

PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS DENGAN PEMBERIAN NUTRISI PUTIH TELUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RASAU JAYA TAHUN 2024

Yuliana¹, Agatha Theadila,

Nama Asal Institusi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti Pontianak

Email korespondensi: yuli.yuliana.uli@gmail.com

Abstrak

Kejadian luka perineum di Dunia saat persalinan akibat tindakan episiotomy ataupun spontan pada tahun 2020 sebanyak 2,7 juta kasus dan 75% di Indonesia. Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Rasau Jaya dari 31 persalinan, 16 luka perineum dan masih banyak ibu nifas yang belum mengkonsumsi nutrisi putih telur sebagai alternatif penyembuhan luka. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan pemberian nutrisi putih telur di Puskesmas Rasau Jaya tahun 2024. Metode penelitian yaitu kualitatif untuk meneliti kondisi luka perineum derajat II pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Rasau Jaya sebanyak 12 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan dengan karakteristik seluruh responden dalam usia reproduksi, 6 orang pendidikan menengah (SMP), multipara sebanyak 6 responden dan 6 primipara, seluruh responden (12 ibu) sebagai ibu rumah tangga dan tidak mengalami KEK. Konsumsi nutrisi putih telur dilakukan oleh seluruh responden sebanyak 4 butir telur putih perhari selama 7 hari terbagi dalam 2 putih telur dipagi dan 2 di malam atau sore hari dengan cara pengolahan direbus selama 9-10 menit. Seluruh responden mengalami penyembuhan luka perineum berlangsung pada hari ke 4- 6. Disarankan untuk bidan melakukan edukasi manfaat putih telur sebagai sumber protein alami yang dapat mempercepat proses penyembuhan luka perineum.

Kata Kunci : Penyembuhan, Luka Perineum, Ibu Nifas, Pemberian, Nutrisi Putih Telur

Abstract

The incidence of perineal wounds in the world during childbirth due to episiotomy or spontaneous procedures in 2020 was 2.7 million cases and 75% in Indonesia. Preliminary study results at the Rasau Jaya Community Health Center of 31 births, 16 experienced perineal wounds and there were still many postpartum mothers who had not consumed egg white nutrition for wound healing. The aim of this research is to determine the healing of perineal wounds in postpartum mothers by providing egg white nutrition at the Rasau Jaya Community Health Center in 2024. The research method used is qualitative to examine the condition of natural objects. The sample in this study was 12 postpartum mothers who experienced second degree perineal wounds in the Rasau Jaya Community Health Center work area in 2024. The results of this study show that the characteristics of the respondents were within the reproductive age limit, 6 people had secondary education (SMP), 6 respondents were multipara and 6 were primipara, all respondents (12 mothers) were housewives and did not experience CED. All respondents consumed egg white nutrition as much as 4 white eggs per day for 7 days, divided into 2 egg whites in the morning and 2 in the evening or afternoon by boiling them for 9-10 minutes. All respondents experienced perineal wound healing in under 7 days with a REEDA scale score of 0. The conclusion was that the wound healing process took place from day 4 to day 6. No one experienced infection after consuming 4 egg whites per day. Educational suggestions regarding the benefits of egg whites as a natural source of protein that can speed up the healing process of perineal wounds need to be provided by midwives to postpartum mothers.

Keywords: Healing, Perineal Wounds, Postpartum Mothers, Administration, Egg White Nutrition

¹ Yuliana

² Agatha Theadila

Pendahuluan

Masa nifas (*postpartum*) adalah masa pemulihan pasca persalinan salah satunya adalah penyembuhan bekas luka pada perineum yang diakibatkan tindakan episiotomi atau ruptur secara alami. Luka perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama atau tidak jarang juga pada persalinan berikutnya (Hidayah et al., 2023).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) bahwa hampir 90% proses persalinan normal mengalami luka atau robekan perineum dan 50 % di Benua Asia, dengan insiden sebanyak 2,7 juta kasus di Dunia pada tahun 2020 dan akan mencapai 6,3 juta tahun 2050 (Mukhtar, 2023). Sebesar 75 % terjadi di Indonesia (Sudianti et al., 2023).

Luka perineum adalah robekan yang terjadi pada saat bayi lahir baik secara spontan maupun dengan menggunakan alat atau tindakan. Luka perineum umumnya terjadi pada garis tengah dan bisa menjadi luas apabila kepala janin lahir terlalu cepat. Robekan terjadi pada hampir semua primipara (Lestari et al., 2022). Luka pada jaringan perineum harus dilakukan perawatan dengan baik supaya dapat tercegah dari adanya infeksi. Infeksi akibat perawatan yang buruk dapat menyebabkan komplikasi seperti; infeksi kandung kemih maupun infeksi jalan lahir.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah infeksi adalah dengan melakukan perawatan luka perineum serta memperbaiki asupan makanan tinggi protein dan vitamin (Puspita & Ma'rifah, 2022). Protein akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka perineum untuk proses regenerasi sel baru

dan membantu pembentukan sel-sel yang dibutuhkan, selama *granulasi fibroblast* membuat kolagen untuk menutup area luka dan pertumbuhan pembuluh darah baru (Astiti et al., 2022).

Jenis makanan yang mengandung banyak protein, bebas lemak dan kolesterol (berbeda dengan kuning telur) adalah putih telur. Asam amino yang sangat bermanfaat dalam pemulihan otot dan albumin (*ovalbumin*). Protein dan albumin sangat berfungsi sebagai zat pembangun sel-sel yang telah rusak sehingga penyembuhan luka akan berlangsung lebih cepat (Purnani, 2019).

Untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum ibu nifas, disarankan untuk mengkonsumsi telur rebus sebanyak 4 telur putih setiap harinya masing-masing 2 butir dipagi dan 2 butir sore hari selama 5 hari (Maya Saputri & Febiola, 2021).

Hasil studi pendahuluan tentang kejadian luka perineum di Puskesmas Rasau Jaya periode bulan Januari-Desember tahun 2023 diketahui dari 139 persalinan tahun 2023 terdapat 92 kejadian luka perineum. Hasil wawancara pada 7 ibu didapatkan bahwa seluruh ibu tidak mengkonsumsi putih telur sebagai tambahan protein. Perawatan terhadap luka perineum hanya sebatas membilas menggunakan air bersih. Masalah yang dialami yaitu seluruh ibu mengalami nyeri di daerah luka, ketidaknyamanan dan kesulitan melakukan aktifitas.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *Kualitatif*. Pengumpulan data dilakukan secara observasi pada luka perineum, wawancara (bagaimana konsumsi nutrisi putih telur sesuai anjuran) dan

dokumentasi proses hingga hasil penelitian, kemudian dianalisis secara induktif/kualitatif untuk memahami hasil dari pemberian nutrisi putih telur untuk melihat dampak penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu Nifas yang mengalami Luka Perineum sebanyak 12 orang dengan sampel total populasi. Analisa Kualitatif.

Hasil Penelitian

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa usia responden termuda 18 tahun (responden 12), usia tertua 31 tahun (responden 4), usia terbanyak 21 tahun (responden 3, 9 dan 10). Dimana dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh responden berada dalam usia reproduksi (20- 35 tahun).

Pendidikan responden terendah adalah tamat SLTP 7 responden (responden 3, 4, 7, 8, 10, 11, 12), Pendidikan tertinggi adalah tamat perguruan tinggi (sarjana) responden No. 6 dan Pendidikan terbanyak adalah tamat SLTP sederajat sebanyak 7 responden (responden no.3, 4, 7, 8, 10, 11, 12), dan Pendidikan tamat SLTA sebanyak 4 responden (no.1, 2, 5, 9), sehingga dapat disimpulkan hampir seluruh responden memiliki pendidikan menengah.

Pekerjaan responden seluruhnya 12 orang ibu sebagai ibu rumah tangga. Adapun jumlah anak/paritas yang terbanyak 1 anak yaitu (responden 3, 5, 7, 8, 9, 12) sebanyak 6 responden, Paritas 2 anak yaitu (responden 2, 6, dan 10), Paritas 3 anak yaitu (responden 1, 4, dan 11) sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian ibu yang mengalami luka perineum memiliki jumlah paritas/anak 1.

Adapun jumlah anak yang hidup pada responden (no 1, 4, dan 11) terdapat 3 anak, jumlah anak hidup pada responden (no 2, 6, dan 10) terdapat 2 anak, jumlah anak pada responden (3, 5, 7, 8, 9, 12) terdapat 1 anak. Jenis persalinan pada ibu yang memiliki anak lebih dari 1 yaitu pada responden (no 1 2 4 6 10 dan 11) yaitu jenis persalinan normal.

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa seluruh responden dengan rata-rata BB sebesar: 61, 4 Kg, dengan BB minimal 57,4 Kg dan BB maksimal 72,1 Kg, LILA paling kecil 25 cm dan paling besar 32 cm. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada ibu nifas yang menderita kurang energi kronis (KEK).

b. Cara Pengolahan Putih Telur

Seluruh responden mengolah putih telur dengan cara direbus menggunakan air biasa tanpa campuran apapun selama 9-10 menit, Putih telur di konsumsi tanpa tambahan bahan makanan lain seperti kecap, saus, abon. Sehingga dapat disimpulkan seluruh responden mengolah putih telur dengan cara direbus dengan air bersih.

c. Jumlah Telur yang dikonsumsi

Hasil penelitian didapatkan sebanyak 9 responden mengkonsumsi putih telur 28 butir selama 7 hari, 2 responden sebanyak 26 telur, dan 1 responden sebanyak 24 butir. Sehingga dapat disimpulkan hampir seluruh responden mengkonsumsi putih telur sebanyak 28 butir selama 7 hari.

d. Waktu Konsumsi Telur

Seluruh responden mengkonsumsi putih telur di pagi hari dan di sore/malam hari.

e. Lama Penyembuhan Luka

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa penyembuhan

luka paling cepat pada hari ke 4 dengan skala REEDA 0, yaitu responden No 1 dan 6, penyembuhan kedua paling cepat pada hari ke 5 dengan nilai skala REEDA yaitu responden No 2 3 4 5 7 8 9 dan 11 dan penyembuhan ketiga paling cepat pada hari ke 6 dengan nilai skala REEDA 0 yaitu responden No 10 dan 12. Semua responden yaitu ibu nifas yang diberikan perlakuan mengonsumsi nutrisi putih telur 4 butir perhari di Wilayah Kerja Puskesmas Rasau Jaya Tahun 2024 mengalami penyembuhan luka dibawah 7 hari.

Pembahasan

a. Usia Responden

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 12 responden ibu nifas dilakukan *episiotomy* maka didapat karakteristik usia responden termuda 18 tahun (responden No 12), usia tertua 31 tahun (responden 4), usia terbanyak 21 tahun (responden 3, 9 dan 10), dari penelitian yang dilakukan masih ada ibu nifas memiliki usia dibawah usia reproduksi yaitu usia 18 tahun dan 19 tahun (responden No 12 dan 8) pada usia yang masih muda memiliki kulit atau jaringan perineum yang kurang matang dan kurang elastis dibandingkan dengan wanita memasuki usia reproduksi, hal ini bisa membuat perineum lebih mudah robek atau rentan terhadap luka saat proses persalinan, dan usia tertua dalam penelitian ini adalah 31 tahun yang mana termasuk dalam usia produksi, luka perineum yang di alami responden karena peristiwa persalinan sebagai bagian dari proses pertolongan persalinan.

Menurut peneliti dalam penelitian ini, ibu yang memiliki usia persalinan dibawah usia reproduksi memiliki kesulitan pemahaman tentang pentingnya

nutrisi protein dalam membantu penyembuhan luka. Hasil wawancara menyimpulkan bahwa ibu yang melahirkan dibawah usia reproduksi belum memiliki pengalaman dan pengetahuan tentang manfaat nutrisi dalam penyembuhan luka perineum.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Pemiliana et al., 2019) membuktikan bahwa ada hubungan umur ibu dengan rupture perineum. Menurut asumsi peneliti, umur reproduksi optimal bagi seorang ibu dari umur 20-35 tahun. Sehingga Materi tentang luka perineum mulai dari penyebab, derajat, perawatan luka hingga cara mempercepat penyembuhan dengan pemberian nutrisi tinggi protein yang murah, praktis dan efektivitas tinggi perlu disampaikan kepada ibu primigravida saat kelas ibu hamil.

b. Paritas

Berdasarkan penelitian yang didapatkan oleh peneliti jumlah anak/paritas yang terbanyak 3 anak yaitu 3 responden No 1,4 dan 11, Paritas 2 Multipara yaitu 3 responden No 2,6 dan 10, Paritas 1 primipara yaitu 6 responden No 3,5,7,8,9,12. Pada kehamilan pertama, jaringan perineum cenderung lebih kaku dan kurang elastis, sehingga lebih rentan terhadap robekan saat persalinan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu dengan status primipara lebih banyak yang mengalami kejadian luka perineum.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Nurulicha, 2020) dari hasil analisis bivariat ini menunjukkan ada hubungan bermakna antara primipara dengan kejadian ruptur perineum.

Menurut peneliti dalam penelitian ini tekanan selama proses persalinan yang

pertama kali seringkali membutuhkan waktu yang lebih lama dan ada tekanan yang lebih besar pada perineum saat kepala bayi melintas. Hal ini dapat meningkatkan risiko robekan atau luka pada perineum.

Pemberian nutrisi putih telur pada ibu primipara maupun multipara sama-sama penting karena pada ibu multipara kesibukan ibu merawat anak dan keluarga seringkali membuat ibu abai akan kebutuhan nutrisinya dan memilih mementingkan asupan nutrisi pada anak dan suami. Untuk itu pemahaman tentang pentingnya Kesehatan ibu yang bisa dilakukan dengan konsumsi putih telur dapat menjadi alternatif yang murah namun sangat bermanfaat.

c. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pendidikan responden terendah adalah tamat SLTP sebanyak 7 responden (responden no.3, 4, 7, 8, 10, 11, 12), Pendidikan tertinggi adalah tamat perguruan tinggi (sarjana) responden No. 6 dan Pendidikan terbanyak adalah tamat SLTP sederajat sebanyak 7 responden (responden 3, 4, 7, 8, 10, 11, 12), dan Pendidikan tamat SLTA sebanyak 4 responden (1, 2, 5, 9), sehingga dapat disimpulkan hampir seluruh responden memiliki pendidikan menengah

Menurut peneliti dalam penelitian ini, Semakin rendah tingkat pendidikan seseorang, maka semakin sedikit pengetahuan yang mereka miliki tentang pentingnya nutrisi, termasuk protein dari putih telur. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti akses Informasi ibu yang akurat dan terkini mengenai gizi dan kesehatan dengan pendidikan rendah terbatas.

Ibu dengan pendidikan yang lebih rendah mungkin kurang menyadari pentingnya gizi seimbang atau memiliki prioritas lain yang lebih mendesak, sehingga perhatian terhadap asupan protein dan nutrisi lainnya kurang optimal. Sehingga tidak ada pengetahuan atau pengalaman tentang pentingnya konsumsi protein yang tinggi seperti putih telur maka akan lama proses penyembuhan luka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Michael Page,2022) terkait dengan pengetahuan setelah pemberian media booklet menunjukkan hasil yang cukup memuaskan dengan frekuensi baik sebanyak 9 (45%) responden terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan luka perineum.

Oleh karena itu, pengetahuan ibu berperan penting dalam proses penyembuhan luka perineum, sangat esensial untuk memastikan pemulihan yang cepat dan mencegah komplikasi. Dengan memahami dan menerapkan langkah-langkah kebersihan, perawatan luka, gizi yang baik, serta mengenali tanda-tanda infeksi, ibu dapat berperan aktif dalam proses penyembuhan. Edukasi yang baik dan dukungan dari tenaga medis juga penting untuk memastikan perawatan yang optimal dan pemulihan yang lebih efektif.

d. Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa seluruh responden dengan rata-rata BB sebesar: 61, 4 Kg, dengan BB minimal 57,4 Kg dan BB maksimal 72,1 Kg, Lila paling kecil 25 cm dan paling besar 32 cm. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada ibu nifas yang menderita kurang energi kronis (KEK) yang dapat

berpengaruh pada penyembuhan luka perineum.

Kekurangan energi kronis bisa sangat berpengaruh terhadap kejadian luka perineum karena beberapa alasan seperti kekuatan dan elastisitas jaringan menurun. Kekurangan energi dan nutrisi juga mempengaruhi kemampuan tubuh untuk menyembuhkan luka. Luka perineum mungkin sembuh lebih lambat / komplikasi jika tubuh tidak memiliki sumber daya yang cukup untuk proses penyembuhan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sinaga et al., 2022) berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti juga menyimpulkan bahwa penyembuhan luka perineum pada ibu nifas salah satunya dipengaruhi oleh status gizi ibu nifas sendiri. Pengukuran status gizi dengan metode LILA dan IMT dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ibu-ibu nifas yang memiliki LILA > 23,5 cm dan IMT yang normal luka perineumnya lebih cepat sembuh yaitu antara 3-5 hari.

Sedangkan ibu nifas yang pengukuran LILA nya di bawah normal dan IMT nya tidak normal menunjukkan luka perineum yang sembuh lebih dari 5 hari. Secara keseluruhan, status gizi yang buruk dan kekurangan energi kronis mempengaruhi kesehatan dan fungsi tubuh secara keseluruhan, yang pada gilirannya dapat meningkatkan risiko komplikasi, termasuk luka perineum, selama persalinan.

e. Pekerjaan

Pekerjaan responden seluruhnya 12 orang ibu sebagai ibu rumah tangga (IRT) dapat mempengaruhi kejadian luka perineum karena berbagai aktivitas dan tanggung jawab yang seringkali

melibatkan kerja fisik dan berulang atau berdiri dalam waktu lama dapat meningkatkan risiko trauma dan tekanan pada area perineum, yang dapat menyebabkan luka atau cedera. Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT) juga dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena berbagai alasan terkait dengan aktivitas fisik dan tanggung jawab sehari-hari.

Pekerjaan mempengaruhi ibu nifas dalam melakukan perawatan perineum. Menurut Notoatmodjo (2021), bahwa pengalaman adalah guru yang terbaik. Karena pengalaman merupakan sumber pengetahuan atau suatu cara untuk memperoleh kebenaran. Apabila seseorang telah melahirkan anak yang kedua kali dan seterusnya umumnya dapat melakukan perawatan perineum dengan baik karena mereka telah memperoleh pengalaman dan informasi pada kelahiran anak sebelumnya.

f. Cara Pengolahan Putih Telur

Berdasarkan hasil wawancara pada ke-12 responden putih telur dimasak dengan cara direbus menggunakan air biasa tanpa campuran apapun selama 9-10 menit. Putih telur dikonsumsi tanpa tambahan bahan makanan lain seperti kecap, saus, abon. Mengolah telur dengan cara direbus merupakan salah satu metode yang sehat dan dianjurkan untuk ibu nifas. Telur rebus baik untuk Kesehatan ibu nifas dikarenakan telur rebus kaya akan protein, rendah lemak, mudah dicerna, mengandung nutrisi penting.

Menurut studi, konsumsi telur rebus juga menjaga kadar gula darah tetap stabil, yang penting bagi ibu nifas untuk mempertahankan energi. Pengolahan telur dengan cara direbus merupakan sumber

protein yang baik dan mengandung berbagai nutrisi penting seperti vitamin A, vitamin B12, vitamin D, dan *kolin* semuanya berperan dalam proses penyembuhan luka. Penelitian ini sejalan dengan (Apriyanti et al., 2024) ada pengaruh pemberian telur rebus terhadap penyembuhan laserasi ibu postpartum.

g. Jumlah Putih Telur yang di Konsumsi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 9 responden mengonsumsi putih telur sebanyak 28 butir selama 7 hari, 2 responden mengonsumsi putih telur sebanyak 26 telur selama 7 hari, dan 1 responden mengonsumsi putih telur sebanyak 24 butir selama 7 hari. Jumlah konsumsi protein untuk ibu nifas dengan luka perineum sebanyak 90 mg perhari dan jika diketahui ibu juga memberikan ASI maka kebutuhan perhari sekitar 66-78 gram. 1 butir putih telur setara dengan 30 mg, dengan mengonsumsi telur rebus 4 butir perhari dalam upaya percepatan penyembuhan luka perineum serta menghindari infeksi masa nifas (Yulizawati, Insani, Andriani, et al., 2019).

Penelitian ini sejalan dengan (Dewi, 2019) hasil penelitian menunjukkan ibu yang diberikan telur lebih cepat proses penyembuhan pada luka perineum dengan rata-rata penyembuhan yaitu 5-6 hari. Ibu yang tidak diberikan telur mempunyai rata-rata penyembuhan luka yaitu 10-12 hari pada ibu nifas. Disarankan, supaya ibu nifas dengan luka perineum untuk dapat mengonsumsi telur rebus 4 butir per hari dalam upaya percepatan penyembuhan luka serta menghindari infeksi masa nifas.

h. Waktu Konsumsi Putih Telur

Berdasarkan hasil penelitian

didapatkan ke-12 responden waktu yang ditentukan untuk mengonsumsi putih telur yaitu di pagi hari dan di sore/ malam hari dikonsumsi sebanyak 4 butir perhari 2 butir dipagi hari dan 2 butir di sore/malam hari selama 7 hari.

Menurut studi mengonsumsi telur rebus di pagi hari dan sore hari dapat menjadi pilihan yang baik dikarenakan di pagi hari selain mempercepat penyembuhan luka telur dapat menjadi sumber energi dan meningkatkan metabolisme. Pada sore hari telur juga berperan dalam mendukung pemulihan selama masa nifas. Penelitian ini sejalan dengan (Novita, 2017) diketahui subjek penelitian adalah ibu postpartum hari ke-1-7 di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Tangerang Selatan .

i. Lama Penyembuhan Luka

Berdasarkan hasil penelitian terdapat 12 orang responden yang mengonsumsi nutrisi putih telur, didapat seluruh responden (12 ibu nifas) mengalami kesembuhan luka perineum dibawah 7 hari. Hasil observasi luka perineum yang diberi perlakuan dengan mengonsumsi nutrisi putih telur pada hari pertama perlakuan kondisi luka paling buruk responden no 2 atas nama Ny SN dengan nilai skala luka 12, kondisi luka paling baik responden no 9 dan 12 (Ny FA dan K) dengan nilai 7.

Pada hari kedua perlakuan kondisi luka kurang baik ada pada responden no 2 Ny SN dengan nilai luka 9, dikarenakan tidak mengonsumsi putih telur 2 butir di pagi hari dan hanya mengonsumsi di

malam hari pada hari pertama.

Hari ketiga kondisi luka paling buruk ada pada responden no 5 dan 10 yaitu Ny D dan Ny DI dengan nilai skala luka 5, dikarenakan Ny D dan Ny DI kurang memperhatikan perawatan perineum seperti melakukan vulva hygiene dengan baik.

Hari keempat kondisi luka paling buruk ada pada responden no 10 (Ny DI) dengan skala REEDA 3, dikarenakan kurang melakukan perawatan vulva hygiene pada hari ketiga. Hari kelima kondisi luka paling buruk ada pada responden no 10 (Ny DI) dengan nilai skala REEDA 2, dikarenakan pada hari sebelumnya ibu tidak makan telur di sore/malam hari dan pada hari ketiga sebelumnya pada penilaian skala REEDA ibu mengalami kondisi luka paling buruk. Pada hari keenam perlakuan dengan kondisi luka paling baik ditemukan pada kesepuluh responden dengan nilai skala 0.

Pemeriksaan perineum yang sering digunakan adalah skala REEDA sebagai evaluasi pasca melahirkan dalam 7-10 hari. REEDA merupakan singkatan dari kata *Redness*, *Edema*, *Ecchymosis*, *Discharge*, *Approximation* (Simbuang, 2023).

Meskipun penyembuhan luka perineum pada seluruh responden terjadi cepat yaitu di bawah 7 hari, namun ada 2 orang ibu responden No 10 (Ny DI) dan No 12 (Ny K) dengan proses penyembuhan luka lebih lama dibandingkan responden lainnya dengan mengalami keterlambatan waktu. Ketika penyembuhan yaitu di hari keenam.

Penyembuhan luka yang cepat dengan mengonsumsi nutrisi putih telur karena putih telur mengandung banyak

protein, terutama albumin yaitu protein utama yang membantu mempercepat regenerasi sel dan jaringan, serta ada beberapa komponen lainnya yang terdiri dari asam amino yang merupakan komponen dasar dari protein yang mendukung proses penyembuhan, vitamin b2 (*Riboflavin*) yang berperan dalam membantu memperbaiki dan memelihara jaringan tubuh, dan mineral seperti selenium yang memiliki sifat antioksidan dan dapat membantu melindungi sel-sel dari kerusakan serta kolagen berperan dalam pembentukan membran sel baru, yang penting untuk regenerasi jaringan yang rusak (Sugiarto, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan (Hidayah et al., 2023) diketahui Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata waktu yang penyembuhan luka perineum pada ibu yang mengonsumsi putih telur rebus adalah 5,19 hari. Hasil uji *paired t-test* didapatkan *p-value* $0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh konsumsi putih telur rebus terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Kesimpulan

1. Sebanyak 80% berada dalam usia reproduksi (20-35 tahun). Sebanyak 6 responden memiliki pendidikan menengah (SMP). Seluruh responden 12 orang ibu sebagai ibu rumah tangga. Multipara yaitu sebanyak 6 responden dan 6 responden lainnya primipara. Adapun status gizi pada seluruh responden yaitu 12 orang memiliki status gizi yang baik dan tidak mengalami KEK.
2. Cara pengolahan putih telur dengan cara direbus dengan air biasa tanpa campuran bahan lain direbus selama 9-10 menit.

3. Jumlah telur yang dikonsumsi pada 9 responden yaitu sebanyak 28 telur selama 7 hari.
4. Waktu yang digunakan untuk konsumsi putih telur yaitu pada pagi hari dan di sore/malam hari.
5. Proses penyembuhan luka berlangsung selama kurang dari 7 hari. Terdapat pengaruh pemberian nutrisi putih telur terhadap penyembuhan luka perenium.

Referensi

- Apriyanti, P., Lamdayani, R., & Apriyani, T. (2024). *Pengaruh Pemberian Telur Rebus terhadap Penyembuhan Laserasi pada Ibu Post Partum*. *Journal of Language and Health*, 5(1), 243–250.
<https://doi.org/10.37287/jlh.v5i1.3364>
- Dewi, R. (2019). *Pengaruh pemberian telur ayam broiler terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas*. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 4(2), 149.
<https://doi.org/10.30867/action.v4i2.161>
- Hidayah, A., Sulistiyah, & Widiatrilupi, R. M. V. (2023). *Pengaruh Konsumsi Putih Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas Di PMB Wilayah Puskesmas Pohjentrek Kabupaten Pasuruan*. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3744–3754.
- Lestari, S. O., Wijayanti, K., & Santoso, B. (2022). *Potensi Hydrogen Daun Sirih Merah Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum dan Penurunan Pertumbuhan Bakteri Staphylococcus aureus pada Ibu Postpartum*. Pustaka Rumah.
- Maya Saputri, E., & Febiola, E. (2021). *Pengaruh Telur Rebus Dalam Penyembuhan Luka Perenium Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Arrabih Tahun 2020*. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 67–74.
<https://doi.org/10.25311/prosiding.v01i1.iss1.61>
- Michael Page, I. (2022). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Luka Perineum Melalui Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Di Rb Restu Ibu*. 9.
- Mukhtar, A. safitri. (2023). *Manajemen Asuhan Kebidanan Intrapartum Ny “E” Dengan Ruptur Perineum Tingkat II di UPT BLUD Puskesmas Watampone Kabupaten Bone*. *Jurnal Midwifery*, 5(2), 149–158.
<https://doi.org/10.24252/jmw.v5i2.40169>
- Novita, H. (2017). *Pengaruh Konsumsi Telur Rebus terhadap Percepatan Penyembuhan Luka*. *Poltekkes Kemenkes Jakarta I*, 14–19.
- Nurulicha, N. (2020). *Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin*. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 815–820.
<https://doi.org/10.38165/jk.v7i2.124>
- Pemiliana, P. D., Sarumpaet, I. H., & Ziliwu, S. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal di Klinik Niar Medan Tahun 2018*. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 2(2), 170–182.
<https://doi.org/10.33096/woh.v2i2.623>
- Purnani, W. T. (2019). *Perbedaan Efektivitas Pemberian Putih Telur dan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Ibu*

Nifas. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 2(2), 126.
<https://doi.org/10.20473/jphrecode.v2i2.12190>

Sinaga, R., Sinaga, K., Simanjuntak, P., & Damanik, N. S. (2022). *Hubungan Status Gizi Ibu Nifas Dengan Penyembuhan Luka Perineum. Indonesian Health Issue*, 1(1), 69–75.

<https://doi.org/10.47134/inhis.v1i1.13>

Sudianti, W., Ibrahim, R., & Yusuf, S. A. (2023). *Pengaruh Paritas Dan Berat Badan Bayi Lahir Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal Di Puskesmas Langgikima Kabupaten Konawe Utara. Sains Kesehatan*, 4(3), 109–115.

Yuliana, S., & Fauziah, S. F. (2022). *Studi Kasus: Konsumsi Putih Telur Untuk Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum. Jurnal Kebidanan*, 1(2), 59–68.
<https://doi.org/10.32695/jbd.v1i2.32>

