57% ibu mendapat jahitan perineum 28% karena episiotomy dan 29% karena robekan spontan.² Di Provinsi Jawa Barat ada 1008 Puskesmas pada tahun 2016 jumlah ibu yang bersalin dengan angka kejadian *rupture* perineum sebanyak 47,61%. Sedangkan pada tahun 2017 didapatkan jumlah persalinan spontan dengan angka kejadian ruptur perineum sebanyak 52,36%. Sedangkan di Puskesmas Bantargadung pada tahun 2020 jumlah ibu bersalin dengan luka ruptur perineum sebanyak 27,95% angka kejadian ini mengalami peningkatan pada tahun 2021 jumlah ibu bersalin dengan luka ruptur perineum sebanyak 37,25%.³

Penyembuhan luka pada robekan perineum ini akan sembuh bervariasi, ada yang sembuh normal dan ada yang mengalami keterlambatan dalam penyembuhannya. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya infeksi nifas yang berasal dari perlukaan jalan lahir yang merupakan media untuk berkembangnya kuman. Hal ini diakibatkan daya tahan tubuh ibu yang rendah setelah melahirkan, perawatan yang kurang baik dan kebersihan yang kurang terjaga. Sehingga perlu melakukan perawatan perineum untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Perawatan perineum merupakan pemenuhan kebutuhan untuk menyehatkan daerah antara paha yang dibatasi vulva dan anus pada ibu yang dalam masa kelahiran placenta sampai kembalinya organ genetik seperti sebelum hamil.⁴

Dalam pelaksanaan P4K, bidan diharapkan berperan sebagai fasilitator dan dapat membangun komunikasi diwilayah kerjanya agar terwujud kerjasama dengan ibu, keluarga dan masyarakat, sehingga pada akhirnya meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap peningkatan kesehatan ibu dengan meningkatkan komunikasi, informasi, dan edukasi sebagai salah satu bentuk asuhan kebidanan yang diberikan pada masa nifas yang didalamnya termasuk cara perawatan diri yang baik pada ibu. Hal ini tentunya dilakukan pada kunjungan masa nifas KF3.⁵

Masyarakat memiliki kaitan yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan, kebudayaan dimengerti sebagai fenomena yang dapat diamati yang wujud kebudayaannya adalah sebagai suatu sistem sosial yang terdiri atas serangkaian tindakan yang berpola yang bertujuan memenuhi keperluan hidup, dalam tiap kebudayaan terdapat berbagai kepercayaan yang berkaitan dengan kesehatan.⁶ Masyarakat masih mempercayai adanya pantang makanan, mereka menerima dan menolak jenis makanan tertentu. Dampak yang terjadi pada ibu nifas yang berpantang makanan, kebutuhan nutrisi akan berkurang, ini akan mempengaruhi dalam proses penyembuhan luka perineum. Berpantang makanan dalam waktu lama dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan angka kesakitan ibu. Kecukupan zat gizi sangat berperan dalam proses penyembuhan luka.⁷

Pantang makanan merupakan salah satu kebiasaan masyarakat Indonesia. Pantang makanan ini menjadi kebiasaan ibu nifas yang meyakini tidak boleh mengkonsumsi makanan tertentu yang dianggap tidak baik bagi tubuhnya. Namun, sebagian besar masyarakat Indonesia menjalani pantang makanan, ini disebabkan karena masih melekatnya pola pikir masyarakat

Indonesia terhadap kebiasaan, adat istiadat dan tradisi yang dianutnya. Sehingga masyarakat Indonesia terutama ibu nifas sebagian besar tidak mendapat asupan makanan yang bernutrisi dikarenakan adanya pantang pada makanan tertentu, hal ini sangat berpengaruh terhadap proses penyembuhan luka perineumnya.⁸ Berdasarkan penelitian Windiarti et al., di Puskesmas Balen Bojonegoro pada bulan April - Mei 2020 dari 35 ibu nifas didapatkan hasil sebanyak 24 (68,6%) ibu nifas yang berpantang makanan dengan penyembuhan luka perineum kategori buruk sebanyak 20 (57,1%) ibu nifas.⁸

Luka perineum ini dapat cepat sembuh apabila ibu nifas mendapatkan asupan nutrisi yang cukup terutama makanan yang kandungan proteinnya tinggi. Makanan yang kandungan proteinnya tinggi sangat direkomendasikan untuk dikonsumsi pada ibu nifas dengan luka perineum. Ibu nifas yang asupan proteinnya kurang dapat mempengaruhi lambatnya proses penyembuhan luka perineum bahkan dapat menyebabkan terjadinya infeksi masa nifas.⁹ Untuk mencegah terjadinya hal yang tidak diinginkan pada ibu nifas, sebaiknya ibu nifas tidak pantang terhadap makanan. Ibu nifas harus banyak mengkonsumsi makanan bergizi seimbang seperti makanan yang tinggi protein karena manfaat protein baik bagi pemulihan dan penyembuhan luka perineum.⁸ Ibu nifas pada umumnya tidak begitu paham bagaimana cara melakukan perawatan luka perineum, ibu menganggap itu biasa dan bisa sembuh sendiri terutama pada ibu yang sudah melahirkan lebih dari satu kali. Pengetahuan ibu tentang *Personal Hygiene* merupakan salah satu indikator dalam proses percepatan penyembuhan luka perineum. *Personal Hygiene* yang tidak dilakukan dengan baik dapat beresiko menyebabkan infeksi postpartum karena adanya luka di perineum, laserasi pada saluran genital termasuk pada perineum, dinding vagina dan serviks sehingga akan berpengaruh terhadap lamanya penyembuhan luka.¹⁰

Ibu nifas pada umumnya tidak begitu paham bagaimana cara melakukan perawatan luka perineum, ibu menganggap itu biasa dan bisa sembuh sendiri terutama pada ibu yang sudah melahirkan lebih dari satu kali. Pengetahuan ibu tentang *Personal Hygiene* merupakan salah satu indikator dalam proses percepatan penyembuhan luka perineum. *Personal Hygiene* yang tidak dilakukan dengan baik dapat beresiko menyebabkan infeksi postpartum karena adanya luka di perineum, laserasi pada saluran genital termasuk pada perineum, dinding vagina dan serviks sehingga akan berpengaruh terhadap lamanya penyembuhan luka.¹⁰ Perawatan luka perineum yang kurang tepat akan mengakibatkan peradangan atau infeksi. Salah satu dari faktor yang mendukung infeksi alat genitalia di masyarakat banyak ibu nifas tidak memperhatikan kebersihan di daerah luka perineumnya, karena pada ibu nifas terutama dari kalangan ekonomi menengah ke bawah memiliki pengetahuan yang kurang dalam *Personal Hygiene* pada luka perineum sehingga mempengaruhi pada lama penyembuhan luka perineum tersebut, selain itu juga ibu lebih memperhatikan bayinya dari pada *Personal Hygiene* pada alat genitalianya hal tersebut akan menyebabkan infeksi dan abses.¹¹

Seseorang yang tidak melakukan pola aktivitas selama kehamilannya akan berdampak terjadinya rupture perineum hal ini dikarenakan otot-otot pada perineum kaku sehingga tidak dapat meregang secara sempurna. Ini juga bisa menjadi penyebab lamanya proses penyembuhan luka perineum.¹² Puskesmas Bantargadung memiliki 7 wilayah binaan salah satunya Desa Bantargebang yang memiliki ibu bersalin dengan angka kejadian ruptur perineum paling tinggi yaitu sebanyak 21 orang, kejadian tersebut disebabkan masih terdapat kurangnya pengetahuan terhadap kebersihan individual pasca melahirkan seperti *personal hygiene*, masih percaya mitos dengan pantangan jenis makanan, serta pola istirahat yang kurang setelah

melahirkan. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pantangan Makanan, *Personal Hygiene* dan Pola Aktivitas dengan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Desa Bantargebang Tahun 2021”.

Metode

Desain penelitian dalam penelitian ini dengan pendekatan kuantitatif, dengan rancangan penelitian *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Desa Bantargebang Kabupaten Sukabumi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 6-11 September tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah pada ibu nifas yang berada di wilayah Desa Bantargebang yang memiliki luka perineum saat melahirkan sebanyak 50 orang. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah pada ibu nifas yang berada di wilayah Desa Bantargebang yang memiliki luka perineum saat melahirkan sebanyak 50 responden. Data dalam penelitian ini menggunakan jenis data primer yaitu bersumber dari kuesioner berisi pertanyaan mengenai variabel dependen dan variabel independen. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa data univariat dan analisa data bivariat dengan dilakukan uji statistik *Kai-Kuadrat* atau *Chi-Square*.

Hasil

Tabel 1. Analisa Univariat

Variabel	Ibu Nifas	Jumlah	Persentase (%)
Pantangan Makanan	Ada Pantangan	36	72,0
	Tidak Ada Pantangan	14	28,0
Personal Hygiene	Perilaku Kurang	6	12,0
	Perilaku Baik	44	88,0
Pola Aktivitas	Aktivitas Kurang	15	30,0
	Aktivitas Baik	35	70,0
Penyembuhan Luka Perineum	Penyembuhan Luka Buruk	24	48,0
	Penyembuhan Luka Baik	26	52,0
Total		50	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa distribusi frekuensi menunjukkan bahwa dari 50 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai pantangan makanan yaitu sebanyak 36 responden (72,0%), sedangkan responden yang tidak mempunyai pantangan makanan yaitu sebanyak 14 responden (28,0%). Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa dari 50 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai perilaku *personal hygiene* yang baik yaitu sebanyak 44 responden (88,0%), sedangkan responden yang mempunyai perilaku *personal hygiene* kurang yaitu sebanyak 6 responden (12,0%). Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa dari 50 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai pola aktivitas baik sebanyak 35 responden (70,0%), sedangkan responden yang mempunyai pola aktivitas kurang yaitu sebanyak 15 responden (30,0%). Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa dari 50 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 26 responden (52,0%), sedangkan responden yang tidak mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu sebanyak 24 responden (48,0%).

Tabel 2. Analisa Bivariat

Variabel	Kategori	Penyembuhan Luka Perineum				P-Value	OR
		Penyembuhan Luka Perineum Buruk		Penyembuhan Luka Perineum Baik			
		N	%	N	%		
Pantangan Makanan	Ada Pantangan	24	66,6	12	33,4	0,000	0,33
	Tidak Ada Pantangan	0	0	14	100		
Personal Hygiene	Perilaku Kurang	0	0	6	100	0,038	2,20
	Perilaku Baik	24	54,5	20	45,5		
Pola Aktivitas	Aktivitas Kurang	0	0	15	100	0,000	3,1
	Aktivitas Baik	24	68,5	11	31,5		

Berdasarkan tabel 2 hubungan yang bermakna antara pantangan makanan terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021 dari 50 responden, terdapat responden mempunyai pantangan makanan dan mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu sebanyak 24 responden (66,6%), dan yang mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 12 responden (33,4%). Sedangkan dari 14 responden yang mengalami tidak mempunyai pantangan dan mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu sebanyak 0 responden (0%) dan yang mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 14 responden (100%). Dengan nilai *p-value* sebesar $0,000 < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pantangan makanan terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021. Didapatkan nilai OR diperoleh 0,33 yang artinya responden yang memiliki pantangan makanan mempunyai kemungkinan 3 kali lebih besar untuk mengalami luka perineum memburuk dibandingkan responden yang tidak ada pantangan.

Hubungan yang bermakna antara personal hygiene dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021 dari 50 responden, terdapat responden yang berperilaku *personal hygiene* kurang dan mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu sebanyak 0 responden (0%), dan yang mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 6 responden (100%). Sedangkan dari 44 responden yang berperilaku *personal hygiene* baik yang mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu sebanyak 24 responden (54,4%) dan yang mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 20 responden (45,5%). Dengan nilai *p-value* sebesar $0,038 < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *personal hygiene* dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021. Didapatkan nilai OR diperoleh 2,2 yang artinya responden yang tidak berperilaku *personal hygiene* baik memiliki peluang 3 kali untuk mengalami mengalami penyembuhan luka perineum baik dibandingkan dengan responden yang berperilaku *personal hygiene* kurang.

Hubungan yang bermakna antara pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021 dari 50 responden, terdapat responden mempunyai pola aktivitas kurang dan mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu

sebanyak 0 responden (0%), dan yang mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 15 responden (100%). Sedangkan dari 35 responden yang mempunyai pola aktivitas baik dan mengalami penyembuhan luka perineum buruk yaitu sebanyak 24 responden (68,5%) dan yang mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 11 responden (31,5%). Dengan nilai *p-value* sebesar $0,000 < \text{nilai } \alpha (0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021. Didapatkan nilai OR diperoleh 3,1 yang artinya responden yang tidak mempunyai pola aktivitas baik memiliki peluang 5 kali untuk mengalami penyembuhan luka perineum baik dibandingkan dengan responden yang mempunyai pola aktivitas kurang.

Pembahasan

Pantangan Makanan, *Personal Hygiene*, Pola Aktivitas dan Penyembuhan Luka Perineum

Berdasarkan hasil univariat bahwa distribusi frekuensi pantangan makanan, personal hygiene, pola aktivitas, dan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai pantangan makanan yaitu sebanyak 36 responden (72,0%), sebagian besar responden mempunyai perilaku *personal hygiene* yang baik yaitu sebanyak 44 responden (88,0%), sebagian besar responden mempunyai pola aktivitas baik sebanyak 35 responden (70,0%), dan sebagian besar responden mengalami penyembuhan luka perineum baik yaitu sebanyak 26 responden (52,0%).

Masyarakat Indonesia terdiri dari berbagai suku dengan latar belakang budaya berbeda yang sangat memengaruhi tingkah laku kehidupan masyarakat termasuk perilaku kesehatan. Banyak praktek budaya yang berpengaruh negatif terhadap perilaku kesehatan masyarakat, seperti kepercayaan untuk pantang terhadap suatu makanan tertentu sehubungan dengan pangan yang biasanya dipandang pantas untuk dimakan, dijumpai banyak pola pantangan, tahayul dan larangan pada beragam kebudayaan dan daerah yang berlainan di dunia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rentika Fitri Marcelina hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh (76%) ibu nifas yang tidak berpantang makanan hampir seluruhnya (82%) penyembuhan lukanya baik.¹³

Kebersihan diri ibu membantu mengurangi sumber infeksi dan meningkatkan perasaan nyaman pada ibu. Anjurkan pada ibu untuk menjaga kebersihan diri dengan cara mandi yang teratur minimal 2 kali sehari, mengganti pakaian dan alas tempat tidur serta lingkungan dimana ibu tinggal. Ibu harus tetap bersih, segar, dan wangi. Merawat luka dengan baik menggunakan antiseptik dan selalu ingat bahwa membersihkan luka dari arah depan ke belakang. Jaga kebersihan diri secara keseluruhan untuk menghindari infeksi, baik luka jahitan maupun kulit.⁴ Menurut penelitian yang dilakukan Masrurroh hasil penelitian menunjukkan penyembuhan luka perineum dengan *personal hygiene* kurang sebanyak 11 orang (55,0%).¹⁴

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik), merupakan faktor resiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global.¹⁵ Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wijayanti hasil penelitian menunjukkan prevalensi pola aktivitas ibu nifas dengan luka perineum sembuh (81 Ibu nifas yang tidak sembuh luka perineum (27,7%).¹⁶

Perawatan luka Perineum adalah pemenuhan kebutuhan untuk menyetatkan daerah antara paha yang dibatasi vulva dan anus pada ibu yang dalam masa antara kelahiran plasenta sampai dengan kembalinya organ genetic seperti pada waktu sebelum hamil.¹⁷ Hasil penelitian yang dilakukan Novila Hardiana Utami terhadap ibu nifas yang mengalami ruptur perineum dari 30 responden menunjukkan bahwa kesembuhan luka perineum tidak baik sebanyak 6 orang (20%), sedangkan sebagian besar ibu nifas mengalami kesembuhan luka perineum yang baik sebanyak 24 orang (80%).¹⁸

Berdasarkan penelitan yang dilakukan oleh Muhith, menunjukkan adanya hubungan signifikan antara perawatan perineum dengan kesembuhan luka perineum. Dalam penelitian ini kesembuhan luka perineum tidak hanya dengan melakukan perawatan perineum, namun perawatan perineum kini lebih aktif dengan dianjurkan untuk melakukan mobilisasi dini, karena dengan perawatan mobilisasi dini mempunyai keuntungan untuk memperlancar pengeluaran lochea, mengurangi infeksi perineum, dan meningkatkan kelancaran peredaran darah.¹⁹

Hasil penelitian lainnya menunjukkan, penelitian yang dilakukan oleh Haris. & Harjanti bahwa perawatan perineum yang tidak benar menyebabkan infeksi dan memperlambat penyembuhan. Personal hygiene (kebersihan diri) yang kurang dapat memperlambat penyembuhan, hal ini dapat menyebabkan adanya benda asing seperti debu dan kuman. Selain perawatan luka perineum, faktor gizi terutama protein akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka pada perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein.²⁰

Dengan demikian hasil penelitian menyatakan bahwa sebagian besar responden mempunyai pantangan makanan, mempunyai perilaku *personal hygiene* yang baik, mempunyai pola aktivitas yang baik, dan mengalami penyembuhan luka perineum baik.

Hubungan Pantangan Makanan dengan Penyembuhan Luka Perineum

Berdasarkan hasil analisis bivariat diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,000 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pantangan makanan terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021.

Klasifikasi makanan yang berkaitan dengan kesehatan yaitu panas dingin. Seorang yang sehat dianggap memiliki keseimbangan antara panas dan dingin. Bila faktor panas menguasai tubuh di atas faktor dingin, makan akan timbul penyakit dengan gejala panas badan, sedangkan jika faktor dingin yang menguasai maka penyakit itu berbentuk perasaan dingin. Faktor panas dingin dapat masuk ke dalam tubuh melalui makanan, sakit perut diberi makanan yang bersifat berlawanan dengan sifat jenis sakitnya agar membantu mencapai kondisi keseimbangan antara faktor panas dan dingin.

Pantangan Makanan, masyarakat Indonesia terdiri dari berbagai suku dengan latar belakang budaya berbeda yang sangat memengaruhi tingkah laku kehidupan masyarakat termasuk perilaku kesehatan. Banyak praktek budaya yang berpengaruh negatif terhadap perilaku kesehatan masyarakat, seperti kepercayaan untuk pantang terhadap suatu makanan tertentu sehubungan dengan pangan yang biasanya dipandang pantas untuk dimakan, dijumpai banyak pola pantangan, tahayul dan larangan pada beragam kebudayaan dan daerah yang berlainan di dunia.

Pantangan Makanan, memengaruhi kecepatan penyembuhan luka. Status gizi yang buruk memengaruhi sistem kekebalan tubuh yang memberi perlindungan terhadap penyakit infeksi seperti penurunan sekretori imuno globulin A (IgA) yang memberikan kekebalan permukaan membran mukosa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rentika Fitri Marcelina yang menyatakan hasil uji statistik diperoleh $P\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$, maka H_0 artinya ada hubungan antara pantang makanan dengan penyembuhan luka perineum. Dari penelitian ini disimpulkan bahwa semakin ibu berpantang makanan yang dibutuhkan selama masa nifas, maka akan mempengaruhi penyembuhan luka perineum.¹³

Dengan demikian hasil penelitian menyatakan bahwa pantangan makanan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum

Hubungan *Personal Hygiene* dengan Penyembuhan Luka Perineum

Berdasarkan hasil analisis bivariat diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai $P\text{-value} = 0,038$ dimana nilai $P\text{-value} < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara personal hygiene dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021.

Pada masa postpartum, seorang ibu sangat rentan terhadap infeksi. Oleh karena itu, kebersihan diri sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi. Kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur, dan lingkungan sangat penting untuk tetap dijaga.²¹ *Personal hygiene* yang kurang baik dapat memperlambat penyembuhan, hal ini dapat menyebabkan adanya benda asing seperti debu dan kuman.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masruroh yang menyatakan hasil uji statistik diperoleh ($P\text{-value}=0,041 < \alpha=0,05$) maka H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan antara personal hygiene dengan penyembuhan luka perineum. Upaya untuk mencegah keterlambatan dalam penyembuhan luka perineum salah satunya diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan informasi kepada ibu nifas dalam memberikan asuhan kepada ibu nifas tidak hanya secara fisik maupun psikis tetapi secara *holistic* (menyeluruh) dan harus diperhatikan faktor-faktor lain seperti *personal hygiene*, lingkungan dan pengetahuan tentang perawatan luka jahit perineum.¹⁴

Dengan demikian hasil penelitian menyatakan bahwa *personal hygiene* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum.

Hubungan Pola Aktivitas dengan Penyembuhan Luka Perineum

Berdasarkan hasil analisis bivariat diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai $P\text{-value} = 0,000$ dimana nilai $P\text{-value} < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021.

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik), merupakan faktor resiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global.¹⁵ Pola Aktivitas dapat menghambat perapatan tepi luka serta mengganggu penyembuhan yang diinginkan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti yang menyatakan hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value} 0,019 < 0,05$, menyatakan ada hubungan antara pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.²² Dengan demikian hasil penelitian menyatakan

bahwa pola aktivitas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum.

Kesimpulan

Hasil uji statistik *Chi-square* variabel pantangan makanan ($P\text{-value} = 0,000$), personal hygiene ($P\text{-value} = 0,038$), dan pola aktivitas ($P\text{-value} = 0,000$). Berdasarkan Hasil tersebut dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara pantangan makanan, personal hygiene dan pola aktivitas dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Desa Bantargebang tahun 2021.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih peneliti ucapkan kepada seluruh responden dan pihak-pihak terkait yang terlibat dalam kegiatan penelitian ini.

Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti

References

1. Kusumawati E, Rahardjo S, Sari HP. Model pengendalian faktor risiko stunting pada anak bawah tiga tahun. *Kesmas J Kesehat Masy Nas (National Public Heal Journal)*. 2015;9(3):249–56.
2. Riskerdas. Laporan Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Badan Penelitian Dan Pengembangan Republik Indonesia. Kementerian Kesehat Republik Indones. 2018;
3. Dinas Kesehatan Jawa Barat. Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Bandung; 2019.
4. Walyani ES. Asuhan kebidanan pada kehamilan. 2015;
5. Indonesia KKR. Data dan informasi profil kesehatan Indonesia 2016. Pus Data dan Inf Kementerian Keshatan RI. 2017;119–21.
6. Purwoastuti TE, Walyani ES. Panduan materi kesehatan reproduksi & keluarga berencana. Pustaka Baru Press; 2015.
7. Manubua IAC, Manuaba IBGF, Manuaba IBG. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan. In Egc; 2010.
8. Windiarti YD. Hubungan Pantang Makanan Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas (Di Puskesmas Balenkabupaten Bojonegoro). *Stikes Insan Cendekia Medika Jombang*; 2020.
9. SEPTIA RN. Asuhan Keperawatan Pada Ny. S dan Ny. T Post Sectio Caesarea dengan Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Pemberian ASI di Ruang Teratai RSUD dr. Haryoto Lumajang Tahun 2019. Fakultas Keperawatan Universitas Jember;
10. Utam SYA. Buku ajar keperawatan medikal bedah sistem respirasi. Deepublish; 2018.
11. Mutmainnah AU, SiT S, Herni Johan SE, SKM MS, Llyod SS, SiT S, et al. Asuhan persalinan normal dan bayi baru lahir. Penerbit Andi; 2017.
12. Qudriani M, Hidayah SN. Persepsi ibu hamil tentang kehamilan resiko tinggi dengan kepatuhan melakukan antenatal care di desa Begawat Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun 2016. In: *Prosiding 2nd Seminar Nasional IPTEK Terapan (SENIT)*. 2017. p. 197–203.
13. Marcelina RF, Nisa F. Hubungan Antara Pantang Makanan Dengan Penyembuhan Luka Perineum Di Ruang Mawar Rsi Jemursari Surabaya. *Indones J Heal Sci*. 2018;10(2):101–9.
14. MASRUROH M. Hubungan Antara Personal Hygiene Dan Status Gizi Dengan Penyembuhan Luka Perineum (BPM Siti Hotijah, S. ST., MM. KesKab Bangkalan). *STIKes Ngudia Husada Madura*; 2020.
15. Paterson DH, Warburton DER. Physical activity and functional limitations in older adults: a systematic review related to Canada's Physical Activity Guidelines. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2010;7(1):1–22.
16. Wijayanti F, Widyasih H, Wahyuningsih HP. Hubungan pola nutrisi dengan penyembuhan luka perineum

- pada ibu nifas hari ke-7. *J Kesehat Ibu dan Anak*. 2013;3(1).
17. Nugroho T. Buku ajar obstetri untuk mahasiswa kebidanan. Yogyakarta Nuha Med. 2011;141–2.
 18. Utami NH, Rokhanawati D. Hubungan perawatan perineum dengan kesembuhan luka perineum pada ibu nifas di klinik bersalin widuri sleman. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
 19. Muhith A. Pendidikan keperawatan jiwa: Teori dan aplikasi. Penerbit Andi; 2015.
 20. Puspitaningtyas AH. Hubungan Pengetahuan Teknik Perawatan dengan Kesembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di BPS Kota Semarang. *Dinamika Kebidanan*; 2011.
 21. Saleha S. Asuhan kebidanan pada masa nifas. 2009;
 22. Handayani R, Hutomo CS, Kartikasari MND, Sinaga LRV, Suyati S, Saragih HS, et al. *Dasar Kesehatan Reproduksi*. Yayasan Kita Menulis; 2022.