



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 585-595

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

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

Perbedaan Efektivitas Metode *Sitz Bath* dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh dan Daun Binahong terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum pada Ibu Postpartum di Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024

Susi Susilawati^{1✉}, Retno Sugesti², Putri Agus Febriyani³

Universitas Indonesia Maju

Email: Susi97740@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Ruptur perineum adalah robekan saat proses bersalin dan membuat rasa ketidaknyamanan seperti nyeri. Salah satu cara untuk mengurangi nyeri luka perineum yaitu dengan pemberian metode sitz bath air rebusan daun belimbing wuluh dan binahong. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan efektivitas metode sitz bath rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu postpartum di Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024. Penelitian ini menggunakan rancangan Quasy-Eksperimen dengan pretest–posttest control group design. Populasi penelitian ibu bersalin yang mengalami luka perineum grade 1-2. Teknik pengambilan sampel accidental sampling berjumlah 30 sampel, dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Pengumpulan data melalui observasi skala NRS (Numeric Rating Scale). Hasil uji statistik menggunakan uji Wicolxon, didapatkan Asymp. Sig. (2-tailed) 0,00 ($p < 0,05$) artinya ada perbedaan penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode sitz bath rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong pada ibu postpartum.

Kata Kunci: *Daun Belimbing Wuluh, Daun Binahong, Nyeri Luka Perineum, Sitz Bath*

Abstract

Perineal rupture is a tear during the birthing process and causes discomfort such as pain. One way to reduce perineal wound pain is by administering the sitz bath method with boiled water from starfruit and binahong leaves. The aim of the research was to determine the difference in the effectiveness of the sitz bath method of boiled starfruit leaves and binahong leaves in reducing perineal wound pain in postpartum mothers at the Cikalong Community Health Center, Tasikmalaya Regency in 2024. This research used a Quasy-Experiment design with a pretest–posttest control group design. The research population was women giving birth who experienced grade 1-2 perineal wounds. The accidental sampling technique consisted of 30 samples, divided into experimental and control groups. Data collection through observation on the NRS scale (Numeric Rating Scale). The results of statistical tests using the Wicolxon test, obtained Asymp. Sig. (2-tailed) 0.00 ($p < 0.05$) means that there is a difference in the reduction of perineal wound pain before and after giving the intervention using the sitz bath method, boiled starfruit leaves and binahong leaves in postpartum mothers.

Keywords: *Wuluh Starfruit Leaves, Binahong Leaves, Perineum Wound Pain, Sitz Bath*

PENDAHULUAN

Ruptur perineum adalah robekan hebat pada jaringan perineum, faktor penyebab terjadinya robekan perineum antara lain paritas, usia ibu, jarak kelahiran, kelemahan jalan lahir, berat badan bayi baru lahir, dan persalinan melalui pembedahan (Anisyia et al., 2023). Ruptur perineum yang tidak ditangani dengan baik akan membuat rasa tidak nyaman seperti nyeri dan takut melakukan mobilisasi dini yang memicu subinvolusi, pengusiran lochea yang buruk, dan perdarahan postpartum yang dapat meningkatkan risiko kematian ibu. (Yuniardiningsih & Salam, 2023)

Menurut angka kematian di ASEAN (*Associaton of Southeast Asian Nations*), perdarahan dan sepsis merupakan angka kematian ibu tertinggi, masing-masing sebesar 24,8% dan 14,9%, salah satu penyebab sepsis adalah infeksi perineum akibat tindakan episiotomi yang menyebabkan terjadinya ruptur perineum. Prevalensi ruptur perineum pada wanita melahirkan adalah 2,7 juta kasus di seluruh dunia pada tahun 2020 dan pada tahun 2050 jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 6,3 juta kasus. (Dwijayanti et al., 2023)

Di Indonesia, terdapat 62% ibu yang mengalami robekan perineum pada usia 32 hingga 39 tahun (Fithri & Simamora, 2022), 75% ibu yang melahirkan secara normal mengalami robekan perineum. Tahun 2020 data menunjukkan terdapat total 1.951 kelahiran pervaginam spontan, dengan 57% ibu menerima episiotomi (29% karena ruptur spontan dan 28% karena operasi). (Muchtar, 2019)

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, angka kejadian ruptur perineum di Jawa Barat pada tahun 2020 sebesar 54 persen dari total kelahiran. Pada tahun 2021, 7% ibu mengalami perdarahan laserasi perineum dan 5% mengalami infeksi luka jahitan. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan menggunakan data dokumen rekam medis yang dikumpulkan pada bulan Januari hingga Juni 2024 di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya, jumlah ibu melahirkan sebanyak 369 orang. Dilihat dari dokumentasi SOAP pasca persalinan, 240 atau 65% ibu mengalami robekan perineum (25% karena episiotomi, 40% karena robekan alami) dan 129 orang (35%) mengalami infeksi sebanyak 14 kasus. (Puskesmas Cikalong, 2024)

Robekan perineum dapat menimbulkan efek jangka panjang pada ibu. Dengan kata lain, dapat mempengaruhi kehidupan dan kesejahteraan wanita, menyebabkan ketidaknyamanan, rasa malu, dan penarikan diri dari lingkaran sosialnya. Di sisi lain, dampak jangka pendek terhadap ibu antara lain: Pendarahan, fistula, hematoma, dan infeksi dapat terjadi. (Yuniardiningsih & Salam, 2023). Luka perineum biasanya dirasakan sangat nyeri oleh ibu nifas, namun ada juga ibu yang tidak merasakan nyeri meskipun terjadi laserasi pada daerah perineum, hal ini dikarenakan ambang nyeri setiap orang berbeda-beda. (Istiana et al., 2020)

Perawatan luka perineum dapat dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologis mungkin efektif dalam penyembuhan luka akan tetapi penggunaannya harus dipertimbangkan pada wanita menyusui, sehingga penting untuk memberikan pilihan manajemen nyeri yang efektif dan aman serta alternatif terhadap perawatan medis umum pada periode pascapersalinan (Khusniyati et al., 2023).

Sedangkan metode non farmakologis merupakan metode pereda nyeri alami tanpa menggunakan obat-obatan kimia sehingga tidak memberikan efek alergi, terapi non farmakologis untuk mempercepat penyembuhan luka dan mencegah infeksi banyak menggunakan hasil kekayaan alam yang ada di Indonesia seperti, rebusan daun pepaya, jahe merah, ekstrak kayu manis, aromaterapi lavender, rebusan daun sirih merah, rebusan belimbing wuluh, rebusan daun binahong, dan sebagainya (Khusniyati et al., 2023). Selain itu, ada beberapa terapi non farmakologi yang bisa diterapkan dalam membantu proses penyembuhan luka perineum dan vagina diantaranya terapi *Sitz bath*. (Faraji et al., 2021)

Sitz bath adalah mandi di mana Anda mengisi wadah setinggi pinggang dengan air dingin atau hangat (430°C) dan berendam selama 15 hingga 20 menit. Metode *sitz bath* meredakan rasa gatal, kejang otot, edema, dan peradangan, meningkatkan sirkulasi darah dan relaksasi otot, serta membantu meredakan ketidaknyamanan pada ibu nifas yang mengalami nyeri panggul, robekan perineum, atau masuk. (Roma et al., 2023)

Adapula terapi *sitz bath* yang di gabungkan dengan gagasan dari herbal alami yakni pemanfaatan dengan rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong. Selain untuk bumbu masak, buah belimbing wuluh juga sangat banyak khasiatnya dan sering digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Dibalik rasa yang masam, buah belimbing wuluh ternyata menyimpan banyak manfaat untuk kesehatan diantaranya adalah flavonoid, saponin alkaloid dan tanin yang diduga memiliki khasiat sebagai antioksidan, antibakteri dan antiinflamasi (anti radang) (Liantari, 2019). Selain itu, daun belimbing wuluh juga efektif menghilangkan rasa sakit dan membunuh bakteri (Arland, 2021). Rasa asam pada daun belimbing muda menunjukkan kandungan vitamin C, protein, serat, kalsium, fosfor, dan zat besi yang tinggi sehingga mempercepat penyembuhan jaringan parut. (Arisandi & Andriani, 2020)

Penelitian Irma Jayatmi dkk. (2022), menyimpulkan bahwa ada pengaruh *sitzbath* dengan metode rebusan daun belimbing wuluh dibandingkan dengan metode *sitz* dengan air dingin terhadap penurunan nyeri luka perineum ibu post partum, terapi rendam daun belimbing wuluh lebih efektif dibandingkan dengan air dingin dalam menurunkan nyeri luka perineum. Penelitian Dewi Sukmawati dan Lili Farlikhatun (2024) Disimpulkan bahwa *sitzbath* dengan rebusan daun belimbing wuluh efektif mengurangi nyeri luka perineum pada ibu nifas. Prosedur ini dilakukan selama 10-15 menit tiga kali sehari selama 7 hari. Rerata nyeri luka perineum sebelum menggunakan metode *sitzbath* rebus daun belimbing wuluh adalah 4,50, dan rerata nyeri luka perineum setelah menggunakan metode *sitzbath* rebus daun belimbing wuluh adalah 1,73.

Pemberian air rebusan daun binahong terbukti sangat efektif untuk penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Tanaman binahong mempunyai sifat antiseptik yang efektif membasmi kuman, memberi peningkatan pada daya tahan terhadap infeksi, serta mempercepat proses penyembuhan luka. (Ariani et al., 2022) Menurut Saidah (2022), disimpulkan bahwa terdapat perbedaan efektivitas waktu penyembuhan luka perineum antara kelompok intervensi yang mendapat daun binahong dengan kelompok kontrol yang tidak mendapat daun binahong. Karena pengaruhnya dalam mempercepat penyembuhan luka perineum, tanaman binahong dapat digunakan sebagai alternatif untuk mempercepat penyembuhan luka perineum dan mengurangi risiko infeksi pada ibu nifas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan *quasi eksperimen* dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Pengukuran dilakukan pada dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan metode *sitzbath* air rebusan daun belimbing wuluh, sedangkan kelompok kontrol diberikan metode *sitzbath* air rebusan daun binahong. Setiap kelompok akan diukur tingkat nyeri dengan menggunakan skala NRS (*Numerical Rating Scale*) sebelum dan sesudah diberikan intervensi selama 7 hari.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas metode *sitz bath* dengan rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong terhadap penurunan nyeri luka perineum pada ibu postpartum di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024

Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu nifas yang mengalami nyeri luka perineum grade 1 dan 2 pada bulan Agustus 2024, sampel jumlahnya 30 orang di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya teknik pengambilan sampel adalah *accidental sampling*.

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat dan data bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Penelitian ini sudah dilakukan Kaji Etik Penelitian dengan No. 10191/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/VIII/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penurunan Nyeri Luka Perineum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Intervensi Metode *Sitz Bath* Rebusan Daun Belimbing Wuluh

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh pada ibu postpartum, nyeri luka perineum mayoritas terdapat pada kategori nyeri berat yakni sebanyak 10 orang (66,7%) dan nyeri sedang 5 orang (33,3%). Setelah diberikan intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh sehari 3 kali dan dilakukan selama 7 hari berturut-turut menunjukkan bahwa tingkatan nyeri luka perineum menurun menjadi nyeri ringan sebanyak 15 orang (100%). Didapatkan nilai rata-rata *pretest* yaitu 6,73 dan setelah diberikan intervensi didapatkan nilai rata-rata *posttestnya* sebesar 0,93. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh metode metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh terhadap penurunan nyeri luka perineum.

Hasil penelitian yang pengkaji lakukan sesuai dengan hasil penelitian dari Irma Jayatmi dkk (2022) dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh penggunaan metode *Sitz Bath* Daun Belimbing Wuluh terhadap penurunan nyeri luka ibu post partum. Rata-rata setelah dilakukan metode *sitz bath* daun belimbing wuluh adalah 2,40. Sehingga hipotesis yang didapat ada pengaruh metode *sitz bath* daun

belimbing wuluh terhadap nyeri luka perineum.

Berdasarkan penelitian pengkaji, daun belimbing wuluh dapat mengurangi tingkat nyeri pada luka perineum, karena daun belimbing wuluh mengandung bahan kimia yang mempercepat penyembuhan luka sehingga mengurangi nyeri juga ditemukan pada beberapa penelitian sebelumnya. Hal ini sesuai dengan teori Arisandi & Andriani (2020) bahwa daun belimbing wuluh (*Averrhoa bilimbin*) mempunyai efek farmakologis seperti pereda nyeri, pengeringan luka, dan efek anti inflamasi. Bahan kimia alami yang terdapat pada daun belimbing wuluh bernama flavonoid dan saponin memiliki sifat anti inflamasi. Rasa asam pada daun belimbing wuluh muda menunjukkan tingginya kandungan vitamin C, protein, serat, kalsium, fosfor, dan zat besi yang mendorong penyembuhan jaringan luka. Oleh karena itu, dianggap sangat efektif dalam mengeringkan luka yang dijahit setelah luka sembuh ibu melahirkan. (Arisandi & Andriani, 2020)

Penurunan Nyeri Luka Perineum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Intervensi Metode Sitz Bath Rebusan Daun Binahong

Berdasarkan hasil dari tingkatan nyeri luka perineum sebelum diberikan pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun binahong pada ibu postpartum, nyeri luka perineum mayoritas terdapat pada kategori nyeri berat yakni sebanyak 10 orang (66,7%) dan nyeri sedang 5 orang (33,3%). Setelah diberikan intervensi metode *sitz bath* rebusan daun binahong sehari 1 kali dan dilakukan selama 7 hari berturut-turut menunjukkan bahwa tingkatan nyeri luka perineum menurun menjadi nyeri ringan sebanyak 13 orang (86,7%) dan nyeri sedang 2 orang (13,3%) Rata-rata *pretest* yaitu 6,93 dan setelah diberikan intervensi didapatkan nilai rata-rata *posttestnya* sebesar 2,27. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh metode metode *sitz bath* rebusan daun binahong terhadap penurunan nyeri luka perineum.

Hasil penelitian pengkaji sama halnya dengan penelitian Hani Hannifa dkk (2024) yang menyimpulkan metode *sith bath* daun binahong mempunyai efek yang dapat mempercepat penyembuhan luka pada ibu postpartum dengan nilai hasil uji t independen $0,035 < 0,05$. Sesuai dengan teori dari Assegaf (2020) yang menyatakan daun binahong memiliki kandungan asam oleanolic yang memiliki sifat antiinflamasi, sehingga dapat mengurangi rasa sakit pada luka luar. Daun binahong juga memiliki kandungan lainnya seperti asam askorbat, saponin, alkaloid, polifenol, flavonoid, dan mono polisakarida. Asam askorbat yang terkandung dalam tanaman ini memiliki peran penting untuk mengaktifkan prolil hidrosilase yang menunjang tahap hidrosilasi dalam pembentukan kolagen. Saponin yang juga terkandung dalam tanaman ini berperan sebagai pembersih,

merangsang pembentukan kolagen dan protein yang berperan dalam proses penyembuhan luka. (Assegaf, 2020)

Menurut asumsi peneliti, banyak metode daun binahong yang dapat digunakan dalam membantu penyembuhan luka perineum, ada yang berupa air rebusan yang dicebokkan, dalam bentuk gel ekstrak ataupun krim. Namun pemilihan metode *sitz bath* memiliki kemudahan dalam pelaksanaannya. Hanya dengan merebus, menyaring dan menyiapkan sampai suhunya hangat dapat ibu lakukan intervensi dengan baik. Daun binahong yang sudah terkenal mempercepat mengobati luka karena kandungan asam karbonat untuk mengaktifkan enzim hidrosilasi prolil dan pembentukan kolagen sehingga dapat mempercepat penyembuhan luka.

Perbandingan Penurunan Nyeri Luka Perineum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Intervensi Metode *Sitz Bath* Rebusan Daun Belimbing Wuluh Dan Daun Binahong Pada Ibu Postpartum

Tabel 1.1 Perbedaan Nilai Rata-Rata Nyeri Luka Perineum Sebelum Dan Sesudah Pemberian Intervensi Metode *Sitz Bath* Rebusan Daun Belimbing Wuluh Dan Daun Binahong

Kelompok responden	N	Mean pretest	Mean post test	Selisih Mean	Asymp. Sig. (2-tailed)
Kel. Intervensi	15	6,73	0,93	5,8	0,01
Kel. Kontrol	15	6,93	2,27	4,66	

Berdasarkan uji *Wilcoxon* pada Tabel 1.1 di atas, menunjukkan adanya perbedaan penurunan nyeri luka perineum pada responden dengan Pemberian Intervensi Metode *Sitz Bath* Rebusan Daun Belimbing Wuluh dan Daun Binahong Pada Ibu Postpartum selama 7 hari didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu 0,01 yang artinya $p < 0,05$ yang artinya ada perbedaan penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong pada ibu postpartum di Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024.

Rata-rata setelah dilakukan metode *sitz bath* daun belimbing wuluh adalah 0,93 sedangkan rata-rata metode *sitz bath* daun binahong adalah 2.27 tampak bahwa rata-rata nyeri setelah diberikan *sitz bath* daun belimbing wuluh lebih efektif dalam menurunkan nyeri perineum.

Menurut peneliti, teknik *sitz bath* sangat membantu ibu nifas karena mempercepat penyembuhan luka perineum dan mengurangi nyeri luka, sesuai dengan teori Khosla (2019)

yang menyatakan bahwa *sitzbath* membantu meredakan nyeri dengan memperlancar aliran darah perineum. Perendaman perineum dalam air hangat meningkatkan oksigenasi dan nutrisi jaringan, mengurangi edema dan mempercepat penyembuhan, meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi rasa sakit akibat kejang dan kekakuan, meningkatkan sirkulasi darah, dan memberikan rasa hangat pada sekitar, sehingga mempercepat mobilisasi. Tujuan dari *sitzbath* adalah untuk memberikan kehangatan pada daerah panggul, perineum, atau perineum untuk meredakan nyeri dan kaku pada daerah perineum. (Khosla, 2019)

Metode *Sitz Bath* masih terdengar awam atau belum banyak diketahui oleh masyarakat. Namun banyak peneliti yang melakukan penelitian perihal terapi komplementer metode *sitz bath* yang membuktikan lebih efektif dalam mempercepat penurunan nyeri luka perineum dibandingkan dengan metode komplementer lainnya. Salah satu contoh adalah penelitian yang dilakukan oleh Irma Jayatmi dkk (2023) yang menyimpulkan adanya perbedaan signifikan dalam penyembuhan luka antara kedua terapi dan terapi rendam daun belimbing wuluh lebih efektif dibandingkan dengan air dingin dalam menurunkan nyeri luka perineum, dengan nilai rata-rata setelah dilakukan metode *sitz bath* daun belimbing wuluh adalah 2,40 sedangkan rata-rata metode *sitz bath* air dingin adalah 3,90 sehingga terapi rendam duduk daun belimbing wuluh sangat direkomendasikan untuk terapi pereda nyeri laserasi perineum.

Menurut asumsi peneliti, tingkat nyeri luka perineum tiap responden berbeda karena tiap orang memiliki pandangan atau persepsi serta reaksi yang berbeda satu sama lain tentang nyeri. Nyeri merupakan perasaan subjektif yang hanya individu itu sendiri yang mengerti tingkat nyeri yang dirasakannya. Dengan diberikan alternatif metode *sitz bath* air rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong penyembuhan luka perineum dapat lebih cepat sehingga tingkat nyeri luka perineum berkurang. Namun pelaksanaan metode *sitz bath* harus dilakukan sesuai dengan prosedur agar terhiindar dari infeksi luka perineum yang akan mengakibatkan gangguan kesehatan ibu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Mengetahui penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh pada ibu postpartum di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024.

Tingkat nyeri luka perineum sebelum diberikan intervensi metode *sitz bath* daun belimbing wuluh dengan rata-rata nyeri 6,73 dan sesudah pemberian intervensi

rata-rata nyeri 0,93.

2. Mengetahui penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun binahong pada ibu postpartum di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024.

Tingkat nyeri luka perineum sebelum diberikan intervensi metode *sitz bath* daun binahong dengan rata-rata nyeri 6,93 dan sesudah pemberian intervensi rata-rata nyeri 2,27.

3. Mengetahui perbandingan penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong pada ibu postpartum di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024.

Penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong pada ibu postpartum didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu 0,01 yang artinya $p < 0,05$ yang artinya ada perbedaan penurunan nyeri luka perineum sebelum dan sesudah pemberian intervensi metode *sitz bath* rebusan daun belimbing wuluh dan daun binahong pada ibu postpartum di Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024

DAFTAR PUSTAKA

- Anisya, D.M.A., & Abeng, A. T. (2023). Asuhan Kebidanan Postpartum pada Ny. Y dengan Nyeri Luka Jahitan Perineum. *Window of Midwifery Journal*, 60–68. <https://doi.org/10.33096/wom.vi.706>
- Ariani, A., Oktafiani, H., & Pragholapati, A. (2022). Pengembangan Komplementer Pada Ibu Nifas Dengan Pendekatan Terapi Menggunakan Daun Sirih Dan Daun Binahong Untuk Mempercepat Penyembuhan Luka. *Jurnal Paradigma*, 4 (2).
- Arisandi, Y., & Andriani, Y. (2020). *Khasiat Tanaman Obat*. Pustaka Buku Murah.
- Arland. (2021). *Belimbing Wuluh*. <http://www.mail-archive.com>
- Assegaf, A. M. P., (2020), *Pemberian Ekstrak Daun Binahong Secara Topikal Terhadap Proses Penyembuhan Luka Laserasi*, Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang
- Dwijayanti, N., Mumtazah, S. A., & Sari, P. M. (2023). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PERAWATAN LUKA PERINEUM DI RB AMANDA GAMPING SLEMAN. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1500–1509. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.14935>

- Faraji, A., Aghdaki, M., Hessami, K., Hosseinkhani, A., Roozmeh, S., Asadi, N., et al. (2021). Episiotomy wound healing by *Commiphora myrrha* (Nees) Engl. and *Boswellia carteri* Birdw. in primiparous women: A randomized controlled trial. *Journal of Ethnopharmacology*, 264.113396. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2020.113399>.
- Fithri, N., & Simamora, L. (2022). Pengaruh Pijat Perineum Dalam Mengurangi Ruptur Perineum Saat Persalinan. *Journal Of Health (Joh)*, 9(1). <https://doi.org/10.30590/Joh.V9n1.279>.
- Istiana, S., Rahmawati, A., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh derajat laserasi perineum terhadap skala nyeri perineum pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 53. <https://doi.org/10.26714/jk.9.1.2020.53-60>.
- Jayatmi, I., Nurjanah, I., & Prima, E. (2022). Efektifitas Metode Sitz Bath Dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum. *Simfisis Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.53801/sjki.v1i3.94>
- Khosla, P. (2019). Effect of Sitz Bath on Episiotomy Wound Healing and Level of Pain Among Post Natal Mothers. Siksha "O" Anusandhan University, Odisha
- Khusniyati, E., Purwati, H., & Meilinawati E.S.B. (2023). Effectiveness of Non-Pharmacological Intervention to Reduce Perineal Pain In Postpartum Women. *Journal of Scientific Research, Education, and Technology (JSRET)*, 2(2), 667–679. <https://doi.org/10.58526/jsret.v2i2.140>
- Liantari, D. (2019). Effect of Wuluh Starfruit Leaf Extract for Streptococcus Mutans Growth. *Journal Majority*, 3(2).
- Muchtar, S.A. (2019). HUBUNGAN BERAT BADAN LAHIR BAYI DENGAN RUPTUR PERINEUM PADA PERSALINAN NORMAL. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(2), 152-155. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/145>
- Laporan Kesehatan Puskesmas Cikalong Tahun 2024. Pusat Kesehatan Masyarakat Cikalong, Tasikmalaya
- Roma, N. Z. H., Essa, R. M., Rashwan, Z. I., & Ahmed, A. H. (2023). Effect of Dry Heat Application on Perineal Pain and Episiotomy Wound Healing among Primipara Women. *Obstetrics and Gynecology International*. <https://doi.org/10.1155/2023/9572354>
- Saidah, H., Sari, D. K., Healthyni, C. S., & Zoraya, M. (2022). The Effectiveness of Infusa Leaf of Binahong (*Anredera Codifolia*) in Healing Perineal Wound. *Journal for Quality in Public Health*, 5(2), 537–544. <https://doi.org/10.30994/jqph.v5i2.353>

Sukmawati, D., & Farlikhatun, L. (2024). Efektifitas Metode Sitz Bath dengan Rebusan Daun Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu PostPartum di PMB Mila Karmila di Kelurahan Kamal Kecamatan Kalideres Jakarta Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 6(3), 908-919. DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i3.11006>

Yuniardiningsih, E., & Salam, P. R. (2023). Hubungan Terapi Herbal Dengan Lama Ruptur Perineum Pada Masa Nifas. *MEDICAL JURNAL OF AL-QODIRI*, 8(2), 188-192. http://jurnal.stikesalqodiri.ac.id/index.php/Jurnal_STIKESAIQodiri/article/view/304