
HUBUNGAN POLA NUTRISI IBU POST PARTUM DENGAN PENYEMBUHAN LUKA JAHITAN PERINEUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAJULMATI KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2014

Elita Endah¹⁾

Shoraya Rizkyana²⁾

1) Dosen STIKES Banyuwangi

2) Mahasiswa STIKES Banyuwangi

ABSTRAK

Status gizi dan penurunan kadar protein akan mempengaruhi penyembuhan luka. Makanan yang bergizi dan sesuai porsi akan menyebabkan ibu dalam keadaan sehat dan segar dan akan mempercepat masa penyembuhan luka perineum pada masa nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola nutrisi ibu post partum dengan penyembuhan luka jahitan perineum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati Kabupaten Banyuwangi. Metode penelitian yang digunakan adalah desain *Cross Sectional*. Rancangan penelitian *Korelasional* dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*. Data yang diperoleh dianalisis dengan *Editing, Coding, Scoring* dan *Tabulating* menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai *Asymp. sig (2-tailed) = 0,000* dan nilai $\alpha = 0,05$. Oleh karena nilai *Asymp. sig (2-tailed) < nilai α (0,05)*, maka H_0 ditolak, berarti ada hubungan antara pola nutrisi ibu post partum dengan penyembuhan luka jahitan perineum. Dari hasil penelitian ini, diharapkan ibu post partum dapat memenuhi nutrisi agar kesembuhan luka semakin cepat, serta faktor penting lain yaitu perawatan luka juga harus diperhatikan agar luka terjaga kebersihannya dan terhindar dari infeksi yang menghambat penyembuhan luka jahitan perineum.

Kata Kunci: *pola nutrisi, ibu post partum, penyembuhan luka jahitan perineum*

PENDAHULUAN

Masa post partum atau nifas adalah masa sesudah persalinan dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhirnya ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil, masa nifas berlangsung selama 6 minggu (Saiffudin, 2002). Pada masa nifas perlu mendapatkan perawatan sejak kala uri dengan menghindarkan adanya kemungkinan-kemungkinan komplikasi masa nifas. Karena sering kali terjadi laserasi baik pada *primigravida* maupun

pada *multigravida*. Bila ada laserasi jalan lahir atau luka bekas *episiotomi*, perlu dilakukan penjahitan dan perawatan luka dengan sebaik-baiknya agar tidak terjadi infeksi. *Laserasi* jalan lahir atau luka *episiotomi* adalah suatu tindakan *incisi* pada *perineum* yang menyebabkan terpotongnya selaput lendir *vagina*, cincin selaput dara, jaringan pada *septum retrovaginal*, otot-otot dan *fascia perineum* dan kulit sebelah depan *perineum* (Sarwono, 2005:171).

Pola makan atau nutrisi adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu (Sri Karjati, 1985:73). Pada masa nifas masalah diet perlu mendapat perhatian yang serius, karena dengan nutrisi yang baik dapat mempercepat penyembuhan ibu dan sangat mempengaruhi susunan air susu.

Di Jawa Timur, AKI pada tahun 2007 sebesar 137 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini mengalami penurunan dari tahun 2004 149 per 100.000 kelahiran hidup (Dinkes Jatim, 2007). Penyebab kematian maternal yaitu perdarahan (28%), eklampsia (24%), infeksi (11%), komplikasi masa purperium (8%), abortus (5%). Persalinan lama/macet (5%), emboli obstetri (3%). Lain-lain (11%). (Depkes, 2008).

Infeksi luka perineum, termasuk insisi episiotomi dan laserasi yang sudah dijahit relatif jarang dibandingkan dengan derajat pencemaran bakteri yang terjadi pada kelahiran normal. Sweet dan Ledger (1973) melaporkan hanya 21 kasus episiotomi yang terinfeksi (0,35%) diantara hampir 6000 persalinan pervaginam di *the University of Michigan* dan *Wayne County Hospital*. Walaupun jarang, infeksi luka episiotomi tetap dapat menyebabkan syok septik yang membahayakan nyawa (Soltesz dkk., 1999).

Sementara itu hasil survey awal yang dilakukan di beberapa BPS wilayah kerja Puskesmas Bajulmati pada bulan Juli 2014, dari 18 orang pasien postpartum dengan luka laserasi jalan lahir. Dari hasil pengkajian, diperoleh 5 orang pasien

postpartum yang mengalami keterlambatan penyembuhan luka.

Sobekan perineum dan laserasi biasanya pulih dalam satu minggu setelah melahirkan, walaupun area tersebut masih tetap sensitive dalam waktu yang lebih lama (Henderson, 2005). Sebagai contoh vitamin A diperlukan untuk membantu proses epitelisasi atau penutupan luka dan sintesis kolagen, vitamin B kompleks sebagai kofaktor pada system enzim yang mengatur metabolisme pada protein, karbohidrat dan lemak, vitamin C dapat berfungsi sebagai fibroblast dan mencegah adanya infeksi serta membentuk kapiler-kapiler darah dan vitamin K membantu sintesis protombin dan berfungsi sebagai zat pembekuan darah.

Dalam proses penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu postpartum, diet yang diberikan harus bermutu, bergizi tinggi, cukup kalori, tinggi protein, dan banyak mengandung cairan (Saleha, 2009).

Pengetahuan masyarakat tentang kebutuhan gizi pada masa nifas kurang sesuai dengan aturan pemenuhan gizi yang baik dan seimbang. Masyarakat masih mempercayai adanya pantang makanan, mereka menerima dan menolak jenis makanan tertentu. Adanya pantangan terhadap makanan tertentu dalam masyarakat disebabkan karena kuatnya pengaruh sosial budaya terhadap kebiasaan sehari-hari.

Orang tua zaman dahulu mengatakan bahwa ibu dalam masa nifas dilarang memakan ikan karena makanan tersebut hanya akan menyebabkan darah nifas berbau busuk, tidak cepat kering serta menyebabkan gatal pada kulit. Selain itu, ibu nifas dilarang makan sayur karena

makanan tersebut dianggap dapat mengakibatkan lemah sendi (Alex, 2008).

Padahal kepercayaan itu salah besar dalam proses penyembuhan luka jahitan perineum memerlukan nutrisi terutama protein untuk membantu proses penggantian jaringan yang mati atau rusak dengan jaringan yang baru dengan jalan regenerasi (Mawardi, 2002).

Ibu post partum perlu diberikan konseling tentang masa nifas dan pantang terhadap makanan serta pengaruhnya terhadap penyembuhan luka perineum maupun yang lainnya sehingga diharapkan pengetahuan ibu dapat ditingkatkan terutama oleh petugas kesehatan dalam memberikan motivasi yang positif terhadap ibu.

METODE

Desain penelitian adalah sesuatu yang vital dalam penelitian yang memungkinkan memaksimalkan suatu kontrol beberapa faktor yang bisa mempengaruhi validasi suatu hasil (Nursalam, 2003).

Jenis rancangan penelitian yang digunakan adalah korelasional yaitu mengkaji hubungan antara variabel. Peneliti dapat mencari, menjelaskan suatu hubungan, memperkirakan dan menguji berdasarkan teori yang ada. Hubungan korelatif mengacu pada kecenderungan bahwa variasi suatu variabel diikuti oleh variasi variabel yang lain. (Notoatmodjo, 2010).

Berdasarkan tujuan penelitian, desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/ observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Pada jenis ini, variabel independen dan dependen dinilai secara

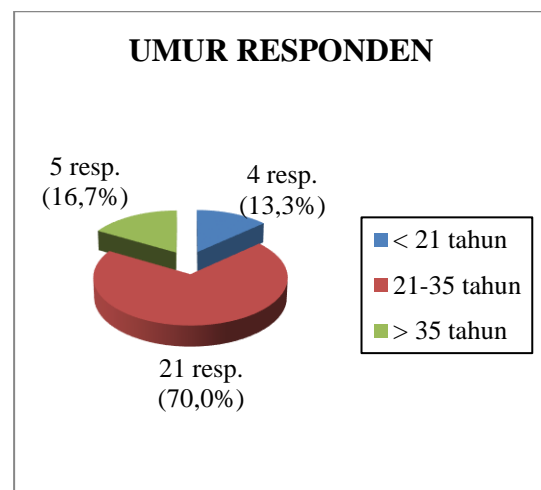
simultan pada suatu saat. Dengan studi ini akan diperoleh prevalensi atau efek suatu fenomena (variabel independen) dihubungkan dengan penyebab (variabel dependen) (Notoatmodjo, 2010).

Pengambilan sampel bukan secara acak atau *non probability sampling* adalah pengambilan sampel yang tidak didasarkan atas kemungkinan yang dapat diperhitungkan, tetapi semata-mata hanya berdasarkan kepada segi-segi kepraktisan belaka (Notoatmodjo, 2005). Teknik Sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Sebagian ibu nifas dengan luka jahitan perineum yang berada di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati yang memenuhi kriteria inklusi, sejumlah 30 orang.

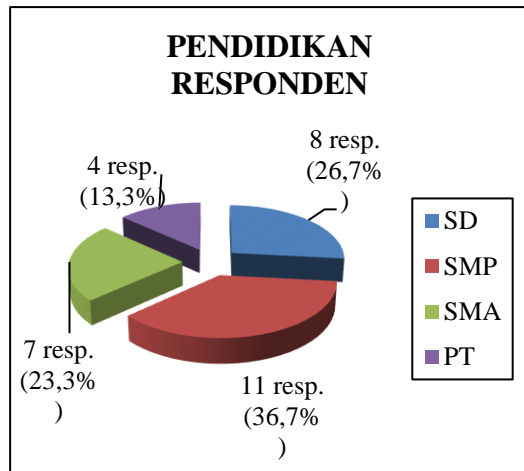
HASIL

Diagram 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur



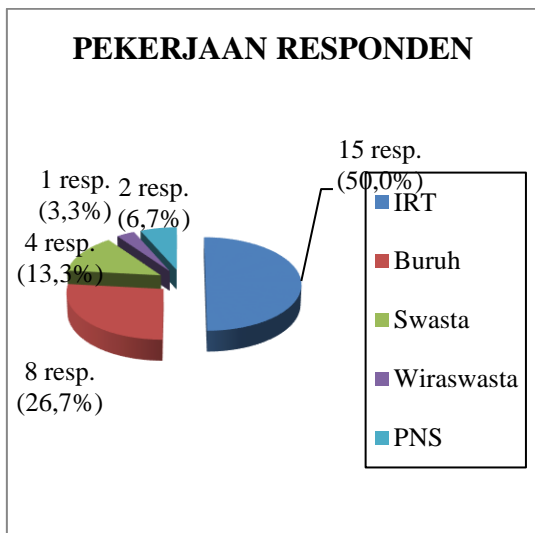
Berdasarkan diagram 1 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 21 – 35 tahun sejumlah 21 responden (70,0%)

Diagram 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan



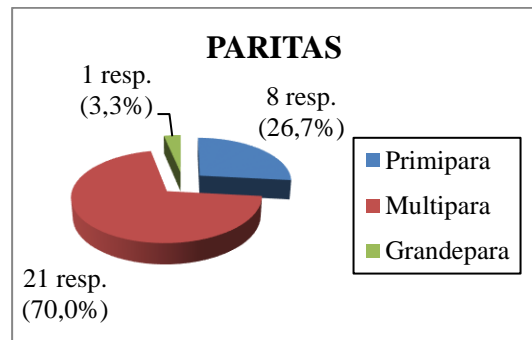
Berdasarkan diagram 2 di atas diketahui bahwa hampir setengahnya responden berpendidikan SMP sejumlah 11 responden (36,7%)

Diagram 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan



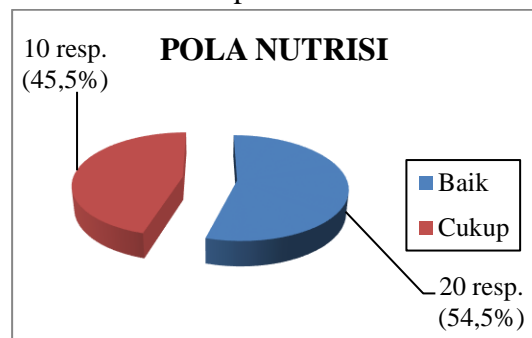
Berdasarkan diagram 3 di atas diketahui bahwa setengahnya responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sejumlah 15 responden (50,0%).

Diagram 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas



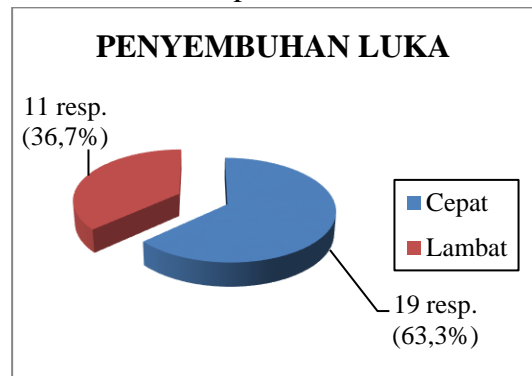
Berdasarkan diagram 4.4 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden multipara sejumlah 21 responden (70,0%)

Diagram 5. Pola Nutrisi Pada Ibu Postpartum



Berdasarkan diagram 5 di atas diketahui bahwa sebagian besar pola nutrisi ibu post partum kategori baik sebanyak 20 responden (54,5%).

Diagram 6. Penyembuhan Luka Jahitan Perineum pada Ibu Postpartum



Berdasarkan diagram 6 di atas diketahui bahwa sebagian besar penyembuhan luka jahitan perineum pada

ibu post partum kategori cepat sebanyak 19 responden (63,3%).

Tabel 1. Hubungan antara Pola Nutrisi Ibu Post Partum dengan Penyembuhan Luka Jahitan Perineum

Pola Nutrisi	Penyembuhan luka				Total	
	Cepat		Lambat		N	%
	N	%	N	%		
Baik	18	90	2	10	20	100
Cukup	1	10	9	90	10	100
Kurang	0	0	0	0	0	0
Total	19		11		30	

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa mayoritas pola nutrisi yang baik dan penyembuhan luka cepat didapatkan sebanyak 18 responden (90%).

PEMBAHASAN

1. Pola nutrisi pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati tahun 2014

Berdasarkan diagram 4 di atas diketahui bahwa sebagian besar pola nutrisi ibu post partum kategori baik sebanyak 20 responden (54,5%).

Nutrisi atau gizi adalah zat yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolisme. Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama apabila ibu menyusui akan meningkat 25%. Gizi tersebut berguna untuk proses kesembuhan setelah melahirkan dan untuk memproduksi air susu yang cukup bagi bayi (Ambarwati, 2010).

Kebutuhan nutrisi pada ibu bisa diatur dengan pola menu makanan yang sehat (Proverawati, 2009). Pada dasarnya menu makanan untuk ibu nifas, tidak banyak berbeda dari menu sebelum nifas. Ibu nifas dianjurkan untuk: makan dengan

diet berimbang, cukup, karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, mengkonsumsi makanan tambahan, nutrisi 800 kalori/hari pada bulan pertama, 6 bulan selanjutnya 500 kalori dan tahun kedua 400 kalori. Asupan cairan 3 liter/hari, 2 liter di dapat dari air minum dan 1 liter dari cairan yang ada pada kuah sayur, buah dan makanan yang lain, mengkonsumsi tablet besi 1 tablet tiap hari selama 40 hari, mengkonsumsi vitamin A 200.000 iu. Pemberian vitamin A dalam bentuk suplementasi dapat meningkatkan kualitas ASI, meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan kelangsungan hidup anak (Suherni, 2009).

Hasil penelitian menunjukkan pola nutrisi ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati kategori baik. Hal ini tidak terlepas dari adanya pendidikan kesehatan yang diperoleh responden saat melakukan ANC di puskesmas.

Dengan melakukan pemeriksaan rutin selama kehamilannya, ibu sering mendapatkan informasi dan nasehat-nasehat dari petugas kesehatan (bidan) agar proses kehamilan dan persalinan dapat berjalan lancar, terutama mengenai

menu makanan seimbang. Dengan memperhatikan pola makanan ini, ketersediaan gizi ibu dan janin dapat tercukupi dengan baik, karena asupan nutrisi yang dikonsumsi ibu juga digunakan oleh janinnya. Jika nutrisi yang dikonsumsi ibu tidak tersedia dengan baik, dapat mempengaruhi pemulihan kondisi tubuh ibu setelah melahirkan serta dapat berdampak pada perkembangan janin dan setelah lahir anak mudah mengalami sakit dan infeksi.

Menurut Sulistyoningsih (2011), menjelaskan pola makan yang terbentuk sangat erat kaitannya dengan kebiasaan makan seseorang. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan.

Mudah tidaknya responden mengadopsi informasi yang diberikan petugas kesehatan mengenai nutrisi yang seimbang ini, dipengaruhi tingkat pendidikan.

Berdasarkan diagram 2 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMP sejumlah 11 responden (36,7%).

Pendidikan kesehatan untuk mempersiapkan kehamilan menjadi penting, karena pendidikan kesehatan dapat mendorong seseorang memiliki kemampuan optimal yang berupa pengetahuan, perubahan sikap dan tindakan (Notoatmodjo, 2003).

Berdasarkan fakta dan teori di atas dapat diketahui bahwa walaupun pendidikan formal responden sebagian besar hanya SMP, namun karena adanya pendidikan kesehatan yang diberikan petugas kesehatan saat responden melakukan ANC secara rutin maka pengetahuan, sikap dan perilaku

responden tentang nutrisi dapat terpenuhi dengan baik.

Begitu juga dengan sosial ekonomi, responden yang memiliki sosial ekonomi yang cukup dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya tentunya akan lebih mudah dibandingkan responden yang memiliki sosial ekonomi yang rendah.

Disadari atau tidak, faktor ekonomi ini sangat menentukan dalam penyediaan nutrisi yang dibutuhkan baik oleh ibu hamil, ibu bersalin atau ibu yang sedang menjalani masa laktasi. Adanya nutrisi yang baik yang dikonsumsi oleh responden dapat mengurangi resiko terjadinya gangguan selama menjalani kehamilan hingga menyusui bayinya, terutama dalam mempercepat proses penyembuhan sesudah melahirkan.

2. Penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati tahun 2014

Berdasarkan diagram 5 di atas diketahui bahwa sebagian besar penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu postpartum kategori cepat sebanyak 19 responden (63,3%).

Rupture perineum adalah robekan perineum sewaktu persalinan (Mochtar, 2002). Sedangkan *episiotomi* adalah insisi bedah dibagian perineum (Varney, 2007). Proses penyembuhan luka merupakan suatu proses penggantian jaringan yang mati/rusak dengan jaringan baru dan sehat oleh tubuh dengan jalan regenerasi. Proses penyembuhan luka melalui empat tahap, yaitu : Tahap respon *inflamasi* akut terhadap cedera (0-4 hari), Tahap *proliferasi* (5-21 hari), Tahap *maturasi* (21-12 bulan). Pada perlukaan tingkat I jika hanya luka lecet, tidak diperlukan penjahitan dan biasanya sembuh dengan

sendirinya. Pada perlukaan tingkat II hendaknya luka dijahit secara cermat, dan untuk tingkat III dan IV perlu dijahit. Jika tidak dijahit dapat menyebabkan infeksi dan *fistula retrovaginal* (Saifuddin, 2002).

Hasil penelitian bahwa proses penyembuhan luka di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati kategori cepat. Faktor yang mempengaruhi kesembuhan luka tergantung pada besar kecilnya luka yang dialami oleh responden. Semakin kecil luka yang didapatinya maka akan semakin cepat pula kesembuhannya. Selain itu keadaan nutrisi ibu memegang peranan yang penting dalam mengganti sel-sel yang rusak, jika kebutuhan nutrisi terpenuhi dengan baik, luka yang didapat akan semakin cepat mengering dan terhindar dari infeksi. Pertumbuhan granulasi ini dipengaruhi oleh faktor usia. Berdasarkan diagram 4.1 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 21 – 35 tahun sejumlah 21 responden (70,0%)

Kesembuhan luka perineum dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, dimana penyembuhan luka lebih cepat terjadi pada usia muda dari pada orang tua (Cresoft, 200).

Dengan demikian responden yang berusia muda sel-sel dalam tubuhnya akan dapat segera meresponden terhadap luka yang diakibatkan oleh perineum, sehingga luka tersebut lebih cepat menutup. Orang yang sudah lanjut usianya tidak dapat mentolerir pada jaringan yang luka karena terjadi penurunan kemampuan sel dalam meregenerasi sel yang rusak tersebut.

Selain itu, hal yang sangat penting dalam penyembuhan luka adalah perawatan luka. Perawatan yang tidak benar menyebabkan infeksi dan memperlambat penyembuhan. Begitu pula dengan aktivitas responden, aktivitas yang

berat dan berlebih juga merupakan faktor yang mengganggu penyembuhan luka karena dapat menghambat perapatan tepi luka.

Selain itu, masih adanya kesembuhan luka perineum yang tidak baik yaitu tidak terbentuk jaringan parut minimal dalam waktu 6 hari setelah melahirkan dipengaruhi oleh tradisi dari keluarganya, seperti minum jamu, dengan harapan luka dan kondisi yang dialami oleh responden cepat sembuh dan pulih.

Padahal kandungan jamu tersebut dapat meningkatkan terjadinya infeksi sehingga luka yang dialami responden semakin lama menutupnya. Selain itu, rendahnya kesadaran dalam membersihkan luka yang dialaminya selama menjalani perawatan lukanya dengan membiarkan luka tersebut kering dengan sendirinya tanpa harus dibersihkan. Oleh karena itu, semakin bersih (dirawat lukanya) dapat mempercepat proses keringnya luka sehingga luka cepat menutup (sembuh).

3. Hubungan antara pola nutrisi ibu post partum dengan penyembuhan luka jahitan perineum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati tahun 2014

Berdasarkan hasil perhitungan, uji chi square, karena ada tabelnya berbentuk 2 x 2, maka dilanjutkan dengan uji fisher exact test didapatkan nilai Asymp. sig (2-tailed) = 0,000 dan nilai $\alpha = 0,05$, karena nilai Asymp. sig (2-tailed) < nilai α (0,05), maka H_0 ditolak, berarti ada hubungan antara pola nutrisi ibu post partum dengan penyembuhan luka jahitan perineum di Puskesmas Bajulmati tahun 2014 dengan keeratan hubungan kategori kuat.

Pola makan atau nutrisi adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu (Sri karjati, 1985:73).

Nutrisi mempunyai peranan penting dalam penyembuhan luka perineum dan tentu saja nutrisi tersebut harus sehat dan seimbang, bermutu tinggi. Jangan sampai ibu nifas mengalami malnutrisi. Karena nutrisi yang buruk akan mempermudah seseorang terkena suatu penyakit terutama penyakit-penyakit infeksi. Sebaliknya, penyakit infeksi akan memperburuk keadaan status gizi seseorang (Anonim, 2010).

Oleh karena itu, proses penyembuhan luka jahitan perineum memerlukan nutrisi terutama protein untuk membantu proses penggantian jaringan yang mati atau rusak dengan jaringan yang baru dengan jalan regenerasi (Mawardi, 2002).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola nutrisi dengan kesembuhan luka responden. Responden sigap dan tanggap selama proses kehamilan sampai persalinan yaitu dengan jalan responden dapat memanfaatkan waktu kunjungan dengan melakukan konsultasi atau adanya pemberian saran yang diberikan oleh petugas mengenai menu makanan yang sesuai dengan kondisi pada saat hamil atau setelah melahirkan, terutama makanan yang mengandung banyak protein. Kandungan protein ini dapat mempengaruhi pembentukan regenerasi sela dalam tubuh sehingga luka cepat menutup.

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa mayoritas pola nutrisi

yang baik dengan penyembuhan luka cepat didapatkan sebanyak 18 responden (90%) dan mayoritas pola nutrisi cukup dengan penyembuhan luka lambat didapatkan sebanyak 9 responden (90%). Dengan keeratan hubungan kategori kuat.

Dari hasil crosstabulasi tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin terpenuhi nutrisi oleh responden maka kesembuhan luka perineumnya semakin cepat menutup. Sebaliknya ketidakmampuan responden dalam memenuhi nutrisi dalam tubuhnya dapat mengakibatkan luka yang dialaminya akan semakin lama.

Namun demikian, faktor nutrisi bukan merupakan satu-satunya indikator yang mempengaruhi kesembuhan luka semakin cepat. Faktor lain yang juga dapat mempengaruhi yaitu perawatan luka dan ada tidaknya penyakit yang menyertai ibu seperti mengalami anemia, diabetes dan sebagainya dapat menimbulkan resiko komplikasi yang lebih hebat pada lukanya.

KESIMPULAN

- Pola nutrisi pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati tahun 2014 sebagian kategori baik sebanyak 20 responden (54,5%).
- Sebagian besar penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Bajulmati tahun 2014 kategori cepat sebanyak 19 responden (63,3%).
- Ada hubungan antara pola nutrisi ibu post partum dengan penyembuhan luka jahitan perineum di Puskesmas Bajulmati tahun 2014

DAFTAR PUSTAKA

Alex. S, 2008. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia

- Almatsier, S, 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Umum.
- Ambarwati, E.R & Wulandari, Diah. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jogjakarta: Mitra Cendikia Press
- Atikah Proverawati, S., & Siti Asfuah, S. 2009. *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Bobak, L. 2004. *Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC
- Depkes, 2008. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Depkes RI
- Dinkes Jatim, 2007. *Profil Kesehatan Jawa Timur*. Surabaya : Dinkes
- Fauci et al, 2008. *Harrison's Principle of Internal Medicine. 17th ed*. New York: Mc Graw-Hill, 1553-1558.
- Fraser, 2009. *Buku Ajar Bidan Myles (ed 14)*. Jakarta : EGC
- Henderson. 2005. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Hidayat. 2011. *Menyusun Skripsi dan Tesis Edisi Revisi*. Bandung: Informatika
- Marmi. 2012. *Panduan Lengkap Manajemen Laktasi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Mawardani, Hasan. 2002. *Artikel Kesehatan*, www.useesblog.com, 25 April 2014
- Mochtar, R., 2002. *Sinopsis Obstetri*, Jakarta : EGC.
- Morison, Moya J. 2003. *Manajemen Luka*. Jakarta : EGC
- Notoatmodjo. 2005. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2003. *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. (Edisi Pertama)*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. 2011. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Paath, E. F. (2004). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC
- Putra Sitiatava Rizema, 2012. *Panduan Riset Keperawatan dan Penulisan Ilmiah*. Jogjakarta: D-Medika (anggota IKAPI)
- Purwanti, 2012. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Ibu Nifas di RSUD Simo Boyolali Tahun 2012*. Boyolali
- Saleha, Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*, Jakarta: Salemba Medika
- Saifuddin, 2002. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : YBPS.
- Saifudin, A. B. 2009. *Ilmu kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta.
- Sarwono, 2005. *Ilmu kebidanan*. Jakarta : YBPS
- Soltesz, dkk 1999. *Puerperal sepsis due to infected episiotomy wound*. Zentralbl Gynakol.
- Sri Karjati,. 1985. *Aspek Kesehatan dan Gizi Anak Balita*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia
- Sugiyono. 2003. *Metode Penelitian Bisnis. Cetakan Kelima* : Bandung : CV. Alfabeta.

Suherni, 2009. *Perawatan Masa Nifas*.
Yogyakarta: Fitramaya

Wiknjosastro, 2005, *Ilmu Kebidanan*,
Jakarta : YBPS

Sulistyoningsih, Hariyani. 2011. *Gizi
Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*.
Yogyakarta: Graha Ilmu

Varney, H., 2007. *Buku Ajar Asuhan
Kebidanan Edisi 4*. Jakarta: EGC.