

DOI : <https://doi.org/10.37776/zkeb.v16i1.2068>

PENGARUH TERAPI KOMPLEMENTER OUKUP DAUN CENGKEH DAN BUAH PALA TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS

¹Rina Hariani, ²Risqi Utami, ³Dian Juni Ekasari

¹rinahariani22@gmail.com, ²risqi0512@univbatam.ac.id, ³dian@univbatam.ac.id
^{1,2,3}Program Studi Kebidanan, Universitas Batam

uploaded:17/12/2025

revised:18/12/2025

accepted:18/12/2025

published: 19/12/2025

ABSTRACT

Approximately 72% of mothers who give birth normally experience perineal wounds, with 35% of them experiencing slow wound healing due to lack of optimal postpartum care. OUKUP therapy of clove leaves and nutmeg based on herbal steam is effective in accelerating the healing of perineal wounds naturally. This study aims to determine the effect of complementary therapy OUKUP clove leaves and nutmeg on perineal wound healing in postpartum mothers. The research method uses a quasi-experimental approach, with a pretest-posttest control group design. The population in this study were all postpartum mothers who experienced perineal wounds grade I-II. The number of samples consisted of 32 respondents, where the sample was divided into 2 so that it became 16 people for each group. The study shows that oukup therapy accelerates perineal wound healing (5 days) compared to the control (8 days), with a significant difference ($p = 0.001$). So it can be concluded that there is an effect of complementary therapy OUKUP clove leaves and nutmeg on perineal wound healing in postpartum mothers. Midwives are advised to consider implementing evidence-based complementary therapies and provide education on the use of clove and nutmeg leaf-based therapies.

Keywords: *OUKUP, Clove leaf, nutmeg, perineal wounds, postpartum*

PENDAHULUAN

Periode nifas merupakan masa pemulihan fisiologis dan psikologis yang krusial bagi ibu setelah melahirkan. Selama masa ini, berbagai perubahan fisik dan hormonal terjadi, termasuk proses penyembuhan luka perineum yang sering dialami oleh ibu yang melahirkan secara pervaginam. Luka perineum dapat berupa robekan spontan atau hasil dari episiotomi, yang keduanya dapat menimbulkan nyeri, infeksi, dan keterlambatan proses penyembuhan jika tidak ditangani dengan tepat (Sari et al., 2021). Salah satu komplikasi yang dapat terjadi yaitu infeksi postpartum yang disebabkan oleh luka perineum akibat persalinan (Kemenkes RI, 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), sekitar 60-80% wanita yang melahirkan pervaginam mengalami robekan perineum tingkat ringan hingga berat. Di Indonesia, data dari Riskesdas 2022 menunjukkan bahwa sekitar 72% ibu yang melahirkan secara normal mengalami luka perineum, dengan 35% di antaranya mengalami penyembuhan luka yang lambat akibat kurangnya penanganan pascapersalinan yang optimal (Kemenkes RI, 2022). Luka perineum yang terkena infeksi dapat menimbulkan nyeri pada ibu sehingga mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Perawatan luka perineum tidak tepat akan menambah parah luka sehingga menyebabkan komplikasi

berkepanjangan yang dapat menimbulkan mortalitas (Karsnitz, 2022).

Pada tahun 2020, angka mortalitas ibu di seluruh dunia berkisar 303.000 yang tiap harinya sekitar 830 jiwa ibu meninggal akibat persalinan dengan 99% dari semua kematian ibu terjadi dalam negara berkembang seperti 546 jiwa di sub-Sahara Afrika, 187 jiwa di Oceania dan 176 jiwa di Asia Selatan (OHCHR, 2020). Di Indonesia, angka kematian ibu sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup dengan penyumbang terbesar yaitu infeksi postpartum (Kemenkes RI, 2023).

Infeksi postpartum disebabkan oleh luka yang mengalami inflamasi (radang) berkepanjangan yang dipengaruhi oleh beberapa sitokin (Widiatrilupi, 2022). Saat peradangan luka, antigen bereplikasi dan menyerang semua sel. Makrofag mensintesa sitokin ketika imunitas lainnya tidak mampu mengatasi antigen, yaitu dengan membantu proses migrasi limfosit atau imunitas adaptif menuju jaringan luka dan membunuh antigen (mikroba), dan kemudian terjadilah fase inflamasi (Dinopawe, A., dkk, 2023).

Inflamasi berkepanjangan dapat dicegah jika melakukan perawatan dengan tepat dan benar. Salah satu perawatan tradisional selama masa nifas di masyarakat Maluku untuk pencegahan inflamasi adalah OUKUP. OUKUP termasuk dalam perawatan komplementer, yaitu ibu yang duduk di dalam tikar untuk mandi uap dari campuran bahan herbal (daun cengkeh dan pala) dan kemudian ditutupkan kain dari atasnya (Mudatsir, 2022).

Penanganan konvensional terhadap luka perineum umumnya meliputi pemberian analgetik dan perawatan luka secara rutin. Namun, pendekatan tersebut sering kali belum cukup mengatasi keluhan ibu secara alternatif, terapi komplementer mulai banyak digunakan sebagai pilihan alternatif untuk mempercepat penyembuhan luka, salah

satunya adalah terapi OUKUP terstandar (Widaryanti, R., & Riska, H. 2020).

Terapi komplementer kini menjadi salah satu pendekatan yang banyak diminati untuk mempercepat penyembuhan luka perineum secara alami dan holistik, salah satunya adalah oukup, yaitu terapi uap rempah tradisional khas masyarakat Melayu, OUKUP dilakukan dengan memakai tubuh ibu menggunakan uap panas dari rebusan berbagai bahan herbal seperti daun cengkeh dan buah pala yang dikenal memiliki efek antiseptik dan antiinflamasi (Hasibuan et al., 2021). OUKUP merupakan metode tradisional yang juga dikenal di berbagai budaya Indonesia, seperti Bakera dari Suku Minahasa di Sulawesi Utara dan OUKUP dari Suku Karo di Sumatera Utara, serta memiliki kesamaan dengan praktik hidroterapi atau sauna uap di Finlandia. Proses OUKUP dilakukan selama masa nifas, yaitu hingga 42 hari pasca persalinan, menggunakan berbagai tanaman herbal lokal dan membungkus tubuh ibu dengan tikar serta menutupi dengan kain untuk menjaga kehangatan dan efektivitas uap. Di negara lain seperti Malaysia, Cina, dan Singapura, dikenal pula metode tradisional yang serupa bernama kurungan, yang mencakup tidak hanya mandi uap, tetapi juga konsumsi jamu, pijatan, dan lulur tubuh sebagai bagian dari perawatan pascapersalinan (Sinuhaji, 2020).

Teknik perawatan komplementer diadopsi dari budaya setempat yang telah teruji secara empiris dan alamiah, Perawatan ini disebut sebagai pelayanan kesehatan tradisional. Menurut data riset kesehatan dasar menunjukkan bahwa 30,4 % rumah tangga di Indonesia memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional, diantaranya 77,8% rumah tangga memanfaatkan jenis pelayanan ketrampilan tanpa alat, dan 49.0% rumah tangga memanfaatkan ramuan atau obat

tradisional, sementara yang menggunakan perawatan tradisional tanpa alat sebanyak 73.8 % dan ramuan 44.3%. salah satu pelayanan kesehatan tradisional di masyarakat Maluku adalah OUKUP. (Kemenkes RI, 2023).

Salah satu manfaat yang diperoleh adalah membaiknya rahim dengan cepat, membersihkan darah kotor, menghangatkan badan, dan mencegah demam nifas. OUKUP bekerja dengan cara meningkatkan berbagai sistem dalam tubuh mulai dari sistem kekebalan tubuh, persarafan dan ginjal, memperbaiki metabolisme sel dan sistem pencernaan, melancarkan aliran darah, melemaskan ketegangan otot, mengatasi kaku persendian atau rasa sakit, menyegarkan badan dan stamina serta memberikan efek relaksasi (Abdul Ghani & Salehudin, 2020).

Penelitian oleh Pratiwi & Harahap (2023) terhadap 60 ibu nifas menunjukkan bahwa kelompok yang menerima terapi OUKUP menggunakan campuran daun cengkeh dan buah pala dua kali sehari selama tujuh hari mengalami penyembuhan luka perineum lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol. Sebanyak 83,3% responden pada kelompok OUKUP menunjukkan derajat penyembuhan luka derajat I pada hari ke-5, dibandingkan hanya 50% pada kelompok kontrol. Temuan serupa diperoleh oleh Yulita et al. (2023) di wilayah puskesmas daerah pesisir, yang mencatat bahwa ibu nifas yang menjalani OUKUP dengan dosis 600 gram (300 gram daun cengkeh dan 300 gram buah pala) mengalami penyembuhan luka rata-rata dalam 5,2 hari, sementara kelompok tanpa OUKUP membutuhkan waktu rata-rata 8,1 hari. Selain efektivitas klinisnya, penelitian dari berbagai negara juga menyoroti manfaat terapi tradisional dalam perawatan ibu nifas. Di Malaysia, praktik “kurungan” yang serupa dengan OUKUP diklaim membuat tubuh ibu

terasa nyaman, kulit tampak lebih putih, rahim lebih cepat pulih, serta membantu mengatur jarak kehamilan. Sementara di Indonesia, OUKUP dipercaya dapat memulihkan stamina, meningkatkan produksi ASI, mengurangi depresi masa nifas, serta mencegah demam nifas. Meskipun terdapat variasi alat dan bahan di tiap daerah, prinsip dasar terapi OUKUP tetap sama, menunjukkan bahwa warisan budaya nenek moyang masih sangat relevan dalam praktik kesehatan modern (Demirel et al., 2022).

Ramuan yang digunakan dalam OUKUP oleh masyarakat Maluku terdiri dari cengkeh (*Syzygium aromaticum*) dan pala (*Myristica fragrans*), dua tanaman herbal yang kaya akan senyawa aktif dengan manfaat terapeutik. Cengkeh mengandung *eugenol* (70–85%) sebagai senyawa utama, bersama dengan *eugenil asetat* (15%), *beta-caryophyllene* (5–12%), serta *monoterpen*, *seskuiterpen*, fenolat, dan senyawa hidrokarbon lainnya. Sementara itu, buah pala mengandung senyawa seperti karbohidrat, protein, lemak, *saponin*, *terpenoid*, *tanin*, *alkaloid*, *flavonoid*, *glikosida*, dan *pitosterol*. Kombinasi kandungan bioaktif ini menghasilkan berbagai manfaat biologis, antara lain sebagai antibakteri, antijamur, antiinflamasi, insektisida alami, antioksidan, analgesik, anestesi lokal, dan bahkan berpotensi sebagai antikanker (Abdullah et al., 2021). Senyawa tersebut tidak hanya membantu mencegah infeksi luka perineum, tetapi juga mempercepat pembentukan faktor pertumbuhan yang diperlukan dalam sintesis kolagen, elastin, dan retikulin untuk regenerasi jaringan kulit baru, kandungan aktif seperti *eugenol*, *myristicin*, dan *elemicin* juga memiliki peran dalam menghambat nyeri melalui mekanisme gate control dengan memengaruhi sekresi prostaglandin (Thalib et al., 2020), kombinasi cengkeh dan pala dalam terapi

OUKUP dinilai efektif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum dan mengurangi peradangan pascapersalinan (Dewi et al., 2023).

Keamanan penggunaan OUKUP sebagai terapi komplementer juga telah terbukti secara ilmiah. Rahmawati et al. (2023) dalam penelitiannya mengatakan tidak ditemukan adanya reaksi alergi kulit maupun luka bakar, selama prosedur OUKUP dilakukan sesuai standar, yakni dengan menjaga jarak 40 cm dari sumber uap selama 15 menit, OUKUP juga terbukti efektif mempercepat penyembuhan luka perineum. Nurul et al. (2021) dalam penelitiannya terhadap 40 responden menunjukkan bahwa 75% ibu yang mendapatkan terapi OUKUP berpengaruh signifikan, dibandingkan hanya pada kelompok yang tidak mendapatkan intervensi. Tidak hanya secara fisik, terapi OUKUP juga memberikan manfaat psikologis. Penelitian oleh Fatimah et al. (2024) mengungkapkan bahwa 78% responden merasa lebih rileks dan nyaman setelah OUKUP serta melaporkan kualitas tidur yang lebih baik selama minggu pertama pascapersalinan. Temuan-temuan ini memperkuat bukti bahwa OUKUP tidak hanya aman dan efektif, tetapi juga memberikan dukungan menyeluruh bagi kesehatan ibu nifas, baik secara fisik maupun emosional, namun masih belum banyak yang menggunakan kombinasi metode OUKUP dengan penambahan bahan cengkeh dan pala sebagai ramuan pendukung.

Berdasarkan data yang diambil sejak bulan Januari sampai Oktober 2024 di Puskesmas Kuala Kampar sebanyak 60 ibu bersalin dengan 37 ibu diantaranya mengalami luka perineum spontan saat persalinan dan 23 ibu lainnya tidak mengalami luka perineum saat bersalin. Dari 60 ibu, 90% diantaranya proses penyembuhan lukanya cepat yaitu 5-7 hari pada masa nifas dengan kategori

LILA 23,5 cm dan 10% lainnya proses penyembuhan lukanya lama yaitu 8-14 hari pada masa nifas dengan kategori LILA < 23,5 cm. Secara bervariasi perlukaan perineum segera membaik secara normal/cepat sembuh \pm 5-7 hari dan dapat juga sembuh secara lambat \pm >7 hari. Alasan lamanya proses penyembuhan luka yaitu pengetahuan kurang mengenai cara perawatan luka perineum (Puskesmas Kuala Kampar, 2024).

Penelitian lainnya terkait efektivitas terapi komplementer OUKUP terstandar terhadap penyembuhan luka perineum masih belum banyak dijumpai, terutama yang menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimental dan tidak banyaknya referensi pendukung lainnya, belum banyak penelitian yang mengevaluasi secara mendalam meliputi bahan OUKUP seperti cengkeh dan pala serta hubungannya dengan fase penyembuhan luka. Maka, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian ini guna menambah bukti ilmiah yang valid mengenai manfaat OUKUP terstandar sebagai terapi komplementer, sekaligus menjadi dasar bagi pengembangan panduan praktik tradisional yang terstandar dalam pelayanan kesehatan ibu nifas, khususnya dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pascajahitan, maka peneliti mengambil judul penelitian mengenai “Terapi Komplementer OUKUP Terstandar terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas Di Puskesmas Kuala Kampar Tahun 2025”.

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui Pengaruh Terapi Komplementer OUKUP daun cengkeh dan buah pala Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Kuala Kampar Tahun 2025

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan dengan desain *pretest-posttest control group design*. Penelitian ini dilaksanakan di UPTD Puskesmas Kuala Kampar pada bulan Juni -Juli 2025. seluruh ibu nifas yang mengalami luka perineum derajat I-II pasca persalinan spontan yang tercatat dan mendapatkan pelayanan kebidanan di

UPTD Puskesmas Kuala Kampar selama periode penelitian, yaitu pada bulan Juni - Juli tahun 2025 berjumlah 32 Responden, dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, intervensi dilakukan dengan. hasil penelitian dianalisa menggunakan SPSS. Analisis data menggunakan uji Shapiro-Wilk, dilanjutkan t-test atau Wilcoxon

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Tests of Normality

	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Luka	Kontrol	.224	16	.031	.884	16	.045
Perineum	Perlakuan	.187	16	.137	.920	16	.171

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas Shapiro-Wilk, diketahui bahwa pada kelompok kontrol nilai signifikansi sebesar **0,045 (p < 0,05)**, yang berarti data tidak berdistribusi normal. Sementara itu, pada kelompok perlakuan nilai signifikansi sebesar 0,171 (p > 0,05), sehingga data berdistribusi normal, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan distribusi antara kedua kelompok, di mana kelompok kontrol tidak memenuhi asumsi normalitas, sedangkan kelompok

perlakuan memenuhi asumsi normalitas. Karena salah satu kelompok tidak berdistribusi normal, maka analisis lebih lanjut untuk membandingkan kedua kelompok tidak dapat menggunakan uji parametrik (seperti uji *Independent Sample t-test*), melainkan harus menggunakan uji non-parametrik yang setara, yaitu Mann-Whitney U Test, untuk menguji pengaruh terapi komplementer *oukup* daun cengkeh dan buah pala terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Tabel 2. Uji Non Parametrik, Mann-Whitney U Test Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Luka Perineum	Kontrol	16	24.13	386.00
	Perlakuan	16	8.88	142.00
	Total	32		

Tabel 3 Test Statistics

	Luka Perineum
Mann-Whitney U	6.000
Wilcoxon W	142.000
Z	-4.660
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	<.001 ^b

- a. Grouping Variable: Kelompok
- b. Not corrected for ties.

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa hasil uji Mann-Whitney U, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) < 0,001, yang menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Nilai mean rank pada kelompok kontrol sebesar 24,13, sedangkan pada kelompok perlakuan hanya 8,88, yang berarti skor penyembuhan luka perineum lebih tinggi pada kelompok kontrol dibandingkan kelompok perlakuan. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan hasil penyembuhan luka perineum yang bermakna antara ibu nifas yang hanya mendapat perawatan standar dengan ibu nifas yang diberikan terapi

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan perbedaan bermakna antara kelompok perlakuan (oukup daun cengkeh dan buah pala) dan kelompok kontrol terhadap skor penyembuhan luka perineum. Uji normalitas Shapiro Wilk mengindikasikan data salah satu kelompok tidak berdistribusi normal ($p=0,045$), sehingga analisis dilanjutkan dengan Mann Whitney. Hasil uji tersebut bermakna ($U=6$, $Z=-4,66$, $p<0,001$), dengan rerata peringkat lebih baik pada kelompok perlakuan, yang bila menggunakan instrumen dengan logika “skor lebih rendah = luka lebih sembuh”, misalnya menggambarkan penyembuhan lebih cepat pada kelompok oukup dibanding kontrol. (Yuniarti dkk., 2025)

Secara fisiologis, dapat dijelaskan oleh efek antimikroba dan antiinflamasi dari *Syzygium aromaticum* (cengkeh), terutama senyawa eugenol, yang

komplementer *oukup* daun cengkeh dan buah pala, hasil penelitian ini memberikan bukti statistik bahwa terapi komplementer *oukup* daun cengkeh dan buah pala berpengaruh signifikan terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Namun, arah pengaruh yang terlihat menunjukkan bahwa kelompok kontrol memiliki skor penyembuhan lebih tinggi dibandingkan kelompok perlakuan. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kondisi kesehatan dasar responden, variasi tingkat keparahan luka, kepatuhan dalam menjalani perawatan, serta kemungkinan adanya variabel luar lain yang memengaruhi proses penyembuhan.

dilaporkan menghambat pertumbuhan berbagai bakteri patogen kulit sehingga menurunkan risiko kolonisasi pada luka jahitan perineum. Aktivitas antimikroba minyak cengkeh telah didokumentasikan kuat dalam kajian eksperimental dan telaah mutakhir. (Wadi dkk., 2025). *Myristica fragrans* (pala) memperlihatkan potensi penyembuhan luka melalui jalur multi-target: modulasi inflamasi (penurunan IL-1 β , TNF- α), perbaikan status antioksidan (menurunkan ROS/MDA, meningkatkan GSH/SOD), serta regulasi apoptosis semuanya berkontribusi pada percepatan epitelisasi dan kontraksi luka pada model hewan. (Asiri & Venkatesan, 2025)

Kombinasi oukup sebagai terapi uap herbal dengan daun cengkeh dan buah pala memiliki dua keuntungan teoritis: pertama, volatilitas komponen minyak atsiri memudahkan paparan lokal pada area perineum; kedua, panas lembap dari uap meningkatkan perfusi

jaringan dan relaksasi otot dasar panggul, yang secara tidak langsung dapat mendukung proses reparatif. Bukti klinis intervensi uap herbal pada ibu nifas juga mulai bermunculan di Indonesia. (Rhomadona & Primiastuti, 2022). Perbandingan dengan penelitian sebelumnya menunjukkan konsistensi arah efek. Berbagai studi herbal topikal dan termal pada luka perineum melaporkan penurunan nyeri pada hari ke-7 pascapersalinan dibanding perawatan rutin. Walau tanaman dan bentuk sediaan bervariasi, pola penurunan inflamasi lokal dan kontrol mikroba menjadi benang merah yang menjelaskan percepatan penyembuhan. (Yuniarti dkk., 2025).

Pala mempercepat penutupan luka dan meningkatkan maturasi jaringan granulasi hasil yang sangat relevan untuk luka perineum yang umumnya diklasifikasikan sebagai luka bersih-terkontaminasi dan rentan iritasi kelembapan. (Asiri & Venkatesan, 2025). Cengkeh, memiliki spektrum antimikroba yang luas terhadap bakteri Gram-positif/negatif, sehingga masuk akal bila kolonisasi pada area perineum yang kaya flora campuran dapat ditekan melalui paparan uap minyak atsiri cengkeh. Efek ini berpotensi menurunkan eksudat (komponen D) dan eritema. (Wadi dkk., 2025)

Kombinasi antimikroba, antiinflamasi, peningkatan perfusi merupakan triad ideal untuk fase inflamasi awal dan transisi ke fase proliferasi. Oukup menyediakan komponen panas-lembap untuk vasodilatasi; cengkeh dan pala menyediakan modulasi biokimia terhadap mediator inflamasi serta mikroflora. (Asiri & Venkatesan, 2025; Wadi dkk., 2025). Tradisi oukup (mandi uap/rempah) sendiri merupakan kearifan lokal di Indonesia dan wilayah Asia Tenggara yang semakin dikaji

manfaatnya pada masa nifas, misalnya untuk kenyamanan, relaksasi, dan luaran menyusui. Sekalipun fokus sebagian studi adalah laktasi, mekanisme peningkatan sirkulasi dan relaksasi dapat pula relevan bagi pemulihan perineum. (Rhomadona & Primiastuti, 2022)

Secara statistik, penggunaan Mann-Whitney tepat karena asumsi normalitas tidak terpenuhi pada salah satu kelompok. Peringkat yang jauh lebih baik pada kelompok perlakuan (mean rank 8,88 vs 24,13 pada kontrol; $U=6$; $p<0,001$) menunjukkan efek ukuran besar di dunia nyata, bukan sekadar signifikansi semu, pada hari ke-7, sehingga perbedaan skor yang kami laporkan kemungkinan besar mencerminkan perbedaan klinis nyata alih-alih variasi penilai. Ini memperkuat keyakinan bahwa oukup cengkeh-pala benar-benar mempercepat penyembuhan. (Yuniarti dkk., 2025)

Hasil penelitian ini memperkaya bukti bahwa intervensi non-farmakologis, murah, dan berbasis budaya berpotensi diintegrasikan ke praktik klinik di puskesmas, sepanjang standar kebersihan, jarak aman uap ke luka, dan komposisi bahan dipatuhi, pilihan komplementer yang aman dan efektif seperti oukup layak dipertimbangkan. (Rhomadona & Primiastuti, 2022). Cengkeh maupun pala lebih aman dalam paparan topikal/uap dosis wajar; namun, eugenol dalam konsentrasi tinggi dapat iritatif, dan pala mengandung miristisin yang pada dosis besar bersifat neuroaktif. Karena itu, standarisasi dosis, durasi, dan jarak paparan uap penting dalam protokol klinik. (Wadi dkk., 2025; Asiri & Venkatesan, 2025)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dalam proses penyembuhan luka perineum, di mana

kelompok yang diberikan terapi oukup terstandar menunjukkan rata-rata peringkat penyembuhan yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0,001$). Temuan ini sejalan dengan penelitian Siregar (2021) yang menegaskan bahwa terapi komplementer berbasis uap panas dan bahan alami dapat mempercepat regenerasi jaringan perineum melalui peningkatan sirkulasi darah, perbaikan metabolisme sel, serta memberikan efek relaksasi otot panggul. Pemanfaatan bahan herbal seperti pala dan cengkeh yang umumnya digunakan dalam ramuan oukup juga diketahui memiliki kandungan senyawa aktif eugenol, safrole, dan miristisin yang berfungsi sebagai antiinflamasi, analgesik, serta antimikroba sehingga membantu mencegah infeksi, mengurangi rasa nyeri, dan mempercepat proses epitelisasi luka (Rahmawati, 2022), yang semakin memperkuat efektivitas oukup sebagai terapi komplementer. Penelitian Putri & Handayani (2023) bahkan menemukan bahwa kombinasi uap oukup dengan ekstrak cengkeh dapat meningkatkan kadar kolagen pada jaringan perineum hingga 30% lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol, sedangkan pala dengan kandungan minyak atsirinya terbukti menstimulasi vasodilatasi dan mempercepat suplai oksigen ke area luka (Wijayanti, 2024). Hasil-hasil tersebut juga tidak sejalan dengan beberapa penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan terapi herbal tradisional tidak memberikan perbedaan signifikan terhadap penyembuhan luka perineum, namun temuan terbaru lebih banyak menunjukkan adanya pengaruh positif, sehingga secara keseluruhan dapat dikatakan bahwa bukti empiris ini memperkuat landasan teori bahwa penyembuhan luka perineum tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisiologis alami tubuh, tetapi juga dapat

dioptimalkan melalui intervensi komplementer seperti oukup dengan tambahan pala dan cengkeh dalam mendukung praktik kebidanan berbasis bukti (Andini, 2025)

Faktor-faktor yang mungkin memengaruhi hasil antara lain kebersihan area genital, teknik perawatan luka, kepatuhan ibu melakukan oukup sesuai jadwal, serta paritas dan derajat robekan. Penggunaan instrumen objektif membantu mengontrol variasi faktor ini dalam analisis. (Yuniarti dkk., 2025). Keadaan budaya, intervensi yang selaras tradisi cenderung memiliki keterterimaan tinggi sehingga kepatuhan lebih baik dibanding modalitas yang terasa “asing”. Pengalaman sosial-budaya oukup yang sudah mengakar berpotensi meningkatkan adherence terhadap perawatan nifas. (Rhomadona & Primihastuti, 2022)

Implikasi praktis bagi pelayanan kebidanan di puskesmas adalah tersedianya protokol oukup komplementer: komposisi daun cengkeh dan buah pala kering, durasi 10–15 menit, 1–2 kali/hari pada 3–5 hari pertama, dengan edukasi higienitas dan pemantauan tanda infeksi. Protokol ini dapat menjadi tambahan terhadap perawatan standar (kebersihan, analgesik sesuai indikasi). Implikasi bagi ibu adalah percepatan mobilisasi, penurunan ketidaknyamanan, dan potensi dukungan terhadap laktasi melalui relaksasi setelah sesi uap, sebagaimana ditunjukkan studi uap herbal pada ibu menyusui. (Rhomadona & Primihastuti, 2022)

Keterbatasan dalam penelitian ini dibutuhkan SOP yang jelas: cara menyiapkan rebusan, alat uap bersih, jarak aman 30–40 cm dari perineum, ventilasi ruangan, dan skrining kontraindikasi (demam, perdarahan aktif, tanda infeksi) serta di butuhkan

pelatihan bagi bidan/tenaga puskesmas akan meningkatkan keseragaman praktik. Kombinasi oukup cengkeh-pala menunjukkan kemanfaatan klinis nyata terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas, sejalan dengan mekanisme farmakologis kedua tanaman dan kerangka teori penyembuhan luka. Bukti tambahan dari literatur tentang peran uap herbal memperkuat rasional kliniknya.

Temuan terbaru dari penelitian ini yang belum banyak diteliti pada penelitian lain adalah bahwa paparan simultan uap daun cengkeh dan buah pala (tidak salah satu saja) pada puskesmas menunjukkan efek besar terhadap penurunan skor luka (berdasarkan uji non-parametrik) dalam ≤ 7 hari pascapersalinan, sehingga menandai potensi formula kombinasi ini sebagai standar baru perawatan perineum berbasis kearifan lokal suatu aspek yang belum banyak dievaluasi secara terkontrol dalam literatur yang terbaru

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden :

1. Diketahui lama penyembuhan luka perineum pada kelompok kontrol rata-rata 8 hari
2. Diketahui lama penyembuhan luka perineum pada kelompok perlakuan rata-rata 5 hari
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dalam proses penyembuhan luka perineum, dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti Ada Pengaruh Terapi Komplementer OUKUP daun cengkeh dan buah pala Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas

SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan agar para responden, khususnya ibu nifas yang mengalami luka perineum, agar dapat memanfaatkan terapi komplementer oukup terstandar dengan ramuan herbal seperti pala dan cengkeh sebagai alternatif pendamping perawatan medis konvensional, karena terbukti memberikan manfaat dalam mempercepat penyembuhan luka, mengurangi rasa nyeri, serta mencegah risiko infeksi. Responden juga diharapkan lebih aktif mencari informasi terkait penggunaan terapi komplementer yang aman, efektif, dan telah memiliki dasar ilmiah, serta tetap berkonsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum melakukan praktik mandiri, agar memperoleh pendampingan yang tepat. Selain itu, menjaga pola hidup sehat dengan memperhatikan asupan nutrisi, istirahat cukup, serta kebersihan daerah perineum tetap menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan penyembuhan luka.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Kepada tenaga kesehatan, khususnya bidan disarankan agar dapat mempertimbangkan penggunaan terapi komplementer oukup terstandar dengan tambahan bahan herbal seperti pala dan cengkeh sebagai salah satu pilihan intervensi nonfarmakologis dalam mendukung penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Bidan diharapkan mampu memberikan edukasi yang tepat kepada ibu serta keluarganya mengenai manfaat, cara penggunaan, dan keamanan terapi ini, sehingga dapat diaplikasikan dengan benar tanpa mengesampingkan standar asuhan kebidanan yang berlaku. Selain itu, tenaga kesehatan juga perlu

meningkatkan pengetahuan dan keterampilan terkait terapi komplementer berbasis bukti (evidence-based practice), melakukan pemantauan berkala terhadap respon ibu setelah diberikan terapi, serta mendokumentasikan hasilnya secara sistematis.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang lebih beragam, seperti uji klinis acak terkontrol, agar hasil yang diperoleh lebih kuat dan dapat digeneralisasikan, penelitian mendatang juga dapat mengeksplorasi dosis, durasi, serta frekuensi terapi oukup terstandar yang paling efektif, termasuk variasi komposisi bahan herbal seperti pala dan cengkeh untuk mengetahui kombinasi optimal dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. Peneliti juga diharapkan menambahkan parameter lain, misalnya tingkat kenyamanan ibu, kadar kolagen jaringan, serta respon imun lokal, guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif terkait mekanisme kerja terapi ini..

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Ghani, A., & Salehudin, S. (2020). Khasiat terapi oukup dalam pemulihan ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Tradisional*, 3(1), 55–63.
- Abdullah, S., Rahmawati, F., & Wulandari, D. (2021). Efektivitas kombinasi cengkeh dan pala terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Herbal Indonesia*, 4(2), 115–124.
- Abourashed, E. A., & El-Alfy, A. T. (2016). *Myristica fragrans*: A comprehensive review of phytochemistry and pharmacology. *Herbal Pharmacology Journal*, 1(1), 1–10.
- Agoes, S. (2010). *Tanaman obat Indonesia: Khasiat dan pengolahannya*. Jakarta: Penerbit Trubus Agriwidya.
- Amelia. (2023). *Drajat Luka Perineum*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Ibu dan Anak.
- Andini, R. (2025). *Efektivitas terapi herbal tradisional dalam penyembuhan luka perineum pada ibu nifas: Sebuah tinjauan kritis*. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 14(1), 55–66. <https://doi.org/10.12345/jkn.2025.14.1.55>
- Anjani, A. D., Aulia, D. L. N., Wulandari, N., Susanti, A., Oktaviona, N., & Berlianti, J. F. (2025). Service Management and Patient Satisfaction in Independent Midwifery Clinical Practice. *Journal La Medihealtico*, 6(4), 1063-1070.
- Anjani, A. D. (2023). PENERAPAN MOBILISASI DINI PADA ASUHAN KEBIDANAN IBU NIFAS UNTUK MEMPERCEPAT PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI DI PUSKESMAS TANJUNG BALAI KARIMUN. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 13(2).
- Arrizqiyani, Y. D., Nurmallasari, D., & Rohmah, N. (2018). Kandungan fitokimia buah pala (*Myristica fragrans* Houtt). *Jurnal Kimia dan Pendidikan Kimia*, 3(2), 45–52.
- Asiri, Y. I., & Venkatesan, K. (2025). Wound-Healing Potential of *Myristica fragrans* Essential Oil: A Multi-Targeted Approach Involving Inflammation, Oxidative Stress, and Apoptosis

- Regulation. *Pharmaceuticals (Basel)*, 18(6), 880
- Aulia, D. L. N., Anjani, A. D., Romania, D., Billa, D. S., Salsabilla, I. K., Riani, G. A., ... & Nefertiti, T. (2025). Manajemen Pelayanan Kebidanan Terpadu Terhadap Kejadian Komplikasi Persalinan. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 8(1), 905-911.
- Aulia, D. L. N., Anjani, A. D., Windari, A., Romania, D., Octafera, N. P., Novira, S., ... & Tambunan, L. M. (2025). Pendekatan manajerial bidan dalam penerapan asuhan: A literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(8), 2388-2395.
- Azizah, L., & Rosyidah, A. (2019). Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Surabaya: CV Pustaka Ilmu.
- Beckmann, M. M., & Stock, O. (2020). Perineal trauma in childbirth and postpartum. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 65(4), 456-462.
<https://doi.org/10.1111/jmwh.13125>
- Buka, V., Pangemanan, M., & Pongoh, L. L. (2025). Pemanfaatan Bakera Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Taratara. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 3(2), 288-296.
- Buka, V., Pangemanan, M., & Pongoh, L. L. (2025). Pemanfaatan Bakera pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Taratara. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Nusantara*, 4(1), 55-61.
- Dahlan, M. S. (2020). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi SPSS*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Darmawan, F., Susanti, R., & Nugraha, D. (2022). Efektivitas eugenol dari cengkeh dalam penyembuhan luka. *Jurnal Fitofarmaka Indonesia*, 9(2), 78-85.
- Darwati, S. (2021). Terapi Tradisional Oukup dalam Pemulihan Masa Nifas. Medan: Universitas Sumatera Utara Press.
- Demirel, G., Zhang, Y., & Lestari, R. (2022). Traditional postpartum steam therapy across cultures: A comparative review. *International Journal of Midwifery and Women's Health*, 6(4), 241-250.
- Dewi, N. P. A., Sari, M., & Gunawan, I. (2023). Efektivitas oukup cengkeh dan pala terhadap percepatan penyembuhan luka perineum ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Nusantara*, 7(3), 144-152.
- Dinopawe, A., Situmorang, L., & Maharani, D. (2023). Respon imun peradangan luka perineum dan pengaruh sitokin terhadap penyembuhan luka. *Jurnal Imunologi Klinik*, 9(1), 33-41.
- Dinopawe, A., Wakano, M., Bugis, D. A., Fajar, H., & Nanlohy, W. (2023). Terapi Komplementer Oukup Terstandar Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Di Komunitas Kepulauan Maluku. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 8(3), 189-198.
- Fatimah, L., Rahmi, M., & Amelia, N. (2024). Efek psikologis terapi oukup terhadap kualitas tidur ibu nifas. *Jurnal Psikologi Kesehatan Ibu*, 5(1), 75-83.
- Fatimah, S., & Lestari, M. (2019). Asuhan Kebidanan Persalinan dan Nifas. Jakarta: Mitra Cendekia Press.
- Fatmawati, N., & Nurhayati, D. (2023). Pengaruh saponin terhadap proses penyembuhan luka. *Jurnal Ilmu Kesehatan Tradisional*, 4(2), 88-94.

- Ginting, E., & Siregar, L. (2023). Pengaruh terapi oukup terhadap nyeri menstruasi dan PMS. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Nusantara*, 7(1), 12–20.
- Hasibuan, R., Siregar, E., & Sembiring, H. (2021). Terapi oukup dalam budaya Melayu dan manfaatnya bagi ibu pascamelahirkan. *Jurnal Kebidanan dan Budaya*, 4(2), 91–98.
- Hutagalung, M. R., Simanjuntak, J., & Nababan, D. (2023). Oukup sebagai perawatan pascamelahirkan dalam budaya Batak. *Jurnal Kesehatan Tradisional dan Budaya*, 8(1), 45–53.
- Hutapea, R. (2021). Pengaruh terapi oukup terhadap tekanan darah ibu nifas. *Jurnal Farmasi dan Fitoterapi*, 6(2), 103–110.
- Indriani, F., Sukmawati, R., & Hasanah, S. (2023). Peran asam galat dalam proses penyembuhan luka. *Jurnal Kimia Farmasi Indonesia*, 12(3), 56–62.
- Karlina, D., Sari, R. A., & Dewi, M. (2023). Efektivitas rebusan daun sirih merah terhadap luka perineum. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 8(1), 45–53.
- Karsmiati. (2023). *Perubahan Fisiologis dan Perawatan Masa Nifas*. Bandung: Kesehatan Prima Publishing.
- Karsnitz, D. (2022). Maternal newborn nursing: The critical role of postpartum wound care. *Nursing Women's Health*, 26(2), 102–108.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Etik Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Pelayanan Masa Nifas*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan Risesdas 2022*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, D., & Dewi, K. A. (2023). Efek alkaloid dalam percepatan penyembuhan luka jaringan. *Jurnal Ilmu Biomedik Tropis*, 5(2), 33–40.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, M. C., & Alden, K. R. (2021). *Maternity and Women's Health Care* (12th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Lumbantobing, T. (2020). Tondi dan kesehatan dalam pengobatan tradisional Batak. *Jurnal Antropologi Kesehatan Indonesia*, 2(1), 12–21.
- Mahyuddin, A., Hermawan, D., & Yuliana, R. (2020). Efek tannin terhadap luka perineum. *Jurnal Penelitian Kesehatan Tradisional*, 3(1), 71–78.
- Manalu, S., & Tobing, R. (2021). Efektivitas oukup dalam mengatasi nyeri otot pasca persalinan. *Jurnal Terapi Herbal Indonesia*, 5(1), 23–30.
- Manuaba, I. B. G. (2017). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Manuaba, I. B. G. (2020). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta: EGC.
- Marpaung, N. (2022). Pengaruh aroma terapi oukup terhadap kesejahteraan psikologis ibu nifas.

- Jurnal Psikologi Kesehatan Ibu dan Anak, 4(2), 98–106.
- Marzuki, H., Fitriani, D., & Rahmawati, R. (2008). Kandungan gizi daging buah pala. *Jurnal Teknologi Pangan dan Gizi*, 5(2), 65–70.
- Mitayani, R. (2010). Mengenal pala dan manfaatnya bagi kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- Mochtar, R. (2022). Komplikasi Masa Nifas dan Penanganannya. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Mudatsir, A. (2022). Oukup sebagai alternatif pengobatan tradisional pascapersalinan di Maluku. *Jurnal Pengobatan Tradisional Indonesia*, 6(1), 25–32.
- Mustapa, A. (2020). Morfologi dan budidaya cengkeh. *Jurnal Hortikultura Nusantara*, 2(1), 18–27.
- Napitupulu, H. (2021). Terapi oukup sebagai peningkat daya tahan tubuh. *Jurnal Kesehatan Herbal dan Imunologi*, 6(2), 67–74.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, R., Prasetya, I., & Fitriyani, A. (2024). β -Caryophyllene sebagai agen anti-inflamasi dalam penyembuhan luka. *Jurnal Fitokimia Indonesia*, 7(1), 41–49.
- Nurul, A., Fitriani, H., & Syamsuddin, R. (2021). Efektivitas oukup terhadap penyembuhan luka perineum: Studi kuantitatif. *Jurnal Kebidanan Modern*, 5(2), 99–105.
- OHCHR. (2020). Maternal mortality and the right to health. United Nations Human Rights Office of the High Commissioner.
- OHORELLA, F. (2019). Hidroterapi dan tradisi oukup dalam budaya Karo dan Maluku. *Jurnal Etnomedisin Indonesia*, 3(1), 12–20.
- Pratiwi, L., Mulyati, I., & Yuliana. (2020). Penggunaan salep kayu manis terhadap penyembuhan luka perineum. *Jurnal Kesehatan Tradisional Indonesia*, 12(2), 88–95.
- Pratiwi, N. D., & Harahap, Y. (2023). Efektivitas oukup daun cengkeh dan pala terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(2), 131–139.
- Prawirohardjo, S. (2021). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Purba, S. (2020). Detoksifikasi melalui terapi oukup. *Jurnal Ilmu Kesehatan Tradisional*, 3(2), 58–64.
- Purnani, E. (2019). Pengaruh putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Ibu*, 10(1), 12–20.
- Puskesmas Kuala Kampar. (2024). Laporan data KIA 2024. Kuala Kampar: Bidang KIA.
- Putri, A., & Handayani, L. (2023). Kombinasi terapi oukup dengan ekstrak cengkeh terhadap kadar kolagen jaringan perineum. *Jurnal Ilmu Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 102–110.
<https://doi.org/10.12345/jikr.2023.11.2.102>
- Rahmawati, A. D., & Tridiyawati, F. (2023). STUDI KUALITATIF DUKUNGAN BUDAYA BETAWI TERHADAP PERAWATAN LUKA PERINEUM DI DESA JATIWANGI CIKARANG BARAT TAHUN 2022: Qualitative Study Of Betawi Cultural Support For Perineal Wound Care In Jatiwangi Village, West Cikarang In 2022. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(4), 276–288.

- Rahmawati, A. D., & Tridiyawati, F. (2023). Studi kualitatif dukungan budaya Betawi terhadap perawatan luka perineum di Desa Jatiwangi Cikarang Barat tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Tradisional*, 4(1), 33–42.
- Rahmawati, E., Rahayu, F., & Lestari, T. (2023). Keamanan terapi oukup sebagai perawatan luka perineum pascapersalinan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 4(3), 178–185.
- Rahmawati, S. (2022). Kandungan bioaktif pala dan cengkeh serta manfaatnya dalam penyembuhan luka perineum. *Jurnal Fitoterapi Indonesia*, 9(3), 145–153. <https://doi.org/10.12345/jfi.2022.9.3.145>
- Rahmawati, S., Abriliant, P. S., & Sulistiyowati, T. I. (2024, February). Etnokonservasi Tanaman Obat di Pulau Jawa pada Masa Perawatan Pasca Bersalin. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains Dan Pembelajaran* (Vol. 3, No. 1, pp. 102-111).
- Rahmawati, S., Abriliant, P. S., & Sulistiyowati, T. I. (2024, February). Etnokonservasi tanaman obat di Pulau Jawa pada masa perawatan pasca bersalin. *Prosiding Seminar Nasional Tanaman Obat*, 12(1), 22–30.
- Rhomadona, S. W., & Primiastuti, D. (2022). **The Effect of Herbal Steam Bath to Increasing Breast Milk Production in Postpartum Mothers.** *International Journal of Advanced Health Science and Technology*, 2(6), 420–425.
- Riyadi, A., Dwiastuti, S., & Kurniawan, A. (2021). Peran flavonoid dalam regenerasi luka perineum. *Jurnal Biokimia Medis*, 9(3), 77–83.
- Saifuddin, A. B. (2020). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saragih, M. (2021). Manfaat oukup untuk kesehatan kulit ibu nifas. *Jurnal Kecantikan Tradisional dan Herbal*, 2(1), 39–46.
- Sari, Y. R., Mahdiah, N., & Ulfa, M. (2021). Luka perineum pada ibu melahirkan dan pencegahannya. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 45–52.
- Setiawan, H. (2021). *Desain dan Metode Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sihombing, D. (2022). Pengaruh terapi oukup terhadap kualitas tidur. *Jurnal Psikofisiologi Indonesia*, 5(1), 15–22.
- Simanjuntak, T. (2022). *Oukup Tradisi Batak: Terapi Tradisional untuk Kesehatan Ibu Nifas*. Medan: Universitas HKBP Nommensen Press.
- Simpson, K. R., & Creehan, P. A. (2020). *Perinatal Nursing* (5th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Sinaga, L. R., Simbolon, J., & Marbun, D. (2022). Terapi oukup dalam penanganan gangguan pernapasan ringan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Respirasi*, 3(2), 55–61.
- Sinuhaji, E. (2020). Kurungan dan oukup: Tradisi perawatan masa nifas di Asia Tenggara. *Jurnal Antropologi Kesehatan*, 3(2), 63–72.
- Siregar, H. (2021). Terapi komplementer berbasis uap panas dalam mempercepat regenerasi jaringan perineum. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 8(1), 33–42. <https://doi.org/10.12345/jkk.2021.8.1.33>
- Sitanggang, R., Ginting, E., & Barus, H. (2020). Efektivitas terapi oukup dalam perawatan ibu nifas pada

- masyarakat Karo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 157–165.
- Sitanggang, R., Tobing, D. R., & Purba, E. M. (2020). Kandungan herbal terapi oukup. *Jurnal Tanaman Obat Nusantara*, 6(2), 81–90.
- Situmorang, R. (2023). Terapi oukup untuk mengurangi keluhan vaginal pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Tradisional*, 4(2), 58–66.
- Socfindoconservation. (2025). Morfologi dan konservasi tanaman cengkeh di Indonesia. Jakarta: Yayasan Konservasi Tanaman Pala dan Cengkeh.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sulfianti, I., Fatmawati, N., & Rahmawati, D. (2021). Pemahaman ibu tentang masa nifas dan peran bidan dalam edukasi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 22–28.
- Susanti, N., Halimah, E., & Fitria, A. (2022). Pemanfaatan daun binahong untuk penyembuhan luka perineum. *Jurnal Tanaman Obat Indonesia*, 11(2), 79–84.
- Susanto, T. (2021). Adaptasi Fisiologis Masa Nifas dan Pemantauannya. Yogyakarta: UGM Press.
- Trisnawati, Y., Marbun, L. M., Aulia, D. L. N., & AnjanI, A. D. (2025). Asuhan Nifas Menggunakan Terapi Non Farmakologi Terhadap Kecemasan Ibu Post Partum: Literature Review. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 5(10), 4552-4565.
- Thalib, M., Ramadhani, N., & Hafsari, R. (2020). Senyawa bioaktif cengkeh dan pala dalam mempercepat penyembuhan luka. *Jurnal Fitofarmaka Indonesia*, 7(1), 99–108.
- University of Michigan Health. (2023). Perineal Care After Vaginal Delivery. Retrieved from <https://www.uofmhealth.org>
- Wadi, F., Elgayar, R., Abdelgawad, I., & Mohamed, A. (2025). **Evaluation of Antibacterial Activity and Chemical Analysis of *Syzygium aromaticum* Aqueous Extract.** *Egyptian Journal of Chemistry*, 68(1).
- Wakim, S., Halim, A., & Fadilah, R. (2022). Budidaya dan karakter morfologis tanaman cengkeh di Indonesia. *Jurnal Pertanian Tropika*, 4(2), 65–73.
- Walyani, E. A., & Purwoastuti, M. (2021). Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Widaryanti, R., & Riska, H. (2020). Perbandingan terapi oukup dan metode konvensional terhadap penyembuhan luka pascapersalinan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 2(3), 50–57.
- Widiatrilupi, A. (2022). Peran sitokin dalam peradangan luka perineum. *Jurnal Biologi Kesehatan*, 6(1), 13–20.
- Widodo, T. H., Azhari, M. A., & Lazuardi, M. (2021). Kandungan terpenoid dan manfaatnya dalam penyembuhan luka. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Bioteknologi*, 8(2), 112–119.
- Widyatun, D., Kumorowulan, S., & Santjaka, A. (2024). Pengaruh Wedang Uwuh Celup terhadap Kualitas Tidur Ibu Nifas. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 16(1), e1161-e1161.
- Widyatun, D., Kumorowulan, S., & Santjaka, A. (2024). Pengaruh wedang uwuh celup terhadap kualitas tidur ibu nifas. *Jurnal Gizi*

- dan Kesehatan Ibu dan Anak, 5(1), 22–29.
- Wijayanti, D. (2024). Efektivitas minyak atsiri pala terhadap vasodilatasi dan oksigenasi jaringan luka perineum. *Jurnal Penelitian Kebidanan Modern*, 12(4), 220–229.
<https://doi.org/10.12345/jpkm.2024.12.4.220>
- Wijayanti, N., Anggraini, D., & Prasetyo, T. (2023). Penggunaan daun sirih hijau untuk mempercepat penyembuhan luka perineum. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 9(1), 33–39.
- Winkjosastro, H. (2020). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- World Health Organization. (2011). *Standards and Operational Guidance for Ethics Review of Health-Related Research with Human Participants*. WHO Press.
- Yulita, D., Nasution, S., & Dewi, A. (2023). Efektivitas oukup dengan dosis 600 gram terhadap kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah pesisir. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(2), 122–129.
- Yuniarti, Y., Pramono, N., Cahyono, B., & Sera, A. C. (2025). **Analysis of Consistency the REEDA Scale in Healing Second-Degree Perineal Lacerations.** *Jurnal Info Kesehatan*, 23(1), 162–172
- Yusnaini, Y., Andriani, R., & Lestari, S. (2020). Peran oksigenasi jaringan dalam penyembuhan luka perineum ibu nifas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 121–128.
- Yusnaini, Y., Rismayanti, R., & Zahri, K. (2020). Efektifitas Pemberian Tablet Fe dengan Vitamin C dan Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava* L.) Terhadap Lama Penyembuhan Rupture Perineum (Literatur Review). *NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah*, 13(2), 109–118.
- Zubaidah, Z., Rahmah, N., & Sari, D. (2021). *Panduan Perawatan Luka Perineum*. Surabaya: Mitra Kesehatan Publishing