

Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Gizi Dan Pola Istirahat Ibu Nifas Terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum

Ayu Fitria Awaliah¹, Madinah Munawaroh Hayatullah², Ernita Prima Noviyani³

^{1,2,3} Universitas Indonesia Maju

Email: ayufitriaawaliah65@gmail.com

Article History:

Received Jun 24th, 2026

Accepted Ags 19th, 2026

Publish Ags 29th, 2026

Abstrak

Perawatan luka perineum yang tidak dilakukan dengan baik dapat menyebabkan komplikasi yang serius seperti infeksi masa nifas, nyeri hebat, hingga perdarahan sekunder yang pada akhirnya menghambat mobilitas fisik ibu serta mengganggu proses menyusui. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka yaitu tingkat pengetahuan, status gizi dan pola istirahat. Oleh sebab itu pentingnya hal tersebut dalam proses penyembuhan luka perlu dikaji. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Gizi dan Pola Istirahat Ibu Nifas Terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum di PMB L Bogor Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif menggunakan metode cross sectional. sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 ibu nifas. Sampel ini menggunakan total sampling. Instrument penelitian ini terdiri dari lembar kuisioner. Data analisis menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat pengetahuan, status gizi, dan pola istirahat terhadap proses penyembuhan luka perineum. Hasil penelitian didapatkan terdapat hubungan tingkat pengetahuan, status gizi dan pola istirahat terhadap proses penyembuhan luka perineum. Pentingnya tingkat pengetahuan, status gizi dan pola istirahat terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas agar tidak terjadi komplikasi. Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu nifas dan dapat diaplikasikan oleh PMB dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya proses penyembuhan luka perineum.

Kata Kunci: luka perineum, Tingkat Pengetahuan, status gizi, pola istirahat

Abstract

Improper perineal wound care can lead to serious complications such as postpartum infections, severe pain, and secondary bleeding, which ultimately hinder the mother's physical mobility and disrupt breastfeeding. Factors that can influence the wound healing process include knowledge level, nutritional status, and rest patterns. Therefore, the importance of these factors in the wound healing process needs to be studied. This study aims to determine the relationship between knowledge level, nutritional status, and rest patterns of postpartum mothers on the perineal wound healing process in PMB L Bogor in 2026. This study used a quantitative research design using a cross-sectional method. The sample in this study amounted to 30 postpartum mothers. This sample used total sampling. The research instrument consisted of a questionnaire. Data analysis used the Chi-Square test to determine whether there was a relationship between knowledge level, nutritional status, and rest patterns on the perineal wound healing process. The results of the study showed a relationship between knowledge level, nutritional status, and rest patterns on the perineal wound healing process. The importance of knowledge level, nutritional status, and rest patterns on the perineal wound healing process in postpartum mothers to prevent complications. It is hoped that this research can increase the knowledge of postpartum mothers and can be applied by PMB in providing education regarding the importance of the perineal wound healing process.

Keywords: perineal wounds, level of knowledge, nutritional status, rest patterns

1. PENDAHULUAN

Masa nifas atau disebut juga perineum merupakan masa yang dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai 6 minggu atau 42 hari setelah itu. Masa nifas juga merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, disertai proses kembalinya kepada keadaan sebelum hamil, seperti halnya robekan perineum yang terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan 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 (Sugandini & Mertasari, 2023).

Berdasarkan data WHO, hampir 90% proses persalinan normal di dunia mengalami robekan perineum (spontan maupun episiotomi). WHO mencatat sekitar 2,7 juta kasus luka perineum setiap tahunnya. Dari setiap 100 persalinan pervaginam, diperkirakan 80-85 ibu mengalami trauma perineum mulai dari trauma ringan hingga berat (WHO, 2024).

Kejadian ibu bersalin yang mengalami robekan perineum di Indonesia pada golongan 25- 30 tahun yaitu 24% dan pada umur 32-39 tahun sebesar 62%. Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia tahun 2023 sebesar 305 per 100 kelahiran hidup. Berdasarkan penyebabnya, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2023 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus. Kasus perdarahan dapat terjadi pada saat hamil, persalinan dan nifas (KEMENKES RI, 2023).

Berdasarkan data SDKI pada tahun 2019, terdapat 57% ibu yang mengalami luka perineum pada saat persalinan, 28% diantaranya mengalami luka perineum akibat episiotomi dan 29% karena robekan spontan (Hasnidar, 2019). Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat angka kejadian ruptur perineum di Jawa barat pada tahun 2020 sebesar 54% dari seluruh jumlah persalinan (Dinkes Jawa Barat, 2022).

Berdasarkan data penelitian di wilayah Kabupaten Bogor mengungkapkan bahwa sekitar 40-60% ibu nifas masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pentingnya nutrisi tinggi protein, di mana sebagian besar masih mempraktikkan budaya pantang makan (*food taboo*) yang menyebabkan luka perineum tetap basah lebih dari 7 hari. Selain itu, angka kejadian keterlambatan penyembuhan luka (infeksi ringan hingga ruptur terbuka kembali) dilaporkan mencapai 15-20% pada ibu dengan pola istirahat yang buruk, karena kelelahan fisik secara signifikan menurunkan respon imun tubuh dalam melawan bakteri di area luka (Setiawan, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Talegong, Ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik antara status gizi dengan proses penyembuhan luka perineum dengan nilai p value sebesar 0,004. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas yang memiliki status gizi baik (80,8%) mengalami proses penyembuhan luka yang baik pula (Juliani, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian Pratiwi (2022) tentang gambaran perawatan diri ibu post partum primipara normal di rumah, dapat diketahui bahwa sebagian besar (90,7%) ibu nifas merasa lelah dan mengantuk. Kondisi ini menyebabkan ibu nifas tidak memiliki waktu untuk melakukan perawatan personal hygiene yang baik, dan berpengaruh pada penyembuhan luka perineum. Oleh karena itu, istirahat sangat diperlukan oleh setiap ibu nifas dalam menjalani proses masa nifasnya, istirahat yang cukup bagi ibu nifas seringkali menjadi sebuah masalah karena sulitnya untuk dicapai. Apabila ibu kekurangan waktu istirahat maka bisa mempengaruhi penyembuhan luka, dan waktu istirahat yang dibutuhkan ibu adalah sekitar 8 jam pada malam hari dan 1 jam pada siang hari.

Penyebab luka perineum pada ibu nifas dapat di akibatkan oleh robekan spontan maupun tindakan episiotomi. Selain itu terdapat 2 faktor indikasi dari pihak ibu seperti kala 2 lama. Persalinan

posisi posterior oksiput persistesten, persalinan dengan tindakan maupun indikasi dari janin seperti : bayi besar, makrosomia, distosia bahu, posisi abnormal, gawat janin (Walyani, 2021).

Dalam proses penyembuhan luka tersebut terdapat beberapa factor yang mempengaruhi penyembuhan luka diantaranya dipengaruhi oleh pengetahuan, lingkungan, tradisi, social ekonomi, penanganan petugas, kondisi ibu, mobilisasi dini, vulva hygiene, stressor serta pola nutrisi ibu. Kebijakan program kunjungan selama kunjungan nifas, dan kunjungan neonatus bayi baru lahir adalah minimal 4 kali. Dengan standar minimal jadwal kunjungan ini diharapkan dapat mencegah dan medeteksi sedini mungkin masalah-masalah yang mungkin akan terjadi. Jadwal kunjungan masa nifas adalah 6-8 jam pertama post-partum, 6 hari pasca persalinan, 2 minggu dan 6 minggu pasca persalinan (Maritalia, 2023).

Hubungan pengetahuan ibu nifas mengenai proses penyembuhan luka perineum sangat penting karena banyak masyarakat yang belum mengetahui cara perawatan, cara mengonsumsi nutrisi serta pentingnya pola istirahat bagi ibu nifas untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Hal tersebut melatarbelakangi penulis untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Gizi dan Pola Istirahat Ibu Nifas Terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum di PMB L Tahun 2026”.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Tahapan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan, status gizi, dan pola istirahat terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB L. Pengumpulan data dilakukan satu kali pada waktu yang bersamaan antara variabel independen dan dependen.

Tahapan penelitian diawali dengan identifikasi masalah dan studi pendahuluan, kemudian dilanjutkan dengan penyusunan proposal penelitian, konsultasi dengan dosen pembimbing, seminar proposal, revisi proposal, serta pengurusan izin penelitian. Setelah memperoleh izin penelitian, peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi kepada responden yang memenuhi kriteria penelitian. Data yang telah terkumpul selanjutnya dilakukan proses editing, coding, tabulating, dan analisis data menggunakan program SPSS. Tahap terakhir adalah penyusunan laporan hasil penelitian, seminar hasil, dan publikasi penelitian.

Metode Penyelesaian Masalah

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pendekatan *cross sectional* digunakan karena pengukuran variabel independen yang meliputi tingkat pengetahuan, status gizi, dan pola istirahat serta variabel dependen yaitu penyembuhan luka perineum dilakukan pada waktu yang bersamaan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami luka perineum di PMB L dengan rata-rata kunjungan sebanyak 30 ibu nifas per bulan. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai sampel penelitian. Adapun kriteria inklusi meliputi ibu nifas yang bersedia menjadi responden, mengalami luka perineum, dan berusia kurang dari tujuh hari pasca persalinan. Sedangkan kriteria eksklusi meliputi ibu nifas yang menolak menjadi responden, tidak mengalami luka perineum, dan berusia lebih dari tujuh hari pasca persalinan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung melalui pengisian kuesioner dan observasi oleh peneliti, sedangkan data sekunder diperoleh dari dokumentasi atau catatan yang tersedia di PMB L.

Tabel 1. Instrumen Penelitian

Variabel	Instrumen	Kategori
Penyembuhan luka perineum	Lembar observasi menggunakan skala REEDA	Sembuh Baik (Skor 0–3) Sembuh Lambat (Skor >3)
Tingkat pengetahuan	Kuesioner tingkat pengetahuan	Tinggi (>75%) Rendah (<75%)
Status gizi	Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)	Normal (18,5–22,9) Kurang (<18,5) Lebih (>23,0)
Pola istirahat	Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	Baik (>75%) Kurang (<75%)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas ulang karena seluruh instrumen telah terstandarisasi dan telah digunakan pada penelitian sebelumnya. Instrumen tingkat pengetahuan mengacu pada penelitian Setiarini dan Keperawatan Keris Husada (2021), instrumen status gizi mengacu pada penelitian Selvianti dan Widyaningsih (2023), sedangkan instrumen penyembuhan luka perineum menggunakan skala REEDA yang telah digunakan pada penelitian Tiawati et al. (2023).

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji **Chi-Square** dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Apabila nilai $p\text{-value} < 0,05$, maka dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel yang diteliti.

Data hasil penelitian selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan narasi agar memudahkan interpretasi hasil penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Analisa Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Proses Penyembuhan Luka, Tingkat Pengetahuan, Status Gizi dan Pola Istirahat Ibu Nifas

Variabel	Frekuensi	Persentase
Proses Penyembuhan Luka		
Baik	41	82%
Lambat	9	18%
Tingkat Pengetahuan		
Tinggi	37	74%
Rendah	17	26%
Pola Istirahat		
Baik	39	78%
Kurang/Lebih	11	22%
Status Gizi		
Normal	38	76%
Kurang/Lebih	12	26%

Berdasarkan tabel diatas terdapat 41 orang responden (82%) mengalami proses penyembuhan luka dengan baik dan 9 orang responden (18%) mengalami proses penyembuhan luka yang lambat. Karakteristik berdasarkan tingkat pengetahuan ibu nifas diketahui dari 50 orang responden Sebagian besar memiliki Tingkat pengetahuan yang cukup tinggi berjumlah 37 orang (74%). sedangkan Tingkat pengetahuan rendah berjumlah 13 orang (26%). Karakteristik berdasarkan status gizi yang paling banyak adalah status gizi normal berjumlah 38 orang (76%) dan status gizi kurang/lebih Adalah 12 orang (24 %). Karakteristik berdasarkan pola istirahat ibu nifas Sebagian besar memiliki pola istirahat yang baik sebanyak 39 orang (78%) serta memiliki pola istirahat yang kurang yaitu 11 orang (22%).

Analisa Bivariat

Tabel 2. Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Gizi, dan Pola Istirahat ibu Nifas Dengan Proses Penyembuhan Luka Perineum di PMB L Tahun 2026

Variabel	Proses Penyembuhan Luka				P-value
	Baik		Lambat		
	F	%	F	%	
Tingkat Pengetahuan					
Tinggi	35	85%	2	22%	0,000
Rendah	6	14,6%	7	77,8%	
Status Gizi					
Normal	35	85,4%	3	33,3%	0,003
Kurang/lebih	6	14,6%	6	66,7%	
Pola Istirahat					
Baik	36	87,8%	3	33,3%	0,002
Kurang	5	12,2%	6	66,7%	
Total	50	100%	50	100%	

Dari tabel diatas, diketahui berdasarkan variabel tingkat pengetahuan, dari 50 responden Sebagian besar mengalami proses penyembuhan dengan baik dibandingkan yang proses penyembuhan luka dengan lambat. Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi square*, namun karena memenuhi syarat uji tersebut peneliti menggunakan uji *Fisher's exact square*. Didapatkan hasil 0,000 < p 0,05, sehingga ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu nifas dengan proses penyembuhan luka perineum di PMB L Bogor. Berdasarkan variabel status gizi, Sebagian besar memiliki status gizi normal sebesar 76% dengan p-value 0,003 < 0,05 sehingga ada hubungan yang bermakna antara status gizi ibu nifas dengan proses penyembuhan luka perineum di PMB L Bogor. Lalu berdasarkan variabel pola istirahat, Sebagian besar istirahatnya baik sebesar 78% dengan p-value 0,002 < 0,05 sehingga ada hubungan yang bermakna antara pola istirahat ibu nifas dengan proses penyembuhan luka perineum.

2) Pembahasan

Analisa Univariat

Karakteristik Responden Berdasarkan Proses Penyembuhan Luka, Tingkat Pengetahuan, Status Gizi dan Pola Istirahat Ibu Nifas.

Berdasarkan tabel diatas terdapat 41 orang responden (82%) mengalami proses penyembuhan luka dengan baik dan 9 orang responden (18%) mengalami proses penyembuhan luka yang lambat. Karakteristik berdasarkan tingkat pengetahuan ibu nifas diketahui dari 50 orang responden Sebagian besar memiliki Tingkat pengetahuan yang cukup tinggi berjumlah 37 orang (74%) sedangkan Tingkat

pengetahuan rendah berjumlah 13 orang (26%). Karakteristik berdasarkan status gizi yang paling banyak adalah status gizi normal berjumlah 38 orang (76%) dan status gizi kurang/lebih Adalah 12 orang (24 %). Karakteristik berdasarkan pola istirahat ibu nifas Sebagian besar memiliki pola istirahat yang baik sebanyak 39 orang (78%) serta memiliki pola istirahat yang kurang yaitu 11 orang (22%).

Perawatan perineum merupakan proses pemenuhan kebutuhan dasar manusia seperti biologis, psikologis, social dan spiritual. Akibat perawatan perineum yang tidak benar akan sangat menunjang berkembangbiakan bakteri yang menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum. Faktor penyebab terjadinya infeksi nifas diantaranya daya tahan tubuh yang kurang, perawatan nifas yang kurang baik, pemenuhan gizi/nutrisi yang tidak optimal, serta kelelahan (Rachmawati, 2019).

Setiap ibu postpartum memiliki . Tingkat pengetahuan ibu nifas berpengaruh pada efektivitas proses penyembuhan. penyembuhan yaitu perawatan luka perineum seperti *vulva hygiene* yang benar. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu melakukan perawatan yang tepat dan efektif. Pemenuhan nutrisi pada ibu nifas mempengaruhi status gizi dengan melihat nilai IMT. Lamanya penyembuhan luka jalan lahir, dimana faktor nutrisi terutama protein sangat berpengaruh pada proses penyembuhan luka jalan lahir dikarenakan jaringan membutuhkan protein. Selain itu pola istirahat ibu nifas dapat meningkatkan penyembuhan luka, ibu nifas yang kurang istirahat dapat menurunkan daya tahan tubuh ibu sehingga membuat luka perineum lebih rentan terhadap infeksi (Ningsih, 2022).

Menurut asumsi peneliti, faktor yang mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum seperti tingkat pengetahuan, status gizi dan pola istirahat berperan penting untuk meningkatkan penyembuhan luka. Jika faktor-faktor tersebut tidak terpenuhi maka ibu nifas rentan mengalami infeksi.

Analisa Bivariat

Hubungan Tingkat Pengetahuan ibu nifas terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum di PMB L

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui hasil uji statistik menggunakan Uji Chi square memperoleh nilai sig atau *p value* sebesar 0,000 yang menunjukkan nilai signifakasi $< 0,05$. Maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas dengan proses penyembuhan luka perineum di PMB L Bogor.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shidqi (2024) bahwa hasil uji korelasi chi square di peroleh nilai *p value* $0,012 < 0,05$ sehingga ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan perawatan luka dengan proses penyembuhan luka perineum di Puskesmas Gerogol, Kotasari.

Peneliti berasumsi bahwa pengetahuan itu sendiri merupakan informasi yang telah diketahui oleh responden pada masa nifas. Pengetahuan yang kurang baik dalam hal ini disebabkan oleh faktor pengalaman dilihat dari paritas ibu berrstatus primipara artinya ibu baru pertama kali melahirkan, pengetahuannya kurang karena ibu belum berpengalaman merawat luka perineum dibandingkan dengan ibu berstatus multipara dimana dia sudah mengalami luka perineum dan sudah pernah merawat luka sehingga akan memberi pengetahuan jika mengalami luka perineum pada persalinan berikutnya.

Hubungan Status Gizi ibu nifas terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum di PMB L

Berdasarkan variabel status gizi, Sebagian besar memiliki status gizi normal sebesar 76% dengan *p-value* $0,003 < 0,05$ sehingga ada hubungan yang bermakna antara status gizi ibu nifas dengan proses penyembuhan luka perineum di PMB L Bogor. Hal ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Sinaga, dkk (2022) bahwa hasil analisis chi square diperoleh hasil bahwa ada hubungan antara status gizi ibu dengan proses penyembuhan luka perineum ($p=0,000$).

Peneliti berasumsi bahwa semakin baik status gizi ibu nifas maka semakin cepat dan baik pula proses penyembuhan luka perineum yang dilalui ibu nifas. Selain itu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari pertumbuhan yaitu berat badan dan tinggi badan.

Hubungan Pola Istirahat ibu nifas terhadap Proses Penyembuhan Luka Perineum di PMB L

Berdasarkan hasil analisis bivariat diperoleh hasil uji statistic Chi square diperoleh p -value $0,002 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara pola istirahat ibu nifas dengan proses penyembuhan luka perineum. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Tiawati (2023) yang menyatakan hasil uji statistic diperoleh nilai p value = 0,000 dimana nilai p value $< 0,05$ menyatakan ada hubungan antara pola aktivitas dengan proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Menurut asumsi peneliti kurangnya istirahat dapat menghambat proses penyembuhan luka perineum, meningkatkan risiko infeksi dan menyebabkan kelelahan kronis. Tidur berkualitas membantu pemulihan fisik, meningkatkan system imun, dan mempercepat penyembuhan jaringan, istirahat yang teratur, nutrisi yang baik, dan juga perawatan luka yang baik akan membantu luka perineum kering lebih cepat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan, status gizi, dan pola istirahat terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB L Bogor, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu nifas memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi, yaitu sebanyak 37 responden (74%), status gizi normal sebanyak 38 responden (76%), serta pola istirahat yang baik sebanyak 39 responden (78%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan proses penyembuhan luka perineum (p value = 0,000), status gizi dengan proses penyembuhan luka perineum (p value = 0,003), dan pola istirahat dengan proses penyembuhan luka perineum (p value = 0,002), dimana seluruh nilai p lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan, status gizi, dan pola istirahat memiliki hubungan yang signifikan terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB L Bogor.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin Dwi Syalfina, Dian Irawati, Sari Priyanti, & Ainul Churotin. (2021). STUDI KASUS IBU NIFAS DENGAN INFEKSI LUKA PERINEUM. *JURNAL KESEHATAN MERCUSUAR*, 4(1). <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i1.176>
- Anita, N., & Lestari, A. (2024). Efektifitas Senam Kegel Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(1).
- Apriyanti, P., & Aini, A. (2023). Efektivitas Pemberian Psikoedukasi pada Gangguan Psikologis Masa Postpartum: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan*, 15(2). <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i2.1008>

- Asadi, M., Noroozi, M., & Alavi, M. (2022). Identifying women's needs to adjust to postpartum changes: a qualitative study in Iran. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04459-8>
- Asma, Evi Istiqamah, & Andi Masnilawati. (2022). Asuhan Kebidanan Post Natal pada Ny. J dengan Nyeri Luka Perineum. *Window of Midwifery Journal*. <https://doi.org/10.33096/wom.vi.669>
- Darmawati, & Sastra, I. (2023). Hubungan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyembuhan Luka Dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas. *Idea Nursing Journal*, 4(3).
- Dewi, R., Nurbaety, Pratama, R. M. K., Adriati, F., Cahyaningtyas, A. Y., Sari, V. M., Mufidaturrosida, A., Hasanailita, Sebtalezy, C. Y., & Syahridayanti. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Dan Menyusui. In *Nuansa Fajar Cemerlang*.
- Djonler, D., & Wulaningsih, I. (2025). Meningkatkan Pengetahuan Ibu Nifas Dalam Perawatan Luka Perineum Dengan Pendekatan Edukasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi. In *Meningkatkan Pengetahuan Ibu Nifas Dalam Perawatan Luka Perineum Dengan Pendekatan Edukasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi*.
- Ekawati, S., Hilinti, Y., & Samidah, I. (2024). Hubungan Perawatan Perineum dengan Lama Penyembuhan Luka pada Ibu Nifas Di Puskesmas Bukit Mulya Kabupaten Muko Muko. *Media Informasi*, 20(1). <https://doi.org/10.37160/mijournal.v20i1.247>
- Fatimah, M. P., Fatrin, T., & Yanti, D. (2021). Pengaruh Pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) Untuk Mempercepat Proses Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum di PMB Ferawati Palembang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan Nasional*, 3(1).
- Harianja, N. S., Sinuraya, E., & Rofida, A. (2023). Pendidikan Kesehatan tentang Perawatan Luka Episiotomi pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Niar. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(1). <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i1.8597>
- Khoirunnisa, F. N., & Munafiah, D. (2022). UPAYA PENINGKATAN KUALITAS KESEHATAN IBU DAN BAYI MELALUI PENDEKATAN DAN EDUKASI GIZI. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(1). <https://doi.org/10.26751/jai.v4i1.1503>
- Mardha, M. S., Syafitri, E., & Handayani, D. (2023). Pengaruh pemberian air rebusan daun binahong (*Anredera cordifolia*) terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 6(3). <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i3.210>
- MUHAMMAD IBNU HAMDAUN, & BINTI MAUNAH. (2024). JURNAL ILMU PENDIDIKAN SEBAGAI SALAH SATU SUMBER RUJUKAN ILMU PENGETAHUAN. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi (JIPP)*, 2(2). <https://doi.org/10.61116/jipp.v2i2.240>
- Notoatmodjo. (2018). Jenis dan Desain Penelitian. *Penelitian Deskriptif Adalah*.
- Ningsih Ths, Harahap Mh. Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Suami Terhadap Perawatan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Zo KebidananProgr Stud Kebidanan Univ Batam*. 2022;12(3).
- Nurul Azizah, N. A. (2019). Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. In *Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. <https://doi.org/10.21070/2019/978-602-5914-78-2>
- Nurul Indah Sari L. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Tentang Perawatan Luka Perineum Dengan Penyembuhan Luka Perineum Di Wilayah Kerja Upt. Puskesmas Gajah Mada Dan Wilayah Kerja Upt. Puskesmas Tembilahan Hulu. *Selodang Mayang J Ilm Badan Perenc Pembang Drh Kabupaten Indragiri Hilir*. 2019;5(3):141.
- Pratiwi, I. G. D., & Amanah, Y. (2022). Penyembuhan luka ruptur perineum spontan pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(1), 103-107. Rahmaningtyas, I., Winarni, S., Mawarni, A., & Dharminto. (2019). Hubungan Beberapa Faktor dengan Kecemasan Ibu Nifas Di Wilayah Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4).

- Rachmawati A, Sari DJE, Yunita N. Personal Hygiene and Early Mobilization with Perineum Wound Healing. *J Kebidanan*. 2019;9(2):130–4.
- Salam, A., Briawan, D., Martianto, D., Thaha, A. R., & Arundhana, A. I. (2018). Efek Suplementasi Vitamin A, Minyak Fortifikasi dan Edukasi Gizi Ibu Nifas terhadap Morbiditas Ibu dan Bayi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3). <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4348>
- Sari, N., & Wahyuhidaya, P. (2025). Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan masalah payudara di PMB Aurelia Muntilan. *Prosiding Seminar Nasional*
- Selvianti, D., & Widyaningsih, S. (2023). Budaya Pantangan Mempengaruhi Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di PMB “M” Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 11(1). <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4207>
- Setiarini, T., & Keperawatan Keris Husada, A. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Perawatan Luka Perineum. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada*, 5(02).
- Sugandini, W., & Mertasari, L. (2023). Asuhan Masa Nifas dan Menyusui. In *PT. RajaGrafindo Persada - Rajawali Pers*.
- Sugiyono. (2023). metodologi penelitian bisnis pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi dan r&d. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).
- Sukma, F., Deviana, M., & Rosyati, H. (2021). Modul Asuhan Masa Nifas. *Modul Asuhan Masa Nifas*.
- Tiawati, E., Rini, A. S., & Yelda, F. (2023). Hubungan Pantangan Makanan, Personal Hygiene dan Pola Aktivitas dengan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Desa Bantargebang Tahun 2021. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(1). <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i1.99>
- Walyani, E. S. (2021). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Walyani, E. S. (2021). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.