

Budaya dan Keyakinan Pantang Makan terhadap Proses Penyembuhan Luka Episiotomi

Nita Mandasari^{1*}, Rina Afrina², Agus Purnama³

^{1,2}Program Sarjana Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju

Jln. Harapan Nomor 50, Lenteng Agung – Jakarta Selatan 12610

Telp: (021) 78894045, Email Correspondent: mandasarijeta@gmail.com,

ABSTRAK

Pendahuluan: Kebutuhan gizi ibu nifas meningkat karena untuk proses penyembuhan. Salah satu faktor yang mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum adalah budaya dan keyakinan pantang makan. **Tujuan:** Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan budaya dan keyakinan (pantang makan) dengan proses penyembuhan luka episiotomi pada ibu post partum. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasi. Populasi yang digunakan adalah ibu post partum yang mempunyai luka episiotomi di puskesmas kelurahan cigombong bogor jawa barat, dengan tehnik Total sampling mulai dari Oktober-Desember 2017 didapatkan 30 responden. Alat ukur untuk variabel budaya dan keyakinan (pantang makan) adalah kuesioner, sedangkan proses penyembuhan luka episiotomi adalah lembar observasi Reeda scale ceklist. Analisa data menggunakan uji chi square dengan menggunakan level of significance (α : alpha) sebesar 5% (0,05). **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa ibu dengan budaya dan keyakinan memantang makanan mengalami keterlambatan proses penyembuhan luka episiotomi hal ini karena ibu pantang terhadap suatu makanan sehingga nutrisi dibutuhkan tubuh tidak adekuat. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara budaya dan keyakinan (pantang makan) dengan proses penyembuhan luka episiotomi ibu post partum dengan nilai p-Value = 0,001. **Kesimpulan:** Tenaga kesehatan dapat memberikan informasi kepada ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi dalam proses penyembuhan luka, memberikan penyuluhan tentang pantangan makan pada ibu nifas. .

Kata Kunci

Pantangan Makanan, Proses Penyembuhan Luka Episiotomi, Skala Reeda.

ABSTRACT

Introduction: Nutriton of postpartum mother increased due to wound healing process. One of factors that affecting the perineal wound healing process is culture and beliefs of the abstinence food. **Objective:** The aim of this study is to determine the correlation between cultural and beliefs (abstinence food) with healing process of perineum wound in the postpartum mother. **Method:** This reearch is using descriptive correlation methods. The population that used is the whole postpartum mother that have perineum wound at distric cigombong bogor, west java, with total sampling methods started from october-december 2017 obtained 30 repondens. The measuring instrument of cultural and beliefs variable is a questionnaire sheet, while the healing process of perineum wound variable is redaa scale checklist sheet. Data of analysis using chi square methods in the level of significane (α : alpha) of 5% (0,05). **Results:** The result of this research is there is a significant relation exist between abstinence food with the healing process of perineum wound in the postpartum mother worth $p = 0,001$. The conclusion of this research is a post partum mother who has depth relation with cultural and beliefs in the abstinance food is experienceda long-term healing process of perineum wound this because the mother that abstinence againts a food make the nutrients that the body needs inadequate. **Conclusion:** Health worker can tell to all postpartum mother about nutritional needs affecting healing wounds in giving care of the perineum wounds, also giving an education about how important of the high quality nutrition for postpartum mother

Keywords

Abstinence food, healing process of perineum wound, Reeda scale.

Pendahuluan

World Health Organization (WHO) tahun 2014 memperkirakan 800 perempuan meninggal setiap harinya akibat komplikasi kehamilan dan proses kelahiran. Sekitar 99% dari seluruh kematian ibu terjadi di negara berkembang.¹

Di Indonesia angka kematian ibu mengalami penurunan dari 390 ibu yang meninggal menjadi 228 per 100.000 kelahiran hidup. Namun, berdasarkan hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2013-2015, Indonesia mengalami penurunan dengan jumlah 307 ibu yang meninggal per 100.000 kelahiran hidup. Hal ini berdasarkan dari target pemerintah Indonesia yang ingin dicapai sebesar 125 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup.² salah satu provinsi di Indonesia yang paling banyak mengalami AKI adalah provinsi Jawa Barat, Kabupaten Bogor. Pada tahun 2014 terdapat 748 ibu yang meninggal angka tersebut naik 75 orang di tahun 2015.³

Persalinan adalah serangkaian kejadian yang berakhir dengan pengeluaran bayi cukup bulan atau hampir cukup bulan, disusul dengan pengeluaran plasenta dan selaput ketuban janin dari tubuh ibu.⁴ persalinan sering kali mengakibatkan robekan jalan lahir, baik pada *primigravida* maupun *multigravida* dengan perineum kaku. Robekan perineum terjadi pada semua persalinan, biasanya robekan terjadi digaris tengah dan dapat meluas apabila kepala janin lahir terlalu cepat, perineum yang dilalui bayi biasanya mengalami peregangan, lebam, dan trauma. Rasa sakit pada perineum semakin parah jika robek atau disayat pisau bedah, seperti luka baru area episiotomi atau luka sayatan membutuhkan waktu untuk sembuh, yaitu 7 hingga 10 hari.⁵

Salah satu faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka episiotomi yaitu status nutrisi. Nutrisi atau zat gizi yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolisme. Sebaiknya bahan makanan yang dikonsumsi ibu nifas yaitu makanan yang mengandung protein, banyak cairan, sayur-sayuran dan buah-buahan agar

mempercepat proses penyembuhan luka episiotomi. Jika ibu nifas memantang makanan tersebut, maka akan memperlambat proses penyembuhan luka episiotomi.⁶

Salah satu hambatan yang sering terjadi di masyarakat adalah adanya pantang makanan setelah melahirkan. faktor budaya yang hingga kini masih dilakukan oleh ibu nifas yaitu memantang makanan. Ibu nifas hanya boleh mengkonsumsi nasi putih dengan garam, dilarang makan daging, ikan dan telur dan buah-buahan. Padahal setelah melahirkan seorang wanita memerlukan nutrisi yang cukup dalam proses penyembuhan luka episiotomi.⁷

Salah satu faktor penyembuhan luka episiotomi pada ibu post partum yaitu budaya dan keyakinan. Hal ini akan mempengaruhi dalam proses penyembuhan luka episiotomi, misalnya pantangan (tarak) telur, ikan dan daging ayam, akan mempengaruhi asupan gizi ibu yang akan sangat mempengaruhi penyembuhan luka.⁸

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti peroleh dari puskesmas Kelurahan Cigombong Kecamatan Cigombong Kabupaten Bogor Jawa Barat didapatkan 10 orang ibu yang akan kontrol luka episiotomi setelah post partum normal. Setelah dilakukan wawancara didapatkan sebanyak 7 orang melakukan budaya pantang makan dengan hanya memakan nasi, tahu, tempe, telur yang direbus saja dan sayuran yang direbus (tanpa kuah). Sebanyak 3 orang ibu didapatkan luka episiotomi yang masih belum kering dan berwarna kemerahan, sebanyak 4 orang ibu didapatkan kondisi luka episiotominya masih belum menutup, dan masih basah.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Budaya dan Keyakinan (Pantang Makan) Terhadap Proses Penyembuhan Luka Episiotomi Pada Ibu Post Partum di Puskesmas Kelurahan Cigombong Kecamatan Cigombong Kabupaten Bogor Jawa Barat”.

Metode

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat.⁹

Penelitian ini terdiri dari 1 variabel bebas dan 1 variabel terikat. Variabel bebas (*independent*) dalam penelitian ini yaitu budaya dan keyakinan (pantang makan), sedangkan variabel terikat (*dependent*) dalam penelitian ini adalah proses penyembuhan luka episiotomi. Variabel pantangan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bahan makanan atau masakan yang tidak boleh dimakan oleh para individu dalam masyarakat karena alasan bersifat budaya/tradisi yaitu seperti semua masakan (daging, telur, ikan). Sedangkan variabel proses penyembuhan luka episiotomi adalah lama kembalinya jaringan yang rusak seperti ke keadaan semula, dengan menggunakan lembar observasi skala REEDA.¹⁰

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau yang akan diteliti.¹¹ Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum dengan luka episiotomi di Puskesmas Kelurahan Cigombong Kecamatan Cigombong Kabupaten Bogor Jawa Barat, yaitu sebanyak 30 ibu post partum dengan episiotomi. Sampel penelitian adalah subjek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.¹² Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dari bulan Oktober-Desember 2017 didapatkan 30 ibu post partum dengan luka episiotomi.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer didapatkan dari kuesioner yang diberikan kepada ibu post partum dan lembar *observasi reeda scale* yang memenuhi kriteria untuk menjadi responden. Sedangkan data sekunder didapatkan dari data puskesmas, jurnal dan buku. Alat ukur untuk budaya dan keyakinan (pantang makan) berupa kuesioner yang telah dilakukan uji validitas

dan reliabilitas. Sedangkan untuk proses penyembuhan luka episiotomi menggunakan lembar observasi *reeda scale* yaitu dengan pengamatan terhadap luka episiotomi sampai luka benar-benar sembuh, kering dan tidak ada tanda infeksi, kemudian proses penyembuhan luka dicatat dilembar observasi.

Analisis univariat dalam penelitian ini berupa karakteristik responden (usia, tingkat pendidikan ibu, dan pekerjaan ibu), variabel budaya dan keyakinan (pantang makan) dan proses penyembuhan luka episiotomi. Penelitian ini melihat hubungan antara budaya dan keyakinan (pantang makan) terhadap proses penyembuhan luka episiotomi pada ibu post partum. Jenis data budaya dan keyakinan (pantang makan) dan proses penyembuhan luka episiotomi adalah nominal sehingga analisis yang digunakan adalah uji *chi square* (kai kuadrat) dengan menggunakan *level of significance* (α : alpha) sebesar 5% (0,05).

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia, Pendidikan Ibu, dan Pekerjaan Ibu (n = 30)

Karakteristik Responden	Kategori	n	%
Usia	< 25 tahun	16	53,3
	26-35 tahun	12	40,0
	> 35 tahun	2	6,7
Pendidikan Ibu	SD	4	13,3
	SMP	6	20,0
	SMA	11	36,7
	Sarjana	9	30,0
Pekerjaan Ibu	Tidak Bekerja	15	50,0
	Karyawan	6	20,0
	PNS	5	16,7
	Petani	4	13,3

Sumber Data Primer 2017

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan usia dapat terlihat responden dengan usia < 25 tahun mendominasi penelitian ini yaitu sebanyak 16 orang (53,3 %). Kemudian, berdasarkan pendidikan ibu dapat terlihat bahwa responden yang memiliki ibu dengan tingkat pendidikan SMA paling banyak yaitu 11 orang (36,7%). Sedangkan berdasarkan pekerjaan

ibu dapat terlihat bahwa mayoritas responden memiliki ibu yang tidak bekerja yaitu sebanyak 15 orang (50,0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Variabel yang Diteliti (n = 30)

Variabel	Kategori	n	%
Budaya dan Keyakinan (pantang makan)	Tidak Pantang	21	70,0
Proses Penyembuhan Luka Episiotomi	Baik Kurang Baik	20 10	66,7 33,3

Sumber Data Primer 2017

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden yang tidak pantang makan mendominasi penelitian ini yaitu sebanyak 21 orang (70,0%). Kemudian pada proses penyembuhan luka episiotomi dapat terlihat bahwa mayoritas responden proses penyembuhan luka baik yaitu sebanyak 20 orang (66,7%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Antara Budaya dan Keyakinan (pantang makan) Terhadap Proses Penyembuhan Luka Episiotomi Pada Ibu Post Partum di Kelurahan Cigombong Bogor. (n = 30)

Budaya dan Keyakinan (pantang makan)	Proses Penyembuhan Luka Episiotomi						p value
	baik		Kurang baik				
					n	%	
	N	%	n	%			
Tidak Pantang Pantang	18	85,7	3	14,3	21	100	0,001
	2	22,2	7	77,8	9	100	
Total	20	66,7	10	33,3	30	100	

Sumber Data Primer 2017

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa responden yang tidak pantang makan proses penyembuhan luka episiotomi dengan baik yaitu 18 orang (85,7%) dan responden yang tidak pantang dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka episiotomi yang kurang baik sebanyak 3 orang (14,3%). Sedangkan responden

yang pantang makan dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka episiotomi dengan baik sebanyak 2 orang (22,2%) dan responden yang pantang makan dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka episiotomi kurang baik sebanyak 7 orang (77,8%).

Nilai *p-value* yang didapat adalah 0,001 yaitu lebih kecil dari pada 0,05. Berdasarkan analisa ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara budaya dan keyakinan (pantang makan) terhadap proses penyembuhan luka episiotomi pada ibu post partum. Dari nilai OR yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa ibu yang pantang makan mempunyai peluang 21,000 kali proses penyembuhan luka kurang baik dibandingkan dengan ibu post partum yang tidak pantang makan.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu post partum yang berusia < 25 tahun mendominasi penelitian ini yaitu sebanyak 16 orang (53,3%) dimana usia tersebut termasuk ke dalam usia muda.

Usia juga berpengaruh pada imunitas, penyembuhan luka yang terjadi pada orang tua sering tidak sebaik pada orang muda.¹³ Penelitian yang dilakukan Jaelani, dkk (2015) menunjukkan mayoritas umur ibu nifas berusia < 25 tahun, dimana penyembuhan luka lebih cepat terjadi pada usia muda dari pada orang tua. Orang yang sudah lanjut usia sudah tidak dapat mentolerir stres seperti trauma jaringan atau infeksi, sehingga penyembuhannya akan memakan waktu lebih lama.¹⁴

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat pendidikan SMA merupakan tingkat pendidikan akhir yang paling banyak ditempuh oleh ibu responden yaitu 11 orang (36,7%) sedangkan pendidikan dasar (SD) merupakan yang paling sedikit ditempuh oleh ibu responden.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang mendasari tingkah laku seseorang, semakin baik pendidikan seseorang maka pengetahuan mereka juga semakin baik

termasuk pengetahuan dalam perawatan luka perineum. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan mudah dalam menerima informasi sehingga semakin banyak pengetahuan yang didapat.¹⁵ Jaelani, dkk (2015) didapatkan mayoritas pendidikan ibu post partum yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMA) sebanyak 21 orang (35,0%) dalam penelitiannya jaelani, dkk menerangkan bahwa ibu post partum yang mempunyai pendidikan tinggi akan semakin banyak ilmu pengetahuan yang dimiliki khususnya mengenai perawatan luka perineum, pengetahuan ibu mengenai perawatan pasca persalinan sangat menentukan lama penyembuhan luka perineum, apabila pengetahuan ibu kurang terlebih masalah kebersihan maka penyembuhan luka pun akan lama.¹⁶

Karakteristik lain yang dimiliki responden yaitu mayoritas responden pada penelitian ini memiliki ibu yang tidak bekerja yaitu sebanyak 15 orang (50,0%).

Penyembuhan luka perineum sebagian besar baik kemungkinan ditunjang oleh pekerjaan responden. Ibu yang tidak bekerja biasanya pola istirahatnya lebih teratur, pikirannya juga lebih tenang sehingga vaskularisasinya lebih lancar/adekuat dari pada ibu nifas yang bekerja, sehingga mempercepat proses penyembuhan luka.¹⁷ Riset yang dilakukan jaelani, dkk (2015) menunjukkan mayoritas ibu post partum yaitu tidak bekerja sebanyak 18 orang (30,0%) dalam penelitiannya menerangkan bahwa pekerjaan juga mempengaruhi ibu nifas dalam melakukan perawatan perineum, dimana ibu yang bekerja akan mudah mendapatkan informasi dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja..¹⁸

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mayoritas ibu post partum yaitu tidak berpantang makan sebanyak 21 orang (70,0%). Hal ini menunjukkan kebiasaan ibu post partum yang baik karena sudah ada kesadaran ibu post partum dalam memenuhi kebutuhan dasar ibu post partum dan salah satu faktor yang mempengaruhi proses penyembuhan luka adalah nutrisi.

Pantang makanan merupakan kebiasaan, budaya atau anjuran yang tidak diperbolehkan untuk mengonsumsi jenis makanan tertentu misalnya sayuran, buah, ikan dan biasanya berkaitan dengan proses pemulihan kondisi fisik pada ibu nifas.¹⁹ Santi (2016) memaparkan dalam studinya bahwa masalah gizi dipengaruhi adanya kepercayaan-kepercayaan yang keliru mengenai hubungan antara perilaku pantang makan. Makanan dan kesehatan, pantangan-pantangan yang mencegah orang memanfaatkan sebaik-baiknya makanan yang tersedia bagi mereka, banyak praktek-praktek budaya yang berpengaruh secara negatif terhadap perilaku kesehatan masyarakat, seperti kepercayaan untuk pantang makan terhadap makanan tertentu.

Penelitian ini juga didominasi oleh ibu post partum dengan proses penyembuhan luka episiotominya baik sebanyak 20 orang (66,7%).

Rupture perineum terjadi karena adanya *rupture* spontan maupun episiotomi perineum, yang dilakukan dengan gunting episiotomi.²⁰ Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dalam proses penyembuhan luka episiotomi diantaranya yaitu status nutrisi, istirahat, stress, infeksi, merokok, kondisi medis dan pengobatan.²¹ Proses penyembuhan luka perineum memerlukan adanya protein dalam rangka menggantikan sel-sel yang rusak atau mati, protein tersebut diperoleh dari berbagai sumber yakni hewani dan protein nabati. Darmawati, dkk (2012) menerangkan dalam risetnya bahwa makanan yang dikonsumsi ibu nifas harus bermutu, bergizi tinggi dan sesuai porsi akan menyebabkan ibu nifas dalam keadaan sehat dan segar sehingga proses penyembuhan luka episiotominya baik.

Hubungan antara Budaya dan Keyakinan (pantang makan) terhadap proses penyembuhan luka episiotomi

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan *Chi Square* menunjukkan *p-value* sebesar 0,001 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan yang signifikan antara budaya dan keyakinan

(pantang makan) terhadap proses penyembuhan luka episiotomi pada ibu post partum di puskesmas kelurahan cigombong kecamatan cigombong kabupaten bogor jawa barat. Kemudian, dari nilai OR yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa ibu post partum yang berpantang makan mempunyai peluang 21,000 kali proses penyembuhan luka episiotominya kurang baik dibandingkan dengan ibu post partum yang tidak pantang makan.

Dampak yang terjadi pada ibu nifas yang berpantang makanan, kebutuhan nutrisi akan berkurang sehingga mempengaruhi dalam proses penyembuhan luka perineum, berpantang makan dalam waktu lama dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan angka kesakitan ibu, kecukupan zat gizi sangat berperan dalam proses penyembuhan luka.²²

Penyebab dari pantang makan ini karena anjuran atau budaya yang berlaku dalam keluarga. Dampak dari pantang makan pada ibu nifas adalah kekurangan zat gizi sehingga proses penyembuhan luka akan lebih lama bahkan bisa menimbulkan infeksi. Jika nutrisi ibu nifas bisa terpenuhi dengan baik maka luka jahitan perineum dapat sembuh dengan cepat dan ibu bisa melakukan aktifitas sehari-hari.²³

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Damayanti (2012) yang menyatakan ada hubungan antara perilaku pantang makan dengan lama penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di BPS Tutik Purwati Sleman dengan hasil perhitungan uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p* sebesar 0,033. Penelitian tersebut menemukan bahwa sebagian besar ibu nifas yang berpantang makan maka luka perineumnya belum sembuh, sedangkan ibu nifas yang tidak berpantang makan maka lukanya sembuh.

Penelitian Jannah (2013) juga menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas yang tidak melakukan pantang makanan proses penyembuhan luka perineum cepat sedangkan ibu nifas yang berpantang makan maka proses penyembuhan luka perineumnya lambat.

Penelitian ini juga didukung oleh Sari (2014) yang menemukan hal yang serupa bahwa sebagian besar ibu nifas yang melakukan pantang makan proses penyembuhan luka perineumnya lambat dan ibu nifas yang tidak berpantang makan proses penyembuhan luka perineumnya cepat. Dalam penelitiannya diebutkan bahwa pada masa nifas memerlukan nutrisi yang adekuat, kebutuhan gizi yang tercukupi akan membantu ibu nifas untuk mengembalikan tubuh pada masa nifas. Penyembuhan perineum yang lambat dapat disebabkan oleh banyaknya ibu nifas yang melakukan pantang makanan. Kurangnya asupan protein pada ibu nifas menghambat proses regenerasi sel yang baru sehingga luka perineum ibu cenderung lebih lama sembuhnya, sebaliknya ibu dengan gizi atau asupan nutrisi yang baik mempercepat terbentuknya benang-benang fibrin sehingga luka akan segera sembuh dan mengering.²⁴

Peneliti berasumsi bahwa dapat dinyatakan ibu dengan budaya dan keyakinan (pantang makan) ada hubungan dengan proses penyembuhan luka episiotomi karena yang tidak melakukan pantang makanan akan menyebabkan proses penyembuhan luka yang baik dengan keadaan luka tidak ada tanda infeksi, perineum menutup luka kering dan bersih. Sedangkan bagi ibu yang melakukan pantang makan akan mengalami proses penyembuhan luka episiotomi kurang baik dengan keadaan luka terdapat tanda infeksi merah, bengkak, panas, nyeri dan fungsiolosa, perineum menutup atau membuka, keadaan luka masih masam dan kotor. Hal ini karena ibu pantang terhadap suatu makanan tertentu sehingga nutrisi yang dibutuhkan tubuh tidak adekuat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh kesimpulan bahwa sebagian besar di puskesmas Cigombong Bogor yang Budaya dan keyakinan (pantang makan) yaitu tidak berpantang makan dan sebagian besar proses penyembuhan luka episiotomi pada ibu nifas di puskesmas Cigombong Bogor yaitu baik. Terdapat hubungan yang

signifikan antara budaya dan keyakinan (pantang makan) terhadap proses penyembuhan luka episiotomi pada ibu post partum di Puskesmas Kelurahan Cigombong Kecamatan Cigombong Kabupaten Bogor Jawa Barat.

Daftar Pustaka

1. WHO. *Angka Kematian Ibu di Dunia* https://www.academia.edu/9825392/minikti_tr_enpersalinan. Diakses tanggal 5 September 2017 jam 13.00 WIB; 2014.
2. SDKI. *Survey Demografi kesehatan Indonesia Tahun 2013-2015*. Angka Kematian Ibu di Indonesia. Purnama, D. *Cermat Memilih Sekolah Menengah yang Tepat*. Jakarta: Gagas Media; 2010.
3. Dinkes Jabar. *Angka Kematian Ibu Di Provinsi Jawa Barat*. www.pikiran-rakyat.com/bandung-raya/2017/02/12/angka-kematian-ibu-di-jabar-turun-393257. Diakses tanggal 10 September 2017 jam 17.15 WIB; 2015.
4. Saifudidin, A.b. *Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2009
5. Bahiyatun. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2009.
6. Boyle, M. *Pemulihan Luka*. Jakarta: EGC; 2008.
7. Zuhana, Nina, dkk. *Hubungan Pantangan Makanan Dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas*. Stikes Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan; 2017.
8. Rukiyah, A. Dalam: Sari, Rita Nindia. 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Ny. T Umur 19 Tahun dengan Perawatan Luka Jahitan Perineum di BPS Zuliyati*. Karya Tulis Ilmiah; 2010.
9. Notoadmodjo, S. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
10. Molazem, ddk. Dalam: Kharisma, Maya Putri. 2016. *Hubungan Kadar Albumin Serum Dengan Penyembuhan Luka Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta*. Karya Tulis Ilmiah; 2014.
11. Notoadmodjo, S. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
12. Herawati. 2010. Dalam : Jaelani, dkk. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Makanan Gizi Seimbang dengan Penyembuhan Luka Perineum*; 2015.
13. Jaelani, dkk. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Makanan Gizi Seimbang dengan Penyembuhan Luka Perineum*; 2015.
14. Notoadmojo, S. Dalam : Yulianti, Lia. 2014. *Gambaran Perawatan Ibu Nifas di Wilayah Kecamatan Miri Sragen*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2007.
15. Mas'adah. Dalam : Yulianti, Lia. 2014. *Gambaran Perawatan Ibu Nifas di Wilayah Kecamatan Miri Sragen*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2010.
16. Sari, Eka Prima. *Hubungan Antara Pantang Makanan Pada Masa Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum di Wilayah Kerja Puskesmas Jatiwates Kecamatan Tembelang Kabupaten Jombang*. Karya Tulis Ilmiah; 2014.
17. Suprabowo. Dalam : Santi, Lina Silvia, dkk. 2016. *Hubungan Antara Perilaku Pantang Makan dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas*; 2006.
18. Darmawati. *Hubungan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyembuhan Luka dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas*. Program Studi Ilmu Keperawatan Meternitas Anak; 2012.
19. Boyle, M. *Pemulihan Luka*. Jakarta: EGC; 2008.
20. Manuaba. Dalam : Aprilia, Ita Rahayu. 2014. *Tingkat pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pantang Makan Selama Masa Nifas di BPS Nunik Isdayati Gemolong Sragen*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada Surakarta; 2008.
21. Zalilah. Dalam : Sa'diyah, Lida Khalimatus. 2014. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Nutrisi Masa Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum di Desa Kesiman Tengah Kecamatan Pacet Kabupaten Mojokerto*. Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto; 2005.
22. Damayanti, Adelia Dewi. *Hubungan Perilaku Pantang makan Dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di BPS Tutik Purwani Sleman*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta; 2012.
23. Jannah, Raudhatul. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas dengan Pantangan dengan Perawatan Luka Ruptur Perineum di Rumah Sakit Bunda dan Anak*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiyah Program Studi DIII Kebidanan Banda Aceh; 2013.
24. Sari, Eka Prima. *Hubungan Antara Pantang Makanan Pada Masa Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum di Wilayah Kerja Puskesmas Jatiwates Kecamatan Tembelang Kabupaten Jombang*. Karya Tulis Ilmiah; 2014.