

# HUBUNGAN KEBIASAAN BERPANTANG MAKAN DENGAN LAMANYA PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS DI BPM WILAYAH DESA KEBONBATUR

Kristina Maharani\*),Fery Agusman\*\*), Anita Indra \*\*\*)

## ABSTRAK

Budaya dan keyakinan juga mempengaruhi penyembuhan luka perineum, misalnya kebiasaan berpantang makan telur, ikan dan daging ayam, akan mempengaruhi asupan gizi ibu, kebiasaan berpantang makanan tersebut akan memperlambat proses penyembuhan luka perineum, selain itu juga dapat memperlambat proses *involusi* pada ibu post partum. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur. Jenis penelitian ini adalah *deskriptif analitik*. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas hari ke 3-7 hari di BPM Wilayah Desa Kebonbatur atau sebanyak 40 responden. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 36 responden. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa lembar observasi. Analisis hubungan variabel dilakukan dengan menggunakan *Chi-Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur ( $p = 0,000$ ). Saran bagi ibu nifas, tenaga kesehatan dan instansi pendidikan. Penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk ibu nifas agar dapat mengetahui tentang pentingnya kebutuhan nutrisi pada proses penyembuhan luka perineum pada nifas sedangkan untuk tenaga kesehatan agar dapat meningkatkan layanan kesehatan terutama pada ibu nifas dengan memberikan informasi tentang pentingnya kebutuhan nutrisi pada proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Kata Kunci : ibu nifas, pantang makan, luka perineum

## ABSTRACT

Culture and beliefs affect perineal wound healing, such as abstaining from eating/habits eggs, fish and chicken, will affect maternal nutritional intake, abstain down the process of involution in postpartum mothers. The purpose of this study was to determine the relationship abstainfrom eating habits to the duration of perineal wound healing in puerperal women in BPM Kebonbatur Village area. This research was descriptive and analytical. This study used cross-sectional approach. The population in this study were a importance oll postpartum mothers in 3-7 days at BPM Kebonbatur Village or 40 respondents. This study used instruments such as observation sheet. Analysis of the relationship variables performed using the Chi-Square. Result of this study indicated that there was a relationship between Abstinance Eating habits With The Lengths of Wound Healing Mother Postpartum Perineum In Rural Areas at BPM Kebonbatur ( $p = 0.032$ ).Suggestion for new mothers, health workers, for Education Institusion. This study can be used as input for new mothers postpartum mothers can learn about the importance of the nutritional needs of the perineal wound healing process during childbirth and for health workers in order to improve health services, especially in puerperal women by providing information about the importance of the nutritional needs of the perineal wound healing process puerperium.

Keywords: postpartum mothers, abstinence eating Habits, perineal wound

## PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperium*) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan (Yetti Anggraini, 2010 ; hlm. 1)

Faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum di antaranya mobilisasi dini, *vulva hygiene*, luas luka, umur, *vaskularisasi*, *stressor* dan juga nutrisi. Faktor gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein. Budaya dan keyakinan juga mempengaruhi penyembuhan luka perineum, misalnya kebiasaan berpantang makan telur, ikan dan daging ayam, akan mempengaruhi asupan gizi ibu, kebiasaan berpantang makanan tersebut akan memperlambat proses penyembuhan luka perineum, selain itu juga dapat memperlambat proses *invulasi* pada ibu post partum. Luka dikatakan sembuh jika dalam 1 minggu kondisi luka kering, menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi (Endang, 2010, 10/11/2012).

Peran bidan sangat dibutuhkan pada pengelolaan ibu nifas terutama dalam memberikan konseling untuk ibu dan keluarganya mengenai cara mencegah perdarahan, mengenali tanda-tanda bahaya, menjaga gizi yang baik, serta mempraktekan kebersihan yang aman (Ari Sulistyawati, 2009; hlm. 4).

## METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan adalah penelitian *deskriptif analitik*. Penelitian *deskriptif analitik*. Pendekatan yang digunakan adalah *Cross Sectional*, artinya tiap subjek penelitian diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat pemeriksaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Analisa Univariat

##### a. Kebiasaan

Tabel 4.1

Distribusi responden kebiasaan berpantang makan pada ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur tahun 2013.

Variabel	Jumlah	Persentase
Berpantang	20	55,6
Tidak berpantang	16	44,4
Total	36	100

Berdasarkan Tabel 4.1 Dari 36 responden ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur didapatkan bahwa sebagian besar ibu nifas mempunyai kebiasaan berpantang makan dengan jumlah 20 orang (55,6%).

##### b. Lamanya penyembuhan luka

Tabel 4.2

Distribusi responden lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur tahun 2013.

Variabel	Jumlah	Persentase
> 7 hari	19	52,8
7 hari	17	47,2
Total	36	100

Berdasarkan Tabel 4.2 Dari 36 responden ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur didapatkan bahwa sebagian besar penyembuhan luka perineum ibu nifas >7 hari dengan jumlah 19 orang (52,8%).

#### 2. Analisa Bivariat

Hubungan kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah desa Kebonbatur tahun 2013.

**Tabel 4.3**

Distribusi responden berdasarkan hubungan kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah desa Kebonbatur tahun 2013.

Kebiasaan	Lama				Total	
	Lebih dari 7 hari		Kurang atau sama dengan dari 7 hari			
	f	%	F	%	f	%
berpantang	19	52,8	1	2,8	20	55,6
tidak berpantang	0	0	16	44,4	16	44,4
<b>Jumlah</b>	<b>19</b>	<b>52,8</b>	<b>17</b>	<b>47,2</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

## B. Pembahasan

### 1. Analisa Univariat

#### a. Kebiasaan

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu nifas Di BPM Wilayah Desa Kebonbatur mempunyai kebiasaan berpantang makan dengan jumlah 20 orang (55,6%). Temuan ini sesuai dengan penelitian Setiya (2010) perilaku pantang makan pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Srengat Kabupaten Blitar masih tinggi (79%), perilaku pantang makanan merupakan sesuatu yang dianut oleh sebagian besar masyarakat Indonesia yang berhubungan dengan budaya.

Berdasarkan hasil penelitian diatas mayoritas ibu nifas di daerah Desa Kebonbatur mempunyai kebiasaan pantang makan. Ibu masih percaya/tradisi yang diperoleh dari orang tuanya, kakek nenek, padahal kepercayaan tersebut belum tentu bermanfaat, justru dapat membahayakan dirinya sendiri seperti hasilnya tradisi berpantang makan setelah melahirkan. Bisa juga disebabkan faktor lingkungan dimana ibu berada, khususnya di pedesaan yang masih melekatnya budaya pantang makan pada ibu nifas

yang diturunkan dari nenek moyang .

Menurut Nurwahyuni (2012) pantang terhadap makanan adalah menahan diri dari makan daging atau salah satu jenis makanan tertentu yang telah ditentukan secara pribadi atau bersama. Hal ini disebabkan karena beberapa faktor, antara lain: kuatnya pengaruh sosial budaya terhadap kebiasaan sehari-hari. Adat dan tradisi serta larangan-larangan orang tua zaman dahulu. Dimana orang tua zaman dahulu mengatakan bahwa ibu dalam masa nifas dilarang memakan ikan karena makanan tersebut dianggap dapat menyebabkan darah nifas berbau busuk, tidak cepat kering dan melemahkan daya tahan tubuh baik fisik maupun mental serta dianggap dapat menyebabkan gatal pada kulit.

#### b. Lama penyembuhan luka

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu nifas lama penyembuhan luka perineumnya sebagian besar penyembuhan luka perineum ibu nifas mayoritas >7 hari dengan jumlah 19 orang (52,8%). Temuan ini sesuai dengan penelitian Yustin (2012) ibu yang berpantang makan tertentu penyembuhan luka perineumnya kurang baik .

Pada fase penyembuhan luka fase ke II (berlangsung 3-7 hari) Tumpukan kolagen akan menunjang luka dengan baik selama 6-7 hari. Dan luka perineum dikatakan sembuh apabila luka pada hari ke-3 mulai mengering dan menutup, serta pada hari ke-7 luka sudah menutup dengan baik, sedangkan luka perineum yang dikatakan lambat sembuh apabila luka pada hari ke-3 belum mengering dan pada hari ke-7 luka belum menutup.

Menurut Eny dan Dyah (2010) dalam proses penyembuhan luka perineum protein diperlukan untuk pertumbuhan dan penggantian sel-sel yang rusak atau mati. Sumber protein dapat diperoleh dari protein hewani (ikan, udang, kerang, kepiting, daging ayam, hati, telur, susu dan keju) dan protein nabati (kacang tanah, kacang merah, kacang hijau, kedelai, tahu dan tempe). Sumber protein terlengkap terdapat dalam susu, telur, keju, ketiga makanan tersebut mengandung zat kapur, zat besi dan vitamin B. Makanan yang bergizi dan sesuai porsi akan menyebabkan ibu dalam keadaan sehat dan segar dan akan mempercepat masa penyembuhan luka perineum.

## 2. Analisa Bivariat

- a. Hubungan kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah desa Kebonbatur.

Dari hasil analisis berdasarkan uji *Chi Square* dengan sistem pengolahan komputerisasi SPSS yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas didapatkan nilai  $p_{\text{value}} = 0,00$  angka tersebut  $< 0,5$  maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada hubungan antara kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah desa Kebonbatur. Temuan ini sesuai dengan penelitian Venny (2012), menjelaskan bahwa sikap ibu nifas terhadap makanan gizi seimbang mayoritas penyembuhan luka perineum baik, kondisi ini dipengaruhi oleh sikap ibu yang baik misalnya dalam hal mengatur kebutuhan makanan yang dikonsumsi.

Desa Kebonbatur merupakan wilayah yang berbatasan dengan kabupaten Semarang, sebagian besar penduduknya bekerja sebagai buruh dan petani, sebagian besar waktu masyarakat untuk bekerja. Mereka tidak begitu memperhatikan tentang kesehatan. Dan masyarakat di sini masih mempunyai kepercayaan yang turun temurun misalnya pada ibu setelah melahirkan pantang makanan tertentu. Padahal pantang makan tersebut merugikan kondisi gizi ibu sehingga akan memperlambat proses penyembuhan luka/jahitan perineum ibu selain itu juga dapat memperlambat proses involusi pada ibu post partum.

Menurut Endang (2010) Budaya dan keyakinan juga mempengaruhi penyembuhan luka perineum, misalnya kebiasaan berpantang makan telur, ikan dan daging ayam, akan mempengaruhi asupan gizi ibu, yang akan sangat mempengaruhi penyembuhan luka perineum. Kebiasaan berpantang makanan tersebut akan memperlambat proses penyembuhan luka perineum, selain itu juga dapat memperlambat proses involusi pada ibu post partum. Faktor gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Nurwahyuni (2012) bahwa tarak (pantang) makan menyebabkan proses penyembuhan luka perineum tidak baik.

Hasil analisis hubungan berpantang makan dari 36 orang yang berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka 7 hari didapatkan 1 orang (2,8%) Berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka 7 hari kemungkinan ini disebabkan karena

faktor eksternal karena pada ibu nifas banyak faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum di antaranya mobilisasi dini ,*vulva hygiene*, luas luka, umur, *vaskularisasi*, *stressor* dan juga nutrisi.

### KESIMPULAN

1. Penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur mempunyai kebiasaan berpantang makan.
2. Penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar penyembuhan luka perineum ibu nifas di BPM Wilayah Desa Kebonbatur lebih dari 7 hari.
3. Ada hubungan kebiasaan berpantang makan dengan lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di BPM wilayah desa Kebonbatur.

### SARAN

1. Bagi ibu nifas  
Ibu nifas dapat mengetahui tentang pentingnya kebutuhan nutrisi pada proses penyembuhan luka perineum pada masa nifas.
2. Bagi tenaga kesehatan  
Meningkatkan layanan kesehatan terutama pada ibu nifas dengan memberikan informasi tentang pentingnya kebutuhan nutrisi pada proses penyembuhan luka perineum pada masa nifas dan untuk mendukung program MDGS.
3. Bagi instansi pendidikan
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan penelitian selanjutnya agar dapat lebih dikembangkan lagi.
  - b. Memasukkan materi tentang kebutuhan nutrisi ibu nifas untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum di kurikulum program studi kebidanan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alimul H, Aziz. 2003. *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ambarwati dan Wulandari, Diah. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jogjakarta: Nuha Offset.
- Anggraini, Yetti. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Berpantang makan masa nifas*. (<http://by--one.blogspot.com/2010/12/pantang-makanan-di-masa-nifas.html#chitikaclosebutton>; diakses pada tanggal 23 Mei 2013).
- Gambaran Usia dan Budaya Pantang Makanan Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPS Ny. Hj. S. Bashori Surabaya*. 2011. (<http://share.stikesyarsis.ac.id/elib/main/dok/00312/gambaran-usia-dan-budaya-pantang-makanan-terhadap-penyembuhan-luka-perineum-pada-ibu-nifas-di-bps-ny.-hj.-s.-bashori-surabaya>; diakses pada tanggal 3 Januari 2013).
- Hubungan antara tarak(pantang)Terhadap Makanan Ibu Post Partum Dengan Proses Penyembuhan Luka Jahitan Perineum di BPS Ny*. Purwanto Mojokerto. (<http://unimasd3bidan.blogspot.com/2013/06/hubungan-antara-tarak-pantang-terhadap.html>; diakses pada tanggal 3 Januari 2013)
- Jannah, Nurul. 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jogjakarta : Ar-ruzz Media.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam dan Parini, Siti. 2003. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta : CV. Sagung Selo.