

HUBUNGAN PANTANG MAKANAN DAN BUDAYA DENGAN PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUTA BARO ACEH BESAR

Muliana*, Ummu Aiman, Risna Fazlaini

Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Sains, Teknologi, dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena, Banda Aceh, Indonesia

* Corresponding Author: maulianaa.9393@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 07-12-2025

Revised: 10-12-2025

Accepted: 18-12-2025

Available online: 20-12-2025

Kata Kunci:

Budaya;

Pantang Makanan;

Penyembuhan Luka Perineum

Keywords:

Abstinence From Eatin;

Culture;

Perineal Wound Healing

ABSTRAK

Robekan perineum terjadi pada hampir semua kelahiran pertama, adanya budaya pantang makan mempengaruhi penyembuhan luka perineum. Terdapat 2,7 juta kasus rupture dan trauma perineum pada ibu bersalin masih terjadi di seluruh dunia. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro, diperoleh data ibu nifas dengan luka perineum yang berpantang makanan seperti ikan dan telur sebanyak 4 orang dan ibu nifas yang tidak melakukan pantang makanan sebanyak 2 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pantang makanan dan budaya dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami luka perineum di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar sebanyak 37 orang, adapun teknik pengambilan sampel yaitu dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar kuesioner, pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder yang dianalisis dengan univariat dan bivariat. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan pantang makan ($p = 0,000 < 0,05$) dan budaya ($p = 0,003 < 0,05$) dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa penyembuhan luka perineum berhubungan dengan pantang makan dan budaya, untuk itu diharapkan kepada petugas Kesehatan di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar untuk dapat meningkatkan edukasi mengenai penyembuhan luka perineum dengan tidak melakukan pantang makanan.

ABSTRACT

Perineal tears occur in almost all first births, the existence of a culture of abstinence from eating affects the healing of perineal wounds. 2.7 million cases of perineal rupture and trauma in postpartum women still occur throughout the world. Based on a preliminary study conducted in the Kuta Baro Community Health Center working area, data was obtained on 4 postpartum mothers with perineal wounds who abstained from food such as fish and eggs and 2 postpartum mothers who did not abstain from food. This study aims to determine the relationship between food and cultural abstinence and healing of perineal wounds in postpartum mothers in the Kuta Baro Community Health Center Working Area, Aceh Besar Regency. The research method used in this research is a

cross sectional approach. The population in this study were all postpartum mothers who experienced perineal wounds in the Kuta Baro Aceh Besar Health Center Working Area with a total sampling of 37 people. The research instrument used was a questionnaire sheet, data collection used primary data which was analyzed using univariate and bivariate. The results of this study show that there is a relationship between abstinence from eating ($p = 0.000 < 0.05$) and culture ($p = 0.003 < 0.05$) with the healing of perineal wounds in postpartum mothers in the Kuta Baro Health Center Working Area, Aceh Besar. Based on the research results, it can be concluded that healing perineal wounds is related to abstinence from food and culture, therefore it is hoped that Health workers at the Kuta Baro Aceh Besar Community Health Center can increase education regarding healing perineal wounds by not abstaining from food.

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.

Copyright © 2025 by Author. Published by Akademi Kebidanan Nusantara 2000



PENDAHULUAN

Masa nifas dimulai setelah lahir dan berlangsung sekitar 6 minggu, semua alat kelamin kembali ke keadaan sebelum hamil dalam waktu 3 bulan. Seorang ibu nifas membutuhkan perawatan khusus untuk mengembalikan kondisi tubuhnya, termasuk perawatan luka perineum (Rahayuningsih, 2021). Robekan perineum adalah luka akibat persalinan atau kerusakan jaringan yang terjadi antara vulva dan anus. Robekan perineum terjadi pada hampir semua kelahiran pertama dan juga tidak jarang terjadi pada kelahiran berikutnya. Luka perineum dapat menyebabkan perdarahan setelah melahirkan dan karenanya membutuhkan nutrisi yang tepat. Adanya budaya pantang makan mempengaruhi penyembuhan luka perineum. Fase penyembuhan luka perineum dikatakan cepat sembuh apabila luka pada hari ketiga mulai mengering dan menutup, serta pada hari ketujuh luka sudah menutup dengan baik, sedangkan luka perineum yang dikatakan lambat sembuh apabila luka hari ketiga belum mengering dan sembuh lebih dari tujuh hari (Arma et al., 2020).

Pantangan atau tabu adalah larangan konsumsi makanan tertentu dalam budaya tertentu. Pantangan makanan adalah larangan memakan makanan tertentu yang mewakili kepercayaan dan tradisi masyarakat. Berpantang makanan ini menjadi kebiasaan untuk tidak mengkonsumsi makanan tertentu yang dianggap tidak baik untuk tubuh, kebanyakan orang Indonesia berpuasa, hal itu karena orang Indonesia masih melekat pada kebiasaan, adat istiadat dan tradisi yang mereka ikuti, sementara sebagian besar masyarakat Indonesia khususnya ibu tidak mendapatkan makanan bergizi karena pantang makanan tertentu, hal ini sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum. Salah satu kendala yang umum terjadi di masyarakat adalah berpuasa setelah melahirkan. Bahkan setelah melahirkan, seorang wanita membutuhkan nutrisi yang tepat untuk memulihkan semua alat kelaminnya. Mereka tidak menyadari tindakannya berdampak pada lambatnya pemulihan masa nifas (Rosita, 2022).

Kepercayaan, tradisi dan budaya masyarakat dalam perawatan ibu nifas masih banyak ditemukan di lingkungan masyarakat. Masyarakat meyakini bahwa budaya perawatan ibu nifas memberikan banyak dampak yang positif dan menguntungkan bagi mereka. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh banyak kepercayaan dan keyakinan budaya masyarakat dalam perawatan ibu nifas seperti pengurangan asupan cairan, tidak dibolehkan mandi, pembatasan makanan seperti hanya dibolehkan makan sayuran, serta tidak diperbolehkan mengkonsumsi telur, ikan dan daging, hal ini dikarenakan masyarakat meyakini bahwa ikan, daging dan telur akan memberikan efek gatal-gatal pada luka perineum setelah persalinan, sehingga luka akan sulit sembuh karena basah (Susanti, 2022).

Luka Perineum terjadi pada sekitar 85% ibu yang melahirkan secara normal. World Health Organization (WHO), menyebutkan bahwa terjadi 2,7 juta kasus rupture dan trauma perineum pada ibu bersalin di seluruh dunia. Kejadian trauma perineum di Indonesia karena tindakan episiotomi sebanyak 85% dan karena robekan spontan (ruptur) sebanyak 52%. Kasus- kasus tersebut 70% diantaranya memerlukan penjahitan untuk membantu penyembuhan jaringan (Rosita, 2022).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi, dengan pendarahan sebagai salah satu penyebab utama. Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan meningkat setiap tahun. Pada tahun 2021 menunjukkan 7.389 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2020 sebesar 4.627 kematian. Berdasarkan penyebab, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2021 ialah perdarahan sebanyak 1.330 kasus, dan hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.077 kasus. Berdasarkan data yang diperoleh tahun 2023 terdapat AKI sebanyak 63 orang dan AKB sebanyak 93 orang bayi/balita di Aceh. Data yang didapatkan di Kabupaten Aceh Besar sebanyak 5 AKI dan 11 AKB pada tahun 2023 (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Berdasarkan penelitian Fety (2023), banyak masyarakat dari berbagai budaya percaya adanya hubungan antara makanan dengan kesehatan ibu nifas yang sebenarnya salah, mereka memberikan perlindungan yang bersifat sangat protektif terhadap ibu nifas sehingga keputusan untuk mengkonsumsi makanan ditentukan oleh pihak yang dianggap punya kewenangan, dalam hal ini suami dan orang tua serta orang yang memiliki kemampuan seperti dukun. Beberapa mitos seputar pantang makanan yang sering dilakukan oleh ibu nifas yang dipercaya berpengaruh merugikan pada ibu dan bayi ternyata sebenarnya tidak ada hubungan dan pengaruhnya bahkan cenderung salah. Adat menantang tersebut diajarkan secara turun temurun dan cenderung ditaati walaupun

individu yang menjalankan tidak terlalu paham atau yakin dari alasan memantang makanan. Ibu nifas yang melakukan pantang makanan disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain Kebiasaan/budaya, pendidikan, kondisi ekonomi, dan akses pada pelayanan kesehatan (Fety et al., 2023).

Nutrisi pasca melahirkan mendorong pemulihan kesehatan dan kekuatan fisik, serta mencegah infeksi. Komponen makanan seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral mempunyai manfaat dalam menunjang proses penyembuhan luka perineum. Jika salah satu dari zat yaitu protein tidak terisi, maka luka di tubuh ibu akan lebih lambat sembuh setelah melahirkan (Arma et al., 2020).

Berdasarkan data yang di dapatkan di Puskesmas Kuta Baro Tahun 2025 dari bulan juni sampai dengan juli, jumlah ibu nifas yang memiliki luka perineum sebanyak 37 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro, diperoleh data ibu nifas dengan luka perineum yang berpantang makanan seperti ikan dan telur sebanyak 4 orang dan ibu nifas yang tidak melakukan pantang makanan sebanyak 2 orang. Kondisi ini masih menunjukkan masih ada ibu nifas dengan luka perineum yang melakukan pantang makanan. Alasan yang dikemukakan oleh ibu yang berpantang makanan karena mengikuti saran dari orang tua dan budaya yang sudah turun temurun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubunga pantang makanan dan budaya dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan survey analitik dengan metode Cross Sectional. Pada metode penelitian ini dilakukan pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mendapatkan informasi dari para responden. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mengalami luka perineum pada bulan Juli sampai Agustus sebanyak 37 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh populasi menjadi sampel sebanyak 37 orang ibu nifas di Wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. Penelitian dilaksanakan pada Juli-Agustus 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.

Subjek penelitian adalah seluruh ibu nifas yang melahirkan normal, sementara objek penelitian adalah pantang makanan dan budaya. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dengan cara melakukan wawancara. Data primer berupa hasil wawancara dan observasi berupa umur, pendidikan, pekerjaan, pantang makanan, penyembuhan luka perineum dan budaya., sedangkan data sekunder berasal dari gambaran umum lokasi penelitian dari puskesmas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden (data primer 2025)

Karakteristik	n	%
Umur		
Beresiko	8	21,6
Tidak Beresiko	29	78,4
Pendidikan		
Dasar	4	10,8
Menengah	23	62,2
Tinggi	10	27,0
Pekerjaan		
Bekerja	12	32,4
Tidak Bekerja	25	67,6

Dari hasil pengolahan data Tabel 1 bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok umur tidak beresiko yaitu sebanyak 29 orang (78,4%), responden yang berpendidikan menengah sebanyak 23 orang (62,2%), dan sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 25 orang (67,6%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi penyembuhan luka perineum di wilayah kerja puskesmas kuta baro aceh besar (data primer 2025)

Penyembuhan Luka Perineum	n	%
Luka Sembuh Baik	16	43,2
Luka Sembuh Sedang	12	32,4
Luka Sembuh Kurang Baik	9	24,3

Dari hasil pengolahan data tabel di atas bahwa dari 37 responden terdapat 16 orang (43,2%) yang luka perineumnya sembuh baik.

Tabel 3. Distribusi frekuensi penyembuhan luka perineum di wilayah kerja puskesmas kuta baro aceh besar (data primer 2025)

Pantang Makanan	n	%
Melakukan	13	35,1
Tidak Melakukan	24	64,9

Dari hasil pengolahan data tabel di atas bahwa dari 37 responden terdapat 24 orang (64,9%) yang tidak melakukan pantang makanan.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Budaya di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar (Data Primer 2025)

Budaya	n	%
Ada	16	43,2
Tidak Ada	21	56,8

Dari hasil pengolahan data tabel di atas bahwa dari 37 responden terdapat 21 orang (56,8%) yang tidak ada mengikuti budaya dalam perawatan luka perineum.

Tabel 5. Hubungan pantang makanan dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas kuta baro aceh besar (data primer 2025)

Pantang Makanan	Penyembuhan Luka Perineum						Total	<i>p value</i>
	Luka Sembuh Baik		Luka Sembuh Sedang		Luka Sembuh Kurang Baik			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Melakukan	1	2,7	4	10,8	8	21,6	12	35,1
Tidak	15	40,5	8	21,6	1	2,7	24	64,9
Melakukan								0,000

Dari hasil pengolahan data tabel di atas bahwa dari 24 responden yang tidak melakukan pantang makanan dan penyembuhan luka perineum berada pada kategori luka sembah baik yaitu sebanyak 15 orang (40,5%). Hasil *chi square test* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai *p value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Pantang Makanan dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.

Tabel 6. Hubungan budaya dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas (data primer 2025)

Budaya	Penyembuhan Luka Perineum						Total	<i>p value</i>		
	Luka Sembuh Baik		Luka Sembuh Sedang		Luka Sembuh Kurang Baik					
	n	%	n	%	n	%				
Ada	3	8,1	5	13,5	8	21,6	16	43,2		
Tidak Ada	13	35,1	7	18,9	1	2,7	21	56,8		
								0,003		

Dari hasil pengolahan data tabel di atas bahwa dari 21 responden yang tidak mengikuti budaya yang ada dan penyembuhan luka perineum berada pada kategori luka sembah baik yaitu sebanyak 13 orang (35,1%). Hasil *chi square test* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai *p value* sebesar $0,003 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Budaya dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.

Hubungan Pantang Makanan dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 24 responden yang tidak melakukan pantang makanan dan penyembuhan luka perineum berada pada kategori luka sembuh baik yaitu sebanyak 15 orang (40,5%). Hasil *chi square test* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai *p value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Pantang Makanan dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian Hardianty (2020), hasil penelitian dilakukan di Puskesmas Nosara Kota Palu tahun 2020, menunjukkan sebagian besar responden (57,6%) tidak pantang makan. Dari hasil analisa bivariate hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka perineum dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh $p value = 0,002$, $r: 0,517$ sehingga $p value < \alpha$ dan menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pantang makan dengan kecepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Asupan nutrisi yang cukup untuk dirinya serta tidak lagi berpantang makanan bergizi terutama makanan berprotein yang dibutuhkan untuk proses penyembuhan (Hardianty, 2020).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Yuli Dwi Windiarti di Puskesmas Balen Kabupaten Bojonegoro 2020 yang menyatakan bahwa ada hubungan pantang makanan dengan penyembuhan luka perineum terhadap ibu nifas di Puskesmas Balen Bojonegoro dengan *p value* 0,000. Uji *Chi Square* dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh $\rho = 0,000 < \alpha = 0,05$ dan *contingency coefisien* 0,687 maka H1 diterima yang artinya ada hubungan pantang makanan dengan penyembuhan luka perineum di Puskesmas Balen Bojonegoro dengan kekuatan hubungan kuat (Windiarti et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan Ayu dwi Kasari (2020) bahwa terdapat hubungan antara konsumsi makanan protein hewani dengan penyembuhan luka pada ibu nifas. Protein hewani merupakan nutrien yang sangat berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum, karena protein sangat diperlukan untuk penggantian jaringan. Ibu nifas diharapkan lebih banyak mengkonsumsi protein hewani sehingga penyembuhan luka perineum akan semakin cepat (Ayu et al., 2020).

Pantangan makanan adalah larangan mengkonsumsi makanan tertentu karena adanya ancaman bahaya bagi siapa saja yang melanggarinya. Dalam ancaman berbahaya ini ada kesan magis yaitu adanya kekuatan mistis yang akan menghukum mereka yang

menganggap pantangan tersebut, tetapi hukuman ini tidak selalu terjadi. Pantangan makanan adalah yang diturunkan dari nenek moyang kepada orang tua, berlanjut ke generasi di bawahnya, membuat orang tidak tahu lagi kapan pantangan dimulai dan mengapa. Praktik dan kepercayaan tradisional memengaruhi dan mendukung perilaku wanita selama kehamilan dan persalinan di berbagai belahan dunia (Hilmiah, 2023).

Proses penyembuhan luka perineum ibu pasca melahirkan, selain dengan perawatan yang rutin, juga dapat ditunjang dengan pola makan yang seimbang, seperti persiapan makanan sehari-hari dengan memberikan makanan yang bergizi dan bernutrisi seperti mengkonsumsi protein yang cukup ikan, daging, ayam, telur, tempe dan kacang-kacangan, sehingga luka perineum juga dapat cepat sembuh. Selalu mengonsumsi makanan bergizi dan mengonsumsi dalam jumlah yang tepat, ibu dapat tetap sehat, segar dan akan mempercepat fase penyembuhan luka perineum serta memungkinkan kesehatan ibu meningkat dengan baik secara fisik maupun mental. Hal ini disebabkan karena responden tidak melakukan pantang makan untuk mendukung kesembuhannya. Peneliti juga berasumsi bahwa jika tidak melakukan pantang makan dapat mempengaruhi penyembuhan luka perineum ibu setelah melahirkan. Semakin ibu nifas berpantang, semakin lama waktu yang dibutuhkan untuk sembuh, hal yang sama juga berlaku sebaliknya. Semakin sedikit pantangan, semakin cepat luka perineum sembuh.

Hubungan Budaya dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 21 responden yang tidak mengikuti budaya dan penyembuhan luka perineum berada pada kategori luka sembuh baik yaitu sebanyak 13 orang (35,1%). Hasil *chi square test* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai *p value* sebesar $0,003 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Budaya dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.

Penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan Wardahni di Wilayah Puskesmas Krueng Barona Jaya Tahun 2023, hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan budaya dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan $p = 0,002$ (*p value* $< 0,05$). Kebutuhan gizi ibu nifas belum terpenuhi karena beberapa hal, antara lain masih adanya budaya pantang makan pada ibu nifas. Dijelaskannya, ibu nifas tidak diperbolehkan mengonsumsi telur, ayam, ikan, atau makanan lain yang berasal dari laut (Wardahni, 2023).

Hasil penelitian Fauzi (2021), dari sebagian besar ibu masih percaya bahwa melakukan mobilisasi akan memperlambat penyembuhan luka pada perineum sehingga

ibu tidak ingin melakukan mobilisasi. Dari hasil penelitian masih ada ibu yang tidak mau melakukan mobilisasi pada saat masa nifas karena tidak mengetahui manfaat dari mobilisasi yang akan mempercepat penyembuhan luka perineum dikarenakan masih ada pemikiran bahwa jika melakukan gerak saat masa nifas akan memperparah luka dan menyebabkan luka akan lama untuk sembuh. Ada hubungan linier antara aktivitas dini dan penyembuhan luka perineum.

Penelitian ini sesuai dengan teori Sulastri dalam Selvianti (2023), kepercayaan, tradisi dan budaya masyarakat dalam perawatan ibu nifas masih banyak ditemukan di lingkungan masyarakat. Masyarakat meyakini bahwa budaya perawatan ibu nifas memberikan banyak dampak yang positif dan menguntungkan bagi mereka. Kepercayaan dan keyakinan budaya masyarakat dalam perawatan ibu nifas seperti pengurangan asupan cairan, tidak dibolehkan mandi, pembatasan makanan seperti hanya dibolehkan makan sayuran, serta tidak diperbolehkan mengkonsumsi telur, ikan dan daging, hal ini dikarenakan masyarakat meyakini bahwa ikan, daging dan telur akan memberikan efek amis dan menyebabkan gatal-gatal pada luka perineum setelah persalinan, sehingga luka akan sulit sembuh karena basah. Selain itu, ibu nifas juga tidak diperbolehkan tidur siang hari, dan penggunaan obat- obatan tradisional (jamu) bahkan masyarakat meyakini bahwa kolostrum tidak diperbolehkan untuk bayi baru lahir.

Menurut asumsi peneliti terhadap penelitian ini yaitu masyarakat Aceh mempunyai tradisi dan adat istiadat yang kuat. Praktik tradisional seperti ramuan herbal, pengobatan alami, dan ritual adat seperti sale, ikat perut, minum ramuan kunyit, tidak boleh mandi pasca bersalin, tidak boleh banyak gerak dan tidak boleh minum terlalu banyak dapat berperan penting dalam penyembuhan luka perineum ibu nifas. Banyak ibu nifas di Aceh yang mencari solusi dari tradisi tradisional dalam mengobati luka perineum salah satu budaya yang masih dilakukan pada masa nifas adalah menahan diri untuk tidak makan atau pantang makanan. Jika seorang ibu tidak makan setelah melahirkan, maka kebutuhan nutrisinya tidak akan terpenuhi apabila status gizi ibu tidak segera pulih setelah hamil, melahirkan, dan menyusui selanjutnya, maka proses penyembuhan luka perineum akan melambat, terutama jika kebutuhan gizinya tidak mencukupi.

SIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan Pantang Makanan dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas dibuktikan dengan nilai p-value ($p=0,000 < 0,05$) dan ada hubungan Budaya dengan

Penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan nilai p-value ($p=0,003 < 0,05$). Sebagai rekomendasi untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta menerapkan desain penelitian yang lebih beragam, guna meningkatkan validitas hasil yang beragam. Penggunaan instrument seperti kualitatif lebih komprehensif mengenai budaya pantang makanan dengan penyembuhan luka perineum.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, N. (2023). *Asuhan Kebidanan Pasca Persalinan dan Menyusui : Konsep, Faktor, dan Tantangan*. Kaizen Media Publishing.
- Arma, N., Sipayung, N. A., Syari, M., & Ramini, N. (2020). Pantang Makanan Terhadap Lamanya Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4 (2), 95
- Ayu, I., Kasari, D., & Wahyuni, C. (2020). *Analisis Pantang Makan Dengan Derajat Luka Perineum Terhadap Penyembuhan Luka Pada Ibu Nifas*. XI(1), 24–30.
- Fauzi, S. (2021). *Hubungan Faktor Budaya , Personal Hygiene Dan Kebutuhan Nutrisi Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Masa Nifas*
- Fauziah, rahma. (2024). *Manfaat rebusan jahe merah dalam mempercepat penyembuhan luka laserasi perineum pada ibu nifas* (1st ed.). Rizmedia pustaka indonesia.
- Fety, Y., Mulyani, S., Lisnawati, L., & Aprianti, R. (2023). Pengetahuan Ibu Post Partum dengan Pantang Makanan Selama Masa Nifas. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 2244–2250.
- Hardianty, D., Dewi, K., & Miftakhul, M. (2021). Hubungan Antara Pantang Makanan Ibu Nifas Dengan Kecepatan Penyembuhan Luka Perineum Di Pukesmas Nosarara Kota Palu Tahun 2020. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *profil kesehatan indonesia 2020*.
- Rahayuningsih, F. (2021). *Peningkatan Kualitas Hidup Ibu Nifas*. PT. Nas Media Indonesia.
- Rosita, S. (2022). Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang Pantangan Makan dalam Budaya Madeung dengan Penyembuhan Luka Perineum Knowledge of Post Partum Mothers About Eating in Madeung Culture with Perineal Wound Healing. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 945–951.
- Sulastri, F. (2023). *Hubungan Vulva Hygiene , Budaya Dan Asupan Protein Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Masa Nifas Di BPM Bidan Dwi Ngarti Dan BPM Bidan Ernawati Kota Depok Tahun 2022*. 02(08), 820–829.
- Susanti, I. (2022). Hubungan Budaya dengan Proses Penyembuhan Selama Perawatan Masa Nifas. *Prosiding Seminar Nasional Biotik*, 10(1), 165–170.
- Wardahni, dkk. (2023). Hubungan Budaya Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Aceh Medika*, Vol 7, No.
- Windiarti, Y. D., Aini, I., & Purwanti, T. (2020). *The Relationship Of Abstinence Of Food With The Healing Of Wounds Of The Perineum In Postpartum Mothers (In The Health Center Balen Bojonegoro)*.