E-ISSN: 3025-0994
Halaman 146-159
Volume 4 Nomor 4 Tahun 2026

Hubungan Pola Makan Tinggi Albumin Dengan Proses Penyembuhan Luka Pasien Post Sectio Caesarea di Ruangan Nifas RSUD Drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo

Yuliyana Nihe[1], Rahmawati A. Sau[2], Nurdin Dali[3], Eman Rahim[4], Moh. Ichsan Arifin Antu[5]

[1,2,3,4] Program Studi Sarjana Ilmu Gizi, STIKES Bakti Nusantara Gorontalo
[5] Program Studi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, STIKES Bakti Nusantara Gorontalo
e-mail: dewintanihe908@gmail.com

Abstrak

Proses penyembuhan luka pada pasien post *sectio caesarea* (SC) dipengaruhi oleh kecukupan nutrisi, terutama asupan protein albumin yang berperan penting dalam perbaikan jaringan. Pemenuhan kebutuhan albumin sangat dipengaruhi oleh pola makan, khususnya konsumsi makanan tinggi protein yang membantu mempertahankan kadar albumin dalam darah sehingga mendukung proses penyembuhan luka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan tinggi albumin dengan proses penyemebuhan luka pasien *post sectio caesarea* di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitin dilakukan di Ruang Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo pada bulan Juni tahun 2026. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh pasien *post* SC di Ruangan Nifas sebanyak 36 pasien, dengan jumlah sampel sebanyak 36 pasien yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data pola makan tinggi albumin diperoleh menggunakan metode *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan proses penyembuhan luka menggunakan lembar observasi. Analisis data menggunakan uji *Fisher's Exact Test* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa terdapat hubungan pola makan tinggi albumin dengan proses penyemebuhan luka (p=0,033 < 0,05). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan tinggi albumin dengan proses penyembuhan luka pada pasien *post* SC. Oleh karena itu, ibu *post sectio caesarea* diharapkan dapat menerapkan pola makan tinggi albumin sesuai anjuran tenaga kesehatan untuk mendukung proses penyembuhan luka secara optimal.

Kata Kunci: Pola Makan, Penyemebuhan Luka, Albumin, Sectio Caesarea, Persalinan

Abstract

The wound healing process in post-cesarean section (CS) patients is influenced by adequate nutritional intake, particularly albumin protein intake, which plays an important role in tissue repair. Adequate albumin intake is strongly influenced by dietary patterns, particularly the consumption of high-protein foods that help maintain blood albumin levels and thereby support the wound healing process. This study aims to determine the relationship between a high-albumin dietary pattern and the wound healing process in post-cesarean section patients in the Postpartum Ward of drg. Clara Gobel Regional General Hospital, Boalemo Regency. This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The study was conducted in the Postpartum Ward of drg. Clara Gobel Regional General Hospital, Boalemo Regency, in June 2026. The study population consisted of all 36 post-CS patients in the Postpartum Ward, with a sample of 36 patients selected using total sampling. Data on high-albumin dietary patterns were obtained using a Food Frequency Questionnaire (FFQ), while the wound healing process was assessed using an observation sheet. Data were analyzed using Fisher's Exact Test with a significance level of 0.05. The results showed there was a relationship between a high-albumin dietary pattern and the wound healing process ($p=0.033 < 0.05$). Thus, it can be concluded that there is a relationship between a high-albumin dietary pattern and the wound healing process in post-CS patients. Therefore, post-cesarean section mothers are expected to follow a high-albumin dietary pattern, according to healthcare professionals' recommendations, to support optimal wound healing.

Keywords: Dietary Pattern, Wound Healing, Albumin, Cesarean Section, Childbirth.

LATAR BELAKANG

Persalinan *sectio caesarea* (SC) adalah metode persalinan operatif yang dilakukan melalui insisi pada dinding perut dan rahim untuk melahirkan bayi ketika persalinan normal tidak memungkinkan atau memiliki risiko yang lebih besar bagi ibu dan janin. Pelaksanaan tindakan ini didasarkan pada berbagai indikasi medis, antara lain gawat janin, plasenta previa, disproporsi sefalopelvik, serta komplikasi obstetri lainnya yang dapat membahayakan proses persalinan (Kemenkes RI, 2025).

Proses penyembuhan atau pemulihan pasien *sectio caesarea* (SC) sangat erat kaitannya dengan kecukupan nutrisi, karena tubuh membutuhkan energi dan zat gizi untuk memperbaiki jaringan yang rusak akibat tindakan pembedahan. Setelah operasi, tubuh memasuki fase penyembuhan yang terdiri dari inflamasi, proliferasi, dan remodeling, yang semuanya memerlukan dukungan nutrisi yang optimal agar prosesnya berjalan efektif (Sirait, 2023).

Proses penyembuhan luka pasca *sectio caesarea* sangat dipengaruhi oleh albumin, mengingat protein ini merupakan protein utama yang terdapat dalam plasma darah. Selain berfungsi mempertahankan tekanan osmotik koloid, albumin juga berperan dalam transportasi berbagai zat yang dibutuhkan tubuh serta menjaga keseimbangan cairan

selama proses pemulihan. Albumin berperan juga dalam membawa nutrisi, hormon, dan asam amino ke jaringan yang mengalami kerusakan akibat tindakan pembedahan, sehingga proses regenerasi sel dan pembentukan jaringan baru dapat berlangsung lebih optimal serta berdampak langsung pada percepatan penyembuhan luka (Wicaksono, 2022).

Pemenuhan asupan zat gizi khusunya protein albumin pada pasien *sectio caesarea* sangat erat kaitannya dengan kebiasaan makan atau pola makan pasien terutama konsumsi makanan tinggi protein yang dapat membantu meningkatkan dan mempertahankan kadar albumin dalam darah. Pola makan tinggi albumin dapat diperoleh dari konsumsi makanan seperti putih telur, ikan gabus, ikan tuna, salmon, daging ayam, daging sapi tanpa lemak, susu, tempe, tahu, serta kacang-kacangan. Asupan protein yang cukup membantu hati memproduksi albumin secara optimal sehingga kebutuhan tubuh selama masa pemulihan dapat terpenuhi. Dengan terpenuhinya kadar albumin, proses pembentukan kolagen, regenerasi sel, dan penutupan luka operasi dapat berlangsung lebih cepat (Yulianah dan Sinaga, 2025).

Setelah banyak mengkaji pasien pasca operasi *Sectio caesarea* serta memahami peran albumin dalam proses penyembuhan luka, maka dapat diuraikan beberapa data penunjang sebagai bahan pendukung pelakanaan riset yang akan dilakukan peneliti. Hasil pemetaan data proporsi kelahiran melalui *Sectio caesarea* di Indonesia meningkat dari 9,8% tahun 2013 menjadi 25,9% pada tahun 2023. Untuk Provinsi Gorontalo presentasi kelahiran melalui *sectio caesarea* pada tahun 2023 mencapai angka 33,3%. Untuk tingkat kabupaten, khususnya Kabupaten Boelamo, laporan yang berhasil di himpun oleh peneliti berdasarkan informasi yang diperoleh di RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo, jumlah ibu nifas post operasi *sectio caesarea* pada tahun 2025 sebanyak 553 pasien (Kemenkes RI, 2024; RSUD drg. Clara Gobel, 2026).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April 2026 di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo menunjukkan bahwa jumlah pasien ibu nifas post operasi *sectio caesarea* adalah sebanyak 75 pasien dari 233 pasien persalinan yang ditangani. Seluruh pasien mendapatkan diet Tinggi Kalori dan Tinggi protei (TKTP). Peneliti melakukan wawancara pada 8 responden pasien *sectio caesarea.* Sebanyak 5 responden, tidak mengonsumsi makanan yang diberikan secara baik karena nafsu makan menurun, mual, nyeri pasca operasi, sedangkan 3 responden mampu mengonsumsi diet TKTP dengan baik.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa konsumsi pangan yang kaya protein dan albumin berperan dalam mendukung pemulihan luka setelah tindakan *sectio caesarea*. Marsinta dan Rahmadhena (2025) melaporkan adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dengan penyembuhan luka operasi pada pasien pasca *sectio caesarea* (*p-value* <0,05). Temuan serupa juga disampaikan oleh Rahmawati dan Casniah (2025), yang menyatakan bahwa konsumsi putih telur rebus memberikan pengaruh terhadap percepatan penyembuhan luka jahitan pada ibu pasca *sectio caesarea* (*p-value* <0,05). Selain itu, Tarigan dan Putri (2025) menjelaskan bahwa bahan pangan sumber protein dan albumin, seperti ikan gabus, mampu membantu proses penyembuhan luka pada ibu setelah persalinan (*p-value* <0,05).

Berdasarkan berbagai hasil penelitian tersebut, dapat dipahami bahwa kecukupan asupan protein, khususnya albumin, mempunyai peranan penting dalam mendukung proses pemulihan luka pada pasien pasca *sectio caesarea*. Sehingga peneliti terdorong untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Pola Makan Tinggi Albumin dengan Proses Penyembuhan Luka Pasien *Post Sectio caesarea* di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo."

Masyarakat Indonesia, khususnya pada ibu post *sectio caesarea* (SC), masih terdapat berbagai kebiasaan tradisional yang dipercaya dapat mempercepat proses penyembuhan luka operasi seperti ikan, telur, ayam kampung, dan sayur hijau karena dianggap dapat mempercepat pengeringan luka dan memulihkan tenaga setelah melahirkan. Pada masyarakat Boalemo yang berada di wilayah pesisir juga cukup sering mengonsumsi ikan laut sebagai sumber protein sehari-hari. Namun demikian, masih ditemukan budaya pantang makanan tertentu pada ibu nifas, seperti menghindari ikan, telur, atau makanan berkuah karena dipercaya menyebabkan luka gatal, basah, atau lama sembuh.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara pola makan tinggi albumin sebagai variabel independen dan proses penyembuhan luka sebagai variabel dependen pada pasien *post sectio caesarea*. Penelitian dilaksanakan di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo, Provinsi Gorontalo, pada Juni–Juli 2026. Populasi penelitian adalah seluruh pasien *post sectio caesarea* di Ruangan Nifas dengan jumlah 36 pasien, dan seluruh populasi dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Data pola makan tinggi albumin dikumpulkan menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ), sedangkan proses penyembuhan luka dinilai menggunakan lembar observasi. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara univariat untuk menggambarkan distribusi setiap variabel dan secara bivariat untuk mengetahui hubungan antara pola makan tinggi albumin dengan proses penyembuhan luka. Analisis bivariat menggunakan uji *Fisher's Exact Test* dengan tingkat kepercayaan 95% dan nilai α = 0,05.

HASIL

Karakteristik Umum Responden

Tabel 1. Karaktersitik Responden

Karakteristik	n	%
Umur		
< 20 tahun	3	8,3
20 – 35 tahun	28	77,8
> 35 tahun	5	13,9
Pendidikan		
SD	6	16,7
SMP	7	19,4
SMA	16	44,5
PT	7	19,4

Pekerjaan		
IRT	22	61,1
ASN	3	8,4
Honorer	4	11,1
Wirausaha	7	19,4
Paritas		
Primipara	20	55,6
Multipara	16	44,4
Jumlah	**36**	**100,0**

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 28 orang (77,8%). Dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah hingga tinggi (SMA–PT), sebanyak 23 orang (63,9%). Berdasarkan status pekerjaan, mayoritas responden tidak bekerja atau berstatus sebagai ibu rumah tangga (IRT), yaitu 22 orang (61,1%), sedangkan berdasarkan paritas, sebagian besar responden termasuk dalam kategori primipara sebanyak 20 orang (55,6%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Pola Makan dan Proses Penyembuhan Luka

Variabel	n	%
Pola Makan		
Sering	19	52,8
Kadang-kadang	10	27,8
Jarang	7	19,4
Proses Penyembuhan Luka		
Baik	25	69,4
Tidak Baik	11	30,6
Jumlah	**36**	**100,0**

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar ibu nifas memiliki pola makan tinggi albumin dalam kategori sering, yaitu sebanyak 19 responden (52,8%). Sementara itu, pada penilaian proses penyembuhan luka *sectio caesarea*, mayoritas responden menunjukkan penyembuhan luka dalam kategori baik, yaitu sebanyak 25 responden (69,4%), sedangkan 11 responden (30,6%) berada dalam kategori penyembuhan luka tidak baik.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan pola makan tinggi albumin dengan proses penyembuhan luka

Pola Makan Tinggi Albumin	Penyembuhan Luka				Jumlah		*p-value*
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Sering	16	44,4	3	8,3	19	52,8	0,033

Pola Makan Tinggi Albumin	Penyembuhan Luka				Jumlah		*p-value*
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Kadang-kadang	7	19,4	3	8,3	10	27,8	
Jarang	2	5,6	5	13,9	7	19,4	
Jumlah	**25**	**69,4**	**11**	**30,6**	**36**	**100,0**	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden yang sering mengonsumsi makanan tinggi albumin menunjukkan proses penyembuhan luka dalam kategori baik, yaitu sebanyak 16 responden (44,4%). Sementara itu, pada kelompok yang jarang mengonsumsi makanan tinggi albumin, terdapat 5 responden (13,9%) dengan proses penyembuhan luka yang tidak baik. Hasil *p-value* sebesar 0,033 < 0,05, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan tinggi albumin dan proses penyembuhan luka pada pasien *post sectio caesarea*.

PEMBAHASAN

Pola Makan Tinggi Albumin

Hasil penelitian terhadap 36 responden memperlihatkan bahwa 19 orang (52,8%) termasuk dalam kategori sering mengonsumsi makanan tinggi albumin. Berdasarkan pengumpulan data menggunakan formulir FFQ di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo, ditemukan bahwa lebih dari separuh ibu *post sectio caesarea* secara rutin mengonsumsi berbagai bahan pangan yang menjadi sumber protein dan albumin, di antaranya telur, ikan, daging ayam, tahu, tempe, serta susu. Tingginya frekuensi konsumsi makanan tersebut dapat dipengaruhi oleh pemberian edukasi dari tenaga kesehatan tentang pentingnya memenuhi kebutuhan gizi selama periode nifas, disertai penerapan diet Tinggi Kalori Tinggi Protein (TKTP) yang diberikan selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Berdasarkan hasil analisis terhadap 12 jenis bahan makanan tinggi albumin, diketahui bahwa frekuensi konsumsi responden menunjukkan variasi pada setiap jenis makanan. Bahan makanan yang paling sering dikonsumsi adalah ikan laut (88,9%), telur (75,0%), dan tahu (55,6%). Sebaliknya, sebagian besar responden masih jarang mengonsumsi ikan gabus (80,5%), ikan air tawar (69,4%), daging sapi (91,7%), hati ayam/sapi (83,3%), susu (66,6%), keju (86,1%), tempe (50,0%), serta kacang-kacangan (52,8%). Daging ayam umumnya dikonsumsi dalam kategori kadang-kadang (50,0%).

Temuan ini mengindikasikan bahwa pemenuhan kebutuhan protein pada ibu *post sectio caesarea* lebih banyak berasal dari bahan pangan yang umum dikonsumsi sehari-hari. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa meskipun tidak seluruh jenis makanan tinggi albumin dikonsumsi secara rutin, responden tetap memperoleh asupan protein melalui beberapa sumber pangan utama yang berpotensi mendukung proses penyembuhan luka selama masa nifas.

Temuan penelitian ini juga dapat ditinjau berdasarkan karakteristik responden. Mayoritas ibu berada pada rentang usia 20–35 tahun (77,8%), memiliki tingkat pendidikan

SMA (44,5%), berstatus tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga (61,1%), serta termasuk kelompok primipara (55,6%). Ibu yang berada pada usia reproduksi sehat umumnya lebih mampu memahami informasi terkait kesehatan dan mengikuti anjuran pola konsumsi makanan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi turut mendukung pemahaman mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi. Selain itu, ibu rumah tangga cenderung mempunyai waktu dan kesempatan yang lebih luas dalam menentukan serta mengatur pilihan makanan selama menjalani masa nifas (Syafi'iyah *et al*., 2025).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Marsinta dan Rahmadhena (2025) bahwa sebagian besar responden ibu nifas *post SC* menjalani diet atau pola makan dengan baik yaitu sebanyak 54 responden (55,1%). Selain itu, penelitian Yulianah dan Sinaga (2025) menunjukkan bahwa terdapat 37 responden (97,4%) mengkonsumsi putih telur lebih atau sama dengan 165 gram/hari. Penelitian Tarigan dan Putri (2025) juga melaporkan bahwa konsumsi sumber protein berkualitas seperti ikan gabus, telur, dan ikan laut cukup tinggi pada masyarakat yang telah memperoleh edukasi gizi. Selain itu, Andriyani & Meiranny (2025) menyatakan bahwa pengetahuan mengenai kebutuhan protein berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi makanan bergizi.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ibu nifas memerlukan tambahan energi dan protein yang lebih tinggi dibandingkan kondisi normal karena tubuh membutuhkan zat gizi untuk proses pemulihan jaringan dan memenuhi kebutuhan menyusui. Oleh karena itu, konsumsi makanan sumber protein hewani dan nabati dianjurkan setiap hari sebagai bagian dari pedoman gizi seimbang (Kemenkes RI, 2023).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa 7 responden (19,4%) memiliki pola makan tinggi albumin kategori jarang. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat ibu post *sectio caesarea* yang belum rutin mengonsumsi makanan tinggi albumin. Berdasarkan hasil observasi menggunakan formulir FFQ, responden pada kategori ini lebih sering mengonsumsi makanan sumber albumin hanya 1–3 kali dalam seminggu atau bahkan tidak pernah mengonsumsi beberapa jenis makanan, seperti ikan gabus, susu, keju, dan hati ayam. Sementara itu, konsumsi telur, ikan, tahu, dan tempe juga belum dilakukan secara teratur setiap hari.

Rendahnya konsumsi tersebut dipengaruhi oleh nafsu makan yang menurun, rasa mual setelah operasi, keterbatasan ekonomi, kurang menyukai jenis makanan tertentu, serta masih adanya kepercayaan terhadap pantangan makanan pada masa nifas. Berdasarkan karakteristik responden, kelompok ini lebih banyak ditemukan pada ibu dengan pendidikan dasar hingga menengah pertama (SD-SMP). Pendidikan yang lebih rendah dapat memengaruhi tingkat pengetahuan mengenai kebutuhan nutrisi, sedangkan kondisi sosial ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap kemampuan menyediakan makanan sumber protein yang beragam (Kemenkes RI, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ngongo (2024) yang menemukan bahwa sebagian responden masih memiliki pola makan kurang karena jarang mengonsumsi lauk hewani. Penelitian Purwandari (2022) juga melaporkan bahwa kebiasaan konsumsi makanan bergizi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan kondisi ekonomi keluarga.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), kebiasaan makan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, budaya, kebiasaan keluarga, kemampuan ekonomi, serta ketersediaan bahan pangan. Oleh karena itu, pola makan yang kurang baik tidak hanya dipengaruhi oleh pilihan individu, tetapi juga oleh faktor lingkungan dan sosial.

Peneliti berasumsi bahwa pola makan tinggi albumin pada ibu *post sectio caesarea* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, paritas, pengetahuan tentang gizi, kebiasaan makan dalam keluarga, kondisi ekonomi, serta edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan selama menjalani perawatan di rumah sakit. Responden yang memiliki pola makan kategori sering diduga lebih memahami pentingnya pemenuhan kebutuhan protein dan memiliki akses yang lebih baik terhadap makanan sumber albumin, sedangkan responden dengan kategori kadang-kadang dan jarang kemungkinan dipengaruhi oleh keterbatasan pengetahuan, kebiasaan konsumsi sebelum dirawat, nafsu makan yang belum optimal, maupun preferensi terhadap jenis makanan tertentu. Oleh karena itu, peningkatan edukasi gizi dan pendampingan kepada ibu nifas sangat diperlukan untuk membentuk kebiasaan konsumsi makanan tinggi albumin secara teratur selama masa pemulihan.

Proses Penyembuhan Luka *Post SC*

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 36 responden, sebanyak 25 orang (69,4%) termasuk dalam kategori penyembuhan luka yang baik. Temuan tersebut menggambarkan bahwa mayoritas ibu *post sectio caesarea* yang menjalani perawatan di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo mengalami perkembangan luka operasi yang baik selama periode perawatan. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah mencapai kriteria penyembuhan luka, yang ditandai dengan kondisi luka yang kering, tidak mengalami kemerahan, tanpa edema maupun keluarnya cairan, berkurangnya rasa nyeri, serta tepi luka yang telah menyatu. Berbagai indikator tersebut mencerminkan bahwa pemulihan luka berlangsung mengikuti tahapan fisiologis proses penyembuhan.

Apabila dikaitkan dengan karakteristik responden, sebagian besar ibu berada pada rentang usia 20–35 tahun, memiliki tingkat pendidikan SMA, dan sebagian besar merupakan primipara. Usia reproduksi tersebut merupakan periode yang secara fisiologis memiliki kemampuan regenerasi jaringan yang masih baik dibandingkan usia yang lebih tua. Pendidikan yang cukup memungkinkan ibu lebih mudah menerima informasi mengenai perawatan luka. Selain itu, ibu primipara umumnya lebih memperhatikan instruksi yang diberikan oleh tenaga kesehatan karena merupakan pengalaman pertama menjalani persalinan melalui operasi. (Syafrudin & Galaupa, 2024).

Temuan penelitian tersebut konsisten dengan hasil penelitian Syafrudin dan Galaupa (2024), yang melaporkan bahwa 8 responden (53,3%) sebagai kelompok mayoritas menunjukkan proses penyembuhan luka dalam kategori baik. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Marsinta dan Rahmadhena (2025), yaitu sebanyak 52 responden (53,1%) dari sebagian besar responden mengalami penyembuhan luka dengan kategori baik.

Barus (2023) menjelaskan bahwa proses pemulihan luka berlangsung secara biologis melalui tiga tahapan utama yang saling berkesinambungan, yaitu fase inflamasi, proliferasi, dan *remodeling*. Apabila setiap fase berlangsung secara normal, maka luka akan menunjukkan tanda-tanda perbaikan seperti berkurangnya nyeri, tidak adanya tanda inflamasi yang berlebihan, jaringan luka mulai menyatu, dan tidak ditemukan infeksi. Kristina (2023) juga menjelaskan bahwa keberhasilan penyembuhan luka dipengaruhi oleh kemampuan tubuh melakukan regenerasi jaringan serta kepatuhan pasien dalam menjalankan perawatan pascaoperasi.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa 11 responden (30,6%) masih mengalami proses penyembuhan luka dalam kategori tidak baik. Meskipun jumlahnya lebih sedikit dibandingkan kategori baik, kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat ibu *post sectio caesarea* yang memerlukan perhatian lebih selama masa pemulihan. Berdasarkan hasil observasi penyembuhan luka *post sectio caesarea*, beberapa responden masih menunjukkan adanya nyeri pada daerah luka, luka belum kering secara sempurna, terdapat sedikit kemerahan di sekitar insisi, serta tepi luka belum menyatu secara optimal.

Apabila ditinjau berdasarkan karakteristik responden, kondisi tersebut lebih sering ditemukan pada ibu yang memiliki jenjang pendidikan rendah, yaitu SD–SMP. Rendahnya tingkat pendidikan dapat berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam memahami berbagai informasi yang berkaitan dengan kesehatan (Syafrudin dan Galaupa, 2024). Temuan ini mendukung hasil penelitian Rahim (2025), yang menunjukkan bahwa selama periode pengamatan masih terdapat sejumlah pasien dengan proses penyembuhan luka yang belum mencapai kondisi optimal. Hal serupa dilaporkan oleh Harvianti (2025), bahwa proses pemulihan luka pascaoperasi tidak berlangsung dengan hasil yang sama pada setiap pasien karena dipengaruhi oleh perbedaan kondisi masing-masing individu selama masa penyembuhan.

Secara teori, penyembuhan luka dapat berlangsung lebih lambat apabila proses inflamasi berlangsung lebih lama atau terdapat faktor yang menghambat regenerasi jaringan. Zuriati (2022) menjelaskan bahwa penyembuhan luka dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal, seperti kondisi umum pasien, status gizi, kebersihan luka, mobilisasi, serta kepatuhan terhadap perawatan. Aminuddin *et al.* (2020) juga menyatakan bahwa keterlambatan penyembuhan luka sering ditandai dengan luka yang masih lembap, nyeri yang menetap, atau masih adanya tanda inflamasi di sekitar luka.

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden memiliki proses penyembuhan luka yang baik karena memperoleh perawatan pascaoperasi sesuai standar rumah sakit, menjaga kebersihan luka, mematuhi pengobatan, serta berada pada usia reproduksi yang mendukung proses regenerasi jaringan. Sementara itu, responden yang mengalami penyembuhan luka tidak baik diduga dipengaruhi oleh perbedaan kondisi individu, seperti kemampuan tubuh dalam memperbaiki jaringan, kepatuhan terhadap perawatan, dan kondisi kesehatan selama masa pemulihan.

Hubungan Pola Makan Tinggi Albumin dengan Proses Penyembuhan Luka *Post SC*

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa di antara 19 responden yang tergolong sering mengonsumsi makanan tinggi albumin, sebanyak 16 responden (44,4%)

menunjukkan proses penyembuhan luka yang baik, sementara 3 responden (8,3%) lainnya memiliki proses penyembuhan luka dalam kategori tidak baik. Hasil tersebut menggambarkan bahwa mayoritas responden yang secara rutin mengonsumsi sumber makanan beralbumin mengalami perkembangan luka operasi yang baik selama menjalani perawatan. Namun, masih ditemukan sebagian kecil responden dengan pola konsumsi makanan tinggi albumin yang sering tetapi belum mencapai penyembuhan luka secara optimal. Kondisi ini mengindikasikan bahwa keberhasilan penyembuhan luka tidak semata-mata ditentukan oleh kecukupan konsumsi protein, melainkan juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya.

Jika ditinjau dari karakteristiknya, mayoritas responden termasuk dalam kelompok usia 20–35 tahun, berpendidikan SMA, dan berstatus primipara. Sementara itu, responden yang sering mengonsumsi makanan tinggi albumin tetapi menunjukkan penyembuhan luka yang belum optimal sebagian besar berusia >35 tahun. Kelompok usia reproduksi pada umumnya mempunyai kapasitas regenerasi jaringan yang lebih baik daripada individu dengan usia lebih lanjut. Selain itu, latar belakang pendidikan menengah dapat membantu responden dalam memahami informasi dan anjuran mengenai pemenuhan nutrisi serta perawatan pascaoperasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan.

Temuan penelitian ini memperoleh dukungan dari penelitian Tarigan & Putri (2025), yang menyatakan bahwa pemenuhan kebutuhan protein melalui konsumsi pangan sumber albumin, seperti ikan gabus, dapat memberikan kontribusi terhadap pemulihan ibu nifas yang mengalami luka operasi maupun luka perineum. Protein berkualitas berperan menyediakan asam amino esensial yang dibutuhkan tubuh dalam pembentukan jaringan baru sekaligus mendukung percepatan regenerasi sel (Tarigan & Putri, 2025). Hasil tersebut juga selaras dengan penelitian Rahim (2025), yang menemukan bahwa pasien *post sectio caesarea* dengan status gizi baik cenderung mengalami penyembuhan luka yang lebih optimal dibandingkan pasien yang memiliki status nutrisi kurang baik (Rahim, 2025).

Secara teori, albumin merupakan protein plasma utama yang berperan dalam mempertahankan tekanan osmotik, mengangkut berbagai zat gizi, serta menyediakan asam amino yang dibutuhkan dalam pembentukan jaringan baru. Kecukupan protein dan albumin sangat penting untuk mendukung sintesis kolagen, angiogenesis, proliferasi fibroblas, dan regenerasi jaringan selama proses penyembuhan luka. Namun, keberhasilan penyembuhan luka merupakan proses yang kompleks karena dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor, seperti usia, status gizi, kadar hemoglobin, penyakit penyerta, infeksi, perfusi jaringan, serta kualitas perawatan luka. Oleh sebab itu, meskipun seseorang telah memiliki pola makan tinggi albumin yang baik, hasil penyembuhan luka dapat berbeda apabila terdapat faktor-faktor lain yang menghambat proses perbaikan jaringan (Kristina, 2023; Tarigan dan Putri, 2025).

Berdasarkan hasil penelitian pada diketahui bahwa dari 10 responden yang memiliki pola makan tinggi albumin kategori kadang-kadang, sebanyak 7 responden (19,4%) mengalami proses penyembuhan luka dalam kategori baik, sedangkan 3 responden (8,3%) mengalami proses penyembuhan luka dalam kategori tidak baik. Hasil ini menunjukkan

bahwa sebagian besar responden yang mengonsumsi makanan tinggi albumin dengan frekuensi tidak rutin tetap memperlihatkan proses penyembuhan luka yang baik.

Kondisi di atas mengindikasikan bahwa meskipun asupan makanan tinggi albumin belum dikonsumsi setiap hari, kebutuhan protein responden kemungkinan masih dapat terpenuhi dari sumber makanan lain atau didukung oleh kondisi kesehatan yang baik selama masa perawatan. Di sisi lain, masih terdapat beberapa responden yang mengalami penyembuhan luka tidak baik, yang menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi makanan tinggi albumin yang belum optimal dapat disertai dengan faktor lain yang memengaruhi proses pemulihan, seperti kondisi fisiologis tubuh, status kesehatan, kepatuhan terhadap perawatan, maupun respons individu terhadap tindakan operasi.

Penelitian Tarigan dan Putri (2025) turut memperkuat temuan ini dengan menjelaskan bahwa konsumsi pangan sumber albumin untuk memenuhi kebutuhan protein menjadi salah satu aspek yang berperan dalam menunjang proses pemulihan ibu selama masa nifas. Penelitian Rahim (2025) juga melaporkan bahwa tidak seluruh pasien dengan asupan nutrisi yang cukup menunjukkan kecepatan penyembuhan luka yang sama karena terdapat variasi kondisi klinis, seperti penyakit penyerta, status hemoglobin, dan kemampuan regenerasi jaringan pada masing-masing individu.

Secara teori, ibu pasca *sectio caesarea* membutuhkan asupan protein yang lebih tinggi untuk mendukung perbaikan jaringan akibat pembedahan. Albumin berperan sebagai protein plasma utama yang membantu pembentukan kolagen, regenerasi jaringan, dan transportasi zat gizi. Namun, penyembuhan luka tidak hanya dipengaruhi oleh asupan protein, tetapi juga oleh kecukupan energi, kondisi metabolik, oksigenasi jaringan, dan kualitas perawatan luka. Oleh karena itu, responden yang mengonsumsi makanan tinggi albumin secara kadang-kadang tetap dapat mengalami penyembuhan luka yang baik apabila faktor-faktor tersebut berada dalam kondisi optimal (Kristina, 2023; WHO, 2022).

Berdasarkan temuan penelitian, dari tujuh responden dengan frekuensi konsumsi makanan tinggi albumin yang tergolong jarang, dua orang (5,6%) menunjukkan penyembuhan luka dalam kategori baik, sementara lima orang lainnya (13,9%) mengalami penyembuhan luka yang dikategorikan tidak baik. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas responden dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi albumin secara tidak rutin cenderung memiliki proses pemulihan luka yang kurang optimal.

Namun demikian, masih terdapat dua responden yang tetap menunjukkan penyembuhan luka yang baik meskipun frekuensi konsumsi makanan tinggi albumin tergolong rendah. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa proses penyembuhan luka dipengaruhi oleh berbagai faktor sehingga tidak hanya bergantung pada frekuensi konsumsi makanan tinggi albumin. Faktor lain seperti kondisi kesehatan secara umum, status gizi sebelum operasi, kepatuhan terhadap perawatan luka, mobilisasi dini, dan tidak adanya penyakit penyerta dapat turut mendukung proses penyembuhan luka.

Apabila dikaitkan dengan karakteristik responden, kelompok ini sebagian besar merupakan ibu berusia lebih dari 35 tahun dan berpendidikan SMP dan SD. Bertambahnya usia dapat menyebabkan kemampuan regenerasi jaringan menjadi lebih lambat dibandingkan usia reproduksi yang lebih muda. Selain itu, tingkat pendidikan yang lebih

rendah dapat memengaruhi pemahaman terhadap pentingnya pemenuhan kebutuhan nutrisi selama masa nifas. Karakteristik tersebut dapat berkontribusi terhadap rendahnya frekuensi konsumsi makanan sumber albumin pada sebagian responden (Syafrudin dan Galaupa, 2024).

Temuan penelitian ini selaras dengan hasil studi Rahim (2025), yang mengungkapkan bahwa pasien *post sectio caesarea* dengan kondisi nutrisi yang kurang memadai cenderung lebih sering mengalami pemulihan luka yang tidak optimal dibandingkan dengan pasien yang memiliki status nutrisi baik. Sejalan dengan itu, Harvianti (2025) menjelaskan bahwa keberhasilan pemulihan luka setelah tindakan operasi tidak ditentukan oleh satu aspek saja, melainkan berkaitan dengan sejumlah faktor, di antaranya kecukupan nutrisi, pelaksanaan mobilisasi sejak dini, serta kepatuhan pasien dalam menjalani perawatan sesuai anjuran.

Secara teori, protein merupakan zat gizi utama yang dibutuhkan untuk pembentukan kolagen, proliferasi fibroblas, angiogenesis, dan regenerasi jaringan selama proses penyembuhan luka. Albumin juga berfungsi menjaga tekanan onkotik plasma serta mengangkut berbagai zat yang diperlukan dalam metabolisme sel. Apabila asupan protein tidak mencukupi, proses sintesis jaringan baru dapat berlangsung lebih lambat sehingga pemulihan luka menjadi kurang optimal. Namun demikian, keberhasilan proses pemulihan luka juga ditentukan oleh sejumlah faktor lainnya, seperti kondisi gizi, kadar hemoglobin, adanya penyakit penyerta, kebersihan luka, aktivitas mobilisasi, serta mutu perawatan yang diterima pasien (Kristina, 2023; Tarigan dan Putri, 2025).

Analisis bivariat menggunakan *Fisher's Exact Test* karena terdapat 3 sel (50,0%) yang memiliki nilai *expected count* kurang dari 5 sehingga persyaratan uji *Chi-Square* tidak terpenuhi. Hasil pengujian memperoleh nilai *p-value* sebesar 0,033 < 0,05. Dengan demikian, secara statistik terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan tinggi albumin dan proses penyembuhan luka pada pasien *post sectio caesarea* di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo. Temuan ini sejalan dengan penelitian Marsinta dan Rahmadena (2025), yang menemukan adanya hubungan signifikan antara pola makan dan proses pemulihan luka operasi pada pasien *post sectio caesarea*. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Rahmawati dan Casniah (2025), yang menunjukkan bahwa konsumsi putih telur rebus memiliki pengaruh signifikan terhadap percepatan penyembuhan luka jahitan pada ibu *post sectio caesarea*.

Peneliti berasumsi bahwa pola makan tinggi albumin berperan dalam mendukung proses penyembuhan luka pada pasien post *sectio caesarea*. Responden dengan pola makan kategori sering cenderung memiliki penyembuhan luka yang lebih baik, sedangkan responden dengan pola makan kategori jarang lebih banyak mengalami penyembuhan luka yang kurang baik. Namun, proses penyembuhan luka tidak hanya dipengaruhi oleh pola makan, tetapi juga oleh faktor lain seperti usia, status kesehatan, kondisi gizi, mobilisasi, kepatuhan terhadap perawatan luka, dan respons fisiologis masing-masing individu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan tinggi albumin dalam kategori sering, yaitu sebanyak 19 responden (52,8%), sedangkan proses penyembuhan luka *post sectio caesarea* mayoritas berada dalam kategori baik, yaitu sebanyak 25 responden (69,4%). Hasil uji Fisher's Exact Test menunjukkan *p-value* sebesar 0,033 ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan tinggi albumin dan proses penyembuhan luka pada pasien *post sectio caesarea* di Ruangan Nifas RSUD drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo. Bagi ibu *post sectio caesarea*, perlu memperhatikan konsumsi makanan tinggi albumin selama masa pemulihan untuk membantu mendukung proses penyembuhan luka.

DAFTAR PUSTAKA

Aminuddin, M., Sukmana, M., Nopriyanto, D., & Sholichin, S. (2020). Modul Perawatan Luka. In *Ijonhs* (Vol. 1, Issue Perawatan Luka). Https://Jurnal.Poltekkespalembang.Ac.Id/Index.Php/Jkm/Article/Download/987/413/

Andriyani, N. S., & Meiranny, A. (2025). Management Of Chronic Energy Deficiency (CED) In Pregnant Women: Literature Review. *Jurnal Maternitas Kebidanan*. Https://Jurnal.Unprimdn.Ac.Id/Index.Php/Jumkep/Article/View/7685

Barus, D. T. (2023). Fisiologi Penyembuhan Luka. In N. Sulung & I. Melisa (Eds.), *Manajemen Luka* (Pp. 34–35). PT Global Eksekutif Teknologi.

Kemenkes RI. (2023). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Ibu Dan Anak Di Fasilitas Kesehatan Dasar Dan Rujukan*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Kemenkes RI. (2025). *Pedoman Penyelenggaraan Pelayanan Obstertri Neonatal Emergensi Komprehensif Di Rumah Sakit*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kristina, Y. (2023). *Keperawatan Perioperatif* (1st Ed.). PT Global Eksekutif Teknologi.

Marsinta, & Rahmadhena. (2025). The Relationship Between Diet And The Healing Process Of Surgical Wounds In Post Sectio Caesarea Patients At Karunia Kasih Hospital In 2023. *[Journal Not Specified]*.

Ngongo, J. (2024). GAMBARAN POLA MAKAN PADA LANSIA YANG MENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN BROMONILAN DESA PURWOMARTANI LINGKUP PUSKESMAS KALASAN SLEMAN YOGYAKARTA. *Naskah Publikasi*.

Purwandari, N. P. (2022). Gambaran Pola Makan Pada Penderita Asam Urat Di Desa Gondang Manis. *Jurnal Profesi Keperawatan*, *9*(1), 34–43.

Rahim, A. R. (2025). *Analisis Penyembuhan Luka Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea*. Poltekkes Tanjungkarang Repository.

RSUD Drg. Clara Gobel. (2026). *Sistem Informasi Manajemen Rumah Sakit (SIMRS) RSUD Drg. Clara Gobel Kabupaten Boalemo*.

Sirait, B. I. (2023). *Bahan Kuliah Perdarahan Postpartum*. Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

Syafi'iyah, I., Nisak, A. Z., & Nasriyah, N. (2025). Pengaruh Diit Protein Terhadap Penyembuhan Luka Pasien Post Sectio Caesarea Di RSI NU Demak. *Indonesia Jurnal Kebidanan*. Https://Ejr.Umku.Ac.Id/Index.Php/Ijb/Article/View/2914

Syafrudin, N. B., & Galaupa, R. (2024). Perbandingan Kombinasi Putih Telur Rebus Dan Ikan Gabus Dengan Pemberian Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Sectio Cesarea Pada Ibu Nifas Di Rumah Sakit Ridhoka Salma Cikarang Barat. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *9*(1), 169–175. Http://Journal.Um-Surabaya.Ac.Id/Index.Php/JKM

Tarigan, D. F. P. B., & Putri, D. A. (2025). Midwifery Care For Postpartum Mothers With Perineal Wounds With Gabus Fish Floss To Aid Healing. *Jurnal Eduhealth*. Https://Ejournal.Seaninstitute.Or.Id/Index.Php/Healt/Article/View/7858

WHO. (2022). *WHO Recommendations On Antenatal Care For A Positive Pregnancy Experience*. World Health Organization.

Wicaksono, S. A. (2019). *Buku Ajar Kegawatdaruratan Anestesi Obstetri*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro / RSUP Dr. Kariadi.

Yulianah, N., & Sinaga, M. R. E. (2025a). Pengaruh Diit Ekstra Putih Telur Terhadap Penyembuhan Luka Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Panti Wilasa Semarang. *SBY Proceedings*.

Yulianah, N., & Sinaga, M. R. E. (2025b). Pengaruh Diit Ekstra Putih Telur Terhadap Penyembuhan Luka Post Sectio Caesaria Di Rumah Sakit Panti Wilasa Semarang. *Prosiding STIKES Bethesda*, *5*(1), 459–464.

Zuriati. (2022). Analisis Faktor Penghambat Luka Kronis. In Oktavianis & R. M. Sahara (Eds.), *Perawatan Luka Pada Kulit Kronis* (1st Ed., P. 53). PT Global Eksekutif Teknologi.