

## Artikel Penelitian

---

### KONSUMSI IKAN GABUS DAN PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA MASA POSTPARTUM: SCOPING REVIEW LITERATUR

Tetti Solehati\*, Errly Aprilina, Ernita Wisna Utami, Fitri Fizriana Halim, Gina Ummul M, Hana Zahra,  
Cecep Eli Kosasih, Yanti Hermayanti, Mira Trisyani

Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, Jl. Raya Ir. Soekarno, KM. 21, Hegarmanah,  
Jatinangor, Sumedang, West Java, 45363, Jawa Barat, Indonesia

\*Correspondence: tetti.solehati@unpad .ac.id

#### Abstrak

**Latar Belakang.** Luka perineum merupakan salah satu masalah pada persalinan pervaginam yang dapat memengaruhi kenyamanan, meningkatkan risiko infeksi, serta memperlambat proses pemulihan pada masa postpartum. Penyembuhan luka perineum dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kecukupan nutrisi, terutama protein dan albumin yang berperan penting dalam regenerasi jaringan dan sintesis kolagen. Ikan gabus (*Channa striata*) dikenal sebagai sumber protein dan albumin tinggi serta secara tradisional banyak dimanfaatkan di Indonesia untuk membantu pemulihan luka. **Tujuan:** Penelitian bertujuan untuk memetakan dan mensintesis bukti ilmiah terkait efektivitas konsumsi ikan gabus terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. **Metode:** Desain penelitian *scoping review* dengan pendekatan *rapid evidence review* menggunakan pedoman **PRISMA-ScR**. Pencarian literatur dilakukan melalui *data base* PubMed, EBSCO, dan *search engine* Google Scholar untuk artikel yang dipublikasikan pada periode 2015–2025. Kriteria inklusi meliputi penelitian primer pada ibu postpartum dengan luka perineum, intervensi berupa konsumsi ikan gabus atau ekstraknya, serta luaran penyembuhan luka. Data dianalisis secara deskriptif dan disintesis secara naratif. **Hasil:** Hasil penelitian diperoleh 10 artikel *eligible*. Mayoritas studi menunjukkan bahwa konsumsi ikan gabus dapat mempercepat penyembuhan luka perineum dibandingkan kelompok kontrol, dengan penurunan waktu penyembuhan sekitar 2–3 hari serta perbaikan skor REEDA. Satu studi melaporkan hasil tidak signifikan, yang diduga dipengaruhi oleh durasi intervensi yang singkat dan keterbatasan metodologis. **Kesimpulan:** Konsumsi ikan gabus efektif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum dan berpotensi menjadi intervensi nutrisi komplementer yang aman, terjangkau, dan sesuai dengan budaya lokal. Penelitian lanjutan dengan desain uji acak terkontrol masih diperlukan untuk memperkuat bukti ilmiah.

**Kata kunci:** *Channa striata*, ikan gabus, luka perineum, postpartum, *scoping review*

#### Abstract

**Background.** Perineal wounds are a common problem during vaginal delivery and can affect maternal comfort, increase the risk of infection, and slow the recovery process in the postpartum period. Perineal wound healing is influenced by various factors, one of which is adequate nutrition, especially protein and albumin, which play an important role in tissue regeneration and collagen synthesis. Snakehead fish (*Channa striata*) is known as a source of high protein and albumin and is traditionally used in Indonesia to help wound healing. **Objective:** This study aims to map and synthesize scientific evidence related to the effectiveness of snakehead fish consumption in accelerating perineal wound healing in postpartum mothers. **Methods:** The study design was a *scoping review* with a *rapid evidence review* approach using the **PRISMA-ScR** guidelines. A literature search was conducted through the PubMed, EBSCO, and Google Scholar databases for articles published in the period 2015–2025. Inclusion criteria included primary research on postpartum mothers with perineal wounds, interventions in the form of snakehead fish consumption or its extracts, and wound healing outcomes. Data were analyzed descriptively and synthesized narratively. **Results:** The study yielded 10 eligible articles. The majority of studies showed that snakehead fish consumption can accelerate perineal wound healing compared to the control group, with a reduction in healing time of approximately 2–3 days and an improvement in REEDA scores. One study reported insignificant results, possibly due to the short duration of the intervention and methodological limitations. **Conclusion:** Snakehead fish consumption is effective in accelerating perineal wound healing in

*postpartum mothers and has the potential to be a safe, affordable, and culturally appropriate complementary nutritional intervention. Further research with a randomized controlled trial design is needed to strengthen the scientific evidence.*

**Keywords:** *Channa striata, snakehead fish, perineal wounds, postpartum, scoping review*

## **PENDAHULUAN**

Masa nifas merupakan periode penting yang ditandai dengan proses involusi organ reproduksi serta adaptasi fisik dan psikologis ibu. Salah satu permasalahan yang sering dialami pada masa postpartum adalah luka perineum akibat robekan spontan maupun tindakan episiotomi saat persalinan pervaginam (Asnie et al., 2021). Luka perineum dapat menimbulkan nyeri, meningkatkan risiko infeksi, serta menghambat pemulihan dan aktivitas ibu pada masa nifas.

Proses penyembuhan luka perineum dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah status gizi. Pemenuhan asupan protein dan energi yang adekuat berperan penting dalam regenerasi jaringan, pembentukan kolagen, dan respon imun. Ikan gabus (*Channa striata*) merupakan sumber protein hewani yang memiliki kandungan protein dan albumin tinggi, yaitu sekitar 70% protein dan 21% albumin, serta mengandung asam amino esensial dan mikronutrien seperti zinc, selenium, dan zat besi yang berperan dalam proses penyembuhan luka. Selain itu, ikan gabus mengandung senyawa bioaktif yang diduga memiliki efek antiinflamasi dan mendukung perbaikan jaringan (Purnani, 2019).

Sejumlah penelitian empiris menunjukkan bahwa konsumsi ikan gabus atau ekstraknya dapat memberikan manfaat dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. Efektivitas tersebut ditunjukkan melalui waktu penyembuhan yang lebih singkat serta perbaikan kondisi luka berdasarkan penilaian klinis. Penelitian oleh Aldesta et al. (2020) melaporkan bahwa ibu postpartum yang mengonsumsi ikan gabus sebanyak 700 gram per hari selama tujuh hari berturut-turut mengalami penyembuhan luka perineum yang lebih cepat dibandingkan kelompok yang tidak mengonsumsi ikan gabus (Aldesta et al., 2020). Temuan ini memperkuat potensi ikan gabus sebagai intervensi nutrisi dalam perawatan luka perineum.

Meskipun demikian, bukti ilmiah terkait efektivitas konsumsi ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum masih tersebar dan bervariasi dalam desain penelitian serta bentuk intervensi yang digunakan. Hingga saat ini, belum banyak kajian yang secara komprehensif memetakan bukti-bukti tersebut. Oleh karena itu, scoping review ini bertujuan untuk memetakan dan merangkum bukti ilmiah mengenai efektivitas konsumsi ikan gabus (*Channa striata*) terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum sebagai dasar penguatan praktik keperawatan dan kebidanan berbasis bukti.

## **METODE**

### **Desain Studi**

Penelitian ini menggunakan desain *Rapid Evidence Review* (RER) yang bertujuan mengidentifikasi, dan merangkum bukti ilmiah secara sistematis dalam waktu yang relatif singkat. Pelaksanaan RER mengacu pada pelaporan Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) dalam bentuk yang disederhanakan. Tahapan penelitian meliputi: (1) perumusan pertanyaan penelitian menggunakan kerangka PCC (Population, Concept, Context), (2) penyusunan strategi pencarian literatur terfokus pada basis data utama, (3) penerapan kriteria inklusi dan eksklusi dalam proses seleksi artikel, (4) ekstraksi data menggunakan formulir terstandar, serta (5) sintesis bukti secara naratif. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan efisiensi waktu tanpa mengabaikan prinsip transparansi dan relevansi bukti ilmiah..

#### **1.2. Strategi Pencarian**

Strategi pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui *database* PubMed, EBSCO, dan *search engine* Google Scholar. Strategi pencarian disusun berdasarkan kerangka PCC (table 1), menggunakan kombinasi istilah Medical Subject Headings (MeSH) dan kata kunci bebas (*free text*)

(table 2). Operator Boolean AND dan OR digunakan untuk menggabungkan kata kunci, serta tanda kutip (“ ”) untuk pencarian frasa spesifik. Pencarian dibatasi pada artikel yang diterbitkan antara 2015–2025, berbahasa Inggris, dan tersedia dalam teks lengkap. Artikel yang disertakan merupakan primary studies dengan desain randomized controlled trial (RCT) atau clinical trials, serta memiliki kesesuaian populasi, intervensi, dan luaran dengan topik penelitian. Kriteria inklusi meliputi ibu postpartum dengan luka perineum yang menerima intervensi konsumsi ikan gabus (*Channa striata*). Seluruh hasil pencarian diekspor ke Mendeley Desktop untuk pengelolaan referensi dan penghapusan duplikasi.

**Tabel 1. Population, Concep, dan Context (PCC)**

Population (P)	Postpartum mothers
Concept (C)	Consumption of Snakehead Fish ( <i>Channa Striata</i> )
Context (C)	Perineal Wound Healing

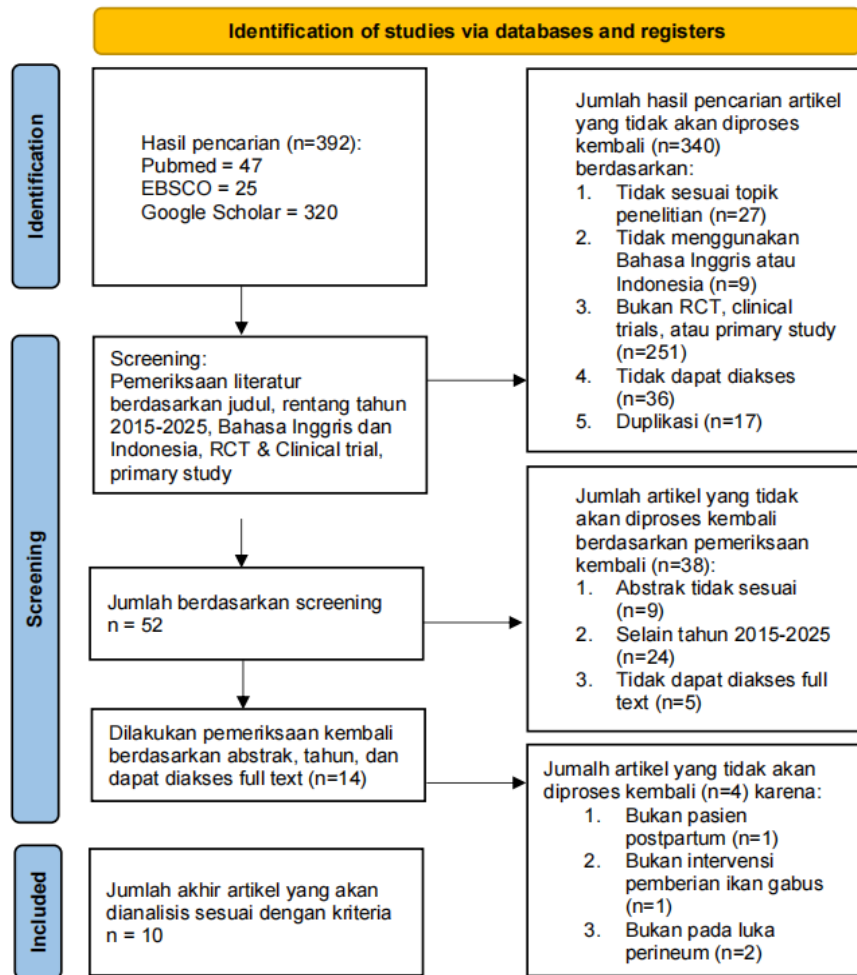
**Tabel 2. Key Concept dan Mesh Term**

	Concept 1	Concept 2	Concept 3
Key concept	Postpartum mothers	Channa Striata	Perineal wound healing
MESH Term	Postpartum, Care, postnatal	Snakehead fish	Perineum wound healing, Episiotomy

### Seleksi artikel

Proses seleksi artikel mengikuti alur PRISMA. Identifikasi awal menghasilkan **392** artikel dari PubMed (n=47), EBSCO (n=25), dan Google Scholar (n=320). Setelah seleksi awal berdasarkan kesesuaian topik, tahun publikasi (2015–2025), bahasa, desain penelitian, akses *full text*, dan duplikasi, tersisa 52 artikel untuk tahap screening. Selanjutnya, pemeriksaan judul dan abstrak mengeliminasi 38 artikel, sehingga 14 artikel ditelaah secara *full-text*. Pada tahap akhir, 4 artikel dikeluarkan karena ketidaksesuaian populasi, intervensi, dan luaran. Dengan demikian, 10 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis dalam *review* ini (gambar 1). Adapun hasil ekstraksi data dijelaskan dalam table 1.

Gambar 1. Prisma Flowchart



**Tabel 3. Ekstraksi Data**

o	Author, tahun, negara	Tujuan	Sampel	Desain	Intervensi	Hasil
1.	Wahyuni N.I., & Jumaeroh, S. 2025 Indonesia	Membandingkan efektivitas konsumsi ikan gabus ( <i>Channa striata</i> ) dan senam kegel dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu pasca persalinan.	30 ibu pasca persalinan yang mengalami luka perineum di PMB Tambun Selatan.	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Kelompok Ikan Gabus: 15 responden mengkonsumsi ikan gabus. Kelompok Senam Kegel: 15 responden melakukan senam kegel.	Rata-rata waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok ikan gabus adalah 6,40 hari, sedangkan pada kelompok senam kegel adalah 8,67 hari ( $p = 0,000$ )
2.	Fauziah, F., Fitriana, F., & Noorbaya, S. 2020 Indonesia	Menganalisis efektivitas pemberian ikan gabus kukus terhadap penyembuhan laserasi perineum pada ibu postpartum.	30 ibu postpartum dengan laserasi perineum di Klinik Kartika Jaya, Samarinda	Quasi-experimental, Post-test only control group design	Pemberian 100 g ikan gabus kukus sehari selama 10 hari	Rata-rata penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi 7 hari, sedangkan kelompok kontrol 10 hari.
3.	Susilawati, S., Patimah, M., & Imaniar, M., S. (2021), Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh konsumsi ikan gabus ( <i>Channa Striata</i> ) terhadap percepatan penyembuhan luka perineum.	60 ibu postpartum yang melahirkan dengan ruptur perineum derajat I atau II	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Intervensi dalam penelitian ini adalah pemberian konsumsi ikan gabus ( <i>Channa striata</i> ) pada ibu nifas dengan luka perineum sebanyak 3 kali sehari selama 10 hari pada kelompok intervensi, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi (hanya dilakukan observasi)	Tidak terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kontrol pada hari pertama pengamatan ( $p > 0,05$ ). Namun, pada hari ke-4, ke-7, dan ke-10 terdapat perbedaan bermakna, di mana ibu nifas yang mengonsumsi ikan gabus mengalami proses penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol ( $p = 0,000$ )
4.	Sampara, N., Sikki, S., & Aspar, R. (2020), Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh mengkonsumsi ekstrak ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas	40 ibu nifas di RSUD Salewangang Maros dengan luka perineum derajat I dan II serta post partum hari ke 1-3.	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Intervensi yang diberikan dalam penelitian ini adalah pemberian ekstrak ikan gabus ( <i>snakehead fish extract</i> ) kepada ibu nifas dengan luka perineum. Kelompok intervensi diberikan ekstrak ikan gabus untuk dikonsumsi dua kali sehari, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi dan hanya dilakukan observasi. Intervensi ini bertujuan untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas	Pada kelompok intervensi, sebagian besar responden memiliki tingkat penyembuhan luka perineum kategori baik (50,0%), sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar berada pada kategori sedang (65,0%) ( $p = 0,024$ )
5.	Asnie, N. M., Erisna, M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2021), Indonesia	Untuk mengetahui efektivitas pemberian ekstrak ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum	Ibu post partum yang melahirkan secara spontan dan mengalami luka perineum derajat I dan II di RSUD Kayen Kabupaten Pati. Jumlah sampel sebanyak 12 orang,	Quasi-eksperimental	Pemberian ikan gabus mentah sebanyak 100 gram per sekali makan, diberikan 3 kali sehari selama 10 hari, dengan observasi lama penyembuhan luka perineum	Sebelum pemberian ekstrak ikan gabus, sebagian besar responden mengalami penyembuhan luka perineum kategori buruk (75%) berdasarkan skor REEDA. Setelah diberikan ekstrak ikan gabus dosis $3 \times 500$ mg per hari selama 7 hari, terjadi peningkatan

						penyembuhan luka, dimana 66,7% responden menunjukkan penyembuhan luka kategori baik pada hari ke-8 (p-value = 0,002)
6.	Purwanti, C., Natalina, R., & Marlin, R. (2019), Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh konsumsi ikan gabus ( <i>Channa striata</i> ) terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum	Ibu post partum yang berada di wilayah kerja praktik mandiri bidan di Kota Palembang.  Jumlah sampel sebanyak 30 orang, yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol.	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Pemberian ikan gabus mentah sebanyak 100 gram per sekali makan, diberikan 3 kali sehari selama 10 hari, dengan observasi lama penyembuhan luka perineum	Pada kelompok yang mengkonsumsi ikan gabus, penyembuhan luka perineum sebagian besar berlangsung cepat ( $\leq 6$ hari), sedangkan pada kelompok kontrol penyembuhan luka cenderung lebih lambat ( $> 6$ hari) (p= 0,000)
7.	Fatimah, N., S. Karo., M, Br, Simanjuntak., F., M. (2024), Indonesia	Untuk mengetahui efektivitas pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum	ibu post partum yang mengalami luka perineum derajat I, II	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Pemberian ikan gabus sebanyak 100 gram dalam 7 hari pada ibu postpartum dengan luka perineum grade 1 dan 2, kemudian dilihat penyembuhan lukanya selama 7 hari dengan penilaian REEDA	Hasil penelitian menunjukkan tidak ada pengaruh pemberian ikan gabus terhadap efektivitas penyembuhan luka perineum. (p : 0,375)
8.	Wulan, M., Juluani, S., Arma, N., Marsaulina, I., Syari, M. (2021), Indonesia	Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Klinik Niar Medan	ibu post partum yang mengalami luka perineum di Klinik Niar Medan.	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Kelompok intervensi diberikan ikan gabus, dengan ketentuan: Ikan gabus diolah dengan cara dikukus, dosis 100 gram per hari, diberikan selama 7–8 hari masa nifas  Kelompok kontrol tidak diberikan ikan gabus,	Berdasarkan hasil uji ada pengaruh pemberian ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum (p= 0,004 < 0,05).
9.	Septiani, I., & Widyastuti, W., 2025. Indonesia	Mengetahui efektivitas pemberian ekstrak ikan gabus terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum.	Ibu nifas yang mengalami ruptur/luka perineum di RS Permata Hati Cikupa Tangerang.	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i> .	Pemberian ekstrak ikan gabus sebanyak $\pm 200$ gram per hari selama 7 hari pada kelompok intervensi  Kelompok tanpa pemberian ekstrak ikan gabus.	Rata-rata waktu penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi adalah 5,18 hari, sedangkan kelompok kontrol 7,18 hari (p= 0,00)
10.	Rahmadhena, M.P., et al., 2024, Indonesia	Menilai efektivitas ekstrak ikan gabus terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum yang mengalami ruptur perineum.	Ibu post partum dengan luka perineum di wilayah Jakarta–Tangerang.	Quasi-eksperimental dengan desain <i>pre-posttest control group</i>	Kelompok intervensi diberikan kapsul ekstrak ikan gabus (2 x 2 kapsul per hari) selama 8 hari.  Kelompok kontrol tanpa ekstrak ikan gabus.	Rata-rata lama penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi adalah 4,56 hari, sedangkan kelompok kontrol 7,02 hari. Selisih waktu penyembuhan $\pm 2-3$ hari dengan p-value 0,000, menunjukkan bahwa ekstrak ikan gabus efektif mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu post partum.

## HASIL

Berdasarkan telaah terhadap 10 artikel penelitian, sebagian besar studi menunjukkan bahwa konsumsi ikan gabus (*Channa striata*) berhubungan dengan percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum dibandingkan kelompok kontrol atau intervensi lain. Percepatan penyembuhan umumnya ditunjukkan melalui waktu penyembuhan yang lebih singkat dan perbaikan kondisi luka berdasarkan penilaian klinis. Penelitian Wahyuni dan Jumaeroh (2025) melaporkan bahwa ibu postpartum yang mengonsumsi ikan gabus memiliki rata-rata waktu penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan kelompok senam kegel, yaitu 6,40 hari versus 8,67 hari, dengan perbedaan yang bermakna secara statistik (Wahyuni & Jumaeroh, 2025). Hasil serupa dilaporkan oleh Fauziah et al. (2020), di mana pemberian ikan gabus kukus 100 gram per hari selama 10 hari mempercepat penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi ( $\pm 7$  hari) dibandingkan kelompok kontrol ( $\pm 10$  hari) (Fauziah, Fitriana & Noorbaya (2020).

Efek konsumsi ikan gabus juga terlihat semakin jelas seiring waktu pengamatan. Susilawati et al. (2021) menunjukkan bahwa meskipun tidak terdapat perbedaan signifikan pada hari pertama, kelompok intervensi menunjukkan penyembuhan luka yang lebih cepat pada hari keempat, ketujuh, dan kesepuluh dengan hasil uji statistik yang signifikan. (Susilawati, Patimah & Imaniar, 2021). Temuan ini diperkuat oleh Sampara et al. (2020) dan Asnie et al. (2021), yang melaporkan bahwa pemberian ekstrak ikan gabus meningkatkan proporsi ibu postpartum dengan kategori penyembuhan luka baik dibandingkan kelompok kontrol maupun kondisi sebelum intervensi (Sampara, Sikki & Aspar, 2020; Asnie, Erisna, Amelia & Octaviani, 2021). Selain itu, Purwanti et al. (2019) menemukan bahwa kelompok ibu postpartum yang mengonsumsi ikan gabus cenderung mengalami penyembuhan luka perineum dalam waktu  $\leq 6$  hari dibandingkan kelompok yang tidak mengonsumsi ikan gabus (Purwanti, Natalina, & Marlin, 2019). enilaian menggunakan skala REEDA oleh Wulan et al. (2021) juga menunjukkan penyembuhan luka perineum yang lebih cepat dan perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kontrol Wulan et al, 2021). Hasil serupa dilaporkan oleh Septiani dan Widyastuti (2025) serta Rahmadhena et al. (2024), yang menunjukkan waktu penyembuhan luka perineum lebih singkat pada kelompok yang menerima ekstrak atau kapsul ikan gabus dibandingkan kelompok kontrol. (Septiani, & Widyastuti, 2025; Rahmadhena et al., 2024).

Namun demikian, satu penelitian oleh Fatimah et al. (2024) melaporkan bahwa pemberian ikan gabus selama tujuh hari tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap penyembuhan luka perineum. Temuan ini menunjukkan adanya variasi hasil antar studi, yang kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan desain penelitian, bentuk dan dosis intervensi, serta karakteristik responden (Fatimah, Karo, & Simanjuntak, 2024).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil telaah terhadap artikel yang dianalisis, secara umum konsumsi ikan gabus (*Channa striata*) menunjukkan pengaruh positif terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. Temuan ini konsisten pada sebagian besar penelitian, baik yang menggunakan ikan gabus segar, ikan gabus kukus, maupun sediaan ekstrak atau kapsul. Perbedaan waktu penyembuhan luka antara kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan bahwa ikan gabus berpotensi berperan sebagai intervensi nutrisi yang mendukung proses penyembuhan luka perineum (Wahyuni & Jumaeroh, 2025; Fauziah et al., 2020; Purwanti et al., 2019; Wulan et al., 2021; Septiani & Widyastuti, 2025; Rahmadhena et al., 2024).

Efektivitas ikan gabus dalam mempercepat penyembuhan luka perineum diduga berkaitan dengan kandungan gizinya yang tinggi, terutama protein dan albumin. Protein berperan penting dalam pembentukan jaringan baru, sementara albumin berfungsi menjaga tekanan osmotik, mempercepat regenerasi sel, dan mendukung proses angiogenesis. Selain itu, kandungan asam amino esensial serta mineral seperti zinc berperan dalam sintesis kolagen dan peningkatan respon

imun, sehingga mempercepat proses penyembuhan luka (Sampara et al., 2020; Asnie et al., 2021; Purwanti et al., 2019).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa efek konsumsi ikan gabus tidak tampak signifikan pada hari pertama, namun mulai terlihat setelah beberapa hari pemberian intervensi. Hal ini sejalan dengan tahapan fisiologis penyembuhan luka yang meliputi fase inflamasi, proliferasi, dan maturasi. Kandungan nutrisi ikan gabus diduga berperan lebih optimal pada fase proliferasi dan pembentukan jaringan granulasi, sehingga perbedaan penyembuhan luka menjadi lebih jelas pada hari keempat hingga kesepuluh postpartum (Susilawati et al., 2021; Fauziah et al., 2020; Rahmadhena et al., 2024).

Meskipun sebagian besar penelitian menunjukkan hasil yang signifikan, terdapat satu studi yang tidak menemukan pengaruh konsumsi ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum. Perbedaan temuan ini kemungkinan dipengaruhi oleh variasi desain penelitian, jumlah sampel yang terbatas, durasi intervensi yang lebih singkat, tingkat kepatuhan responden, serta faktor lain seperti status gizi ibu, kebersihan luka, dan perawatan perineum yang dilakukan secara bersamaan (Fatimah et al., 2024)

Secara keseluruhan, hasil kajian ini menunjukkan bahwa konsumsi ikan gabus berpotensi digunakan sebagai terapi komplementer yang aman, terjangkau, dan mudah diterapkan dalam perawatan ibu nifas. Pemberian edukasi mengenai konsumsi ikan gabus dapat dipertimbangkan oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat maternitas, sebagai bagian dari upaya mempercepat penyembuhan luka perineum dan meningkatkan kenyamanan ibu postpartum (Wahyuni & Jumaeroh, 2025; Sampara et al., 2020; Wulan et al., 2021; Septiani & Widyastuti, 2025).

## KESIMPULAN

Konsumsi ikan gabus (*Channa striata*) berpotensi mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum dan dapat digunakan sebagai terapi komplementer non-farmakologis dalam perawatan ibu nifas. Penelitian lanjutan masih diperlukan untuk memperkuat bukti ilmiah.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini penulis para peneliti mengucapkan terima kasih kepada Direktur Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Padjadjaran dan Perpustakaan Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia, yang telah memberikan akses terhadap database penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldesta, R., Rahmi, R., & Tanberika, F. S. (2020). Pengaruh ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu post partum di Puskesmas Sungai Piring tahun 2019. *Medikes :Media Informasi Kesehatan*, 7(1), 133–141.
- Asnie, N. M., Erisna, M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2021). Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa striata*) terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 11(04), 226-231.
- Fatimah, N. S., Karo, M. B., & Simanjuntak, F. M. (2024). Efektivitas Penyembuhan Luka Perineum Dengan Konsumsi Ikan Gabus di Klinik Siti Zachroh Cijengkol Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 14(2), 138-151.
- Fauziah, F., Fitriana, F., & Noorbaya, S. (2020). Efektivitas Pemberian Ikan Gabus Kukus Terhadap Penyembuhan Laserasi Perineum Pada Ibu Postpartum. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(2), 92.
- Wahyuni, N.I. & Jumaeroh, S. (2025). Perbandingan Efektivitas Ikan Gabus dan Senam Kegel terhadap Penyembuhan Luka Perineum di PMB Tambun Selatan Tahun 2025. *Jurnal Ners*. 9(4): 7503 - 7508

- Purnani, W. T. (2019). Perbedaan Efektivitas Pemberian Putih Telur Dan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas. *Journal Of Public Health Research And Community Health Development*, 2(2), 126.
- Purwanti, C., Natalina, R., & Marlin, R. (2019). Consumption of snakehead fish (*Channa striata*) on postpartum maternal perineal wound healing. *J Heal Technol Assess Midwifery*, 2(2), 75-9.
- Rahmadhena, M. P., Amazona, G. J., Mutmainah, N., Niladitya, R., Fitriana, & Wulandari. (2024). Effectiveness of snakehead fish extract on the healing time of perineal wounds in postpartum women who experience perineal rupture in the Jakarta–Tangerang region in 2024. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*. 10(11), 8552–8557. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v10i11.8726>
- Sampara, N., Sikki, S., & Aspar, R. (2020). Pengaruh Mengkonsumsi Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat 2024* (Vol. 1, No. 1, pp. 138-146).
- Septiani, I. & Widyastuti, W. (2025). Efektivitas Ekstrak Ikan Gabus terhadap Penyembuhan Luka Perineum di Rumah Sakit Permata Hati Cikupa Tangerang Tahun 2024. *Jurnal Ners*. 9(2):2104-2109
- Susilawati, S., Patimah, M., & Imaniar, M. S. (2021). *The effect of snakehead fish (Channa striata) consumption in accelerating perineum wound healing.*
- Wahyuni, N. I., & Jumaeroh, S. (2025). *Perbandingan efektivitas ikan gabus dan senam Kegel terhadap penyembuhan luka perineum di PMB Tambun Selatan tahun 2025.* *Jurnal Ners*, 9(4), 50349. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i4.50349>
- Wulan, M., Juliani, S., Arma, N., Marsulina, I., & Syari, M. (2021). Pemberian Ikan Gabus Dalam Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum. *JKN (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(4), 766-771.