



PEMBERIAN IKAN GABUS TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS

Hikmatul Auliyah¹⁾, Nur Israyati, SST, M. Keb²⁾

Program Studi D-III Kebidanan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾hikmatul.auliyah99@gmail.com, ²⁾nurisrayati@gmail.com

Histori artikel

Received:
20 Februari 2022

Accepted:
29 Maret 2022

Published:
27 April 2022

Abstrak

Kematian ibu yang terjadi setelah melahirkan yang didominasi oleh beberapa penyebab salah satunya infeksi dimana hal ini dapat di cegah dengan melakukan pertolongan persalinan yang bersih, deteksi dini infeksi dan asuhan pada masa nifas yang baik. Ibu yang memiliki laserasi pada genetalia termasuk luka perineum beresiko terkena infeksi pada masa nifas. Hasil survey yang di dapat dari Klinik Pratama Sarinah bahwa dari 20 orang ibu nifas, terdapat 18 orang (90%) mengalami robekan perineum, dan 2 orang (10%) tidak mengalami robekan perineum saat persalinan. Dari hasil wawancara 18 orang ibu yang mengalami luka perineum tersebut masih banyak terdapat ibu yang belum mengetahui manfaat ikan gabus dan belum mendapatkan edukasi di klinik tentang manfaat ikan gabus tersebut. Tujuan dari pengambilan kasus ini dilakukan untuk melaksanakan Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dengan Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan luka Perineum di Klinik Pratama Sarinah Kota Pekanbaru Tahun 2021 dengan menggunakan metode studi kasus. Kunjungan nifas dilaksanakan pada tanggal 30 April 2021 – 06 Mei 2021 didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Hasil dari asuhan pada ibu nifas dengan pemberian ikan gabus selama 7 hari sebanyak 2 kg dan 200 gram yang dikonsumsi perharinya didapat kondisi luka perineum sudah tampak kering, tidak ada keluhan, ibu sudah merasa sehat dan tidak ditemukan adanya tanda-tanda infeksi. Diharapkan kepada bidan untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu nifas tentang manfaat ikan gabus yang berguna untuk mempercepat proses pemulihan luka perineum.

Kata-kata Kunci : Ibu Nifas, Ikan Gabus, Luka Perineum

Latar Belakang

Lacerasi perineum adalah luka karena adanya robekan spontan jalan lahir maupun karena efisiotomi pada waktu persalinan. Pada umumnya luka perineum terjadi pada garis tengah perineum dan bisa menjadi luas disebabkan oleh bagian terendah jalan lahir terlalu cepat, persalinan presipitatus yang tidak terkendali, paritas, jaringan perut, bayi besar, mal presentasi, distosia bahu, perluasan efisiotomi, dan faktor lain. Percepatan penyembuhan luka jahitan perineum pada masa nifas sangat diharapkan untuk menghindari ibu nifas dari keluhan infeksi dan fisiologis yaitu dengan cara penambahan asupan tinggi protein. (Maritalia, 2012).

Kejadian rupture perineum didunia sebanyak 2,7 juta pada ibu bersalin. Data ini di perkirakan sampai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Asia luka perineum cukup banyak terjadi, 50 % robekan perineum di dunia terjadi di Asia. Angka kematian ibu (AKI) berdasarkan provinsi Riau tahun 2018 diketahui bahwa terjadi 100 kematian ibu sedangkan pada tahun 2019 diketahui angka kematian ibu mencapai 119 kematian, yang mana penyebab kematian ibu dikarenakan perdarahan sebanyak 38 kematian (0,9%), hipertensi dalam kehamilan 32 kematian (0,75 %), infeksi terdapat 2 kematian (0,04%), gangguan peredaran darah 8 kematian (0,18%), gangguan metabolic terdapat 2 kematian (0,04%) dan lain-lain sebanyak 37 kematian (0,76%) (Kemenkes, 2020).

Rupture perineum adalah salah satu penyebab perdarahan persalinan. Rupture ini sebagai penyebab kedua perdarahan setelah atonia uteri yang terjadi pada hampir setiap persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Dampak dari terjadinya rupture perineum pada ibu diantaranya terjadi infeksi pada luka jahitan, dan dapat merambat pada saluran kandung kemih ataupun pada jalan lahir sehingga dapat berakibat pada munculnya komplikasi infeksi kandung kemih maupun infeksi pada jalan lahir. Selain itu, juga dapat terjadi perdarahan karena terbukanya pembuluh darah yang tidak menutup sempurna Penanganan komplikasi yang lambat dapat menyebabkan terjadinya kematian ibu post partum mengingat kondisi ibu post partum masih lemah (Saifuddin, 2012).

Salah satu solusi bagi ibu *post partum* yang mengalami luka perineum adalah nutrisi kompleks, jika nutrisi seseorang tidak terpenuhi maka proses penyembuhan luka akan tidak baik dan membutuhkan waktu yang cukup lama. Nutrisi yang dibutuhkan dan penting adalah lemak 25 – 35 % , energy sel (karbohidrat 50- 60 %), vitamin (C, A, B, Kompleks, D, K, E), zinc, race element besi, (magnesium), air, dan asam amino (protein 10 – 35 %). Salah satu nutrisi yang berperan penting dalam proses penyembuhan luka ialah protein. Protein akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka perineum karena pengganti jaringan yang rusak akan sangat membutuhkan protein untuk proses regenerasi sel baru. Asam amino esensial dan non esensial dapat ditemukan pada daging, ikan, dan putih telur. Proses untuk mempercepat penyembuhan luka perineum terdapat beberapa cara adalah melalui mobilisasi dini, vulva hygiene, istirahat yang cukup dan perbaikan gizi dengan mengkonsumsi makanan tinggi protein, karena protein sangat berperan penting dalam proses penyembuhan luka (Rahmawati, 2015).

Sumber protein yang tinggi dapat diperoleh dari hewan atau tumbuh-tumbuhan. Protein yang berasal

dari hewan disebut hewani misalnya daging, susu atau telur. Sedangkan protein dari tumbuhan disebut protein nabati yang terdapat pada kacang-kacangan. Kandungan protein hewani tertinggi terdapat pada ikan, terutama pada ikan gabus (*Channa striata*) dengan kadar protein 20 gram (Suprayitno, 2017).

Berdasarkan penelitian Fauziah, dkk (2020) yang berjudul “Efektivitas Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum”. Menyatakan bahwa kelompok yang diberikan ikan gabus masak memperoleh waktu 7 hari masa penyembuhan luka perineum dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan ikan gabus. Ikan gabus (*Channa striata*) merupakan salah satu jenis ikan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung protein dan albumin yang tinggi. Daging ikan gabus mengandung 70% protein dan 21% albumin. Protein dan albumin sangat berfungsi sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak sehingga penyembuhan luka akan berlangsung lebih cepat. Dengan tingginya kandungan protein dan albumin pada ikan gabus kemungkinan dapat digunakan oleh masyarakat untuk proses penyembuhan luka terutama luka pasca operasi, luka bakar dan luka setelah persalinan. Bidan memiliki peranan yang sangat penting dalam penyembuhan luka post partum, adapun peran dan tanggung jawab bidan dalam masa nifas yaitu memberikan dukungan secara berkesinambungan selama masa nifas sesuai dengan kebutuhan ibu dan mengurangi ketegangan fisik dan psikologis selama masa nifas, sebagai promotor hubungan antara ibu dan bayi serta keluarga, mendeteksi komplikasi dan perlunya rujukan, memberikan konseling untuk ibu dan keluarganya mengenai cara mencegah perdarahan, mengenali tandatanda bahaya, menjaga gizi yang baik, serta mempraktikkan kebersihan terutama kebersihan vulva hygiene yang aman (Yuanita, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Klinik Pratama Sarinah Kota Pekanbaru tahun 2021 bahwa dari 20 orang ibu nifas, terdapat 18 orang (90 %) mengalami robekan perineum, dan 2 orang (10%) tidak mengalami robekan perineum saat persalinan. Dari hasil wawancara 18 orang ibu yang mengalami luka perineum tersebut masih banyak terdapat ibu yang belum mengetahui manfaat ikan gabus baik untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum sehingga penulis tertarik untuk melakukan studi kasus pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Metode

Metode yang digunakan adalah studi kasus. Metode pengambilan studi kasus dilakukan dengan cara menentukan suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit yang menjadi kasus tersebut secara mendalam dianalisis baik dari segi yang berhubungan dengan keadaan kasus itu sendiri. Pengambilan kasus dilakukan pada ibu nifas yang mengalami luka perineum dengan pemberian ikan gabus di Klinik Pratama Sarinah Kota Pekanbaru Tahun 2021.

Sedangkan metode pendokumentasian yang akan digunakan yaitu metode S-O-A-P. Metode penulisan catatan S-O-A-P berfungsi sebagai panduan untuk memikirkan masalah, menunjukkan akuntabilitas untuk asuhan pasien yang berkualitas, menjamin keabsahan bukti asuhan ketika kasus hukum terjadi, dan mendokumentasikan asuhan pasien.

Hasil

Pada hasil kasus ini akan membahas asuhan kebidanan pada Ny. I dilakukan dengan menggunakan pendokumentasian SOAP (Subjektif, Objektif, Assesment, Planning) pada ibu nifas yang di berikan asuhan dengan pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum yang di lakukan pada tanggal 30 April – 06 Mei 2021. Hasil dari pelaksanaan studi kasus ini untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Kajian Pertama dilakukan pada tanggal 30 April 2021 pukul 11.30 WIB. Data subjektif, Ibu mengatakan masih mules dan nyeri pada daerah luka jahitan perineum. Riwayat persalinan. Riwayat persalinan yang pertama dan kedua ibu adalah secara spontan. Pola nutrisi : ibu mengatakan makan teratur, ibu makan 3 kali dalam sehari kadang bisa lebih, ibu juga sering makan lauk pauk, sayur dan buah- buahan. Pola Hygine : ibu mengatakan mandi 2 kali dalam sehari, ibu sering mengganti celana dalam setelah BAK maupun BAB. Mobilisasi & Eliminasi : Ibu sudah melakukan mobilisasi sejak 6 jam setelah Post partum dan bisa ke kamar mandi tanpa bantuan orang lain dan Ibu Telah BAB. Pola Istirahat : Tidur malam ibu \pm 6 jam dan tidur siang \pm 1 jam.

Setelah melakukan pemeriksaan data objektif di dapatkan hasil yaitu : Keadaan umum ibu baik dan kesadarannya Composmentis. Tekanan Darah 120/ 80 mmHg, Nadi 80 x/l, Pernafasan 20x/l, Suhu 36, 5 ° C, Kelopak mata Bersih, Konjungtiva Merah Muda, Sclera Tidak ikterik, Mulut Bersih, Leher Tidak ada pembengkakan kelenjer tyroid, Mamae: Colostrum / ASI Ada, Putting Susu Menonjol, Rasa nyeri Tidak ada, Kebersihan Baik. Pemeriksaan Abdomen : Bekas luka operasi Tidak ada, TFU 1 jari di bawah pusat, Kontraksi uterus Baik, Konsistensi Keras. Pemeriksaan Genetalia : Robekan perineum Derajat 2 (Mukosa vagina, Fauchette posterior, kulit perineum, otot perineum), Perdarahan \pm 100 cc, Lochea Berwarna merah kehitaman (Lochea Rubra), kondisi luka dilakukan Pemeriksaa dengan menggunakan skala REEDA : kemerahan (*Reedness*) : dengan skor 2, pembengkakan atau (*udema*) : dengan skor 1, bercak perdarahan (*Ecchymosis*) : dengan skor 1, pengeluaran (*Discharge*) : dengan skor 1, penyatuan luka (*Aproximation*) : dengan skor 2.

Assasment : P₃A₀H₃ hari 1 Post Partum dengan luka jahitan perineum dengan skala REEDA 7 skor.

Plan : Jalin hubungan baik dengan pasien, Beritahu ibu hasil pemeriksaan yang telah di lakukan, Menjelaskan kepada ibu tentang keluhan yang ibu rasakan, Informasikan tentang luka perineum yang telah dilakukan pemeriksaan, Ajarkan ibu cara perawatan luka perineum, Jelaskan kepada ibu tentang pemenuhan nutrisi, Anjurkan ibu untuk mengkonsumsi nutrisi, Anjurkan ibu untuk melakukan gerakan senam kegel, Memberitahu ibu waktu kunjungan ulang.

Penatalaksanaan: Menjalin hubungan baik dengan ibu dan keluarga dengan penuh ramah, senyum , apa, sopan dan santun. Memberitahu ibu hasil pemeriksaan saat ini bahwa keadaan ibu baik, TD : 120/80 mmHg, N: 80x/i, P: 20x/l, S: 36, 5°C, TFU : 1 jari di bawah pusat, kontraksi uterus baik, perdarahan \pm 100 cc. Menjelaskan tentang keluhan yang diraskan ibu, keluhan mules yang ibu rasakan adalah hal yang

fisiologis atau normal karena uterus ibu berkontraksi dengan baik, dan nyeri pada luka jahitan disebabkan karena luka jahitan perineum ibu masih baru atau masih basah, dan proses penyembuhan sehingga terasa nyeri, untuk membantu proses penyembuhan luka ibu membutuhkan asupan nutrisi yang cukup dan mengandung tinggi protein yang sangat bagus untuk proses penyembuhan luka. Memberitahu ibu hasil dari pemeriksaan luka perineum yang telah dilakukan pemeriksaan. Mengajarkan ibu cara perawatan luka perineum yaitu untuk membersihkan vagina setelah buang air kecil maupun air besar menggunakan air bersih, lalu keringkan area kemaluan ibu menggunakan tisu atau kain bersih agar terhindar dari bakteri yang dapat menimbulkan jamur, ganti pembalut setiap 4-6 jam, lakukan ini sampai luka perineum ibu benar-benar kering dan sembuh. Menjelaskan kepada ibu tentang pemenuhan nutrisi seimbang dan meningkatkan pemulihan kondisi yang baik setelah melahirkan, makanan yang dikonsumsi selama masa nifas adalah makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein dan mineral, makanan yang mengandung tinggi karbohidrat yaitu nasi merah, roti gandum, dan ubi, pada lemak yaitu kacang kedelai, kacang tanah, minyak kanola, dan minyak zaitun, pada protein bisa didapatkan yaitu dari protein nabati dan protein hewani, protein nabati yaitu tahu, tempe, dan kacang-kacangan, sedangkan pada hewani yaitu daging, ayam, hati, dan ikan, terutama pada ikan gabus. Mengajarkan ibu untuk memenuhi nutrisi yang sudah diajarkan kepada ibu, seperti: Bangun tidur: 1 gelas susu, Pagi: Nasi, sayur, tempe goreng, pepaya, Jam 10 wib: Bubur kacang merah & air putih, Siang: Nasi, ikan gabus, tahu, sayur bening, dan jeruk, Malam: Nasi, ikan gabus, tempe, sayur dan buah, Sebelum tidur: 1 gelas susu. Mengajarkan ibu untuk melakukan gerakan seperti gerakan senam kegel untuk membantu dalam proses mempercepat penyembuhan luka perineum. Memberitahu ibu waktu kunjungan ulang 6 hari lagi.

Kajian Kedua (7 hari post partum), Tanggal 06 Mei 2021, Pukul: 13.15 WIB. Data Subjektif, Ibu mengatakan bayinya semakin kuat menyusu dan ibu ingin memastikan apakah lukanya sudah sembuh atau belum. Ibu tidak memiliki keluhan lain.

Setelah melakukan pemeriksaan data objektif didapatkan hasil yaitu: Keadaan umum ibu baik dan kesadaran nya Composmentis. Tekanan Darah 120/70 mmHg, Nadi 78 x/l, Pernafasan 20x/l, Suhu 36,5° C. TFU Pertengahan pusat – symphysis pubis, Kontraksi uterus baik, Perdarahan ±20 cc berwarna putih kemerahan (Lochea Sanguinolenta). Luka Perineum, kondisi luka: dilakukan pemeriksaan dengan menggunakan skala REEDA, kemerahan (*Redness*): dengan skor 0, pembengkakan atau (*udema*): dengan skor 0, bercak perdarahan (*Ecchymosis*): dengan skor 0, pengeluaran (*Discharge*): dengan skor 0, penyatuan luka (*Aproximation*): dengan skor 0, perdarahan ± 20 cc yaitu lochea sanguinolenta, baik dan kering.

Assesment: P₃A₀H₃ post partum hari ke-7 dengan luka perineum terlihat sudah tampak kering.

Plan: Bina hubungan baik dengan ibu, Memberitahu ibu hasil pemeriksaan, Ajarkan ibu cara perawatan payudara.

Penatalaksanaan: Bina hubungan baik dengan ibu. Memberitahu hasil pemeriksaan saat ini keadaan umum ibu baik, TD: 120/70 mmHg, N: 78x/i, P: 20x/i, S: 36,5° C, TFU: pertengahan pusat-symphysis pubis, Kontraksi uterus baik. Melakukan evaluasi terhadap luka perineum ibu sudah tampak kering, pus (-), udema

(-), tidak ada tanda-tanda infeksi, perdarahan \pm 20 cc yaitu lochea sanguinolenta. Cara perawatan payudara dengan cara massase payudara yaitu menyiapkan baby oil, sehingga bagian bawah payudara dengan salah satu tangan yang berlawanan, buatlah gerakan memutar sambil menekan, mulai dari pangkal payudara sampai areola. Tempatkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara lalu pijat mulai dari tengah lalu menuju mengelilingi payudara. Sangga payudara dibawah dengan salah satu tangan, kepalkan tangan yang lain, kemudian urutlah bagian atas payudara (dari tepi payudara kearah dalam dengan bagian bawah di kepalkan).

Pembahasan

Pembahasan ini di tulis dengan maksud memberikan penjelasan khusus mengenai tinjauan kasus yang telah di jabarkan agar didapatkan suatu pemecahan masalah yang ada dan akhirnya dapat di ambil sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif, efisiensi. Pembahasan ini akan dibahas setiap kajian dari kunjungan serta mengevaluasi hasil dari kunjungan tersebut. Penulis menyajikan pembahasan dengan kenyataan yang sering dijumpai dilapangan yang di terapkan pada Ny. I dengan luka perineum.

Dari hasil yang di dapatkan oleh penulis terhadap Ny. I umur 35 di Klinik Pratama Sarinah, pada ibu nifas hari pertama ibu mengatakan masih merasa mules dan bekas luka jahitan masih terasa nyeri. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Wahyuni (2018) tentang perubahan-perubahan fisiologis pada masa nifas dan menyusui, rasa mules dan nyeri yang dirasakan ibu adalah hal yang fisiologis atau normal karena uterus ibu berkontraksi dengan baik, dan nyeri pada luka jahitan disebabkan karena luka jahitan perineum ibu masih baru atau masih basah, dan dalam proses penyembuhan sehingga terasa nyeri.

Berdasarkan data Objektif Ny. I yang didapat dari hasil pemeriksaan kunjungan pertama keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis dan tanda- tanda vital dalam batas normal, yaitu TD : : 120/ 80 mmHg, N : 78x/i, P: 20x/i, S : 36, 3° C, TFU : 1 jari dibawah pusat, kontraksi uterus baik, dan pada saat melakukan pemeriksaan genitalia, penulis mendapatkan yaitu terdapat jahitan pada luka perineum, keadaan luka perineum masih basah, tidak terdapat infeksi, pengeluaran berupa lochea rubra, konsistensi cair dan berwarna merah. Pada Kunjungan hari ke tujuh setelah mengkonsumsi nutrisi seimbang dan pemberian ikan gabus didapatkan hasil pemeriksaan keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis TD: 120/ 70 mmHg, N : 78x/i, P: 20x/i, S : 36, 5° C, TFU : pertengahan pusat-simfisis pubis, Kontraksi uterus baik, perdarahan \pm 20 cc berwarna putih kemerahan (Lochea Sanguinolenta), kondisi luka baik dan sudah tampak kering, pus (-), infeksi perineum (-).

Dari data objektif yang ditemukan dari kunjungan pertama hingga kunjungan hari terakhir selaras dengan teori yang dikemukakan oleh (Wahyuni, 2018) yang menyatakan bahwa perubahan-perubahan fisiologis pada masa nifas meliputi perubahan pada ukuran uterus yang terjadi penurunan bertahap sebesar 1 cm/hari, setelah persalinan tinggi fundus Uteri (TFU) 2 cm dibawah pusat, 12 jam kemudian kembali 1 cm diatas pusat dan menurun kira kira 1 cm setiap hari. Pada hari ke dua setelah persalinan TFU 1 cm di bawah

pusat. Pada hari ke 3-4 TFU 2 cm di bawah pusat. Pada hari ke 5-7 TFU setengah pusat symphysis. Pada hari ke-10 TFU sudah tidak bisa teraba lagi.

Perubahan pada penyembuhan luka perineum secara bertahap akan berkurang nyerinya dan penyembuhan trauma perineum biasanya terjadi proses pemulihan pada kulit karena adanya kerusakan atau disintegritas jaringan kulit. Penyembuhan luka pada jalan lahir yang tidak disertai infeksi akan sembuh dalam 7 – 10 hari (Wijaya dkk, 2018).

Assesment yang dapat di tegakkan atau disimpulkan dalam kasus ini adalah Ny.I P₃A₀H₃ nifas hari ke-7 dengan luka perineum sudah tampak kering dan rapat, tidak ada keluhan, ibu sudah merasa sehat dan tidak ditemukan adanya tanda-tanda infeksi.

Berdasarkan Assesment yang telah ditetapkan pada Ny.I pada masa nifas, maka pada kunjungan pertama ibu diberikan asuhan cara perawatan luka perineum, menjelaskan kepada ibu tentang pemenuhan nutrisi, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi ikan gabus karena ikan gabus baik untuk proses penyembuhan luka, menganjurkan ibu untuk melakukan gerakan senam kegel untuk membantu proses percepatan penyembuhan luka, dan pada kunjungan hari ke tujuh diberikan asuhan melakukan evaluasi terhadap luka perineum pada ibu dan dicatat dilembar observasi dan mengajarkan ibu cara perawatan payudara.

Berdasarkan asuhan yang telah dilakukan penulis terhadap Ny.I tentang cara perawatan luka perineum selaras dengan teori oleh Arisanty (2013) tentang perawatan luka perineum untuk mencegah terjadinya infeksi organ-organ reproduksi yang disebabkan oleh masuknya mikro organism yang masuk mlalui vulva yang terbuka akibat dari perkembangan bakteri dari alat (pembalut) dan juga lingkungan perawatan perineum mencegah kontaminasi dan rectum, serta membersihkan semua sumber bakteri dan bau.

Menurut teori (Rahmawati, 2015) tentang pemenuhan nutrisi seimbang dan meningkatkan pemulihan kondisi yang baik setelah melahirkan. Selama 2 Minggu pertama setelah kelahiran. Pedoman nutrisi berfokus pada penyembuhan fisik dan stabilitas setelah kelahiran dan persiapan laktasi. Pemenuhan Nutrisi Seimbang bagi ibu nifas dan menyusui bisa didapatkan dari makanan yang mengandung 50-60% karbohidrat. Makanan yang mengandung tinggi karbohidrat yaitu dari nasi merah, nasi putih, roti gandum, dan ubi. Lemak 25-35 % dari tota makanan. Lemak menghasilkan kira-kira setengah kalori yang di produksi oleh air susu ibu. Lemak bisa di dapatkan dari kacang kedelai, kacang tanah, minyak kanola dan minyak zaitun. Jumlah protein yang diperlukan oleh ibu pada masa nifas adalah sekitar 10-15 %. sumber protein bisa di dapatkan dari nabati dan hewani misalnya tahu, tempe, dan kacang-kacangan. Dan dari hewani misalnya daging, telur, hati, udang, dan ikan.

Berdasarkan penelitian Fauziah, dkk (2020) yang berjudul “Efektivitas Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum”. Menyatakan bahwa kelompok yang diberikan ikan gabus masak memperoleh waktu 7 hari masa penyembuhan luka perineum dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan ikan gabus. Ikan gabus (*Channa striata*) merupakan salah satu jenis ikan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung protein dan albumin yang tinggi. Daging ikan gabus mengandung 70% protein dan 21% albumin. Protein dan albumin sangat berfungsi

sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak sehingga penyembuhan luka akan berlangsung lebih cepat. Dengan tingginya kandungan protein dan albumin pada ikan gabus kemungkinan dapat digunakan oleh masyarakat untuk proses penyembuhan luka terutama luka pasca operasi, luka bakar dan luka setelah persalinan.

Berdasarkan asuhan yang telah dilakukan penulis kepada Ny.I tentang melakukan gerakan senam kegel selaras dengan teori yaitu senam kegel adalah senam untuk menguatkan otot panggul yang ditemukan oleh Dr. Arnold Kegell. Otot panggul adalah otot yang melekat pada tulang-tulang panggul seperti ayunan dan berperan menggerakkan organ-organ dalam panggul yaitu rahim, kandung kemih, dan usus. Salah satu factor pendukung yang dapat mempercepat penyembuhan luka perineum adalah dengan melakukan senam nifas yaitu senam kegel.

Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan kebidan pada Ny. I di Klinik Pratama Sarinah Kota Pekanbaru pada tanggal 30 April – 06 Mei 2021 dengan pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum selama 7 hari sebanyak 200 gram yang harus di konsumsi setiap hari nya, kemudian penulis melakukan evaluasi dan dilakukan perbandingan antara teori dengan kasus yang ada, maka penulis mengambil kesimpulan tidak adanya perbedaan antara teori dengan kasus luka jahitan sudah tampak kering dan sudah rapat pada hari ke tujuh.

Daftar Pustaka

- Anggita dkk. (2020). *Buku Ajar Keterampilan Dasar Praktik Kebidanan*. Deepublish.
- Dewi Maritalia. (2012). *Asuhan Kebidanan nifas dan menyusui*. Bandung: umum.
- Fatimah dkk. (2019). Ekstrak ikan gabus terhadap luka perineum.
- Fauziah. dkk. (2020). Efektivitas pemberian ikan gabus kukus terhadap penyembuhan laserasi perineum pada ibu post partum.
- K. R. (2020). Data dan informasi kesehatan Indonesia 2019. *Profil Kesehatan Indonesia*, 1-213.
- Kusmini dkk. (2016). *Budidaya Ikan*. Bogor: Penebar Swadaya.
- Kusmini, I.I., Gustiano, R., Prakoso, V. A., & Ath-thar, M. F. (2016). *Budidaya ikan*. Bogor: Penebar Swadaya.
- M., O. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Deepublish.
- Maritalia. (2012). *Asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui*. Yogyakarta.
- Megasari dkk. (2019). *Catatan SOAP sebagai dokumentasi legal dalam praktik kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medica.

- Megasari, M., & dkk. (2019). *Catatan SOAP sebagai dokumentasi legal praktik kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medica.
- Nurpudji. (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta.
- Nurpudji. (2020). Efektivitas pemberian ikan gabus kuku terhadap penyembuhan laserasi perineum ibu post partum.
- Oktarina. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Deepublish.
- Purwaningsih, d. (2015).
- Rahmawati, E. &. (2015). *Hubungan pemenuhan Gizi Ibu Nifas Dengan Pemulihan Luka Perineum Jurnal Wiyata*. Surabaya.
- Saifuddin. (2012). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan bina pustaka sarwono prawihardjoe.
- Suprayitno. (2017). *Misteri Ikan Gabus*. Malang.
- Sutanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Walyani. (2017). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wijaya dkk. (2018). *Perawatan Luka Dengan Pendekatan Multidisiplin*.
- Wijayanti, dkk. (2016). Ekstrak ikan gabus terhadap luka perineum. 30-52.
- Yuanita, d. S. (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 3*. Media Sains Indonesia.
- Yuniarti. (2013). Pengaruh suhu pengeringan vacum terhadap kualitas albumin ikan gabus(Ophiocephalus striatus) THPi Students Journal.