

Literatur Review : Pengaruh Personal Hygiene Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas

Iftitah Wira Sarwa^{1*}, Nuryani², Jeanita Fasya Melivia³, Indra Adiyansyah⁴, Ismi Nur Faizah⁵, Iis Mutmaisah⁶

¹ Mahasiswa Program Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani

² Program Ilmu Keperawatan, Dosen Universitas Yatsi Madani

^{1*}iftitahwrs@gmail.com, ²raflinuryani@gmail.com, ³jeanitafsy@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Masa nifas (Puerperium) adalah masa lahirnya plasenta hingga organ reproduksi khususnya alat-alat kandungan kembali pulih seperti keadaan sebelum hamil (Fitriani, dalam Holiday et al., 2024). Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada Pengaruh *Personal Hygiene* Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas. **Metode:** *Literature Review* ini dilakukan melalui pencarian artikel secara menyeluruh dengan pendekatan PICO. Dari tahap tersebut didapatkan beberapa jurnal yang sesuai untuk penelitian. Pada tahap pencarian awal dengan memasukkan kata kunci pada database elektronik. Berdasarkan pencarian melalui database Pubmed (n-5), *ResearchGate* (n-10) dan Google Scholar (n-33) diperoleh 48 artikel. Setelah dilakukan skrining awal, dikeluarkan artikel yang terbit lebih dari 5 tahun (n-10), sehingga tersisa 38 artikel. Selanjutnya 20 artikel dengan desain *Quasy Experiment* dieklusi sehingga tersisa 18 artikel yang memenuhi kriteria kelayakan. Pada tahap akhir, artikel yang tidak membahas luka perineum (n-3) sehingga diperoleh 15 artikel yang diinklusi dalam literatur review ini. **Hasil:** Hasil penelitian dari Pengaruh *Personal Hygiene* Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas terdapat fakta bahwa melakukan personal hygiene dapat menjadi solusi membantu proses penyembuhan dan pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Personal Hygiene* ($p=0,023$) dengan infeksi. 50% responden dengan skor *Personal Hygiene* tinggi tidak mengalami infeksi luka post *Sectio Caesarea* (63,3%) Infeksi luka perineum berkisar antara 0,1%-23,6%, dan dehisens luka berkisar antara 0,21%-24,6%. Penyembuhan Luka sebanyak 56% kejadian penyembuhan luka cepat pada masa nifas. **Kesimpulan:** Personal hygiene terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap pencegahan infeksi dan percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik kebersihan diri, khususnya vulva hygiene, secara konsisten mampu menurunkan risiko infeksi luka episiotomi dan mempercepat pemulihan. Pengetahuan ibu, dukungan keluarga, status gizi, dan mobilisasi dini juga merupakan faktor penting yang saling mendukung keberhasilan perawatan luka.

Kata Kunci: Ibu Nifas, *Personal Hygiene*, Luka Perineum, Infeksi Perineum

PENDAHULUAN

Masa nifas (Puerperium) adalah masa lahirnya plasenta hingga organ reproduksi khususnya alat-alat kandungan kembali pulih seperti keadaan sebelum hamil (Fitriani, dalam Holiday et al., 2024). Masa nifas (puerperium) dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya Plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari). Menurut Sari (2022) juga berpendapat bahwa, "Masa nifas merupakan salah satu fase di mana wanita memerlukan pemantauan khusus, yaitu salah satunya mencegah terjadinya kegawatdaruratan (infeksi perineum) dan komplikasi.

Pada ibu nifas sering terdapat bekas luka jalan lahir, baik pada primigravida maupun pada multigravida, luka ini seringkali mengalami infeksi yang disebabkan oleh bakteri eksogen (kuman dari luar). Infeksi perineum yaitu masalah yang bisa terjadi pada ibu setelah melahirkan dan bisa menyebabkan ketidaknyamanan selama masa pemulihan setelah melahirkan. Jumlah kasus infeksi di sekitar daerah perineum belum didokumentasikan dengan baik. Infeksi pada daerah perineum tidak hanya terjadi pada ibu yang melahirkan melalui operasi caesar. Ibu yang melahirkan secara normal juga bisa terkena infeksi pada bagian perineum. Sebanyak 11% ibu yang melahirkan normal mengalami infeksi luka perineum (Dwi Retno Handayani et al., 2024).

Di negara berkembang seperti Indonesia, infeksi masa nifas hingga saat ini masih menjadi faktor utama kematian ibu, di Indonesia tercatat kejadian infeksi sebanyak 1.015 kasus 239 (23,5%) diantaranya meninggal dunia pada tahun 2016, tahun 2017 tercatat 992 kasus 178 (17,9%). Faktor penyebab infeksi masa nifas adalah adanya luka pada perineum, perawatan nifas yang kurang maksimal, *hygiene* yang kurang baik, daya tahan tubuh yang rendah, dan kurangnya gizi/mal nutrisi (Solikha et al., 2020). Karena masih kurang pengetahuan ibu dalam kebersihan dirinya. Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pendidikan, pendidikan berarti bimbingan yang diberikan oleh seseorang terhadap orang lain menuju kearah cita-cita tertentu, semakin tinggi nya pendidikan seseorang akan semakin tinggi tingkat pengetahuannya (Anggraini Y, dalam Sari, 2022). Oleh karena itu diperlukan pendidikan kesehatan yang efektif pada ibu hamil, tidak hanya persiapan persalinan tapi juga

persiapan menghadapi masa nifas, edukasi mengenai personal hygiene pada ibu nifas diperlukan guna menurunkan risiko infeksi serta meningkatkan kenyamanan selama masa pemulihan (Mafudiah & Veftisia, 2024).

Upaya pencegahan infeksi pada masa nifas harus dilakukan langkah dasar dengan cara menjaga kebersihan diri yaitu tentang menjaga kebersihan *personal hygiene* atau kebersihan genetalia agar tidak menjadi tempat masuk utama bakteri, dan kebersihan tubuh sangat penting juga untuk mencegah terjadinya infeksi (Hayati, 2020).

Data WHO (2020) menunjukkan bahwa infeksi puerperium masih menjadi penyebab 10% kematian ibu di negara berkembang. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan (2022) melaporkan bahwa angka kejadian infeksi luka perineum masih relatif tinggi, khususnya di fasilitas kesehatan dengan keterbatasan sarana. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas yang memiliki pengetahuan baik dan menerapkan *personal hygiene* secara benar, lebih jarang mengalami infeksi luka perineum dibandingkan ibu dengan pengetahuan rendah.

Oleh karena itu, penting dilakukan kajian mengenai Pengaruh *Personal Hygiene* Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas, sehingga dapat menjadi dasar dalam praktik keperawatan, edukasi, dan peningkatan kualitas pelayanan kesehatan ibu.

METODE

Metode *Literature Review* ini dilakukan melalui pencarian artikel secara menyeluruh dengan pendekatan PICO. Pertanyaan klinis disusun berdasarkan elemen PICO, yang meliputi Patient, Intervention, Comparison, dan Outcome. Pencarian jurnal atau artikel menggunakan kata kunci Boolean operator seperti (*AND, OR, NOT, or AND NOT*). Kata kunci pencarian data yaitu dengan menggunakan kata kunci “Ibu Nifas” *AND* “*Personal Hygiene*” *AND* “Luka Perineum” *AND* “Infeksi Perineum”. Dari tahap tersebut didapatkan beberapa jurnal yang sesuai untuk penelitian. Pada tahap pencarian awal dengan memasukkan kata kunci pada database elektronik didapatkan beberapa jurnal. Tahap selanjutnya dilakukan telah sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi pada pencarian ini antara lain :

Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population</i>	Jurnal Indonesia dan Internasional yang berhubungan dengan topik penelitian yaitu tentang <i>Personal Hygiene</i>	Jurnal Indonesia dan Internasional yang tidak berhubungan dengan topik penelitian yaitu tentang <i>Personal Hygiene</i>
<i>Intervention</i>	Melakukan <i>Personal Hygiene</i>	Tidak melakukan <i>Personal Hygiene</i>
<i>Comparison</i>	Tidak ada faktor perbandingan	Tidak ada faktor perbandingan
<i>Outcomes</i>	Adanya hubungan antara <i>Personal Hygiene</i> Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas	Tidak ada hubungan <i>Personal Hygiene</i> Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas
<i>Study Design and Publication Type</i>	<i>Cross Sectional Studies, Experimental Study</i>	<i>Systematic Review</i>
<i>Language</i>	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris	Selain Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris

Berdasarkan pencarian melalui database Pubmed (n-5), *ResearchGate* (n-10) dan *Google Scholar* (n-33) diperoleh 48 artikel. Setelah dilakukan skrining awal, dikeluarkan artikel yang terbit lebih dari 5 tahun (n-10), sehingga tersisa 38 artikel. Selanjutnya 20 artikel dengan desain *Quasy Experiment* dieksklusi sehingga tersisa 18 artikel yang memenuhi kriteria kelayakan. Pada tahap akhir, artikel yang tidak membahas luka perineum (n-3) sehingga diperoleh 15 artikel yang diinklusi dalam *Literatur Review* ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Fakta

Hasil penelitian dari Pengaruh Personal Hygiene Terhadap Pencegahan Infeksi Luka Perineum Pada Ibu Nifas terdapat fakta bahwa Infeksi masa nifas (*Puerperal Sepsis*) terjadi karena bakteri masuk ke dalam rahim setelah persalinan. *Personal Hygiene* adalah tindakan preventif penting untuk mencegah infeksi pada luka episiotomi atau laserasi perineum. Daerah genitalia yang bersih mengurangi risiko pertumbuhan bakteri dan mempercepat penyembuhan. Beberapa faktor memengaruhi apakah seorang ibu melakukan perawatan luka perineum dengan benar. Pengetahuan, dukungan, dan kondisi sosial ekonomi berperan penting dalam praktik perawatan. Dari usia, pendidikan, pekerjaan memengaruhi akses ibu terhadap informasi kesehatan, fasilitas medis, dan kemampuan untuk mempraktikkan kebersihan yang baik.

Perawatan luka perineum yang tepat sangat penting untuk mencegah infeksi dan mempercepat penyembuhan. Hanya sebagian kecil perempuan yang mengikuti praktik ini dengan benar. Lingkungan tempat tinggal memengaruhi akses ibu terhadap layanan kesehatan, informasi, dan dukungan sosial. Perawatan luka perineum yang tepat sangat penting untuk mencegah infeksi dan mempercepat penyembuhan. Hanya sebagian kecil perempuan yang mengikuti praktik ini dengan benar.

Personal Hygiene yang Kurang Baik Kebersihannya memungkinkan bakteri berkembang biak dan masuk melalui luka atau jalan lahir. Adanya edukasi yang efektif dapat meningkatkan kesadaran ibu tentang pentingnya kebersihan dan perawatan luka yang benar. Tanpa perawatan yang tepat, luka perineum dapat menjadi tempat infeksi. Dengan membersihkan area genital dari depan ke belakang dengan air bersih dan sabun lembut membantu menghilangkan bakteri tanpa menyebarkannya dari anus ke vagina. Menjaga area genital tetap kering mencegah pertumbuhan bakteri. Penerapan yang benar dan rutin dapat mengurangi risiko infeksi.

Dukungan emosional dan praktis dari keluarga, terutama suami, sangat penting dalam membantu ibu menjaga kebersihan dan kesehatan. Kebiasaan menjaga kebersihan diri secara teratur, seperti mandi dan mengganti pembalut, berkontribusi pada penyembuhan luka yang lebih cepat. Akses ke dan penggunaan media sosial dapat meningkatkan kesadaran ibu tentang praktik perawatan yang baik. Hanya 29,5% perempuan yang menggunakan metode perawatan yang efektif. Adapun pengetahuan yang Terbatas hanya 30,4% peserta yang memiliki pemahaman yang memadai tentang perawatan luka perineum. Ibu yang pernah mengalami laserasi perineum sebelumnya mungkin lebih waspada dan proaktif dalam perawatan.

2. Teori

Personal Hygiene merupakan salah satu determinan penting dalam pencegahan infeksi dan percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Luka perineum rentan terhadap infeksi karena letaknya berdekatan dengan uretra dan anus, sehingga mudah terpapar mikroorganisme patogen. Ketika kebersihan tidak terjaga, kolonisasi bakteri dapat meningkat dan memperlambat proses penyembuhan luka. Oleh sebab itu, penerapan personal hygiene yang baik menjadi strategi dasar untuk menjaga integritas luka dan mencegah komplikasi pada masa nifas.

Hasil penelitian (Rahmat, 2024) dan (H. Rahmat, 2024) memperkuat pandangan ini, dengan menunjukkan bahwa promosi kesehatan terkait personal hygiene berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi ibu dalam mencegah infeksi nifas ($p=0,000$). Peningkatan motivasi ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan, yang menegaskan bahwa pengetahuan, sikap, dan keyakinan seseorang akan berpengaruh pada tindakan yang diambilnya. Semakin tinggi pemahaman ibu tentang pentingnya kebersihan, semakin baik pula praktik personal hygiene yang dilakukan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Aliyah, 2023), yang menunjukkan bahwa penerapan vulva hygiene selama tiga hari pada ibu postpartum dengan luka episiotomi berhasil mencegah terjadinya infeksi. Praktik kebersihan yang konsisten terbukti dapat mengurangi kolonisasi bakteri pada area luka, sehingga proses penyembuhan berlangsung lebih cepat dan optimal. Artinya, *Personal Hygiene* bukan hanya sekadar anjuran, tetapi terbukti memiliki dampak klinis terhadap kondisi ibu nifas. Selain faktor kebersihan individu, dukungan pengetahuan dan lingkungan juga berperan penting. (Pratiwi, 2022) menemukan bahwa pengetahuan ($p=0,002$) dan personal hygiene ($p=0,023$) memiliki hubungan signifikan dengan perawatan luka perineum, di mana dukungan keluarga turut menentukan keberhasilan praktik tersebut. Hal ini selaras dengan teori sosial-kognitif, yang menjelaskan bahwa perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh individu, tetapi juga oleh dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya.

Keterlibatan keluarga, khususnya suami, semakin diperkuat dalam penelitian (Gaimau et al., 2022). Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dukungan suami berhubungan signifikan dengan pencegahan infeksi luka perineum ($p=0,04$). Dukungan ini dapat berupa motivasi, bantuan praktis, maupun perhatian emosional yang pada akhirnya meningkatkan kepatuhan ibu dalam menjaga kebersihan diri. Dengan demikian, praktik personal hygiene menjadi lebih efektif apabila didukung oleh faktor lingkungan keluarga. Faktor perilaku dan dukungan sosial tersebut juga berhubungan erat dengan kondisi fisik ibu (Sulastri, 2023). mengungkapkan bahwa *vulva hygiene*, budaya, dan asupan protein berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum. Hal ini menunjukkan bahwa penyembuhan luka tidak hanya bergantung pada kebersihan, tetapi juga membutuhkan nutrisi yang memadai untuk mendukung regenerasi jaringan, serta pemahaman budaya yang sesuai agar ibu tidak terhambat dalam menjalankan praktik kebersihan.

Penelitian (Euis Nurul Fauziah, 2022) menambahkan bahwa pengetahuan, personal hygiene, gizi, dan mobilisasi dini semuanya berhubungan signifikan dengan penyembuhan luka perineum. Dari sisi teori fisiologi, penyembuhan luka dipengaruhi oleh suplai oksigen, nutrisi, dan aktivitas yang dapat memperlancar sirkulasi darah. Hal ini menguatkan

bahwa personal hygiene perlu berjalan beriringan dengan faktor pendukung lainnya agar proses penyembuhan luka berlangsung optimal. Menurut (Malmir et al., 2022) mengidentifikasi berbagai faktor risiko infeksi postpartum, mulai dari usia, tingkat pendidikan, metode persalinan, episiotomi, anemia, hingga durasi persalinan. Meskipun faktor-faktor ini beragam, kebersihan pribadi tetap menjadi aspek yang dapat dimodifikasi melalui intervensi edukasi kesehatan. Hal ini membuktikan bahwa personal hygiene adalah intervensi sederhana namun efektif yang dapat dilakukan oleh setiap ibu postpartum.

Pentingnya *Personal Hygiene* juga diperkuat oleh hasil systematic review yang dilakukan (Kathy Jone et al., 2020), yang menemukan bahwa insiden infeksi luka perineum berkisar 0,1%–23,6% dan dehisensi luka 0,21%–24,6%. Variasi yang cukup lebar ini mencerminkan perbedaan praktik kebersihan, faktor risiko obstetri, dan kualitas pelayanan kesehatan antar wilayah. Dengan demikian, konsistensi dalam praktik personal hygiene dapat berkontribusi dalam menekan angka kejadian infeksi.

Secara keseluruhan, kajian terhadap sepuluh penelitian tersebut menegaskan bahwa personal hygiene memiliki manfaat signifikan dalam pencegahan infeksi dan percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Namun, keberhasilan praktik ini dipengaruhi pula oleh edukasi kesehatan, dukungan keluarga, status gizi, mobilisasi dini, dan faktor risiko obstetri. Oleh karena itu, pencegahan infeksi postpartum harus dilaksanakan melalui pendekatan komprehensif yang tidak hanya menekankan kebersihan, tetapi juga melibatkan intervensi multidimensi untuk mendukung kesehatan ibu pada masa nifas.

3. Opini

Berdasarkan hasil telaah beberapa penelitian, penulis berpendapat bahwa personal hygiene memiliki manfaat signifikan sebagai sumber pencegahan infeksi luka alami dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Menurut asumsi para peneliti dari hasil penelitian ini bahwa *Personal Hygiene* itu sangat penting bagi ibu postpartum. *Personal Hygiene* merupakan salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhannya guna mempertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya, klien dinyatakan terganggu keperawatannya jika tidak dapat melakukan perawatan diri. Personal Hygiene tidak hanya dilakukan ibu pada daerah perineum saja, tetapi ibu juga harus memperhatikan kebersihan seluruh tubuh ibu mulai dari rambut hingga kaki. Perawatan luka perineum bertujuan untuk mencegah infeksi, meningkatkan rasa nyaman dan mempercepat penyembuhan. Banyak ibu yang merawat lukanya dengan cara yang kurang tepat sehingga perineum ibu tidak sembuh normal. Perineum yang sembuh normal yaitu < 6 hari. Infeksi disebabkan oleh *Personal Hygiene* yang kurang baik, oleh karena itu *Personal Hygiene* pada masa postpartum seorang ibu sangat penting menjaga kebersihan diri agar tidak rentan terkena infeksi. Menjaga kebersihan diri secara keseluruhan untuk menghindari infeksi baik pada luka jahitan maupun kulit. Jika seorang ibu postpartum tidak melakukan *Personal Hygiene* dengan baik akan terjadi infeksi pada masa nifas yaitu terjadinya peradangan yang disebabkan oleh masuknya kuman-kuman kedalam alat genitalia.

KESIMPULAN

Berdasarkan *Literature Review* dari 15 artikel yang ditemukan, dapat disimpulkan bahwa *Personal Hygiene* memiliki dampak yang signifikan dalam mencegah infeksi dan mempercepat proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Hasil berbagai studi menunjukkan bahwa penerapan kebersihan diri, terutama terkait kebersihan luka perineum, secara konsisten dapat mengurangi risiko infeksi pada luka episiotomi serta mempercepat proses pemulihan. Pengetahuan ibu, dukungan dari keluarga, kondisi gizi, serta mobilisasi dini juga merupakan faktor-faktor penting yang mendukung keberhasilan dalam perawatan luka.

Secara teoritis, praktik *Personal Hygiene* yang baik membantu mencegah kolonisasi bakteri di area perineum, mengurangi komplikasi, dan meningkatkan integritas jaringan luka. Dukungan suami dan edukasi kesehatan yang komprehensif terbukti meningkatkan motivasi dan kepatuhan ibu dalam menjaga kebersihan diri. Selain itu, intervensi sederhana seperti promosi kesehatan *Personal Hygiene* dapat menjadi strategi efektif yang dapat diterapkan di berbagai latar belakang sosial dan budaya. Oleh karena itu, pencegahan infeksi luka perineum pada ibu nifas perlu dilakukan melalui pendekatan holistik yang mencakup edukasi, dukungan keluarga, perbaikan gizi, serta perawatan kebersihan pribadi secara konsisten dan terarah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada ibu atas bimbingan dan arahan yang telah diberikan kepada kami selama proses penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini. Bimbingan Ibu sangat membantu kami dalam memahami materi penelitian, mengatasi berbagai kesulitan, dan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Kami sangat menghargai kesabaran dan ketelatenan Ibu dalam membimbing kami Ilmu dan pengalaman yang telah Ibu bagikan akan sangat bermanfaat bagi kami di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, I. L., & Insani, U. (2023). Pengaruh Penerapan Vulva Hygiene terhadap Risiko Infeksi Luka Episiotomi pada Ibu Post Partum di Ruang Mawar RSUD Kardinah Kota Tegal. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 4(2), 46–54. <https://doi.org/10.30787/asjn.v4i2.1193>
- Euis Nurul Fauziah, Retno Widowati, Shinta Novelia (2022) "Factors Related to Perineal Wound Healing in Postpartum Mothers at Jawilan Public Health Center" Volume 2, Number 1 (March 2022).
- Gaimau, E. (2022). Pemberian Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) Tenaga Kesehatan, Personal Hygiene dan Dukungan Suami dengan Pencegahan Infeksi Luka Perineum pada Ibu Postpartum. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(8), 266–275. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i8.54>
- Hayati, F. (2020). Personal Hygiene Pada Masa Nifas. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), 4. <https://doi.org/10.36565/Jak.V2i1.62>
- Holidah, Fadillah, Humairah, Hanifa, Annisa Amalia & Sitompul, S. H. N. (2024). Analisis Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Perineum Dengan Penyembuhan Luka Laserasi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Pamulang. *Prosiding SEMLITMAS: Diseminasi Penelitian Pengabdian Masyarakat*, 1(15), 311–218.
- Mafudiah, L., & Veftisia, V. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Personal Hygiene. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan*, 3(1), 507–515.
- Rahmat, H. (2024). Pengaruh Promosi Kesehatan Personal Hygiene terhadap Motivasi Ibu Mencegah Infeksi Masa Nifas. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, 7(1), 33–38. <https://doi.org/10.56467/jptk.v7i1.128>
- Sari, L. P. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Pentingnya Personal Hygiene Pada Masa Nifas di Puskesmas Bowong Cindea Kab. Pangkep. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 161–168. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i2.215>
- Solikha, S., Farida, S., & Indasah, I. (2020). Analysis of Mobilization Factors, Personal Hygienic, Nutritional Status in Washing Perineum Healing in Women in Lamongan Health and Health Center. *Journal for Quality in Public Health*, 3(2), 186–192. <https://doi.org/10.30994/jqph.v3i2.62>
- Sulastri, F. (2023). Hubungan Vulva Hygiene, Budaya Dan Asupan Protein Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Masa Nifas Di BPM Bidan Dwi Narti Dan BPM Bidan Ernawati Kota Depok Tahun 2022. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 2(08), 820–828. <https://doi.org/10.54402/isjnms.v2i08.342>