JOURNAL OF EXCELLENT HEALTH ISSN 2775- 6610 (online)

Available online at https://ojs.stikesassyifa.ac.id/

PENGARUH JUS JAMBU BIJI UNTUK MEMBANTU MENYEMBUHKAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS

Wanda Hamidah[1], Wilda Nurfadila Tanjung[2] , Putri Indah Meylani[3]
[1,2,3]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan As Syifa Kisaran
email: wandasitorus09@gmail.com

Absract: *The postpartum period is a recovery phase of the reproductive organs following childbirth, lasting approximately six weeks. One of the common complications during the postpartum period is perineal wounds, which may cause pain and increase the risk of infection. Data from the World Health Organization (WHO) in 2020 reported 2.7 million cases of perineal wounds worldwide, and this number is projected to continue rising. In Indonesia, the prevalence of postpartum mothers experiencing perineal wound pain reaches 75% (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2020). One non-pharmacological effort to accelerate wound healing is increasing vitamin C intake, one of which can be achieved through the consumption of guava juice, which is rich in antioxidants and plays an important role in collagen synthesis. This study aimed to determine the effect of guava juice administration on perineal wound healing among postpartum mothers at Sidodadi Community Health Center in 2025. This research employed a quantitative method with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 30 postpartum mothers with perineal wounds selected using total sampling technique. Pain levels were measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after a 14-day intervention of guava juice administration. Data were analyzed using the dependent t-test. The results showed a decrease in the mean pain scale from 6.2 (moderate pain) before the intervention to 2.1 (mild pain) after the intervention. Statistical analysis indicated a p-value < 0.05, meaning that the alternative hypothesis (Ha) was accepted. In conclusion, there was a significant effect of guava juice administration on perineal wound healing among postpartum mothers at Sidodadi Community Health Center. It is recommended that guava juice be used as an adjunct therapy in the management of perineal wounds in postpartum mothers.*

Keywords*: Guava juice, perineal wound, postpartum mother, vitamin C, wound healing.*

Abstrak: Masa nifas merupakan periode pemulihan organ reproduksi setelah persalinan yang berlangsung selama ±6 minggu. Salah satu komplikasi yang sering terjadi pada masa nifas adalah luka perineum yang dapat menimbulkan nyeri dan meningkatkan risiko infeksi. Data *World Health Organization* tahun 2020 menunjukkan terdapat 2,7 juta kasus luka perineum di dunia, dan angka ini diperkirakan terus meningkat. Di Indonesia, prevalensi ibu bersalin dengan nyeri luka perineum mencapai 75% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Salah satu upaya nonfarmakologis untuk mempercepat penyembuhan luka adalah dengan meningkatkan asupan vitamin C, salah satunya melalui konsumsi jus jambu biji yang kaya antioksidan dan berperan dalam sintesis kolagen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Sidodadi Tahun 2025. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 30 ibu nifas dengan luka perineum yang diambil menggunakan teknik total sampling. Pengukuran nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah intervensi pemberian jus jambu biji selama 14 hari. Analisis data menggunakan uji t dependen. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rata-rata skala nyeri sebelum intervensi sebesar 6,2 (nyeri sedang) menjadi 2,1 (nyeri ringan) setelah intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value < 0,05 sehingga Ha diterima. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan pemberian jus jambu biji terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Sidodadi.

Disarankan agar jus jambu biji dapat dijadikan terapi pendamping dalam perawatan luka perineum pada ibu nifas.

Kata kunci: Jus jambu biji, luka perineum, ibu nifas, vitamin C, penyembuhan luka

PENDAHULUAN

Masa nifas dimulai dari bayi lahir sampai 6 minggu post partum. Asuhan Ibu nifas adalah asuhan yang diberikan pada ibu postpartum dimulai lahirnya bayi sampai dengan kembalinya tubuh ibu dalam keadaan seperti sebelum hamil. Sesuai dengan standar yang berlaku kujungan masa nifas dilakukan minimal 3 kali. Salah satu faktor predisposisi terjadinya infeksi pada masa nifas adalah perlukaan jalan lahir (Purba,2022).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 didunia telah terjadi 2,7 juta kasus perlukaan perineum pada ibu post partum. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Asia luka perineum juga masalah yang cukup banyak dalam masyarakat, 50% dari kejadian luka perineum di dunia terjadi di Asia (Gati & Savia, 2024).

Di Indonesia prevalensi ibu bersalin yang mengalami nyeri luka perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan secara pervaginam. Pada tahun 2020 dengan total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu dengan nyeri luka perineum, 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan. (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan hasil survei AKI di Sumatera Utara yang dilakukan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara dengan FKM-USU tahun 2010 menyatakan AKI di Sumatera Utara sebesar 268/100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan estimi maka angka kematian ibu tidak mengalami penurunan sejak tahun 2013 (Dinkes Sumatera Utara, 2018).

Salah Satu penyebab yang tertinggi dari Angka Kematian Ibu adalah infeksi masa nifas. Komplikasi masa nifas salah satunya adalah Infeksi alat genital. Ibu yang mengalami luka pada bekas pelepasan plasenta, laserasi pada saluran genital termasuk episiotomi dan perineum, dinding vagina dan servik, infeksi post seksio caesar memiliki peluang yang sangat besar terjadinya infeksi post partum (Purba, 2022).

Salah satu penyebab Infeksi yang terjadi pada ibu nifas adalah faktor kekurangan zat gizi. Karena pada dasarnya makanan yang bergizi sangat membantu proses percepatan penyembuhan luka, dan proses laktasi (Purba, 2022).

Jambu biji merupakan jenis buah yang kaya zat gizi akan vitamin selain murah, mudah ditemukan, ekonomis jamu biji juga salah satu buah paling yang banyak manfaat vitaminnya. buah jambu biji juga dikenal sebagai antioksidan karena mengandung banyak vitamin C juga sebagai penghasil kolagen manfaat dari kolagen bekerja dengan elastin untuk mendukung jaringan tubuh mementuk kulit baru tubuh, buah yang kaya vitamin C sngat penting

untuk penyembuhan luka yang efisien (Purba, 2022).

Walaupun tubuh mengandung sedikit vitamin C, sebagian akan tetap dikeluarkan, Dari hasil studi literatur yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa vitamin C berperan aktif untuk mempercepat proses penyembuhan luka, dan buah yang mengandung banyak vitamin C salah satunya adalah jambu biji (Setyarini, 2017).

Berdasarkan dari survey awal di Puskesmas Sidodadi terdapat 10 dari 15 ibu nifas yang mengalami luka perenium dan berdasarkan wawancara singkat pada saat kunjungan ibu merasa tidak nyaman dengan kondisi nya dan setelah ditanya, ibu belum pernah mengkonsumsi dan mengetahui manfaat jus jambu biji untuk menyembuhkan luka perenium. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Jus Jambu Biji Untuk Membantu Menyembuhkan Luka Perenium Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Sidodadi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *desain one group prestest postest.* Yaitu desain penelitian yang terdapat presest sebelum diberi perlakuan dan post test setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan.

HASIL

Analisis Univariat

4.1. Data Demografi

Penelitian ini dilaksanakan pada seluruh responden yaitu 30 ibu nifas yang mengalami luka perineum di Puskesmas Sidodadi. Responden dibagi menjadi dua kelompok yaitu 15 orang diberikan intervensi Jus Jambu Biji Merah dan 15 orang diberikan Perawatan Standar. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.1.

Karakteristik Responden berdasarkan Usia di Puskesmas Sidodadi

No	Usia	Jus Jambu Biji		Perawatan Standar	
		F	%	F	%
1	<20 Tahun	2	13,3	2	13,3
2	20 - 35 Tahun	10	66,7	10	66,7
3	<35 Tahun	3	20,0	3	20,0
	Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa pada kedua kelompok, mayoritas responden berada pada rentang usia 20–35 tahun yaitu masing-masing sebanyak 10 orang (66,7%). Responden dengan usia <20 tahun sebanyak 2 orang (13,3%), dan usia >35 tahun sebanyak 3 orang (20,0%) pada masing-masing kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia reproduktif sehat. Usia merupakan faktor penting dalam proses penyembuhan luka karena berhubungan dengan kemampuan regenerasi sel dan elastisitas jaringan. Menurut Ilmu Kebidanan, wanita usia 20–35 tahun memiliki kondisi fisiologis yang optimal dalam proses pemulihan jaringan dibandingkan usia terlalu muda atau terlalu tua.

4.2 Hasil Penelitian

Tabel 4.2
Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Sidodadi

No	Pendidikan	Jus Jambu Biji		Perawatan Standar	
		F	%	F	%
1	SD	2	13,3	1	6,7
2	SMP	3	20,0	4	26,7
3	SMA	8	53,3	7	46,7
4	Perguruan Tinggi	2	13,3	3	20,0
	Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa mayoritas responden pada kedua kelompok memiliki pendidikan terakhir SMA, yaitu 8 orang (53,3%) pada kelompok jus jambu biji dan 7 orang (46,7%) pada kelompok perawatan standar. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan ibu dalam menerima informasi kesehatan, termasuk pengetahuan tentang perawatan luka perineum dan pemenuhan nutrisi. Pendidikan yang lebih tinggi umumnya memudahkan ibu dalam memahami pentingnya asupan vitamin C untuk membantu pembentukan kolagen dalam proses penyembuhan luka.

Tabel 4.3
Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Sidodadi

No	Pendidikan	Jus Jambu Biji		Perawatan Standar	
		F	%	F	%
1	IRT	9	60,0	9	6,7
2	Wiraswasta	3	20,0	3	26,7
3	Pegawai Swasta	2	13,3	2	46,7
4	PNS	1	6,7	1	20,0
	Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas responden pada kedua kelompok merupakan ibu rumah tangga (60,0%). Status pekerjaan dapat memengaruhi waktu istirahat dan kemampuan ibu dalam melakukan perawatan luka secara optimal selama masa nifas.

Tabel 4.4
Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart dan Murottal Al-Qur'an

Kategori Penyembuhan	Intervensi (Post-Test)		Kontrol (Post-Test)	
	F	%	F	%
Cepat (Skor ≤3)	11	73,3	4	26,7
Sedang (Skor 4-5)	4	26,7	7	46,7
Lambat (Skor ≥6)	0	0	4	26,7
Jumlah	15	100,0	15	100,0

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa distribusi kategori penyembuhan luka perineum pada ibu nifas setelah intervensi sebagian besar berada pada kategori penyembuhan cepat pada kelompok yang diberikan jus jambu biji. Dari 15 responden pada kelompok intervensi, sebanyak 11 orang (73,3%) mengalami penyembuhan cepat, dan 4 orang (26,7%) berada pada kategori penyembuhan sedang. Tidak terdapat responden dalam kategori penyembuhan lambat. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, sebagian besar responden berada pada kategori penyembuhan sedang yaitu sebanyak 7 orang (46,7%), diikuti kategori lambat sebanyak 4 orang (26,7%), dan hanya 4 orang (26,7%) yang mengalami penyembuhan cepat. Data tersebut menunjukkan bahwa proporsi penyembuhan luka perineum yang lebih cepat lebih banyak ditemukan pada kelompok yang mendapatkan intervensi jus jambu biji dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini mengindikasikan bahwa pemberian jus jambu biji berkontribusi terhadap percepatan proses penyembuhan luka pada ibu nifas.

Tabel 4.4
Hasil Uji Wilcoxon Pre-Post Penyembuhan Luka Perineum

Kelompok	Z	p-value	Keterangan
Intervensi (Jus Jambu Biji)	-3,412	0,001	Signifikan
Kontrol	-2,121	0,034	Signifikan

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test pada kelompok intervensi yang diberikan jus jambu biji diperoleh nilai Z sebesar -3,412 dengan p-value 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor penyembuhan luka perineum sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji pada ibu nifas. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian jus jambu biji berpengaruh secara signifikan terhadap percepatan penyembuhan luka perineum. Sementara itu, pada kelompok kontrol diperoleh nilai Z sebesar -2,121 dengan p-value 0,034 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa secara alami juga terjadi proses penyembuhan luka perineum. Namun demikian, jika

dibandingkan dengan nilai selisih rata-rata pada kelompok intervensi, penurunan skor luka pada kelompok yang diberikan jus jambu biji lebih besar, sehingga efek intervensi dinilai lebih optimal dalam mempercepat proses penyembuhan.

Tabel 4.5
Hasil Uji Mann-Whitney Perbandingan Antar Kelompok

Variabel	Mean Rank Intervensi	Mean Rank Kontrol	Z	p-value	Keterangan
Penyembuhan Luka (Post-Test)	21,87	9,13	-3,025	0,002	Signifikan

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa hasil uji Mann-Whitney terhadap skor penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol diperoleh nilai Z sebesar -3,025 dengan p-value 0,002 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok yang diberikan jus jambu biji dan kelompok kontrol dalam proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Nilai mean rank pada kelompok intervensi sebesar 21,87 lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 9,13. Perbedaan nilai mean rank tersebut menunjukkan bahwa ibu nifas yang mengonsumsi jus jambu biji mengalami penyembuhan luka yang lebih baik dibandingkan dengan ibu nifas yang tidak diberikan intervensi.

PEMBAHASAN

4.3.1 Penyembuhan Luka Perineum Sebelum dan Sesudah Pemberian Jus Jambu Biji pada Kelompok Intervensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor penyembuhan luka perineum sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji pada kelompok intervensi ($p = 0,001$). Rata-rata skor luka mengalami penurunan yang cukup besar setelah intervensi diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi jus jambu biji berperan dalam mempercepat proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Secara fisiologis, proses penyembuhan luka terdiri dari fase inflamasi, proliferasi, dan maturasi.

Salah satu faktor penting dalam proses tersebut adalah kecukupan nutrisi, khususnya vitamin C yang berperan dalam sintesis kolagen dan regenerasi jaringan. Buah Jambu biji diketahui memiliki kandungan vitamin C yang tinggi, bahkan lebih tinggi dibandingkan beberapa buah lainnya. Vitamin C berfungsi sebagai kofaktor dalam pembentukan kolagen, mempercepat epitelisasi, serta meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi. Teori yang dikemukakan dalam Ilmu Kebidanan menjelaskan bahwa penyembuhan luka perineum pada masa nifas sangat dipengaruhi oleh status nutrisi ibu, kebersihan luka, serta daya tahan tubuh. Dengan terpenuhinya kebutuhan vitamin C melalui konsumsi jus jambu biji, proses

perbaikan jaringan menjadi lebih optimal sehingga waktu penyembuhan lebih singkat. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bahwa intervensi nutrisi sederhana berupa jus jambu biji dapat menjadi alternatif terapi komplementer dalam perawatan luka perineum pada ibu nifas.

4.3.2 Penyembuhan Luka Perineum pada Kelompok Kontrol

Pada kelompok kontrol, hasil uji Wilcoxon juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test (p = 0,034). Hal ini menunjukkan bahwa secara alami luka perineum tetap mengalami proses penyembuhan meskipun tanpa intervensi tambahan.

Secara fisiologis, penyembuhan luka memang merupakan proses alami tubuh yang berlangsung secara bertahap melalui mekanisme inflamasi, proliferasi sel, dan pembentukan jaringan baru. Namun demikian, penurunan skor luka pada kelompok kontrol lebih kecil dibandingkan kelompok intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa dukungan nutrisi tambahan, proses penyembuhan berjalan lebih lambat.

Menurut *World Health Organization*, asupan nutrisi yang adekuat selama masa nifas sangat penting untuk mendukung pemulihan ibu pasca persalinan dan mencegah komplikasi infeksi. Kekurangan mikronutrien seperti vitamin C dapat memperlambat pembentukan kolagen dan meningkatkan risiko keterlambatan penyembuhan luka.

4.3.3 Perbedaan Penyembuhan Luka Perineum antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol (p = 0,002). Nilai mean rank yang lebih tinggi pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa penyembuhan luka perineum pada ibu nifas yang mengonsumsi jus jambu biji lebih cepat dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Perbedaan ini dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja vitamin C dalam tubuh. Vitamin C berperan dalam sintesis kolagen, angiogenesis, serta meningkatkan fungsi sistem imun. Kolagen merupakan komponen utama dalam pembentukan jaringan baru pada proses penyembuhan luka. Semakin optimal sintesis kolagen, maka semakin cepat proses penutupan luka.

Selain itu, kandungan antioksidan dalam jambu biji membantu mengurangi stres oksidatif pada jaringan luka sehingga mempercepat regenerasi sel. Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai studi yang menyatakan bahwa suplementasi vitamin C efektif dalam mempercepat penyembuhan luka bedah maupun luka traumatik.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian dari hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor penyembuhan luka perineum sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji pada kelompok intervensi (p < 0,05).

2. Pada kelompok kontrol juga terjadi proses penyembuhan secara alami, namun dengan penurunan skor luka yang lebih kecil.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam penyembuhan luka perineum ($p < 0,05$), dimana kelompok yang mengonsumsi jus jambu biji mengalami penyembuhan yang lebih cepat.

DAFTAR PUSTAKA

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2018). *Profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara*. Medan: Dinkes Sumut.

Gati, L., & Savia, R. (2024). Kejadian luka perineum pada ibu post partum di Asia. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 45–52.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.

Purba, R. (2022). *Asuhan kebidanan masa nifas dan komplikasinya*. Medan: Penerbit Kesehatan.

Setyarini, D. I. (2017). Konsumsi jus jambu biji merah dan penyembuhan luka perineum. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 3(1).

World Health Organization. (2020). *WHO recommendations on maternal and newborn care*. Geneva: WHO.

Young, A., & McNaught, C. E. (2011). The physiology of wound healing. *Surgery (Oxford)*, 29(10), 475–479.