

PENGARUH PEMBERIAN IKAN GABUS KUKUS (*CHANNA STRIATA*) TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU POST PARTUM

Mila Syari, Nurrahmaton, Elvina Sari Sinaga
Institut Kesehatan Helvetia, Universitas Prima Indonesia
E-mail: milasyari@helvetia.ac.id

Abstract

Childbirth often causes injuries to the birth canal that are difficult to avoid. One of the most common complications experienced by mothers after delivery is a perineal wound, which can cause pain, discomfort, and delay the healing process. Snakehead fish (*Channa striata*) contains a high level of albumin, which plays an important role in wound healing. This study aimed to determine the effect of steamed snakehead fish (*Channa striata*) consumption on perineal wound healing among postpartum mothers at BPM Neri Medan. The research design used was a pre-experimental design with a pre-test post-test control group design. The population consisted of all postpartum mothers who experienced first- and second-degree perineal tears, and the sampling technique used was purposive sampling. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis. The results showed that the data for postpartum mothers who were given steamed snakehead fish and those who were not were not normally distributed, with a *p*-value of 0.000. This indicates a significant effect of steamed snakehead fish consumption on perineal wound healing among postpartum mothers at BPM Neri Medan, Sunggal District, Deli Serdang Regency. Conclusion: The consumption of steamed snakehead fish (*Channa striata*) has a positive effect on the healing of perineal wounds in postpartum mothers. Suggestion: Health workers are encouraged to educate postpartum mothers with perineal wounds about the importance of consuming snakehead fish to accelerate the healing process.

Keywords: Snakehead Fish, Perineal Wound

Abstrak

Persalinan seringkali menyebabkan luka pada jalan lahir yang sulit dihindari, salah satu komplikasi yang umum terjadi pada ibu setelah melahirkan adalah luka perineum yang dapat menimbulkan rasa sakit, ketidaknyamanan, serta penundaan dalam proses pemulihan. Ikan gabus memiliki kandungan albumin yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Ikan Gabus Kukus (*Channa Striata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di BPM Neri Medan. Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental dengan desain penelitian pre test-post test control grup design. Populasi penelitian terdiri dari seluruh ibu post partum yang mengalami luka perineum derajat I dan II, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa data ibu post partum yang diberikan ikan gabus kukus dan tidak diberikan ikan gabus kukus tidak terdistribusi normal dengan nilai ρ value 0.000. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian ikan gabus kukus (*Channa striata*) berpengaruh terhadap pemulihan luka perineum pada ibu setelah melahirkan di BPM Neri Medan, Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang. Saran untuk pihak peneliti adalah memberikan edukasi kepada ibu-ibu post partum yang mengalami luka perineum tentang manfaat pentingnya mengonsumsi ikan gabus, agar proses penyembuhan luka bisa lebih cepat.

Kata Kunci : Ikan Gabus, Luka Perineum



This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license

Universitas Murni Teguh | 109

PENDAHULUAN

Setiap wanita pasti akan mengalami proses melahirkan, yang menjadi momen yang ditunggu-tunggu oleh para ibu hamil. Namun, melahirkan sering kali menyebabkan luka pada jalan lahir yang sulit dihindari. Sekitar 70% ibu yang melahirkan secara per vaginam mengalami luka perineum. Luka ini bisa terjadi secara alami atau akibat tindakan episiotomi, dan melibatkan bagian perineum, vulva, serta vagina. Ibu yang mengalami luka perineum biasanya merasa sakit atau takut bergerak, sehingga cenderung berbaring diam setelah melahirkan. Hal ini bisa menyebabkan beberapa masalah seperti ketidakmampuan rahim untuk kembali ke ukuran semula, keluarnya lochia yang tidak lancar, dan terjadinya perdarahan setelah melahirkan (1). Pada masa ini kematian ibu masih dapat terjadi akibat perdarahan atau infeksi pada masa post partum. Infeksi pada masa post partum kemungkinan berasal dari luka jahitan perineum yang mengalami infeksi. Luka perineum disebabkan oleh episiotomi atau luka sayatan yang mengalami infeksi(2).

Berdasarkan hasil dari Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) yang dilakukan pada tahun 2016, angka kematian ibu setelah melahirkan di Indonesia masih cukup tinggi, salah satunya disebabkan oleh infeksi selama masa nifas. Infeksi ini dapat muncul akibat luka perineum, yang dialami oleh 57% ibu yang mendapatkan jahitan perineum (28% disebabkan oleh episiotomi dan 29% akibat robekan spontan). Luka perineum terjadi akibat adanya robekan pada jalan lahir, baik yang disebabkan oleh robekan alami maupun episiotomi saat proses melahirkan. Robekan perineum adalah cedera yang terjadi pada bagian perineum. Pada tahun 2016, 52% ibu yang melahirkan mengalami luka perineum disebabkan oleh persalinan bayi dengan berat lahir yang normal atau lebih. Infeksi dapat muncul selama masa nifas, salah satu pemicunya adalah infeksi pada luka perineum (3)

Proses kehamilan serta perubahan menjadi teregang pada perineum akibat proses kehamilan melahirkan menyebabkan 85% Wanita mengalami trauma pada perlukaan

jaalan lahir. Peran bidan sangat diperlukan pada masa ini untuk memberikan perawatan. Perawatan perineum yang tidak tepat akibat pengeluaran lochia dan kelembaban di area vagina dapat menyebabkan pertumbuhan bakteri yang dapat menyebabkan terjadinya infeksi(4)

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2020, diketahui bahwa sebanyak 81% kasus akut gagal ginjal (AKI) di dunia terjadi karena komplikasi selama masa kehamilan dan persalinan. Salah satu penyebab utama kematian ibu adalah infeksi pada area perineum, yaitu sekitar 11% kasus. Infeksi ini umumnya terjadi pada ibu setelah melahirkan, terutama karena adanya luka pada perineum akibat robekan yang terjadi secara spontan atau akibat episiotomi. Diperkirakan bahwa jumlah kasus ruptur perineum pada ibu melahirkan di seluruh dunia mencapai sekitar 2,7 juta orang. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 6,3 juta pada tahun 2050. Di Amerika, sekitar 40% ibu melahirkan mengalami ruptur perineum. Sementara di Asia, masalah ini terjadi cukup banyak di masyarakat, dengan jumlah kasus mencapai 50% setelah melahirkan pasca melahirkan (5)

Ibu yang sedang dalam masa nifas perlu mendapatkan perawatan yang tepat. Perawatan luka di daerah perineum bisa dilakukan dengan cara farmakologi dengan menggunakan obat-obatan. Sementara itu, perawatan secara nonfarmakologi bisa dilakukan dengan menggunakan obat tradisional atau bahan alami, serta dengan memenuhi asupan nutrisi yang baik, terutama protein, sehingga efek sampingnya lebih sedikit (6). Salah satu sumber makanan yang kaya akan protein adalah ikan gabus (Channa striata). Dalam 100 gram ikan gabus terdapat 25,5% protein (7). Selain itu, ikan gabus juga mengandung asam amino yang lengkap serta mikronutrien seperti zinc, selenium, dan iron. Kandungan lain pada ikan gabus adalah albumin dan protein yang berfungsi sebagai bahan pembentuk sel. Protein ini juga bermanfaat untuk mempercepat proses penyembuhan luka(8).



Berdasarkan survei awal yang dilaksanakan di BPM Neri Medan Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang pada bulan Maret 2024, terdapat 6 ibu post partum yang mengalami luka perineum. Dari hasil wawancara dengan 6 ibu post partum tersebut, diperoleh bahwa ada beberapa ibu yang menerima perlakuan dalam proses penyembuhan luka perineum, di antaranya ada yang menggunakan minyak zaitun yang didapat dari klinik, sedangkan ada pula yang tidak menerima perlakuan apa pun. Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan secara jelas bahwa pemberian ikan gabus yang dikukus dapat mempercepat proses penyembuhan luka perineum secara non-farmakologi, masih banyak ibu post partum yang belum mengetahui manfaat ikan gabus dalam membantu mempercepat penyembuhan luka perineum setelah persalinan normal.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Ikan Gabus Kukus (*Channa Striata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di BPM Neri Medan Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis desain pre-eksperimental dengan pola pre-test-post-test control group. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum yang mengalami luka perineum derajat I dan II di BPM Neri Medan, berjumlah 16 orang. Sampel yang digunakan adalah 8 orang untuk kasus dan 8 orang untuk kontrol di BPM Neri.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini mengevaluasi pengaruh pemberian ikan gabus kukus (*Channa striata*) terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu yang baru melahirkan di BPM Neri Medan, Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Usia Ibu Dan Paritas DI BPM Negeri Medan

Karakteristik Responden	Eksperimen		Kontrol	
	f	%	f	%
Usia (Tahun)				
<20 Tahun			1	12.5
20-35 Tahun	7	87.5	7	87.5
>35 Tahun	1	12.5		
Paritas				
Primigravida	3	37.5	4	50
Multigravida	5	62.5	4	50
Total	8	100	8	100

Tabel 1. dapat dilihat dari 16 responden mayoritas responden berusia 20-35 tahun sebanyak 7 orang 87,5 % berada pada kelompkm kontrol dan eksperimen, dilihat dari paritas mayoritas responden multigravida sebanyak 5 orang 62,5

Tabel 2. Kategori Jenis Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Pretest Posttest Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Di BPM Neri

Jenis Luka Perineum	Eksperimen		Kontrol	
	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
	f	%	f	%
Baik			8	100
			7	87.5
Kurang Baik	7	87.5		
			6	75
Buruk	1	12.5		
			2	25
Total	8	100	8	100

Dari tabel 2 dapat kita lihat bahwa kelompok intevensi pemberian ikan gabus kukus sebelum diberikan intervensi jenis luka perineum dengan kategori kurang baik sebanyak 7 orang (87,5%) dan setelah diberikan intervensi luka perineum baik sebanyak 8 orang (100%) sedangkan dalam kelompk kontrol sebelum diberikan intervensi mayoritas perlukaan perineum kurang baik sebanyak 6 orang 75%.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license

Tabel 3. Karakteristik Berdasarkan Penyembuhan Luka Perineum Ibu Di BPM Neri Medan

Penyembuhan Luka	Ekspеримен		Kontrol	
	f	%	f	%
Cepat	6	75		
Normal	2	25	3	37.5
Lama			5	62.5
Total	8	100	8	100

Tabel 3 dari tabel diatas dapat kita lihat bahwa pada hasil intervensi diberikan ikan gabus kukus mayoritas penyembuhan luka perineum lebih cepat sebanyak 6 orang (75%) dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan penyembuhan luka perineum normal sebanyak 3 orang (37,5%).

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Ikan Gabus Kukus (*Channa Striata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di BPM Neri Medan

Kontrol-Intervensi	
Z	-2.428 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.015

Tabel 4 Dari uji Wilcoxon dapat diketahui bahwa berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai $\text{sig} = 0.015 < 0.05$ yang mana ada pengaruh pemberian ikan gabus kukus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Penyembuhan Luka Perineum Yang Diberikan Ikan Gabus Kukus (*Channa Striata*) Pada Ibu Post Partum.

Dari 8 ibu yang baru melahirkan dan mengonsumsi ikan gabus untuk mempercepat penyembuhan luka perineum, ditemukan bahwa 6 orang (75%) mengalami penyembuhan luka lebih cepat, sedangkan 2 orang (25%) mengalami penyembuhan luka biasa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mengonsumsi ikan gabus yang telah dikukus dengan berat 200 gram, diberikan dua kali sehari selama 7 hari, sangat efektif dalam

mempercepat penyembuhan luka. Hal ini disebabkan karena ikan gabus memiliki kandungan protein dan albumin yang tinggi, yang membantu mempercepat proses penyembuhan.

Perawatan luka perineum secara nonfarmakologi adalah cara mengobati luka dengan bahan alami atau obat tradisional, sekaligus memastikan asupan nutrisi yang cukup terutama protein, dan memiliki efek samping yang minim. (4). ikan gabus kukus merupakan sumber pangan protein yang tinggi dimana dalam 100 gram ikan gabus terkandung 25,25% protein (5). Ikan ini juga mengandung asam amino yang lengkap serta mikronutrien seperti zinc, selenium, dan iron. Selain itu, ikan gabus juga memiliki kandungan alisin, alil sulfide, dan furostanol glikosida. Protein dan albumin berperan dalam membangun sel-sel yang rusak, sehingga membantu proses penyembuhan luka lebih cepat. Oleh karena itu, ikan gabus bisa dimanfaatkan oleh masyarakat, terutama ibu yang baru melahirkan dan mengalami luka perineum, untuk mempercepat pemulihan luka tersebut (4).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2020) berjudul “Efektifitas Pemberian Ikan Gabus Kukus Terhadap Penyembuhan Laserasi Perineum Pada Ibu Post Partum”. Penelitian tersebut menyatakan bahwa ibu yang baru melahirkan dan diberi ikan gabus sebanyak 100 gram, tiga kali sehari. Penyembuhan luka perineum lebih cepat yaitu rata-rata proses penyembuhan rata-rata 7 hari. Penyembuhan luka perineum adalah mulai membaiknya luka perineum dengan terbentuknya jaringan baru yang menutupi luka perineum (9).

Menurut peneliti, mengonsumsi ikan gabus sebanyak 2 kali sehari, masing-masing beratnya 200 gram, selama 7 hari, yaitu pada siang dan sore hari, memberikan hasil yang sangat baik dalam proses penyembuhan luka perineum. Rata-rata luka perineum sembuh pada hari ke-4 dan ke-5. Karena itu, sangat disarankan bagi ibu yang baru melahirkan dan mengalami luka perineum untuk terus mengonsumsi ikan gabus secara teratur agar proses penyembuhannya berjalan lebih cepat.



Distribusi Frekuensi Penyembuhan Luka Perineum Yang Tidak Diberikan Ikan Gabus Kukus (*Channa Striata*) Pada Ibu Post Partum

Diketahui bahwa dari 8 ibu postpartum yang tidak mengkonsumsi ikan gabus dalam proses penyembuhan luka perineum, didapatkan bahwa mayoritas mengalami penyembuhan luka lama sebanyak 5 orang (62,5%), sedangkan minoritas mengalami penyembuhan luka normal sebanyak 3 orang (37,5%). Pada ibu postpartum yang tidak mengkonsumsi ikan gabus, terlihat bahwa kurangnya dukungan nutrisi dalam proses regenerasi jaringan, seperti albumin yang terkandung dalam ikan gabus. Albumin berperan penting dalam penyembuhan luka.

Ikan gabus sendiri mengandung 6,2% albumin dan zinc serta asam amino esensial yaitu treonin, valin, metionin, isoleusin, leusin, fenilalanin, lisin, histidin, dan arginin. Selain itu, terdapat asam amino non-esensial seperti asam aspartat, serin, asam glutamat, glikin, alanin, sistein, prolin, dan arginin (6). Albumin ikan gabus sangat baik digunakan bagi penderita hipoalbumin dan penyembuhan luka perineum (10).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Syifa dengan judul penelitian Pengaruh Pemberian Ikan Gabus Kukus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum (2024) dengan pemberian ikan gabus selama proses penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan dengan responden yang tidak diberikan ikan gabus, karena didalam ikan gabus mengandung albumin dan protein yang tinggi (11).

Menurut asumsi peneliti, ibu post partum yang mengkonsumsi ikan gabus kukus mayoritas mengalami penyembuhan luka lama lebih dari 7 hari, dan dinyatakan sembuh rata-rata pada hari ke-8. Lama penyembuhannya dikarenakan faktor nutrisi. Ikan gabus mengandung protein dan albumin yang dapat mempercepat proses penyembuhan. Ada kasus seorang laki-laki mengalami luka pada perineum dengan mengokonsumsi ikan gabus proses penyembuhan luka sangat cepat, sehingga sangat dianjurkan bagi ibu post partum untuk

mengkonsumsi makanan yang kaya protein seperti ikan gabus.

Pengaruh Pemberian Ikan Gabus Kukus *Channa Striata* Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum

Berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk, diperoleh nilai ρ value (sig) sebesar 0.000 dan data ibu post partum yang mengalami luka perineum serta tidak diberikan ikan gabus kukus juga menghasilkan nilai ρ value (sig) sebesar 0.000. Dengan demikian, data tersebut tidak terdistribusi secara normal. Selanjutnya, jika data tidak terdistribusi normal maka dilakukan uji non-parametrik yaitu uji Wilcoxon, yang menghasilkan nilai sig= 0.015.

Faktor-faktor yang memengaruhi proses penyembuhan luka antara lain gizi, mobilisasi, keturunan, penggunaan obat-obatan, kondisi sosial ekonomi, budaya, serta sarana dan prasarana yang tersedia pada ibu post partum (12). Dalam proses penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu post partum, pola makan yang diberikan harus memenuhi aspek gizi yang baik, karena ayah ibu merupakan seorang guruSelain itu, faktor usia juga memengaruhi penyembuhan luka, dimana ibu post partum yang berada dalam rentang usia reproduksi (20-35 tahun) memiliki mekanisme sel yang lebih cepat dan efektif dalam proses penyembuhan. Faktor paritas juga memengaruhi, karena ibu yang telah melahirkan sebelumnya memiliki pengalaman yang membuatnya lebih siap dan mandiri dalam pemenuhan nutrisi setelah melahirkan dibandingkan dengan ibu primipara (13).

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian 11). Asnie yang berjudul "Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa Striata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas (2021)". Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak ikan gabus dapat mempercepat proses penyembuhan luka, sehingga dianjurkan untuk dikonsumsi oleh ibu yang baru melahirkan dan mengalami luka perineum. Hal ini disebabkan karena kandungan protein yang tinggi, khususnya albumin, dalam ekstrak ikan gabus. Untuk menilai tingkat



penyembuhan luka perineum, peneliti menggunakan skor REEDA, dan untuk menganalisis data statistik digunakan uji Wilcoxon. Hasil post test menunjukkan nilai p sebesar 0,002 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian ekstrak ikan gabus memiliki pengaruh nyata terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas(13)

Penelitian lain yang dilakukan oleh Weni Tahun 2019 bahwa putih telur lebih efektif dibandingkan dengan ikan gabus dalam proses penyembuhan luka perineum. Meskipun berbeda, kedua makanan ini sama-sama mengandung protein yang sangat baih untuk meregenerasi kulit, ikan gabus juga dapat dijadikan alternatif lain untuk variasi makanan dan asupan nutrisi ibu nifas selama proses penyembuhan luka pada perineum (14) Menurut penelitian yang dilakukan wulandari tentang perilaku ibu nifas tentang perawatan nifas dimana ibu nifas tidak mencuci tangan saat menyentuh genetelia atau setelah BAK dan BAB. Keadaan ini sesuai dengan keadaan perawatan ibu nifas pada saat ini jika perilaku ibu nifas tidak mencukup ditambah dengan asupan nutrisi yang tinggi protein tidak dikonsumsi dengan baik maka akan menyebakan infeksi pada ibu nifas. Ikan gabus kukus ini juga merupakan alternatif yang cukup baik untuk meningkatkan asupan protein dan rendah lemak karena tidak di goreng(15).

Protein dalam ikan gabus menurut peneliti sangat penting untuk proses penyembuhan luka. Kebutuhan nutrisi dan protein yang tinggi dapat membantu membentuk jaringan baru di area luka perineum. Meskipun ada banyak faktor yang memengaruhi penyembuhan, ibu yang baru melahirkan tetap harus memperhatikan asupan nutrisi yang cukup, terutama dari ikan gabus yang lebih efektif dalam membantu tubuh.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa ibu post partum yang mengalami luka perineum dapat mempercepat proses penyembuhan dengan mengonsumsi ekstrak ikan gabus. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian

Asnie yang berjudul "Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa Striata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas". Ekstrak ikan gabus mampu mempercepat penyembuhan luka karena kandungan protein tinggi, khususnya albumin. Penilaian penyembuhan luka dilakukan dengan menggunakan skor REEDA, sedangkan analisis statistik dilakukan dengan uji Wilcoxon, dan hasilnya menunjukkan perubahan pada post test dengan p value 0,015 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum adap. Penyemuan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Ekstrak ikan gabus mampu mempercepat penyembuhan luka sehingga dianjurkan untuk dikonsumsi ibu post partum yang mengalami luka perineum dikarenakan kandungan protein yang tinggi (albumin), dengan menggunakan skor REEDA untuk penilaian penyembuhan luka perineum dan menggunakan uji analisis statistik dengan menggunakan *Wilcoxon test* dan didapatkan hasil pada post test dengan p value 0,002 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum yang mengonsumsi ikan gabus kukus (*Channa Striata*) mengalami penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan dengan yang tidak mengonsumsinya. Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan pengaruh signifikan ikan gabus kukus terhadap percepatan penyembuhan luka perineum (p < 0,05).

SARAN

Disarankan kepada BPM Neri untuk melakukan edukasi dan penerapan pemberian ikan gabus kukus sebagai metode non-farmakologis dalam perawatan luka perineum pada ibu setelah melahirkan, dengan tujuan menurunkan angka kesakitan terhadap proses penyembuhan luka pada perineum pasca melahirkan dan menurunkan kematian ibu serta risiko infeksi.

REFERENSI

1. Dona s, afriyanti s, rahmawati d.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license

- Identifikasi penyembuhan luka perineum menggunakan skala reeda pada ibu yang diberikan teh kalakai. *J kesehat j kebidanan dan keperawatan.* 2023;14(2):310–9.
2. Supiani s, yanti em. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan luka perineum terhadap tingkat pengetahuan ibu postpartum normal di wilayah kerja puskesmas wanasaba lombok timur. *J med malahayati.* 2023;7(4):1146–52.
 3. Oktaria safitri. Berdasarkan hasil dari survei demografi kesehatan indonesia (sdki) yang dilakukan pada tahun 2016, angka kematian ibu setelah melahirkan di indonesia masih cukup tinggi, salah satunya disebabkan oleh infeksi selama masa nifas. Infeksi ini dapat muncul aki. Urnal posiding kebidanan semin nasional. 2021;
 4. Afrilia em, sari h. Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan luka perineum dengan proses penyembuhan luka ruptur perineum di puskesmas pakuhaji kabupaten tangerang. *Imj (indonesian midwifery journal).* 2018;1(2).
 5. Syadza a, farlikhatun l. Efektifitas senam kegel terhadap penurunan nyeri dan penyembuhan luka perineum pada ibu post partum diklinik zahrotul ummah karawang. *J ilm kesehat.* 2024;13(1):52–8.
 6. Kasanah u, hidayanti an. Perbedaan luka perineum ibu post partum pada pemberian ekstrak ikan gabus (*channa striata*) di pmb masri tahun 2022. *J penelit pendidik bidan (midwife educ res journal).* 2023;1(01):52–8.
 7. Mutmainnah m, wintarsih w. Efektifitas konsumsi ikan gabus (*channa starata*) terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum. *J farmasetis.*
 8. Listyanto n, andriyanto s. Ikan gabus (*channa striata*) manfaat pengembangan dan alternatif teknik budidayanya. *Media akuakultur.* 2009;4(1):18–25.
 9. Fauziah f, fitriana f, noorbaya s. Efektivitas pemberian ikan gabus kukus terhadap penyembuhan laserasi perineum pada ibu postpartum. *Indones j midwifery.* 2020;3(2):92.
 10. Nur c, salsa bila d, pricilia r ns. Kebutuhan nutrisi ibu. *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui.* Jakarta; 2020.
 11. Syifa ha. Asuhan kebidanan postpartum pada ny. E usia 28 tahun p1a0 dengan pemberdayaan perempuan dan keluarga melalui pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum derajat ii di uptd puskesmas mayung kabupaten cirebon. *Poltekkes kemenkes tasikmalaya;* 2024.
 12. Kasmiati, purnamasari d, ernawati, juwita, salina, puspita wd et al. *Asuhan kehamilan.* 1st ed. Malang: pt. Literasi nusantara abadi grup; 2023.
 13. Asnie nm, erisna m, amelia r, octaviani da. Pengaruh ekstrak ikan gabus (*channa striata*) terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. *J ilm kebidanan indones.* 2021;11(04):226–31.
 14. Purnani wt. Perbedaan efektivitas pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum ibu nifas. *J public heal res community heal dev.* 2019;2(2):126.
 15. Wulandari y, astuti da. The relationship of postpartum mother's knowledge and perineum wound care behavior. *Bul ilmu kebidanan dan keperawatan.* 2024;3(02):47–53.

