

Original Artikel

Pengaruh Pemberian Jahe Merah dan Personal Hygine terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas 0-7 Hari

Heni Nurhaeni¹, Hidayani², Agus Santi br Ginting³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Fakultas Vokasi
Universitas Indonesia Maju
Gedung HZ Jl. Harapan No.50, Lenteng Agung - Jakarta Selatan 12610
Email: bpmheni@gmail.com¹

ABSTRACT

Editor: NH

Diterima: 30/03/2023

Direview: 31/10/2023

Publish: 16/11/2023

Hak Cipta:

©2023 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional.

Latar Belakang: Penyembuhan luka perineum yang baik adalah 6-7 Hari setelah persalinan. Luka dinyatakan sembuh apabila luka kering, tidak ada kemerahan tidak ada pembengkakan, jaringan menyatu dan tidak nyeri Ketika untuk duduk dan berjalan. Salah satunya adalah pemberian jahe merah dan *personal hygine* terhadap penyembuhan luka perineum.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh jahe merah dan personal hygine terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas 0-7 hari di PMB H, Desa Nambo Ilir, Kecamatan Kibin, Kabupaten Serang Banten Tahun 2022.

Metode: Metode penelitian ini adalah metode quasi eksperimen dengan desain penelitian *pre-test and post-test control group design*, teknik sampling dengan random sampling sebanyak 20 responden dengan kriteria ibu post partum dengan robekan *pereneum grade II* di PMB H Tahun 2022. Variabel penelitian ini adalah pemberian jahe merah, *personal hygine* dan penyembuhan luka perineum. Instrumen penelitian dengan Kuesioner, analisis yang digunakan menggunakan SPSS.

Hasil: Hasil penelitian ini pada variable pemberian jahe merah terhadap penyembuhan luka nilai *p-value* 0,000 (*p-value* <0,005), dan personal hygine terhadap penyembuhan luka dengan nilai *p-value* 0,000 (*p-value* <0,005)

Kesimpulan: Variabel Jahe merah dan *personal hygine* berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas 0-7 hari di PMB H, Desa Nambo Ilir, Kecamatan Kibin, Kabupaten Serang Banten Tahun 2022.

Kata kunci: ibu nifas, jahe merah, personal hygine, penyembuhan luka perineum

Pendahuluan

Persalinan sering kali mengakibatkan perlukaan jalan lahir. Luka biasanya ringan, tetapi kadang kadang terjadinya luka yang luas dan berbahaya. Penyebab dari luka adanya robekan pada jalan lahir maupun karena episiotomy pada saat melahirkan janin. Bentuk luka perineum ada 2 macam yaitu, rupture dan episiotomy. Rupture diakibatkan oleh rusaknya jaringan karena proses desakan kepala janin, serdangkan episiotomy sebuah irisan pada perineum untuk memperlebar ukuran vagina yang dilakukan tepat sebelum keluarnya kepala bayi.¹

Penyembuhan luka perenium yang baik adalah 6- 7 Hari setelah persalinan.² Luka dinyatakan sembuh apabila luka kering, tidak ada kemerahan, tidak ada pembengkakan,

jaringan menyatu dan tidak nyeri Ketika untuk duduk dan berjalan. Perawatan perineum suatu pemenuhan kebutuhan untuk menyehatkan daerah antara paha yang dibatasi vulva dan anus pada ibu yang dalam masa antara kelahiran plasenta sampai dengan kembalinya prgan genetikseperti pada waktu sebelum hamil. Perawatan luka perineum yang dilakukan dengan baik dapat mempercepat penyembuhan luka perineum, sedangkan perawatan luka perineum yang dilakukan secara tidak benar dapat menyebabkan infeksi. Salah satu factor penyebab terjadinya infeksi nifas bisa berasal dari perlukaan jalan lahir yang merupakan media yang baik untuk berkembangnya kuman. Munculnya infeksi pada perineum dapat merambat pada saluran kandung kemih ataupun jalan lahir yang dapat berakibat munculnya komplikasi infeksi jalan lahir.³

Kejadian luka perineum dari data WHO (*World Health Organization*) di tahun 2019 pada ibu bersalin di dunia terdapat 2,7 juta kasus, dimana angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di benua Asia sendiri 50 % ibu bersalin mengalami luka perineum, 40 % diantaranya mengalami luka perineum karena kelalaian bidannya. Di Asia luka perineum juga merupakan masalah yang cukup banyak dalam masyarakat, 50 % mengalami luka perineum didunia terjadi di Asia. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami luka perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24 % sedangkan pada ibu bersalin usia 32-39 tahun sebesar 62 %. Luka perineum jadi penyebab perdarahan ibu post partum. Perdarahan postpartum menjadi penyebab utama 40% kematian ibu di Indonesia.⁴ Di Indonesia laserasi perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pada tahun 2018 menemukan bahwa dari total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan).⁵ Angka Kematian Ibu (AKI) di Kabupaten Serang pada Tahun 2018 terdapat 38 kasus, tahun 2019 terdapat 58 kasus dan tahun 2020 sebanyak 55 kasus, Adapun penyebab kematian ibu di Kabupaten Serang disebabkan oleh perdarahan 13% (Robekan perineum 3-4%), hipertensi dalam kehamilan 11%, infeksi 4%, gangguan sistem perdarahan 5% dan lain-lain 15%.⁶

Ibu nifas yang mengalami robekan pada perineum atau luka perineum sangat rentan terhadap terjadinya infeksi, karena jika luka perineum tidak dijaga dengan baik akan sangat berpengaruh terhadap infeksi dan memperlambat proses kesembuhan pada luka. Pada dasarnya kebanyakan ibu nifas yang minim akan pengetahuan tentang cara perawatan luka perineum sehingga kebanyakan ibu nifas yang tidak peduli terhadap dampaknya jika luka perineum tidak dirawat dengan baik.⁷ Pada ibu nifas yang diberikan minum jahe merah setelah 5 hari pemberian ibu nifas mengalami hampir sebagian besar ibu mengalami nyeri ringan atau intensitas nyeri berkurang setelah pemberian minum jahe merah. Jahe merah adalah varian jahe yang sangat cocok untuk herbal dengan kandungan minyak atsiri dan oleoresinnya yang lebih tinggi dibandingkan varian jahe lainnya, karena itu biasanya jahe merah bisa digunakan untuk pengobatan tradisional dan yang paling banyak diberikan adalah dalam bentuk minuman jahe Jahe merah atau yang bernama latin (*Zingiber officinale roscoe*) memiliki rimpang berwarna merah dan lebih kecil, jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang cukup tinggi.⁸

Pasien memiliki pengaruh tentang perawatan luka perineum yang cukup. Kesimpulannya ada pengaruh yang signifikan antara pengaruh pemberian jahe merah dengan ibu tentang perawatan luka perineum dengan proses penyembuhan luka. Personal hygiene merupakan usaha dalam menjaga kebersihan, kesehatan fisik dan psikis. Selama masa nifas, menjaga kebersihan diri ibu sangat penting karena bisa mengurangi sumber infeksi dan menciptakan rasa nyaman bagi ibu. *Personal hygiene* yang baik adalah menjaga kebersihan

perineum seperti mencuci kelamin dari depan ke belakang, sering mengganti pembalut, pakaian dalam dua kali sehari agar luka cepat sembuh sedangkan ibu kurang menjaga kebersihan diri setelah melahirkan. ibu kurang memperhatikan kebersihan, pembalut kurang, pakaian dalam dan ganti pakaian yang tidak tepat. Menerapkan personal hygiene untuk mencegah terjadinya infeksi, namun masih ada beberapa ibu yang tidak melakukannya dengan baik setelah melahirkan karena tidak mengetahui manfaat dan cara menjaga kebersihan diri yang baik, sehingga ibu setelah melahirkan tidak menerapkan personal hygiene dengan baik dalam kehidupan sehari-hari.⁹

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2020) menyatakan terdapat hubungan *personal hygiene* dengan proses penyembuhan luka yang terjadi diprenium pada PMB Bidan H. Ibu dengan *personal hygiene* yang buruk 6 kali lebih mungkin mengalami jaringan parut perineum dibandingkan dengan ibu dengan *personal hygiene* yang baik, dengan kata lain ibu yang kurang *personal hygiene* berisiko mengalami secara episiotomi lebih lama. Infeksi tidak hanya menghambat proses penyembuhan luka tetapi dapat juga menyebabkan kerusakan pada jaringan sel penunjang, sehingga akan menambah ukuran dari luka itu sendiri, baik panjang maupun kedalaman luka. Salah satu faktor penyebab terjadinya infeksi nifas bisa berasal dari adanya perlukaan jalan lahir yang merupakan media yang baik untuk berkembangnya kuman. Oleh sebab itu sebagian besar ibu post partum tidak banyak mengetahui cara perawatan luka perineum. jika tidak dilakukan perawatan dengan baik dan benar maka akan dapat menyebabkan infeksi. Munculnya infeksi pada perineum dapat merambat pada saluran kandung kencing ataupun pada jalan lahir yang dapat berakibat munculnya komplikasi infeksi jalan lahir.¹⁰

Faktor yang memengaruhi perawatan perineum antara lain adalah pemberian jahe merah, obat-obatan, keturunan, sarana dan prasarana, budaya dan keyakinan. Perilaku kebersihan (hygiene) dalam perawatan luka perineum untuk mencegah agar luka tidak mengalami infeksi.¹ Faktor pemberian jahe merah akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka perineum karena Jahe merah sama efektifnya dengan asam mefenamat (mefenamic acid). Apabila pemberian jahe merah dalam satu minggu diberikan selama 4 kali sehingga akan mempercepat terhadap penyembuhan luka perineum.¹¹ Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Qiftiyah dan Qonitun (2021) diperoleh hasil penelitian bahwa ibu post partum dengan rupture dan pemberian jahe merah.³

Penyebab Terjadinya luka perineum adalah paritas, jarak kelahiran dan berat badan bayi, pimpinan persalinan tidak sebagaimana mestinya, riwayat persalinan. ekstraksi vakum, trauma alat dan episiotomy.¹¹ Dampak buruk yang dapat ditimbulkan dari penyembuhan luka perenium pada periode tersebut yaitu 30 % penyembuhan luka terlalu lama , 50 % rasa nyeri. Dampak bagi orang lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu adalah 30 % Duduk tidak nyaman, 25 % hubungan seksual merasa takut.¹⁰ Upaya yang dilakukan untuk perawatan luka perenium yaitu selalu 35% jaga kebersihan area vagina, 20 % hindari menggunakan tampon dalam masa perawatan luka perenium, 25 % minum banyak air putih, 15 % hindari hubungan seks untuk sementara waktu, 15 % lakukan Latihan *pelvic floor*. Berbagai kajian menunjukkan penerapan pola hidup bersih seperti kebiasaan cuci tangan yang meningkat berkolerasi dan menurunnya angka kasus penyembuhan luka perenium yang menjadi salah satu penyebab.¹²

Berdasarkan study pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2022 di PMB H terdapat 20 persalinan normal dengan 50% mengalami robekan perineum. Peneliti tertarik untuk masalah tersebut untuk penelitian yaitu “Pengaruh pemberian jahe merah dan personal

hygiene terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas 0 – 7 hari di PMB H. Desa Nambo Ilir Kecamatan Kibin Kabupaten Serang -Banten tahun 2022”

Metode

Metode penelitian ini adalah metode quasi eksperimen dengan desain penelitian *pre-test and post-test control group design*, teknik sampling dengan *simple random sampling* sebanyak 20 responden dengan kriteria ibu post partum dengan robekan *pereneum grade II* di PMB H Tahun 2022. Variabel penelitian ini adalah pemberian jahe merah, *personal hygiene* dan penyembuhan luka perineum. Instrumen penelitian dengan Kuesioner, analisis yang digunakan menggunakan SPSS.

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Responden berdasarkan pemberian jahe merah dan perlakuan *personal hygiene* terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB H Tahun 2022

Variabel	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Jahe Merah		
Tidak Sembuh	1	5
Sembuh Sedang	10	50
Sembuh	9	45
Personal hygiene		
Tidak Sembuh	6	30
Sembuh Sedang	11	55
Sembuh	3	15

Dari hasil penelitian (tabel 1). menunjukkan bahwa pemberian jahe merah terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB H tahun 2022 dari 20 responden, ada sebanyak 1 responden (5%) tidak sembuh, sebanyak 10 responden (50%) sembuh sedang, dan sebanyak 9 responden (45%) sembuh. Dan untuk perlakuan *personal hygiene* menunjukkan bahwa dari 20 responden, ada sebanyak 6 responden (30%) tidak sembuh, sebanyak 11 responden (55%) sembuh sedang, dan sebanyak 3 responden (15%) sembuh. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian jahe merah masih dilakukan untuk penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB H tahun 2022.

Analisis Bivariat

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Jahe Merah dan Personal Hygine terhadap Penyembuhan Luka Perenium pada Ibu Nifas 0-7 Hari di PMB H, Desa Nambo Ilir, Kecamatan Kibin, Kabupaten Serang-Banten Tahun 2022

Variabel	Sembuh (%)	Sembuh Sedang (%)	Tidak Sembuh (%)	Total (%)	p-value
Pemberian Jahe	0 (0%)	0 (0%)	20 (100%)	20 (100%)	0,000
	9 (45%)	10 (50%)	1 (5%)	20 (100%)	
Personal Hygine	0 (0%)	0 (0%)	20 (100%)	20 (100%)	0,000

<i>Post-test</i>	3 (15%)	11 (55%)	6 (30%)	20 (100%)
------------------	---------	----------	---------	--------------

Berdasarkan tabel 2 pada variabel pemberian jahe dapat dilihat bahwa sebelum pemberian jahe luka yang tidak sembuh sebesar 100% (20 responden). Sedangkan setelah pemberian jahe ibu nifas yang sembuh sebesar 45% (9 responden), ibu nifas yang sembuhnya sedang sebesar 50% (10 responden) dan ibu nifas yang tidak sembuh sebesar 5% (1 responden). Hasil uji statistik pada variabel Pemberian Jahe diperoleh nilai *p-value* 0,000 (*p-value* $\leq 0,05$) maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Pemberian Jahe Merah berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB H.

Analisis bivariat berikutnya yaitu pengaruh *personal hygiene*. Dari hasil analisa diketahui setelah dilakukan *personal hygiene* ibu nifas yang sembuh sebesar 15% (3 responden), ibu nifas yang sembuh sedang sebesar 55% (11 responden) dan ibu nifas yang tidak sembuh sebesar 30% (6 responden). Hasil uji statistik pada variabel *personal hygiene* diperoleh nilai *p-value* 0,000 (*p-value* $\leq 0,05$) maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *personal hygiene* berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum.

Pembahasan

Pengaruh Pemberian Jahe Merah terhadap Penyembuhan Luka Perineum

Berdasarkan hasil uji statistic didapatkan bahwa ada 1 (5%) ibu nifas yang tidak sembuh, dan 10 (50%) ibu nifas yang sembuh sedang, dan 9 (45%) ibu nifas yang sembuh. Hasil uji statistic pada variable pemberian jahe merah diperoleh nilai *p-value* $\leq 0,05$) maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian jahe merah berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di PMB H.

Therapy dalam perawatan luka dapat menggunakan *therapy* farmakologi yaitu obat-obatan maupun non farmakologi yaitu dengan bahan herbal. Salah satu bahan herbal yang dapat membantu proses dalam penyembuhan luka yaitu jahe merah. Jahe Merah mengandung Shagaol yang dapat mempercepat proses inflamasi, jahe merah juga mengandung minyak atsiri dan oleoresinya yang lebih tinggi dibandingkan varian jahe lainnya, karena itu biasanya jahe merah bisa digunakan untuk pengobatan tradisional dan yang paling banyak diberikan adalah dalam bentuk minuman jahe. Jahe merah atau yang Bernama latin (*Zingiber officinale roscoe*) memiliki rimpang berwarna merah dan lebih kecil, jahe merah memiliki kandungan minyak astir yang cukup tinggi.³ Penelitian ini sejalan penelitian Qiftiyah, (2021) salah satu farmakologi untuk mengurangi nyeri adalah dengan meminum jahe merah karena jahe merah sama efektifnya dengan asam fenamat (*Fenamamic acid*) dan ibu propen untuk mengurangi segala nyeri pada Wanita termasuk nyeri pada luka perineum.³

Menurut asumsi peneliti pemberian Jahe merah dapat mengurangi nyeri, karena jahe memiliki kandungan minyak atsiri seperti gingerols, shoagals, dan zingerone yang cukup tinggi yang berfungsi untuk menurunkan rasa nyeri. Kandungan Shagaol yang terdapat pada jahe merah juga dapat mempercepat proses inflamasi, Inflamasi merupakan reaksi sistem kekebalan tubuh alami untuk melawan serangan penyakit. Hal ini merupakan respons biologis terhadap sinyal bahaya yang menghampiri tubuh. Dengan adanya proses inflamasi, penyembuhan luka perineum menjadi lebih cepat

Pengaruh *Personal Hygiene* terhadap Penyembuhan Luka Perineum

Setelah dilakukan *personal hygiene* ibu nifas yang sembuh sebesar 3 (15%) , dan ibu nifas yang sembuh sedang sebesar 11 (55%), dan ibu nifas yang tidak sembuh sebesar 6 (30%). Hasil uji statistik pada variabel *personal hygiene* diperoleh nilai *p-value* 0,000 (*p-value* $\leq 0,05$) maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *personal hygiene* berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum.

Personal Hygiene yang bisa dilakukan oleh ibu nifas untuk menjaga kebersihan diri yaitu mandi, menggosok gigi, menjaga kebersihan mulut, menjaga kebersihan rambut dengan keramas, menjaga kebersihan pakaian, dan menjaga kebersihan kaki, kuku, telinga, mata dan hidung. Selain itu juga mencuci tangan sebelum memegang payudara, setelah mengganti popok bayi, setelah buang air besar dan kecil dan sebelum memegang atau menggendong bayi. Selain itu yang paling penting yaitu *personal hygiene* tentang membersihkan vagina.¹³ Kebersihan vagina ibu membantu mengurangi sumber infeksi. Bagi ibu yang mengalami luka perineum dianjurkan untuk membersihkan luka setiap hari, pada saat buang air besar ataupun buang air kecil dianjurkan ibu cebok yang bersih dan keringkan menggunakan tissue ataupun kain yang bersih dan sering-sering mengganti pembalut, jangan sampai lembab karena jika perineum atau vagina lembab bisa mengundang banyak bakteri dan kemungkinan besar untuk terjadinya infeksi pada luka, selain itu juga *personal hygiene* yang baik dapat membantu luka cepat sembuh.¹⁴

Hasil penelitian ini sejalan dengan peneliti yang dilakukan oleh Triyani (2021) yang menyatakan adanya pengaruh *personal hygiene* dengan penyembuhan luka perineum. salah satu masalah yang terjadi pada penelitian ini yaitu ibu-ibu tidak ingin melakukan *personal hygiene* karena takut jahitannya terbuka kembali dan perih. *personal hygiene* adalah menjaga kebersihan, selama masa nifas menjaga kebersihan diri sangat penting karena mengurangi infeksi dan rasa nyaman bagi ibu.¹⁵

Menurut asumsi peneliti, *personal hygiene* kebersihan diri dapat membantu mengurangi sumber infeksi. *Personal hygiene* merupakan usaha dalam menjaga kebersihan, kesehatan fisik dan psikis. Selama masa nifas, menjaga kebersihan diri pada ibu sangat penting terutama menjaga kebersihan vagina agar tetap kering, terutama pada ibu dengan luka perineum, karena jika vagina lembab bisa mengundang banyak bakteri dan kemungkinan besar untuk terjadinya infeksi pada luka lebih besar.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 20 responden mengenai Pengaruh Jahe Merah dan *Personal Hygiene* terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas 0-7 Hari di PMB H Desa Namvo Ilir Kecamatan Kibin Tahun 2022. Diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Terdapat 45% ibu nifas yang sembuh terhadap pemberian jahe merah dan terdapat 15% ibu nifas yang sembuh terdapat *personal hygiene* Terdapat 50% ibu nifas yang sembuh sedang terhadap pemberian jahe merah dan terdapat 55% ibu nifas yang sembuh sedang terhadap *personal hygiene*. Ibu nifas yang tidak sembuh 5% terhadap pemberian jahe merah dan terdapat 30% yang tidak sembuh terhadap *personal hygiene*. Ada pengaruh pemberian jahe merah dan *personal hygiene* terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas 0-7 hari.

Konflik Kepentingan

Penelitian ini terbebas dari konflik kepentingan manapun.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penelitian ini baik secara moril maupun materiil.

Pendanaan

Pendanaan bersumber dari pribadi peneliti.

Daftar Pustaka

1. Medan N dewi sartika (kesehatan belvia. hubungan pengetahuan ibu postpartum dengan perawatan luka perineum dengan proses penyembuhan luka. *J Kebidanan*. 2018;
2. Marmi. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2017.
3. Qiftiyah M, Qonitun U. Pengaruh pemberian minum jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri luka perineum pada ibu nifas di BPM Permata Bunda Tuban. *J Kebidanan*. 2021;10(2):161.
4. WHO (World Health Organization. WHO (World Heal Organ. 2019;1.
5. depkes. ruptrur perineum. *ruptur perineum*. 2018;1(3):6.
6. Dinkes kabupaten serang. data luka perineum. 2018;
7. Suryati. pemanfaatan popolis dalam penyembuhan luka peremim pada ibu postpartum di. *ilmu Kesehat*. 2020;
8. Ramadhan. pelayanan bidan komplementer. syriah kuala university press. 2018. 70–75 p.
9. Hayati F. Personal Hygiene pada Masa Nifas. *J Abdimas Kesehat*. 2020;2(1):4–8.
10. E H. faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum polteks kemenkes semarang. *J Kebidanan*. 2020;
11. Rukiyah A Y YL. *asuhan kebidanan IV (patologis kebidanan)*. jakarta: cetakan pertama trans info media; 2018.
12. Manuntingi AE, Irmayanti I, Ratna R. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lamanya Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Ruang Perawatan Rumah Sakit Mitra Manakarra Mamuju. *Nurs Insid Community*. 2019;1(3):96–103.
13. Fatihatul Hayati. Personal hygiene pada masa nifas. *J Abdimas Kesehat*. 2020;2(1):4–8.
14. Tulas V, Kundre R, Bataha Y. Hubungan perawatan luka perineum dengan perilaku personal hygiene ibu post partum di rumah sakit pancaran kasih Gmim Manado. *J Keperawatan UNSRAT*. 2017;5(1):104712.
15. Triyani Y, Wittiarika ID, Hardianto G. Faktor Yang Mempengaruhi Proses Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Rsud Serui, Papua Factors Influencing The Process Of Perineal Wound Healing In Postpartum Women In Serui Hospital, Papua.