

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas merupakan periode penting yang dimulai sejak keluarnya plasenta hingga organ reproduksi ibu kembali ke kondisi semula sebelum kehamilan, yang umumnya berlangsung selama 6 minggu atau 40 hari. Pada masa ini, ibu sering mengalami robekan jalan lahir akibat episiotomi, robekan spontan, atau penggunaan alat bantu persalinan seperti vakum ekstraksi dan forceps. Kondisi ini memerlukan penanganan yang tepat untuk mencegah infeksi dan mempercepat penyembuhan luka (Aldesta, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 mencatat sekitar 6,3 juta kasus robekan perineum di seluruh dunia, dan hampir 50% di antaranya terjadi di wilayah Asia (Jannah, 2020). Di Indonesia, Kementerian Kesehatan (2021) melaporkan bahwa sekitar 83% ibu yang bersalin pervaginam mengalami ruptur perineum, dengan 42% akibat episiotomi dan 38% karena robekan spontan. Data ini menunjukkan bahwa robekan perineum merupakan masalah yang umum terjadi dan perlu perhatian serius, terutama dalam penanganan pascapersalinan.

Puskesmas Kertamukti turut mencatat bahwa pada tahun 2023, sebanyak 33,3% ibu bersalin mengalami robekan jalan lahir (Kemenkes RI, 2022). Angka ini menunjukkan bahwa pelayanan pasca persalinan, terutama dalam hal pemulihan luka perineum, masih menjadi tantangan di tingkat layanan primer. Untuk mempercepat penyembuhan luka tersebut, tenaga kesehatan perlu memastikan pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu nifas secara optimal. Menurut Kemenkes RI (2020), kebutuhan energi harian ibu nifas berkisar antara 2.800 hingga 3.800 kalori, dengan kebutuhan protein sekitar 64 gram per hari.

Sebagai sumber protein hewani, ikan gabus (*Channa striata*) memiliki potensi besar dalam mendukung penyembuhan luka. Dalam setiap 100 gram ikan gabus, terdapat sekitar 25,2 gram protein serta kandungan albumin, asam amino esensial, zinc, selenium, dan zat besi yang dapat mempercepat regenerasi jaringan dan mengurangi peradangan (Aldesta, 2021). Penelitian

yang dilakukan oleh Rahmayani, dkk (2021) menunjukkan bahwa ekstrak ikan gabus dapat meningkatkan kadar albumin darah, yang berperan penting dalam mempercepat proses penyembuhan luka. Sementara itu, penelitian Sari, dkk (2022) membuktikan bahwa pemberian sup ikan gabus secara rutin dapat mempercepat penyembuhan luka perineum dan menurunkan risiko infeksi pada ibu nifas.

Selain dukungan nutrisi, edukasi kesehatan yang tepat juga memegang peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu nifas dalam merawat luka. Dalam hal ini, bidan sebagai tenaga kesehatan memiliki tanggung jawab untuk memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) secara efektif. Salah satu media yang terbukti efektif dalam menyampaikan KIE adalah buku saku. Hidayah dan Sopiyan (2020) menjelaskan bahwa buku saku memiliki keunggulan karena bentuknya kecil, ringan, dan mudah dibawa, sehingga memungkinkan ibu untuk membaca dan memahami informasi kesehatan kapan saja. Buku saku juga membantu ibu mengingat kembali informasi penting yang mungkin lupa disampaikan saat pelayanan langsung.

Dengan demikian, pemanfaatan media buku saku yang memuat informasi tentang perawatan luka perineum serta pentingnya konsumsi makanan bergizi seperti ikan gabus diharapkan dapat meningkatkan pemahaman ibu nifas dan mendukung proses penyembuhan yang optimal.