

HUBUNGAN ASUPAN KALORI DAN PROTEIN IBU NIFAS DENGAN LAMA PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI PUSKESMAS BALOWERTI KOTA KEDIRI INDONESIA

Sintya Rosalina¹⁾, Sri Banun Titi Istiqomah²⁾

¹Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sebelas Maret Surakarta

²Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

e-mail : sintya.rosalina@gmail.com

Abstract

Injury to the birth is canal into the entry into infectious bacteria. Good nutrition is necessary for the healing process. Calories and protein is a vital component of treatment. The purpose to determine the relationship of calorie and protein intake with the length of the perineal wound healing in Balowerti Puskesmas Kediri.

The method used is an analytical survey. The number of samples were 14 respondents, the sampling technique is using simple random sampling. Data collection using 24-hour recall form and using the observation sheets perineal wound healing. The results showed that postpartum women who fullfil calorie and protein intake in the category of deficits have long tended perineal wound healing time (more than 7 days).The conclusion that there is a relationship calorie and protein intake to the length of the perineal wound healing.

Keywords: *Calories and Protein, Perineum Wound, Postpartum*

1. PENDAHULUAN

Sekitar 3000 wanita mengalami cedera perineum yang parah setiap tahun di dunia. Kenaikan serupa telah dijelaskan di negara-negara Nordic Eropa dan lainnya. Norwegia melaporkan peningkatan dari satu persen pada tahun 1960 menjadi 4,3 persen pada tahun 2008 (Lindgren,2011). Prevalensi ibu bersalin yang mengalami rupture perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24 % sedang pada ibu bersalin usia 32 – 39 tahun sebesar 62 % (Parlin, 2011). Perlukaan jalan lahir sudah dapat dipastikan terjadi pada setiap persalinan yang menjadi jalan masuknya bakteri

yang bersifat komersil dan menjadi infeksius (Manuaba,2010). Kejadian infeksi maternal di Jawa Timur pada tahun 2010 sebesar 6,09 % (Dinkes Jawa Timur,2010).

Nutrisi atau gizi adalah zat yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolismenya. Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama bila menyusui akan meningkat 25%, karena berguna untuk proses kesembuhan karena sehabis melahirkan, dan untuk memproduksi air susu yang cukup untuk menyehatkan bayi (Ambarwati dan Wulandari, 2010). Dina Dewi dkk (2010) mengatakan luka perineum cepat sembuh apabila luka pada

hari ke-3 mulai mengering dan mulai menutup, serta pada hari ke-7 luka sudah menutup dengan baik disertai adanya jaringan parut. Sedangkan luka perineum yang dikatakan lambat sembuh apabila luka pada hari ke-3 belum mengering dan belum menutup akan tetapi baru hari ke-7 luka mulai menutup. Dalam kategori cepat-lambat kesembuhan luka ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa proses penyembuhan luka berlangsung selama 6-7 hari.

Berdasarkan data Bulan Januari 2013 Kota Kediri. Didapatkan data di Puskesmas Ngletih pada bulan Januari terdapat 4 persalinan normal. Dari 4 persalinan normal tersebut semua ibu bersalin atau sebesar 100 % mengalami ruptur derajat 2. Sedangkan di Puskesmas Balowerti selama Bulan Januari 2013 terdapat 25 persalinan normal. Dimana 23 ibu mengalami ruptur perineum, ruptur derajat 3 sebanyak 3 orang atau 13,04 %, ruptur perineum derajat 2 sebanyak 14 orang yakni 60,87% dan ruptur derajat 1 terdapat 6 orang atau sebesar 26,09%. Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Balowerti Kota Kediri pada tanggal 3 dan 5 Maret 2013 dari 3 ibu nifas yang melakukan kunjungan ulang hari ke-3 setelah

persalinan, semua ibu nifas luka perineum basah dan menyatu. Ibu nifas mengatakan bahwa ibu makan nasi, sayur dan tahu, tempe tetapi tidak makan telur. Bidan Puskesmas Balowerti menjelaskan untuk tetap makan telur karena sangat baik untuk menyembuhkan luka perineum. Berdasarkan uraian di atas perlu diadakan penelitian tentang “Hubungan Asupan Kalori dan Protein Ibu Nifas dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum di Puskesmas Balowerti Kota Kediri”.

a. Rumusan Masalah

Adakah hubungan asupan kalori dan protein ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum di Puskesmas Balowerti Kota Kediri?”

b. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan asupan kalori dan protein ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum.

c. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan antara asupan kalori dan protein ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum.

2. METODE PENELITIAN

a. Desain Penelitian

Penelitian dengan survey analitik pendekatan *cross sectional*.

b. Populasi, Sampel, dan Sampling

Populasi semua ibu nifas normal dengan ruptur perineum di Puskesmas Balowerti Kota Kediri dengan asumsi rata-rata jumlah tiga bulan terakhir (Desember, Januari dan Februari) Jumlah ibu nifas normal dengan ruptur perineum selama tiga minggu sebesar 15 orang.

Sampel penelitian ini adalah sebagian ibu nifas normal dengan kondisi terdapat luka perineum yang memenuhi kriteria inklusi di Puskesmas Balowerti Kota Kediri. Besar sampel sebesar 14 responden. Teknik sampling adalah *Simple Random Sampling*

c. Kriteria Sampel

Kriteria Inklusi adalah Ibu nifas yang melakukan mobilisasi dini dan Ibu nifas normal yang bersedia diteliti atau dijadikan sebagai responden. Kriteria eksklusi Ibu nifas dengan riwayat persalinan normal dengan komplikasi infeksi, hemoragie postpartum.

d. Variabel Penelitian

Variabel independen asupan kalori dan protein. Asupan kalori yaitu makanan yang dikonsumsi ibu mengandung kalori/energi menggunakan skala ordinal dengan klasifikasi baik : $\geq 100\%$ AKG, sedang : 80 - 99% AKG, kurang 70-80% AKG, defisit: $< 70\%$ AKG. Asupan protein

adalah makanan yang dikonsumsi ibu mengandung protein skala ordinal berdasarkan klasifikasi tingkat konsumsi / AKG.

Variabel dependen lama penyembuhan luka perineum yaitu penilaian terhadap kondisi luka perineum ibu nifas pada hari ke-3, ke-5 dan ke-7 yang ditandai dengan luka mengering dan menutup. Menggunakan skala ordinal dengan kategori kode 3: sembuh pada hari ke-3, kode 2 : sembuh pada hari ke 5 -7, kode 1 : sembuh > 7 hari.

e. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Balowerti Kota Kediri pada tanggal 9 Mei –24 Mei 2013 dan 1 Juni – 5 Juni 2013.

f. Analisa Data

Menggunakan uji statistic non parametris *Spearman Rank*

3. HASIL PENELITIAN

a. Data Karakteristik Ibu Nifas

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Ibu Nifas

Karakteristik Ibu	n	%
Umur :		
<20 tahun	3	21,43
20 – 35 tahun	11	78,57
>35tahun	0	0
Pendidikan :		
SD	1	7,14
SMP	4	28,57
SMA	9	64,29

Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	13	92,86
Guru	1	7,14
Mobilisasi Dini		
Melakukan	14	100
Tidak melakukan	0	0
Berat Badan		
≥55kg	7	50
<55 kg	7	50
Tinggi Badan		
< 156 cm	10	71,43
≥ 156 cm	4	28,57
Lila Hamil		
< 23,5 cm	5	35,71
≥ 23,5cm	9	64,29

Sumber : Data Primer, 2013

b. Asupan Kalori Ibu Nifas

Sebagian besar ibu nifas asupan kalori defisit. Makanan yang dikonsumsi nasi 1-2 porsi, sayuran 1/24 -1/6 gelas, makanan protein nabati tempe 1-2 potong sedang dan tahu ¼ - 1 biji besar, protein hewani seperti ayam 1 ptg sgd, ikan lele 1 btr.

Tabel 2. Distribusi Asupan Kalori Ibu Nifas

Kategori	n	%
Baik	0	0
Sedang	0	0
Kurang	2	14,29
Defisit	12	85,71
Jumlah	14	100

Sumber Data Primer 2013

c. Asupan Protein pada Ibu Nifas

Sebagian besar responden asupan protein defisit 10 (71,42%) dan 2 (14,29

%) ibu nifas dengan kategori kurang memenuhi kebutuhan protein. Serta pemenuhan asupan protein kategori sedang 2 (14,29%) ibu nifas.

Tabel 3. Distribusi Asupan Protein Ibu Nifas

Kategori	N	%
Baik	0	0
Sedang	2	14,29
Kurang	2	14,29
Defisit	10	71,42
Jumlah	14	100

Sumber Data Primer 2013

d. Lama Penyembuhan Luka

Perineum

Sebagian ibu nifas 7 (50%) ibu nifas luka perineum sembuh pada > 7 hari. Sisanya sembuh pada hari ke 5-7 sebanyak 6 (42,86 %) ibu nifas dan penyembuhan luka pada hari ke -3 sebanyak 1 (7,14 %) ibu nifas. Hal ini dipengaruhi oleh asupan kalori dan protein cenderung kurang termasuk kategori defisit.

Tabel 4. Lama Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas

Kategori	n	%
Sembuh hari ke-3	1	7,14
Sembuh hari ke 5-7	6	42,8
		6
Sembuh > 7 hari	7	50
Jumlah	14	100

Sumber Data Primer 2013

e. Hubungan Asupan Kalori Ibu Nifas dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum

Tabel 5 Distribusi silang Asupan Kalori dan Lama Penyembuhan Luka Perineum

	Lama Penyembuhan Luka			Σ (%)
	Hari ke-3 (%)	Hari ke 5-7 (%)	Hari > 7 (%)	
	Asupan Kalori			
Baik	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Sedang	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Kurang	0 (0)	2 (14,29)	0 (0)	2 (29)
Defisit	1 (7,4)	4 (28,57)	7 (50)	12 (71)
Jumlah	1 (7,4)	6 (42,86)	7 (50)	14 (100)

f. Hubungan Asupan Protein Ibu Nifas dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum

Tabel 6 Distribusi silang Asupan Protein dan Lama Penyembuhan Luka Perineum

	Lama Penyembuhan Luka			Σ (%)
	Hari ke-3 (%)	Hari ke 5-7 (%)	Hari > 7 (%)	
	Asupan Protein			
Baik	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Sedang	1 (7,14)	1 (7,14)	0 (0)	2 (14,28)
Kurang	0 (0)	2 (29)	0 (0)	2 (14,29)
Defisit	0 (0)	3 (42)	7 (50)	10 (71,42)
Jml	1 (7,14)	6 (86)	7 (50)	14 (100)

Sumber Data Primer 2013

Setengah ibu nifas memenuhi asupan protein sangat kurang atau dengan kata

lain dalam kategori defisit sehingga luka perineum lebih lama sembuh.

4. PEMBAHASAN

a. Asupan Kalori dan Protein Ibu Nifas

1. Asupan Kalori Ibu Nifas

Sebagian besar ibu nifas 12 (85,71%) mencapai tingkat konsumsi antara 19,97% - 60,59 % termasuk dalam kategori defisit. Hal itu kemungkinan dipengaruhi oleh pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi ibu nifas yang meningkat 25 % dari biasa. Menurut Bahiyatun (2009) pada wanita dewasa kebutuhan kalori sebesar 2200 kkal, sedangkan untuk ibu menyusui diperlukan tambahan 700 kkal untuk 6 bulan pertama setelah melahirkan. Total makanan yang dianjurkan mengandung 50-60% karbohidrat, lemak 25-35% dari total makanan dan protein sebesar 10-15 %.

Ibu nifas asupan kalori tergolong defisit karena kurang memperhatikan makanan dikonsumsi kemungkinan dipengaruhi tingkat pendidikan. Dari 14 responden 9 (64,29%) memiliki pendidikan SMA dan 4 (28,57%) SMP, 1 (7,14%) SD. Menurut Sulistyoningih (2010) pendidikan dikaitkan pengetahuan

terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi.

Ibu nifas asupan kalori kategori kurang sebanyak 2 ibu nifas (14,29 %), hal ini dipengaruhi oleh porsi konsumsi sehari-hari. Ibu nifas tersebut makan makanan yang mengandung banyak kalori yakni pada golongan karbohidrat lebih banyak 2-3 porsi selain itu angka kecukupan energy ibu nifas juga dipengaruhi berat badan ibu nifas. Hardinsyah (2013) factor yang mempengaruhi kecukupan energi adalah berat badan.

2. Asupan Protein Ibu Nifas

Ibu nifas asupan protein tergolong defisit dikarenakan pantang makanan. Ibu nifas melakukan pantang makanan atas anjuran orang tua bahwa merupakan tradisi yang turun temurun..

Menurut Sulistyoningsih (2010) pantangan konsumsi jenis makanan tertentu dapat dipengaruhi oleh faktor budaya/ kepercayaan. Serta menurut Mas'adah (2010) ibu nifas berpantang makanan, kebutuhan akan nutrisi akan berkurang sehingga makanan yang dikonsumsi sebaiknya mengandung protein, banyak cairan, sayur-sayuran dan buah-buahan.

Menurut Boyle (2009) protein memiliki peran utama sistem kekebalan tubuh, karena membentuk sel normal dalam menghasilkan komponen seluler. Kekurangan protein akan menghasilkan sistem kekebalan tubuh rusak yang diperlukan untuk sintesis pembelahan sel penyembuhan luka. Kurangnya protein menyebabkan penurunan dalam angiogenesis yang mengurangi sintesis kolagen serta remodeling. Telur dan susu protein sangat penting perbaikan jaringan setelah kerusakan.

Menurut Morison (2012) bidan berperan aktif memberi penyuluhan memenuhi kebutuhan protein kepada ibu nifas. Menurut Sulistyoningsih (2011) protein pada bahan pangan bersumber hewani lebih tinggi dibandingkan nabati. Bahan makanan hewani sumbernya yaitu dari ikan, susu, telur, daging, unggas dan kerang.

b. Lama Penyembuhan Luka Perineum

Menurut Morison (2012) pada 0-3 hari terjadi hemostasis vasokonstriksi pembuluh darah yang rusak terjadi pada saat trombosit dibentuk dan diperkuat juga oleh serabut fibrin. Menurut Smeltzer (2013) elemen darah seperti antibody, plasma protein, elektrolit, komplemen, air

menembus spasium vaskuler. Sel basal pada pinggir luka mengalami mitosis dan menghasilkan sel anak bermigrasi. Sel epitel membentuk kuncup pada pinggiran luka menjadi sumber nutrisi pada jaringan granulasi yang baru. Dalam 10 – 12 minggu fase maturasi jaringan mencapai kekuatan maksimal.

Mayoritas ibu nifas 7 (50%) ibu nifas luka perineum sembuh > 7 hari. Karena pada hari ke-7 tepi luka perineum belum menyatu dan belum mengering. Hal ini dikarenakan kekurangan cairan kaya akan protein sehingga mengurangi kemampuan vasodilatasi dari pembuluh darah membentuk serabut bekuan pada tempat yang cidera. Tetapi sebagian ibu nifas sebanyak 6 (42,86 %) luka perineum sembuh pada hari ke 5-7.

Sesuai pendapat Dina Dewi dkk (2010) luka perineum cepat sembuh apabila luka pada hari ke-3 mulai mengering dan mulai menutup, serta pada hari ke-7 luka sudah menutup dengan baik disertai adanya jaringan parut. Sedangkan luka perineum yang dikatakan lambat sembuh apabila luka pada hari ke-3 belum mengering dan belum menutup akan tetapi baru hari ke-7 luka mulai menutup. Dalam kategori cepat-lambat kesembuhan luka ini sesuai dengan teori bahwa proses

penyembuhan luka berlangsung selama 6-7 hari.

c. Hubungan Asupan Kalori dan Protein dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum

1. Hubungan Asupan Kalori dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum

Analisa data dengan menggunakan uji statistik *Spearman Rank* didapatkan nilai ρ hitung = 0,6 dan nilai ρ tabel dengan $n = 14$ dan $d = 0,05$ adalah 0,544. Karena itu ρ hitung (0,6) lebih besar dari ρ tabel (0,544) maka hipotesis diterima artinya bahwa ada hubungan asupan kalori ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum.

Ibu dengan asupan kalori defisit luka perineum sembuh pada hari ke 5-7. Hal ini dikarenakan ibu nifas memenuhi asupan kalori. Kalori merupakan komponen awal untuk penyembuhan luka yang sangat vital. Menurut Suriadi (2007) dan Sussman (2007) pada seseorang yang mengalami luka berarti terjadi gangguan kontinuitas dan struktur jaringan tubuh. Dimana prioritas pertama tubuh adalah energi yang memadai.

Sedangkan terdapat 1 (7,4 %) ibu nifas yang asupan kalorinya defisit tetapi penyembuhan luka perineum pada hari ke-

3. Hal ini kemungkinan dipengaruhi status gizi persediaan gizi ibu waktu hamil. Diketahui dari lingkaran lengan ibu ketika hamil > 23,5 cm menunjukkan bahwa status gizi ibu termasuk normal. Menurut Boyle (2009) persediaan gizi kehamilan untuk persediaan ibu dalam penyembuhan setelah melahirkan.

2. Hubungan Asupan Protein dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum

Analisa data menggunakan uji statistik *Spearman Rank* nilai ρ hitung = 0,7758 dengan $n = 14$ dan $d = 0,05$ dan ρ tabel = 0,544. Karena ρ hitung (0,7758) > ρ tabel (0,544) maka ada hubungan asupan protein ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum. Hal ini dapat terlihat pada ibu nifas yang asupan kalori sedang penyembuhan luka perineum cepat yakni hari ke-3. Ibu nifas tersebut setiap makan mengkonsumsi makanan mengandung protein hewani.

Menurut Sussman (2007), bahan makanan yang sangat penting untuk penyembuhan luka ialah protein. Selain itu menurut Boyle (2009) protein memiliki peran utama fungsi sistem kekebalan tubuh dari asam amino. Morison (2012) asam amino diperlukan untuk sintesis protein struktural seperti kolagen berperan dalam respon imun.

Sistem endokrin dan syaraf segera menyediakan bahan bagi proses perbaikan.

Sedangkan 2 (14,29 %) ibu nifas yang asupan protein kurang luka perineum sembuh hari kelima dan ketujuh. Dan setengah (50%) yang asupan protein defisit luka perineum sembuh lebih lama yakni lebih dari 7 hari karena melakukan pantang makanan.

Menurut Mas'adah (2010) nifas yang berpantang makanan bisa menyebabkan proses kesembuhan luka perineum menjadi kurang baik, artinya sembuh sedang. Ibu nifas yang nutrisinya cukup proses penyembuhan luka perineumnya cepat dan sembuh dengan baik.

Menurut Morison (2012) defisiensi protein memperlambat penyembuhan dan luka sembuh dengan kekuatan regangan yang menyusut. Boyle (2009) kurangnya timbal balik protein menurun dalam angiogenesis dan mengurangi sintesis kolagen remodeling.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Sebagian besar ibu nifas memenuhi asupan kalori dalam kategori defisit dan Sebagian besar ibu nifas memenuhi asupan protein dalam kategori defisit.

Sebagian ibu nifas penyembuhan luka perineum lebih dari 7 hari. Ada hubungan antara asupan kalori dengan lama penyembuhan luka perineum dan ada hubungan antara asupan protein dengan lama penyembuhan luka perineum.

b. Saran

Tenaga kesehatan melakukan upaya meningkatkan kegiatan penyuluhan mengenai asupan kalori dan protein yang mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan pemberian leaflet maupun brosur.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati R dan Wulandari D. 2010 *Asuhan Kebidanan Nifas*. Mitra Cendika, Yogyakarta
- Bahiyatun. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. EGC, Jakarta
- Boyle, M. 2009. *Wound Healing in Midwifery*. Radcliffe Publising. United Kingdom
- Dina Dewi dkk. 2010 Hubungan Mobilisasi Dengan Kecepatan Kesembuhan Luka perineum Pada Ibu Postpartum Di Seluruh Wilayah Kerja Puskesmas Singosari Kabupaten Malang. Skripsi. Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.
- Dinkes Jawa Timur, 2010 *Profil Kesehatan Profinsi Jawa Timur 2010*. Dinas kesehatan Jawa Timur
- Hardinsyah dkk. 2012 *Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat*. PT. Grafindo Media Pratama, Jakarta
- Lindgren, 2011. *BMC Pregnancy and Childbirth*. Biomedical Central
- Mas'adah dkk. 2010. *Hubungan antara Kebiasaan Berpantang Makanan tertentu dengan penyembuhan luka perineum pada Ibu Nifas*. EGC. Jakarta
- Morison, M J. 2012. *Manajemen Luka*. Alih bahasa, Tyasmono AF. EGC., Jakarta
- Parlin A. 2011. *Bascom World. Seputar Rupture perineum*. <http://www.bascommetro.com/2011/12/seputar-rupture-perineum.html> [25-1-2013]
- Manuaba I G B, 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*, EGC, Jakarta,.
- Purwanti. 2010 *Diet Sehat Tanpa Lapar*. TransMedia, Jakarta
- Smeltzer. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume 2*. EGC, Jakarta
- Sulistyoningsih. 2011. *Gizi untuk kesehatan ibu dan anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Supariasa, dkk. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta :
- Suriadi. 2007. *Perawatan Luka*. Romeo Grafika, Pontianak
- Sussman, Barbara. 2007. *Wound Care*. Jakarta : EGC.