



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 5041-5052

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Efektivitas Telur Rebus dan Ikan Gabus terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di UPT Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang Tahun 2023

Novi Yanasari<sup>1✉</sup>, Retno Puji Astuti<sup>2</sup>, Ernita Prima Noviyani<sup>3</sup>

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: [noviyanasariys3@gmail.com](mailto:noviyanasariys3@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Postpartum merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, seperti terjadinya robekan perineum. Luka perineum yaitu luka pada perineum karena adanya robekan jalan lahir maupun karena episiotomi pada waktu melahirkan janin. Dampak apabila perawatan luka perineum tidak baik dapat menyebabkan terjadinya infeksi yang merupakan salah satu penyebab kematian ibu postpartum. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum ibu post partume yaitu karakteristik ibu bersalin, nutrisi, jenis luka dan cara perawatannya. Salah satu Solusi bagi ibu postpartum adalah konsumsi makanan hewani yaitu telur rebus dan ikan gabus. Penelitian bertujuan untuk mengukur efektivitas telur rebus dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di UPT Puskesmas Jawilan. Sampel terdiri dari 2 ibu postpartum, 1 ibu postpartum yang diberikan telur rebus dan 1 ibu postpartum yang diberikan ikan gabus. Metode yang digunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, desain penelitian menggunakan study case literature review (SCLR). Hasil penelitian menunjukkan ibu yang diberikan telur rebus lebih cepat proses penyembuhan pada luka perineum dibandingkan dengan ikan gabus. Kesimpulan, pemberian telur rebus lebih efektif terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum di UPT Puskesmas Jawilan Kabupaten Serang. Disarankan, supaya ibu postpartum dengan luka perineum untuk dapat mengkonsumsi telur rebus 2 butir perhari yaitu pagi 1 butir dan sore 1 butir dalam upaya percepatan penyembuhan luka serta menghindari infeksi masa nifas.

Kata Kunci: *Luka Perineum, Telur Rebus, Ikan Gabus*

## Abstract

Postpartum is a period of recovery for reproductive organs that experience changes during pregnancy and childbirth, such as perineal tears. Perineal wounds are wounds to the perineum due to a tear in the birth canal or due to an episiotomy during delivery of the fetus. The impact of poor perineal wound care can cause infection which is one of the causes of postpartum maternal death. Factors that influence the healing of post-partum mothers' perineal wounds are the characteristics of the mother giving birth, nutrition, type of wound and how to care for it. One solution for postpartum mothers is to consume animal foods, namely boiled eggs and snakehead fish. The research aims to measure the effectiveness of boiled eggs and snakehead fish in healing perineal wounds in postpartum mothers at the Jawilan Community Health Center UPT. The sample consisted of 2 postpartum mothers, 1 postpartum mother who was given boiled eggs and 1 postpartum mother who was given snakehead fish. The method used is a qualitative method with a case study approach, research design using a study case literature review (SCLR) The results of the study showed that mothers who were given boiled eggs had a faster healing process for perineal wounds compared to snakehead fish. In conclusion, giving boiled eggs is more effective in healing perineal wounds in postpartum mothers at UPT Puskesmas Jawilan, Serang Regency. It is recommended that postpartum mothers with perineal wounds consume 2 boiled eggs per day, namely 1 in the morning and 1 in the afternoon in an effort to accelerate wound healing and avoid postpartum infections.

Keywords: *Perineal Wounds, Boiled Eggs, Snakehead Fish*

## PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui vagina ke dunia luar. (Prawirohardjo, 2016). Luka perineum adalah luka perineum karena adanya robekan jalan lahir baik karena ruptur maupun karena episiotomy pada waktu melahirkan janin. Rupture perineum adalah robekan yang terjadi pada perineum sewaktu persalinan. Robekan jalan lahir merupakan luka atau robekan jaringan yang tidak teratur (Walyani, 2015). Oleh karena itu bentuk laserasi perineum dibedakan menjadi 2 yaitu bentuk laserasi perineum ruptur dan episiotomi. Sekitar 85% wanita yang melahirkan spontan pervaginam mengalami trauma perineum berupa 32-33% karena tindakan episiotomi dan 52% merupakan laserasi spontan. Ruptur perineum juga merupakan salah satu penyebab perdarahan dan infeksi pada ibu post partum yang menjadi penyumbang angka kesakitan dan kematian ibu di Indonesia (Kurniawan, F. J. 2020).

Postpartum merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, seperti terjadinya robekan perineum. Hal tersebut sering terjadi pada semua persalinan pertama, namun tidak jarang pada persalinan

berikutnya, sehingga diperlukan perawatan yang intensif untuk mempercepat proses penyembuhan dan mencegah komplikasi infeksi yang dapat diakibatkan karena keterlambatan penyembuhan luka perineum. Angka kematian ibu (AKI) sedang menjadi perhatian yang sangat penting bagi dunia. Penyebab dari AKI adalah salah satunya infeksi. Infeksi dapat terjadi pada saat masa postpartum salah satunya disebabkan oleh infeksi pada luka perineum (Kementerian Kesehatan, 2019).

Menurut WHO (2019) Angka Kematian Ibu (AKI) didunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2012-2015. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Kementrian Kesehatan RI., 2019). Pada tahun 2018 tercatat sebanyak 247 kasus angka kematian ibu di provinsi banten (Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2018). Angka Kematian Ibu (AKI) di Kabupaten Serang pada Tahun 2017 terdapat 38 kasus, tahun 2018 terdapat 58 kasus dan tahun 2019 sebanyak 55 kasus, Adapun penyebab kematian ibu di Kabupaten Serang disebabkan oleh perdarahan 13% (Robekan perineum 3-4%), hipertensi dalam kehamilan 11%, infeksi 4%, gangguan sistem perdarahan 5% dan lain-lain 15%. Angka kejadian luka perineum di Kecamatan Jawilan pada tahun 2021 mencapai 256 orang dari 3550 ibu melahirkan yang ada di kecamatan jawilan. Pada tahun 2023 di bulan januari s/d bulan oktober ibu bersalin dengan luka perineum sebanyak 107 orang dari 956 ibu bersalin yang ada di Kecamatan Jawilan (Dinas Kesehatan Kab.Serang, 2018).

Dampak apabila perawatan luka perineum tidak baik dapat menyebabkan terjadinya infeksi, dimana infeksi masa nifas merupakan salah satu penyebab kematian ibu post partum. Faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya luka perineum ibu post partum yaitu karakteristik ibu bersalin, mobilisasi dini, nutrisi, jenis luka dan cara perawatannya (Rulkiyah, 2018).

Infeksi merupakan penyebab kematian ibu. Pada negara-negara berkembang paling sedikit satu dari 10 kematian ibu disebabkan oleh infeksi. Luka pasca nifas masih menjadi kasus umum penyebab infeksi mencapai sebesar 80-90%. Kasus infeksi setelah persalinan penyebabnya adalah luka persalinan (luka perineum), mastitis, tromboflebitis dan radang panggul (Widyastuti, 2016). Luka perineum merupakan faktor predisposisi terjadinya infeksi masa nifas. Bentuk infeksi bervariasi dan bersifat lokal sampai terjadi sepsis dan kematian masa nifas. Salah satu faktor risiko terjadinya

infeksi puerperal adalah penyembuhan luka puerperal yang lama. Percepatan penyembuhan luka jahitan puerperal dalam masa nifas sangat diharapkan untuk menghindari ibu nifas dari bahaya infeksi atau kelainan fisiologis (Widyastuti, 2016).

Salah satu solusi bagi ibu postpartum adalah sediaan makanan hewani yaitu telur rebus. Telur merupakan jenis lauk protein hewani yang murah dan mudah didapat, ekonomis dan salah satu makanan padat gizi. Kandungan gizi telur rebus yaitu mengandung lebih dari 90% kalsium dan zat besi. Satu butir telur mengandung 6 gram protein berkualitas dan asam amino esensial. Pada penelitian ini telur rebus dan luka jahitan puerperal terbukti dapat menyembuhkan luka pada ibu postpartum karena percepatan penyembuhan luka puerperal pada masa postpartum sangat diharapkan dapat menghindarkan ibu postpartum dari bahaya infeksi (Delwi, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh telur rebus terhadap percepatan penyembuhan luka puerperal pada ibu postpartum ( $p=0,000$ ), dari 32 responden menunjukkan bahwa proporsi penyembuhan luka yang lebih cepat didominasi oleh responden pada kelompok perlakuan yaitu kelompok yang mengonsumsi telur rebus sebanyak 12 orang (75%) yang sembuh kurang dari 7 hari (Triandingsih et al., 2019).

Salah satu sumber pangan dengan protein tinggi adalah ikan gabus (*Channa striata*) Dalam 100 gram ikan gabus terkandung protein 25,5% yang lebih tinggi dari ikan bandeng, kakap (20%), mas, atau sardel. Dengan kata lain 100 gram ikan gabus mengandung protein sebanyak 25,5 gram protein (Purnani, 2019). Ikan gabus (*Channa striata*) dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena selain mengandung protein, ikan ini juga mengandung albumin yang tinggi. Ekstrak ikan gabus mengandung 70% protein dan 21% albumin. Di samping itu, ekstrak ikan gabus juga mengandung asam amino yang lengkap serta mikronutrien zinc, selenium dan iron. Kandungan lain dalam ekstrak ikan gabus adalah alisin, alil sulfidil dan fulrostanol glikosida. Protein dan albumin berfungsi sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak sehingga penyembuhan luka akan berlangsung lebih cepat. Dengan demikian, ikan gabus kemungkinan dapat digunakan oleh masyarakat untuk mempercepat proses penyembuhan luka puerperal (Triyanti, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh pada kelompok lama penyembuhan luka puerperal diperoleh  $p$  value ( $0,000 < \alpha (0,05)$ ) yang berarti terdapat pengaruh pemberian ekstrak ikan gabus (*channa striata*) terhadap luka puerperal di wilayah kerja Puskesmas Pancur Kota Selang. Rata rata penyembuhan ibu pada kelompok intervensi 3 hari sedangkan pada ibu dengan kelompok kontrol 5 hari. Berdasarkan hasil

penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ibu yang mengonsumsi ekstrak ikan gabus (*channa starata*) lebih cepat menyembuhkan lukanya dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan ekstrak ikan gabus (*channa starata*).

Data persalinan pada bulan Oktober tahun 2023 sebanyak 35 ibu post partum. Yang mengalami ruptur perineum sebanyak 27 orang atau 77% dan yang tidak mengalami ruptur perineum sebanyak 8 orang. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Efektivitas Teler Relbus Dan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Upt Puskesmas Jawilan Kabupaten Selrang Tahun 2023".

### METODE PENELITIAN

Metode dalam studi kasus ini adalah menggunakan studi kualitatif, dengan pendekatan studi kasus (case study) yaitu, suatu serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu program, peristiwa dan aktivitas baik dalam tingkat perorangan, kelompok orang, lembaga atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut (Rahardjo, 2017). Dalam studi kasus ini dilakukan secara langsung kepada ibu postpartum yang mengalami luka perineum.

Samplel pada penelitian terdiri dari dua ibu postpartum yang mengalami luka perineum grade II pada hari ke 1, 3 dan hari ke 7 satu postpartum diberikan konsultasi telur relbus dan satu ibu postpartum diberikan konsultasi ikan gabus.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Penyembuhan Luka Perineum

PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM																								
PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM	TELUR REBUS (RESPONDEN 1)												IKAN GABUS (RESPONDEN 2)											
	HARI KE-1 (04-01-2024)				HARI KE-3 (07-01-2024)				HARI KE-7 (11-01-2024)				HARI KE-1 (04-01-2024)				HARI KE-3 (07-01-2024)				HARI KE-7 (11-01-2024)			
	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3
Kemerahan		√				√				√				√				√				√		
Pembengkakan		√				√				√				√					√			√		

Bercak perdarahan	√	√	√	√	√	√
Pengeluaran	√	√	√	√	√	√
Penyatuan luka	√	√	√	√	√	√

Keterangan :

Nilai	Redness (kemerahan)	Edema (pembengkakan)	Ecchymosis (bercak perdarahan)	Discharger (pengeluaran)	Approximation (penyatuan luka)
0	Tidak ada	Tidak ada	Tidak ada	Tidak ada	Tertutup
1	Kurang dari 0,25 cm pada kedua sisi laserasi	Pada perineum >1 cm dari laserasi	< 0,25 cm pada kedua sisi atau pada satu sisi	Serum	Jarak kulit 3 mm atau kurang
2	< 0,5 cm pada kedua sisi laserasi	Pada perineum atau vulva, antara 1-2 cm dari laserasi	0,25-1 cm pada kedua sisi atau pada satu sisi	Serosanguinus	Terdapat jarak antara kulit dan lemak subcutan
3	> 0,5 cm pada kedua sisi laserasi	Pada perineum atau vulva > 2 cm dari laserasi	> 1 cm pada kedua sisi atau pada satu sisi	Berdarah, purulent	Terdapat jarak antara kulit, lemak subcutan dan fascia

PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM							
PENYEMBUHAN PERINEUM	LUKA	TELUR REBUS (RESPONDEN 1)			IKAN GABUS (RESPONDEN 2)		
		HARI KE-1	HARI KE-3	HARI KE-7	HARI KE-1	HARI KE-3	HARI KE-7
SKOR		5	2	0	5	4	2

### Pembahasan

Intervensi penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum yang diberikan telur rebus

Pelrcepatan pelnyelmbulhan luka pelrinelulm delrajat 2 ibul postpartulm pada relspondeln yang melngkonsulmsi tellulr rebuls 3 bultir selhari pagi, siang dan sorel 1 bultir sellama 7 hari delngan skala REIEIDA nilai awal 5 melnjadi 0 pada hari kel -7.

Hal ini selsulai delngan pelnelilitan yang dilakukan oleh (Delwi, 2019) bagi ibul postpartulm gagasan yaitul makanan helwani yaitul tellulr rebuls, tellulr melrupakan jelnis laulk protelin helwani yang mulrah, muldah ditelmulkan, elkonomis dan salah satul makanan paling padat nultrisi. Kandulngan nultrisi tellulr rebuls ultulh melngandulng lebih dari 90% kalsium zat belsi, satul tellulr melngandulng 6 gram protelin belrkulalitas dan asam amino elselnsial. Tellulr rebuls dibulktikan ulntulk pelnyelmbulhan luka jahitan pelrinelulm pada ibul pasca pelrsalinan ataul ibul postpartulm karelna pelrcepatan pelnyelmbulhan luka pelrinelulm dalam masa nifas sangat diharapkan ulntulk melnghindari

Protelin tinggi dapat dipelrolelh dari belrbagai sulmbelr makanan dan salah satunya adalah tellulr ayam, baik tellulr ayam ras, tellulr ayam broilelr maulpuln tellulr ayam kampung. Pelnyajian tellulr yang paling baik dalam pelnyelmbulhan luka adalah delngan cara direlbuls sampai matang (Pulnani, 2019).

Intervensi penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum yang diberikan ikan gabus

Pelrcepatan pelnyelmbulhan luka pelrinelulm delrajat 2 ibul postpartulm pada relspondeln delngan pelmbelrian ikan gabuls sellama 7 hari delngan skala REIEIDA nilai awal 5 melnjadi 2 pada hari kel -7.

Prosels ulntulk melmpelrcepat pelnyelmbulhan luka pelrinelulm telrdapat belbelrapa cara, salah satunya adalah mellalui pelrbaikan gizi delngan melngkonsulmsi makanan tinggi kalori dan protelin. Sulmbelr ulmulm protelin adalah daging, sulsul, roti, selrelal,

tellur, ikan, kacang-kacangan dan biji-bijian. Ikan gabuls (*Channa striata*) merupakan salah satu jenis ikan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung protein dan albumin yang tinggi. Daging ikan gabuls mengandung 70% protein dan 21% albumin. Di samping itu, daging ikan gabuls juga mengandung asam amino yang lengkap serta mikronutrien zinc, selenium dan iron. Kandungan lain dalam daging ikan gabuls adalah alisin, alil sulfid dan fulrostanol glikosida. Protein dan albumin sangat berfungsi sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak sehingga penyembuhan luka akan berlangsung lebih cepat. Dengan tingginya kandungan protein dan albumin, ikan gabuls kemungkinan dapat digunakan oleh masyarakat untuk proses penyembuhan luka terutama luka pasca operasi, luka bakar dan setelah persalinan (Pulnani, 2019).

Efektivitas penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum yang diberikan telur rebus dan yang diberikan ikan gabus

Hasil pengkajian yang dilakukan pada ibu postpartum yang dilakukan pada hari ke 1, 3 dan 7 hari yang mengalami luka perineum derajat II yaitu pada tanggal 5 Januari, 7 Januari dan 11 Januari 2024. Hasil penelitian yang sudah dilakukan selama 7 hari postpartum yaitu hari ke 1, 3 dan 7 hari yang mendapatkan intervensi pemberian telur rebus dan ikan gabus.

Hasil pendapat pengkaji yang dilakukan selama penelitian yaitu pada hari ke 7 postpartum yang diberikan intervensi telur rebus untuk penyembuhan luka hasil baik, dan untuk postpartum dengan ikan gabus setelah dilakukan penelitian selama 7 hari dengan hasil penyembuhan luka sedang.

Penelitian ini membuktikan bahwa ada perbedaan antara ibu postpartum yang diberikan telur rebus dan ibu postpartum yang diberikan ikan gabus terhadap luka perineum yang dialaminya. Pada responden yang diberikan telur rebus mengalami percepatan penyembuhan luka pada perineum setelah 7 hari diobservasi. Sedangkan responden yang diberikan ikan gabus lebih lama penyembuhan luka perineum setelah 7 hari diobservasi.

Luka perineum adalah luka pada perineum karena adanya robekan jalan lahir maupun karena episiotomi pada waktu melahirkan.

Dampak keterlambatan penyembuhan luka perineum yang pertama adalah terjadinya infeksi, kondisi perineum yang terkena lecet dan lambat akan sangat memperlambat perkembangan bakteri yang dapat menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum (Sulkarni, 2019).

Penyembuhan luka perineum dipengaruhi oleh faktor diantaranya gizi terutama protein yang berperan untuk pergantian jaringan yaitu dengan pembelian putih telur, pengetahuan, usia, berat badan personal hygiene, medikasi, partus dan berbagai faktor lainnya juga, tindakan penanganan luka perineum diantaranya dapat dilakukan dengan cara melakukan penjahitan luka lapis demi lapis, memotong kehilangan darah yang tidak perlu, dan memastikan tidak ada celah terbuka pada luka yang dapat dimasuki bakteri darah yang menghambat penyembuhan luka (Pulnani, 2019).

Postpartum merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, seperti terjadi robekan pada perineum. Hal tersebut sering terjadi pada persalinan pertama, namun tidak jarang pada persalinan berikutnya, sehingga diperlukan perawatan yang intensif untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Angka kematian ibu (AKI) sedang menjadi perhatian yang sangat penting bagi dunia. Penyebab dari AKI adalah salah satunya disebabkan oleh infeksi. Infeksi pada luka perineum (Kementerian Kesehatan, 2019).

Faktor gizi terutama protein akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka pada perineum karena pergantian jaringan sangat membutuhkan protein. Berdasarkan sumbernya protein dapat dibagi menjadi dua yaitu protein nabati (kedelai, kacang-kacangan, tahu dan tempe) dan protein hewani (ikan, telur, daging sapi, daging ayam, dan susu). Telur mengandung zat-zat makanan yang penting bagi tubuh yakni sumber protein, lemak, vitamin dan mineral yang cukup lengkap, sehingga bisa membantu memperlancar proses-proses metabolisme dalam tubuh. Perbaikan gizi merupakan salah satu kunci dari penyembuhan luka. Ibu nifas dianjurkan makan dengan diet seimbang, cukup karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Faktor gizi utama protein akan sangat berpengaruh terhadap proses penyembuhan luka perineum karena pergantian jaringan sangat membutuhkan protein yang berfungsi sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak. Peningkatan kebutuhan protein diperlukan untuk proses inflamasi, imun dan perkembangan jaringan granulasi. Putih telur mengandung protein yang sangat tinggi, multivitamin, nilai kalori, dan multivitamin telur paling baik diantara bahan-bahan makanan lainnya. Nilai kalornya bernilai 100% . Putih telur mengandung albumin 95% yang berfungsi untuk penyembuhan luka. Protein putih telur sangat mudah dicerna, diserap, dan digunakan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan jaringan-jaringan tubuh. Kandungan protein pada telur yang cukup besar dapat membantu proses

relgelnasi kullit, dan pelnyelmbulhan mellaluli pelrcelpatan granullasi kullit yang telrlulka seltellah belrsalin, pada kellompok intelrvelnsi delngan pelmbelrian tellulr pelnyelmbulhan lulka delngan baik delngan 0 selhingga dapat disimpullkan pelmbelrian intelrvelnsi tellulr sangat elfelktif ulntulk melmpelrcelpat pelnyelmbulhan lulka (Santika elt al., 2020)

Melnulrult asulmsi pelnelliti, bahwa dari hasil pelnellitian yang dilakukan pelmbelrian tellulr relbul s maulpuln ikan gabuls, keldulanya sama-sama elfelktif dalam melmpelrcelpat pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm pada ibul postpartulm sellama 7 hari. Namuln pada pelrcelpatan pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm yang melngkonsulmsi tellulr relbul s lebih celpat pelnyelmbulhannya, seldangkan pada ibul postpartulm yang melngkonsulmsi ikan gabuls lebih lambat dalam pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm hal ini telrjadi karelna tellulr melngandung albulmin 95% seldangkan ikan gabuls melngandung albulmin 21%, fulngsi albulmin selndiri ulntulk melmbantul pelnyelmbulhan lulka, albulmin belrpelran dalam melmpelrcelpat prosels inflamasi selhingga prosels pelrbaikan jaringan akan belrlangsulng lebih celpat fulngsi lain dari albulmin yakni melnstimullasi pelrtulmbulhan sell baru gulna pelrbaikan jaringan. Melnulrult pelnelliti sellain factor zat gizi, prosels pelnyelmbulhan lulka julga dipelngarulhi oleh belbelrapa factor diantaranya yaitul faktor paritas, ibul yang suldah melmpulnyai anak ataul yang suldah pelrnah mellahirkan selpelrti halnya ibul mulltipara akan belrbelda delngan apa yang dirasakan ataul dialami orang yang baru pelrtama mellahirkan (primipara) karelna pelngalaman melnghadapi situlasi telrselbult akan melmbulat selselorang lebih siap dan mandiri dalam mellakukan pelmelnulhan kelbultulhan zat gizi pasca mellahirkan

## SIMPULAN

Belrdasarkan hasil pelnellitian dan pelmabahasan telntang Elfelktivitas Tellulr Relbul s Dan Ikan Gabuls Telrhada pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm Pada Ibul Nifas di UIPT Pulskelmas Jawilan dapat ditarik kelsimpullan selbagai belrikult :

1. Pelrcelpatan pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm delrajat 2 ibul postpartulm pada relspondeln yang melngkonsulmsi tellulr relbul s 3 bultir selhari pagi, siang dan sorel 1 bultir sellama 7 hari delngan skala REIEIDA nilai awal 5 melnjadi 0 pada hari kel -7.
2. Pelrcelpatan pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm delrajat 2 ibul postpartulm pada relspondeln delngan pelmbelrian ikan gabuls sellama 7 hari delngan skala REIEIDA nilai awal 5 melnjadi 2 pada hari kel -7.
3. Ada pelngarulh yang signifikan dari pelmbelrian tellulr relbul s 3 bultir sellama 7 hari pada ibul postpartulm telrhada pelrcelpatan pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm di UIPT Pulskelmas Jawilan di bandingkan delngan ibul postpartulm yang dibelrikan

ikan gabuls selama 7 hari.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Y., & Riselni. (2016). *Bukul Ajar Asulhan Kelbidanan Nifas dan Melnyulsuli*. CV. Trans Info Meldia.
- Asniel, N. M., Elrisna, M., Rizky, A., & Octavia, D. A. (2021). Pelngarulh Elkstrak Ikan Gabuls (Channa striata) telrhadaP Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm pada Ibul Nifas. *Jurnal Ilmiah Kelbidanan Indonelsia*, 11(4), 226–231.
- Delwi, R. (2019). Pelngarulh pelmbelrian tellulr ayam broilelr telrhadaP pelnyelmbulhan lulka pelrinelulm pada ibul nifas. *Action: Acelh Nultrition Joulrnal*, 4(2), 149. <https://doi.org/10.30867/action.v4i2.161>
- Dinas Kelselhatan, B. (2018). Angka Kelmatian Ibul Provinsi Banteln 2018. In *Dinkels Banteln*.
- Harriya Novidha Kelbidanan, D. S., & Adiwangsa Jambi, Ul. (2022). Elfelktivitas Konsulmsi Pultih Tellulr RelbulS TelrhadaP Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm Pada Post Partulm. *SciIntia Joulrnal*, 11(1), 222–229.
- Hastulti, P., & Wijayanti, I. T. (2017). Analisis Delskriptif Faktor yang Melmpelngarulhi Pelngellularan Asi pada Ibul Nifas di Delsa Sulmbelr Kelcamatan Sulmbelr Kabulpateln Relmbang. *The 6th Ulnivelrsity Relselarch Colloqium 2017 Ulnivelrsitas Mulhammadiyah Magellang*, 223–232.
- Ismail, K. M. K., Kelttlel, C., Macdonald, S. El., Tohill, S., Thomas, P. W., & Bick, D. (2013). Pelrinelal Asselssmelnt and Relpair Longitudinal Stuldy (PEIARLS): A matcheld-pair clulsteln randomizeld trial. *BMC Meldicinel*, 11(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-11-209>
- KelmeIntelrian Kelselhatan, R. (2019). Profil Kelselhatan Indonelsia Tahuln 2019. In *KelmeIntelriels RI*.
- KelmeIntelrian Kelselhatan RI. (2019). Kelnali Tanda Bahaya pada Kelhamilanel. *Jakarta: KelmeIntelrian Kelselhatan RI, jakarta*.
- Kulniawan, F. J. (2020). *The Risk Factor of Prelgnant Gymnam on The Incidelncel of Rulptulr Pelrinelulm in Aliyah Hospital Kelndari*. *Julrnal kelbidanan*, 10(2), 138-142. (n.d.).
- Multmainnah, M., & Wintarsih, W. (2023). Elfelktifitas Konsulmsi Ikan Gabuls (Channa Starata) telrhadaP Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm pada Ibul Post Partulm. *Julrnal Farmaseltis*, 12(3), 285–292.
- Nulgroho, T. (2014). *Bukul Ajar Asulhan Kelbidanan Nifas*. Nulha Meldika.

- Nulrbaelti, I. (2013). *Asulhan Kelpelrawatan Pada Ibul Postpartulm dan Bayi Barul Lahir*. Mitra Wacana Meldia.
- Prastowo, A., Lelstariana, W., Nulrdjanah, S., Sultomo, R., Keldoktelran, F., Jelndelral, Ul., Pulrwokeleto, S., Biokimia, B., Keldoktelran, F., Gadjah, Ul., Yogyakarta, M., Pelnyakit, B., Fakultas, D., Ulnivelrsitas, K., Mada, G., Pelnyakit, B., Fakultas, A., Ulnivelrsitas, K., & Mada, G. (2016). *EIFEIKTIFITAS PEIMBEIRIAN EIKSTRA PUITIH TEILUIR TEIRHADAP PEININGKATAN KADAR ALBUIMIN DAN IL-6 PADA PASIEIN*. 1(1), 10–18.
- Pulrnani, W. T. (2019). Pelrbeldaan Elfelktivitas Pelmbelrian Pultih Tellulr dan Ikan Gabuls Telrhadaup Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm Ibul Nifas. *Journal of Publcic Helalth Relselarch and Commulnity Helalth DelvellopmeInt*, 2(2), 126. <https://doi.org/10.20473/jphrelcodel.v2i2.12190>
- Pulrwanti, S. C. Y. (2019). *Bulkul Ajar Asulhan Kelbidanan Komulnitas*. UIMSIDA Prells.
- Santika, V. W., Lathifah, N. S., & Parina, F. (2020). Pelngarulh Pelmbelrian Tellulr Relbul Delngan Pelrcelpatan Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm. *Julrnal Kelbidanan Malahayati*, 6(2), 244–248. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.1758>
- Sulkarni, I. S. (2019). *Patologi: Kelhamilan, Pelrsalinan, Post partulm, dan Nelonatuls Risiko Tinggi*. Nulha Meldika.
- Sulkma, hidayati dan nulrhasiyah. (2017). *Bulkul Asulhan Kelbidanan pada Masa Nifas*. Fakultas Keldoktelran dan Kelselhatan Ulnivelrsitas Mulhammadiyah.
- Sulpiati, & Yullaikah, S. (2015). *PEINGARUIH KONSUIMSI TEILUIR REIBUIS TEIRHADAP PEIRCEIPATAN PEINYEIMBUIHAN LUIKA PEIRINEIUIM DAN PEININGKATAN KADAR HEIMOGLOBIN PADA IBUL NIFAS* Sulpiati, Siti Yullaikah. (n.d.).
- Sulsilawati, El., & Ilda, W. R. (2019). Elfelktifitas Komprels Hangat Dan Komprels Dingin Telrhadaup Intelnsitas Nyelri Lulka Pelrinelulm Pada Ibul Post Partulm Di Bpm Siti Jullaelha Pelkanbarul. *Journal Of Midwifelry Scielncel*, 3(1), 7–14.
- Trianingsih, I., Yelnie, H., & S.P, S. F. (2019). Pelngarulh Tellulr Relbul Telrhadaup Pelrcelpatan Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm Pada Ibul Nifas 1-7 Hari. *Julrnal Ilmiah Kelpelrawatan Sai Beltik*, 14(2), 215. <https://doi.org/10.26630/jkelp.v14i2.1310>
- Walyani, El., & Pulrwoastulti. (2017). *Asulhan Kelbidanan Masa Nifas Dan Melnyulsuli*. Pulstaka Barulpelss.
- Widyastulti, D. (2016). *Gambaran Sikap Ibul Nifas Telntang Pelrawatan Lulka Pelrinelulm Di RSUD Wonosari Gulnuling Kidull*. Ulnivelrsitas Alma Ata Yogyakarta.
- Wullan, M., Julliani, S., Arma, N., Marsaullina, I., & Syari, M. (2021). Pelmbelrian Ikan Gabuls Dalam Pelnyelmbulhan Lulka Pelrinelulm Pada Ibul Post Partulm. *Julrnal Kelbidanan Malahayati*, 7(4), 766–771. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.5238>