

TINJAUAN SISTEMATIS: EFEKTIVITAS EKSTRAK IKAN GABUS (CHANNA STRIATA) TERHADAP LAMA PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM IBU POSTPARTUM

Oktaviana Manda Putri*, Poppy Farasari, Evita Widyawati, Friska Oktaviana

Program Studi Kebidanan, STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung, Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No.1,
Kedungwaru, Tulungagung, Jawa Timur 66224, Indonesia.

*oktavianamanda@gmail.com

ABSTRAK

Masa postpartum merupakan periode krusial bagi ibu untuk pemulihan fisik dan psikis, salah satunya berkaitan dengan penyembuhan luka perineum yang berisiko terhadap infeksi dan memperlambat proses pemulihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas ekstrak ikan gabus (*Channa striata*) terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. Metode yang digunakan adalah tinjauan sistematis berdasarkan prinsip PRISMA, dengan sumber data dari Google Scholar dan PubMed pada publikasi sepuluh tahun terakhir (2015–2025). Sebanyak delapan studi quasi-eksperimental dianalisis, dengan intervensi berupa konsumsi ekstrak ikan gabus dalam bentuk 2-3 kapsul (kurang lebih 500 mg) yang diberikan 2 kali sehari. Pemberian ekstrak ikan gabus dalam studi diberikan rata-rata selama 7–8 hari dimana kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol (pemberian perlakuan standar penyembuhan luka). Hasil analisis menunjukkan bahwa konsumsi ekstrak ikan gabus mempercepat waktu penyembuhan luka perineum sebesar 2–3 hari lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol, dengan perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0,00$). Simpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa ekstrak ikan gabus berperan efektif dalam mempercepat regenerasi jaringan dan menjaga keseimbangan cairan tubuh, sehingga dapat digunakan sebagai terapi komplementer alami dalam mendukung proses penyembuhan luka postpartum. Temuan ini memberikan kontribusi ilmiah terhadap pengembangan intervensi berbasis bahan alami dalam bidang kebidanan.

Kata kunci: ekstrak ikan gabus; luka perineum; masa postpartum; penyembuhan luka

SYSTEMATIC REVIEW: THE EFFECTIVENESS OF SNAKEHEAD FISH (CHANNA STRIATA) EXTRACT ON PERINEAL WOUND HEALING TIME IN POSTPARTUM MOTHERS

ABSTRACT

*The postpartum period is a critical phase for maternal physical and psychological recovery, with perineal wound healing being a major concern due to its potential to cause infections and delay recovery. This study aims to examine the effectiveness of snakehead fish extract (*Channa striata*) on the healing time of perineal wounds in postpartum women. A systematic review was conducted following PRISMA guidelines, utilizing data sourced from Google Scholar and PubMed for studies published within the last decade (2015–2025). A total of eight quasi-experimental studies were analyzed, with the intervention consisting of consuming snakehead fish extract in the form of 2-3 capsules (approximately 500 mg) administered twice a day. The administration of snakehead fish extract in the studies was given for an average of 7-8 days, where the intervention group was compared to the control group (standard wound healing treatment). The results demonstrated that snakehead fish extract significantly accelerated perineal wound healing by 2–3 days compared to control groups ($p < 0.00$). It can be concluded that snakehead fish extract effectively promotes tissue regeneration and maintains fluid balance, thus serving as a potential natural-based complementary therapy for postpartum wound care. These findings contribute scientifically to the development of natural interventions in midwifery practice.*

Keywords: perineal wound; postpartum period; snakehead fish extract; wound healing.

PENDAHULUAN

Postpartum atau pascapersalinan merupakan masa yang dimulai segera setelah bayi lahir, berlangsung selama 6-8 minggu dan berakhir pada saat tubuh ibu hampir kembali ke keadaan sebelum hamil. Masa ini merupakan masa nifas dimana ibu akan mengalami berbagai proses pemulihan baik secara fisik maupun psikis. Biasanya ibu postpartum mengalami beberapa

ketidaknyamanan secara umum seperti kelelahan, nyeri punggung, stres psikologis, dan nyeri perineum. Ibu bersalin umumnya memiliki robekan di vagina dan perineum yang menyebabkan pendarahan dalam jumlah yang bervariasi. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih menjadi yang tertinggi di antara negara ASEAN lainnya, dimana penyebab langsung kematian ibu di Indonesia dan negara lain hampir sama, yaitu sekitar 11% yang disebabkan oleh infeksi. Luka robekan perineum adalah robekan yang terjadi di perineum akibat persalinan pervaginam yang dapat diklasifikasikan menurut derajat laserasi yaitu derajat I,II,III,dan IV. Robekan perineum terjadi hampir di semua persalinan dimana studi menunjukkan bahwa 85% wanita yang melahirkan secara normal akan mengalami trauma pada perineum dan dua pertiga dari wanita ini membutuhkan dilakukan jahitan. Luka perineum yang disebabkan oleh robekan setelah persalinan merupakan komplikasi yang jarang terjadi, tetapi berdampak besar pada kualitas hidup seorang wanita. Secara alami, luka tersebut dapat sembuh sepenuhnya dalam beberapa hari atau minggu, namun luka tersebut juga mungkin saja dapat memerlukan perawatan tambahan seperti penjahitan ulang (repair) perineum. Pada tahun 2017 ditemukan bahwa dari total 1951 kelahiran vagina spontan, 57% ibu menerima jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (American College of Obstetricians and Gynecologists 2018; Girsang and Elfira 2023; Puissegur et al. 2023).

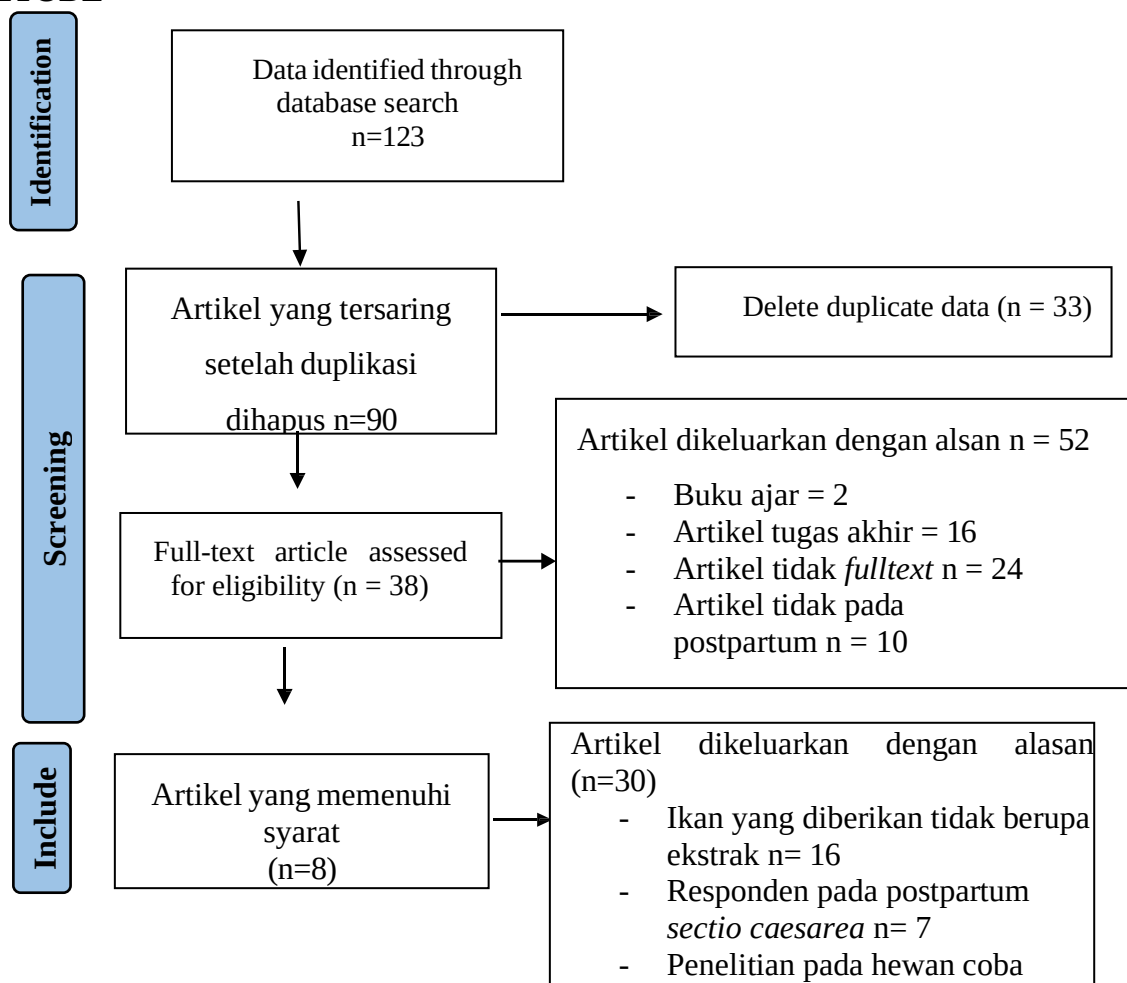
Ibu pascapersalinan yang mengalami robekan pada perineum atau luka perineum sangat rentan terhadap terjadinya infeksi karena jika luka perineum tidak dirawat dengan baik akan sangat mempengaruhi infeksi dan memperlambat proses penyembuhan luka. Pada dasarnya, sebagian besar ibu pascapersalinan memiliki pengetahuan yang terbatas tentang cara mengobati luka perineum sehingga sebagian besar ibu pascapersalinan tidak peduli dengan dampaknya jika luka perineum tidak diobati atau tidak dirawat dengan baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi perawatan perineum termasuk nutrisi, obat-obatan, keturunan, fasilitas dan prasarana, budaya, dan kepercayaan tertentu, hingga perilaku kebersihan dalam perawatan luka perineum yang merupakan bentuk pencegahan terjadinya infeksi pada luka. Infeksi nifas dapat disebabkan oleh luka jalan lahir yang tidak mengalami proses penyembuhan yang tepat. Infeksi perineum dapat terjadi karena letak perineum yang lembab sehingga menjadi media proliferasi bakteri. Kejadian infeksi yang terjadi pada luka perineum dapat menyebar ke area jalan lahir atau saluran kemih. Kondisi infeksi pada luka perineum akan memperlambat proses penyembuhan luka karena dapat menambah kerusakan pada jaringan pendukung pada kulit. Kondisi ini akan memperburuk tingkat cedera perineum dan pengobatannya. Sepsis nifas merupakan salah satu dari lima penyebab utama kematian ibu di seluruh dunia dan merupakan penyebab 10 hingga 15% kematian pada periode postpartum. Mayoritas infeksi perineum pada masa postpartum disebabkan oleh trauma fisiologis dan iatrogenik pada dinding perut serta saluran reproduksi, genital, dan saluran kemih yang terjadi selama postpartum dan memungkinkan masuknya bakteri ke dalam lingkungan yang biasanya steril (Girsang and Elfira 2023; Prestinaci, Pezzotti, and Pantosti 2015; Suharja, Widowati, and Novelia 2022).

Pentingnya pendidikan kesehatan untuk mengetahui penatalaksanaan yang tepat untuk perawatan luka perineum, dimana hal ini bertujuan untuk mencegah terjadinya infeksi luka postpartum. Adapun beberapa hal yang dapat diberikan adalah dengan penggunaan obat mengkilangkan rasa nyeri, obat antibiotic, perawatan luka, dan terapi komplementer. Selain itu edukasi kepada ibu postpartum juga sangat penting untuk dilakukan seperti halnya edukasi terkait nutrisi, pengelolaan nyeri, hygiene atau kebersihan luka. Saat ini telah banyak penelitian yang melakukan uji herbal terhadap penyembuhan luka perineum ibu postpartum dan beberapa hasil diantaranya adalah seperti salah satunya adalah ekstrak ikan gabus (Asnie et al. 2021; White and Atchan 2022). *Channa striata* atau yang dikenal dengan ikan gabus merupakan ikan yang ada pada air tawar dan kaya akan manfaat dalam pemulihan kesehatan. Kandungan yang pada ikan gabus yang sering dimanfaatkan dalam bidang kesehatan adalah albuminnya. Albumin merupakan salah satu jenis protein sarkoplasma. Bagi tubuh, protein adalah zat makanan yang penting karena berfungsi untuk zat pengatur serta pembangun yang mana penting untuk keseimbangan cairan yang ada di pembuluh

darah maupun jaringan. Terkait dengan fungsi albumin dalam ikan gabus ini adalah sebagai pembentukan jaringan sel baru, memulihkan lebih cepat jaringan sel yang rusak hingga melakukan pemeliharaan dari keseimbangan cairan di rongga pembuluh darah dengan cairan di rongga interstitial. Kandungan albumin pada ikan gabus sebesar 2,459 gram per 100 gram. Manfaat ikan gabus tidak hanya tinggi albumin saja, namun juga memiliki kandungan karbohidrat yang rendah serta lemak yang juga sangat sedikit. Pada kondisi ibu postpartum dengan luka perineum, albumin pada ikan gabus berperan dalam membantu pembentukan jaringan sel baru sehingga mempercepat proses regenerasi jaringan dan penyembuhan luka. Selain itu juga ekstrak ikan gabus mengandung peptide dan senyawa bioaktif lain yang memiliki sifat antioksidan dan antiinflamasi dalam mengurangi peradangan yang mempercepat proses pemulihan luka perineum pasca persalinan. Kandungan ini menjadikan ikan gabus sebagai bahan alami yang potensiam dalam mendukung penyembuhan luka secara cepat dan efektif termasuk pada luka perineum pada ibu postpartum (Chasanah et al. 2015; Rahmadhena et al. 2024).

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan bahwa diperlukan penatalaksanaan untuk menyembuhkan luka perineum ibu postpartum sehingga menjadi upaya pencegahan infeksi luka perineum dan dapat mengurangi angka kesakitan dan Angka Kematian Ibu (AKI). Mengingat betapa pentingnya hal ini maka tujuan dari penulisan ini adalah untuk melakukan systematic review tentang “Efektivitas ekstrak ikan gabus (*Channa striata*) terhadap lama penyembuhan luka perineum ibu postpartum” dengan mengulas dan merangkum beberapa literatur penelitian yang didapatkan dari publikasi jurnal.

METODE



Gambar 1. Bagan Alur PRISMA dari Pemilihan Literatur.

Penelitian ini dilakukan dengan tinjauan sistematis dengan mencari dan memilih literatur dari hasil analisis yang dilakukan dan dipublikasikan selama 10 tahun terakhir, yaitu 2015-2025. Penelitian dilakukan dengan menerapkan prinsip PRISMA (*Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols*). Data penelitian didapatkan dari pencarian di Google Scholar dan PubMed. Kata kunci pada pencarian yaitu “*Ekstrak Ikan Gabus DAN Luka Perineum* ” dan “*Ekstrak Ikan Gabus DAN Postpartum*”, dan “*Luka Perineum DAN Postpartum*”. Kriteria inklusi: artikel *fulltext* dengan desain studi *Quasy Eksperimental* dan metode kuantitatif, sampel penelitian adalah ibu postpartum yang mengalami luka perineum. Artikel yang dipublikasikan menggunakan Bahasa Inggris dan atau Bahasa Indonesia. Kriteria eksklusi: penelitian dengan metode kualitatif, bukan ibu postpartum, dan penelitian dengan sampel hewan. Artikel dengan kata kunci pencarian ditemukan 123 artikel dimana selanjutnya dilakukan *screening* karena ada duplikasi sebanyak 33 artikel sehingga dihapus dan tersisa 90 artikel. Selanjutnya terdapat 52 artikel yang kemudian dikeluarkan dengan beberapa alasan yaitu merupakan tugas akhir, artikel tidak *fulltext*, artikel pemberian ikan gabus tidak pada kondisi postpartum serta terdapat buku ajar. Terdapat 30 artikel yang selanjutnya dikeluarkan dengan beberapa penyebab diantaranya yaitu ikan yang diberikan merupakan ikan segar (bukan ekstrak), responden postpartum menjalani *sectio caesarea*, terdapat beberapa yang diuji pada hewan coba, serta terdapat penelitian yang dikaji pada nilai interleukinnya (bukan luka perineumnya).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Ringkasan Hasil Pemilihan Literatur

Peneliti dan Judul	Metode Penelitian	Populasi	Intervensi	Hasil
(Rahmadhena <i>et al.</i> 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.	Penelitian kuantitatif, terbagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol. Eksperiment al dengan jenis <i>Quasy Eksperiment al</i> dengan jenis rancangan <i>pretest posttest control group design</i>	Penelitian dilakukan selama 3 bulan dari April-Juni 2024 di beberapa klinik Jakarta dan Tangerang. Sampel sebanyak 88 responden. Pengambilan sampel menggunakan <i>G-Software</i> diperoleh 44 responden di setiap kelompok.	88 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok ekstrak ikan gabus berupa kapsul 2x2 kapsul per hari selama 8 hari) dan kelompok kontrol (dilakukan perlakuan standar perawatan ibu postpartum).	Pemberian ekstrak ikan gabus secara signifikan mempercepat proses penyembuhan luka perineum ibu postpartum dengan $p=0,00$. Pada kelompok intervensi rata-rata lama penyembuhan minimal 3 hari dan maksimal 7 hari. Pada kelompok kontrol rata-rata lama penyembuhan minimal 6 hari dan maksimal 8 hari.
(Afriani, Indrayani, and Carolin 2020). The Effect of Cork Fish (<i>Channa Striata</i>) Extract on Perineal Wound in the Work Area of Walantaka Community Health Center in 2020.	Penelitian kuantitatif, eksperimenta l dengan jenis <i>Quasy Eksperiment al</i> dengan jenis rancangan <i>posttest-only control groups design</i> .	Populasi dalam penelitian ini ibu postpartum yang mengalami luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Walantaka, Serang. Jumlah sampel 40 orang dengan teknik <i>total sampling</i> . Penelitian dilaksanakan selama tahun	Sampel 40 orang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi (diberikan ekstrak ikan gabus 3x2 kapsul per hari selama 7 hari berturut-turut) dan kelompok kontrol (tidak diberikan perlakuan).	Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam hal waktu penyembuhan luka perineum dengan $p=0,000$. Rata-rata waktu penyembuhan pada kelompok kontrol adalah sekitar 6,9 hari sedangkan pada kelompok intervensi 4,8 hari.

Peneliti dan Judul	Metode Penelitian	Populasi	Intervensi	Hasil
2020.				
(Rositah 2022). The Effect of Cork Fish (Channa Striata) Extract on Perineum Wounds among Post-partum Clients.	Penelitian kuantitatif, eksperimental dengan jenis Quasy Eksperimental dengan rancangan one group pretest posttest design.	Ibu postpartum dipilih menggunakan teknik purposive sampling di wilayah kerja Puskesmas Walantaka Kota Serang. Jumlah sampel 40 orang.	Sampel 40 orang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi (diberikan ekstrak ikan gabus 3x2 kapsul per hari selama 7 hari berturut-turut) dan kelompok kontrol (diberikan perilaku standar).	Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam hal waktu penyembuhan luka perineum dengan $p=0,000$. Rata-rata waktu penyembuhan pada kelompok intervensi adalah sekitar 3,65 hari sedangkan pada kelompok kontrol 5,50 hari.
(Fitrahminarsih, Hatima, and Nirwana 2022). Pengaruh Mengkonsumsi Ekstrak Ikan Gabus terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di RSUD Syekh Yusuf Gowa.	Penelitian kuantitatif, eksperimental dengan jenis Quasy Eksperimental dengan pendekatan Nonequivalent Control Group Design.	Ibu nifas di RSUD Syekh Yusuf Gowa, Sulawesi Selatan. Sampel : Ibu nifas yang bersedia sebanyak 40 orang.	20 responden sebagai kelompok perlakuan (diberikan ekstrak ikan gabus) dan 20 responden sebagai kelompok kontrol (tidak diberikan ekstrak ikan gabus).	Terdapat pengaruh pemberian ekstrak ikan gabus terhadap luka perineum. Independent T-Test nilai $p=0,024$. Hari ke 3-7 postpartum responden yang menjadi kelompok perlakuan memiliki tingkat penyembuhan luka perineum yang baik sebesar 50% dan kelompok kontrol penyembuhan luka perineum baik sebesar 10%.
(Rahmadhenai and Anggraini 2021). Efektivitas Ekstrak Ikan Gabus Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di Klinik Pinang Sari.	Penelitian kuantitatif, eksperimental dengan jenis Quasy Eksperimental.	Ibu nifas dengan rupture perineum di Klinik Pinang Sari Kota Tangerang pada Januari-April 2024. Pada penelitian ini sebanyak 22 sampel, dibagi menjadi 2 kelompok dengan cara purposive sampling.	11 responden sebagai kelompok perlakuan (diberikan ekstrak ikan gabus kapsul dengan dosis 2x2 kapsul selama 8 hari) dan 11 responden sebagai kelompok kontrol (tidak diberikan ekstrak ikan gabus).	Terdapat efektivitas ekstrak ikan gabus terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan $p=0,00$. Selisih lama penyembuhan luka perineum lebih cepat pada kelompok intervensi ± 2 hari dibandingkan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi rata-rata lama penyembuhan minimal 4 hari dan maksimal 6 hari. Pada kelompok kontrol rata-rata lama penyembuhan minimal 6 hari dan maksimal 8 hari.
(Mutiar et al. 2023). Perbedaan Luka Perineum Ibu Post Partum pada Pemberian Ekstrak Ikan Gabus (Channa Striata) di PMB Masri Tahun 2022.	Penelitian kuantitatif, eksperimental dengan jenis Quasy Eksperimental dengan rancangan posttest-only control groups	Populasi seluruh ibu postpartum di PMB Masri sebanyak 40 orang pada bulan Juli-Agustus 2022. Sampel sebanyak 40 orang ibu nifas yang diambil secara quota sampling.	20 responden sebagai kelompok intervensi (diberikan ekstrak ikan gabus) dan 20 responden sebagai kelompok kontrol (tidak diberikan ekstrak ikan gabus).	Ada perbedaan pemberian ekstrak ikan gabus terhadap luka perineum dengan $p=0,00$. Pada kelompok kontrol rata-rata penyembuhan pada hari ke-7 sedangkan kelompok intervensi rata-rata waktu penyembuhan lebih cepat yaitu 4 hari.

Peneliti dan Judul	Metode Penelitian	Populasi	Intervensi	Hasil
<i>design.</i>				
(Sari, Anggraini, and Putri 2020). Ekstrak Ikan Gabus terhadap Luka Perineum.	Penelitian kuantitatif, eksperimental dengan jenis <i>Quasy Eksperimental</i> dengan jenis rancangan <i>posttest-only control groups design.</i>	Populasi penelitian ini seluruh ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas rawat inap Sukamaju. Data dikumpulkan sejak 12 Februari-17 Agustus 2020.	Sampel berjumlah 34 responden dibagi menjadi kelompok intervensi (pemberian ekstrak ikan gabus sebanyak 500 mg dikonsumsi 3x sehari pada pukul 08.00, 15.00, dan 22.00 WIB sampai hari ke 10) dan kelompok kontrol. Penyembuhan luka : skala REEDA.	Terdapat perbedaan penyembuhan luka perineum ibu postpartum dengan $p=0,000$. Pemberian ekstrak ikan gabus lebih efektif terhadap penyembuhan luka perineum ibu postpartum dibanding dengan tidak diberikan. Hasil rerata skor REEDA pada hari pertama 10,47 point sedangkan pada hari ke 15 menjadi rata-rata 4,00 point pada kelompok intervensi, dan rata-rata 5,18 pada kelompok kontrol.
(Asnie et al. 2021). Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>) terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas.	Penelitian kuantitatif, eksperimental dengan jenis <i>Quasy Eksperimental</i> dengan jenis rancangan <i>one group pretest posttest design without control.</i>	Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang bersalin di RSUD Kayen Kabupaten Pati dengan luka perineum grade 1 dan 2.	Sampel pada penelitian ini sebanyak 12 orang yang bersedia menjadi responden. Responden diobservasi dan dilakukan sejak hari pertama postpartum, lalu diberikan ekstrak ikan gabus 3x500 mg dengan rutin selama 7 hari. Scoring REEDA dilakukan pada hari pertama (pretest) dan hari ke-8 (posttest).	Hasil penelitian menunjukkan $p=0,000$ dan hasil dari 12 responden yang diberikan ekstrak ikan gabus sebagian besar luka perineum sembuh pada hari ke 8. Penyembuhan luka sesudah diberikan ekstrak ikan gabus dengan kategori baik sebanyak 68,8%.

Berdasarkan studi literatur yang dilakukan terhadap delapan penelitian, diperoleh bahwa pemberian ekstrak ikan gabus (*Channa striata*) secara signifikan dapat mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. Seluruh penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi-eksperimental, baik melalui rancangan pretest-posttest control group maupun posttest-only control group design. Jumlah sampel dalam setiap penelitian bervariasi, mulai dari 12 hingga 88 responden. Intervensi yang diberikan berupa konsumsi ekstrak ikan gabus dalam bentuk kapsul, dengan dosis 2x2 kapsul atau 3x2 kapsul per hari, selama 7 hingga 8 hari berturut-turut. Dari hasil penelitian yang dianalisis, kelompok yang mengonsumsi ekstrak ikan gabus menunjukkan waktu penyembuhan luka perineum yang lebih cepat dibandingkan dengan kelompok kontrol. Waktu penyembuhan pada kelompok intervensi rata-rata berkisar antara 3 hingga 5 hari, sedangkan pada kelompok kontrol berkisar antara 6 hingga 8 hari. Seluruh penelitian menunjukkan hasil yang signifikan secara statistik dengan nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan bermakna dalam kecepatan penyembuhan luka antara kelompok yang mendapatkan ekstrak ikan gabus dengan kelompok yang tidak diberikan intervensi. Postpartum merupakan masa krusial dalam kehidupan seorang ibu, di mana proses pemulihan fisik dan psikis terjadi. Luka perineum akibat persalinan normal, baik karena episiotomi maupun robekan spontan, merupakan salah satu masalah umum yang dialami ibu postpartum. Luka yang tidak ditangani dengan baik dapat meningkatkan risiko infeksi, memperlambat penyembuhan, bahkan berdampak pada peningkatan Angka Kematian Ibu (AKI). Sejumlah faktor mempengaruhi kecepatan penyembuhan luka perineum, di antaranya adalah nutrisi, kebersihan luka, penggunaan terapi pendukung, dan perilaku perawatan diri. Dalam hal ini, pemanfaatan ekstrak ikan gabus sebagai terapi komplementer memberikan penanganan yang

potensial. Kandungan albumin yang tinggi dalam ikan gabus memainkan peran penting dalam regenerasi jaringan, mempercepat proses inflamasi, dan memperbaiki keseimbangan cairan dalam jaringan, sehingga mempercepat penyembuhan luka. Berdasarkan hasil tinjauan literatur, seluruh studi yang dianalisis konsisten menunjukkan bahwa konsumsi rutin ekstrak ikan gabus selama 7 hingga 8 hari mempercepat penyembuhan luka perineum ibu postpartum. Waktu penyembuhan lebih cepat antara 2 hingga 3 hari dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi.

Temuan ini mendukung hipotesis bahwa ekstrak ikan gabus memiliki potensi sebagai terapi tambahan yang efektif dan aman dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. Temuan dari semua penelitian ini secara konsisten menunjukkan bahwa ekstrak ikan gabus mempercepat penyembuhan luka perineum postpartum. Efek penyembuhan ini diyakini berasal dari kandungan albumin yang tinggi dalam ikan gabus, yang berfungsi meningkatkan regenerasi jaringan, mempercepat pembentukan jaringan baru, serta mempertahankan keseimbangan tekanan osmotik tubuh untuk mempercepat transportasi nutrisi ke area luka. Kandungan bioaktif seperti peptida dengan aktivitas antiinflamasi dan antioksidan juga membantu mengurangi peradangan dan risiko infeksi sekunder, yang menjadi faktor penting dalam proses penyembuhan luka perineum yang lembab dan rentan terkontaminasi bakteri. Manfaat biologis ini menjadi sangat relevan dalam konteks luka perineum, di mana risiko infeksi tinggi dapat memperlambat proses pemulihan. Dengan demikian, penggunaan ekstrak ikan gabus sebagai terapi komplementer berpotensi mendukung peningkatan kualitas perawatan postpartum dan mempercepat waktu pemulihan ibu setelah melahirkan. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimental, yang memiliki keterbatasan dalam hal kontrol terhadap variabel luar. Selain itu, beberapa faktor seperti teknik penjahitan, derajat luka perineum, status gizi ibu, dan kepatuhan terhadap konsumsi kapsul tidak selalu terkontrol secara optimal.

SIMPULAN

Ekstrak ikan gabus (*Channa striata*) memiliki efektivitas dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum melalui mekanisme regenerasi jaringan, pengaturan keseimbangan cairan tubuh, dan pengurangan proses inflamasi, sehingga ekstrak ini dapat dijadikan sebagai alternatif terapi komplementer berbasis bahan alami dalam mendukung proses pemulihan postpartum dan berkontribusi terhadap pengurangan risiko komplikasi infeksi serta peningkatan kualitas hidup ibu postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, Nur, Triana Indrayani, and Bunga Tiara Carolin. 2020. "The Effect of Cork Fish (*Channa Striata*) Extract on Perineal Wound in the Work Area of Walantaka Community Health Center in 2020." *Journal of Global Research in Public Health* 5(2): 103–7.
- American College of Obstetricians and Gynecologists. 2018. "Optimizing Postpartum Care." *Wolters Kluwer Health* 130(3): 150–52.
- Asnie, Nofi Maulida, Maya Erisna, Rizky Amelia, and Dhita Aulia Octaviani. 2021. "Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa Striata*) Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas." 11(4): 226–31.
- Chasanah, Ekowati, Mala Nurilmala, Ayu Ratih Purnamasari, and Diini Fithriani. 2015. "Komposisi Kimia, Kadar Albumin Dan Bioaktivitas Ekstrak Protein Ikan Gabus (*Channa Striata*) Alam Dan Hasil Budidaya." *Jurnal Pascapanen dan Bioteknologi Kelautan dan Perikanan* 10(2): 123.

- Fitrahminarsih, Nurul, Husnul Hatima, and Nirwana. 2022. "Pengaruh Mengkonsumsi Ekstrak Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Rsud Syekh Yusuf Gowa." *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan* 1(3).
- Girsang, Bina Melvia, and Eqlima Elfira. 2023. "A Literature Review on Postpartum Perineal Wound Care: Epidemiology, Impact, and Future Interventions." *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences* 11(F): 73–80.
- Mutiara, Uswatun Kasanah, Amelia Nur Hidayanti, and Nurhayani. 2023. "Perbedaan Luka Perineum Ibu Post Partum Pada Pemberian Ekstrak Ikan Gabus (*Channa Striata*) Di Pmb Masri Tahun 2022." *Jurnal Penelitian Pengabdian Bidan (Midwifery Educational Research Journal)* 1(1): 52–58.
- Prestinaci, Francesca, Patrizio Pezzotti, and Annalisa Pantosti. 2015. "Antimicrobial Resistance: A Global Multifaceted Phenomenon." *Pathogens and Global Health* 109(7): 309–18.
- Puissegur, Amandine et al. 2023. "Risk Factors for Perineal Wound Breakdown in Early Postpartum: A Retrospective Case–Control Study." *Journal of Clinical Medicine* 12(8): 10–17.
- Rahmadhena, Melisa Putri et al. 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 (JPPIPA)* 10(11): 8552–57.
- Rahmadhenai, Melisa Putri, and Lili Anggraini. 2021. "Efektivitas Ekstrak Ikan Gabus Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Pinang Sari." *Jurnal Antara Kebidanan* 4(3): 1335–41.
- Rositah. 2022. "The Effect of Cork Fish (*Channa Striata*) Extract on Perineum Wounds among Post-Partum Clients." *Jurnal Keperawatan Komprehensif* 8: 3.
- Sari, Suci Mega, Anggraini, and Ratna Dewi Putri. 2020. "Ekstrak Ikan Gabus Terhadap Luka Perineum." *Jurnal Medika Malahayati* 4(4): 305–11.
- Suharja, Euisnurulfauziah, Retno Widowati, and Shinta Novelia. 2022. "Factors Related to Perineal Wound Healing in Postpartum Mothers at Jawilan Public Health Center." *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)* 2(2): 41–46.
- White, Claire, and Dr Marjorie Atchan. 2022. "Postpartum Management of Perineal Injury - A Critical Narrative Review of Level 1 Evidence." *Midwifery* 112: 103410.