

BAB I

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa pemulihan yang dilalui oleh setiap wanita setelah melahirkan. Pada masa tersebut dapat terjadi komplikasi persalinan baik secara langsung maupun tidak langsung. Masa nifas ini berlangsung sejak plasenta lahir sampai dengan 6 minggu setelah kelahiran atau 42 hari setelah kelahiran. Masa nifas ini merupakan masa yang cukup penting bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk selalu melakukan pemantauan karena pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah, bahkan dapat berlanjut pada komplikasi masa nifas. (Islami dan Aisyaroh, 2020).

Infeksi postpartum merupakan komplikasi pada masa nifas disebabkan adanya luka pada jalan lahir seperti perineum, servik dan luka bekas implantasi plasenta. Perlukaan perineum dan servik bisa terjadi dikarenakan ibu bersalin sebelum pembukaan lengkap sudah dipimpin mengejan, bayi besar dan episiotomy. Robekan jalan lahir terjadi pada persalinan dengan trauma. Pertolongan persalinan yang semakin manipulative dan traumatic akan memudahkan robekan jalan lahir dan karena itu dihindari memimpin persalinan pada saat pembukaan serviks belum lengkap. Robekan jalan lahir biasanya akibat episiotomi, robekan spontan perineum, trauma forceps atau vakum ekstraksi atau karena ekstraksi (Putri Aprita et.al.2022)

Luka perineum merupakan robekan yang terjadi pada saat bayi lahir baik secara spontan maupun dengan menggunakan alat atau tindakan. Robekan perineum umumnya terjadi pada garis tengah dan bisa menjadi luas apabila kepala janin lahir terlalu cepat. Proses penyembuhan luka perineum terdapat beberapa cara dengan non farmakologi dengan cara istirahat yang cukup, menjaga kebersihan diri, mobilisasi, melakukan senam kegel, kompres air hangat, minum rebusan daun sirih dan mengkonsumsi makanan yang mengandung protein tinggi. Protein di dapatkan pada makanan, daging, telur dan ikan. Semua jenis ikan adalah sumber protein yang sangat baik. Ikan gabus diketahui sebagai ikan dengan kandungan gizi dan protein yang lebih banyak dari ikan jenis lainnya. Selain itu, keunggulan ikan gabus

memiliki protein yang tinggi, kadar protein per 100 gram ikan gabus setara dengan ikan bandeng (Violita, 2019).

Ikan gabus merupakan salah satu jenis ikan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung 70% protein dan 21% albumin, ikan gabus juga mengandung asam amino yang lengkap serta *mikronutrien zinc, selenium* dan *iron, alisin, alil sulfide* dan *furostanoglikosida*, sehingga sangat berfungsi sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak sehingga penyembuhan luka akan berlangsung lebih cepat. Dengan tingginya kandungan protein dan albumin, ikan gabus dapat digunakan untuk proses penyembuhan luka (Surjantini & Siregar, 2018).

Selain itu, ada beberapa alternatif non farmakologi lainnya yang dapat menyembuhkan luka perineum ibu postpartum, diantaranya yaitu daun binahong, putih telur, kompres dingin, dan lain sebagainya. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Indrayani et al., 2020, tanaman daun binahong mengandung antiseptik yang mampu membunuh kuman dan dapat meningkatkan daya tahan terhadap infeksi serta mempercepat penyembuhan luka. Selanjutnya, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lestari et al., 2021, berbagai kandungan dalam sebutir telur telah diuji dari berbagai sumber bahwa putih telur lebih baik untuk fokus membantu proses penyembuhan luka karena terdapat kandungan albumin dan tidak ada kandungan lemak yang terdapat pada putih telur seperti yang ada pada kuning telur. Kemudian, berdasarkan riset yang dilakukan oleh et al., 2024, kompres dingin merupakan metode alternative pengobatan non farmakologi dalam penggunaan suhu rendah yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologi, antara lain untuk mengurangi rasa nyeri termasuk nyeri luka perineum yang mengalami kerusakan karena kompres dingin terdapat efek anastesi yang dapat memperlambat perkembangan bakteri.

Buku saku merupakan buku berukuran kecil yang mana berisi informasi yang dapat disimpan dalam saku sehingga mudah dibawa kemana-mana. Buku saku dicetak dengan ukuran yang kecil agar lebih efisien dan praktis. Selain itu, buku saku di design dengan menarik sehingga membuat pembacanya tidak bosan.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat media edukasi berupa buku saku dengan judul “Manfaat Pemberian Ikan Gabus pada Pnyembuhan Luka

Perineum Ibu Postpartum”. Dengan dibuatnya buku saku ini, diharapkan dapat menjadi bahan edukasi terhadap ibu Postpartum tentang manfaat ikan gabus untuk penyembuhan luka perineum.