

## EFEKTIVITAS SETELAH PEMBERIAN PUTIH TELUR AYAM DAN SUSU SKIM UNTUK PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS

<sup>1</sup>Sefentina Agustin, <sup>2</sup>Dian Purnama Putri

E-mail : <sup>1</sup>[sefentina1997@gmail.com](mailto:sefentina1997@gmail.com) <sup>2</sup>[Dianpurnamaputri@gmail.com](mailto:Dianpurnamaputri@gmail.com)

<sup>1</sup>Universitas Efarina, <sup>2</sup>Akademi Kebidanan Betang Asi Raya

Uploaded:xx/08/2024 Revised:xx/08/2024 Accepted:xx/08/2024 Published: xx/08/2024

### ABSTRAK

***ABSTRAK** It is estimated that 70% of women in Indonesia experience perineal injury during the birth process and around 0.5-7% experience trauma to the anal sphincter. If the perineal suture wound does not heal quickly and hygiene is not properly maintained, the perineal area can become pathological, such as infection due to the entry of microorganisms into the perineal wound. Perineal rupture is an injury to the birth canal that occurs during the birth of a baby, whether using an instrument or not using an instrument. In Asia, perineal rupture in society accounts for 50% of the incidence of perineal rupture in the world (Sigalingging & Sikumbang, 2019 ). From data in Puser Village, Tirtayasa District, Banten, from July to September 2022, the number of normal births was 76 patients. In general, all new wounds, episiotomy areas or perineal wounds take 6 to 7 days to heal. Infection not only inhibits the wound healing process but can also cause damage to supporting cell tissue. Albumin has the highest protein content in blood plasma, reaching levels of 60%. Albumin functions to speed up the recovery process of split or damaged body cell tissue, where albumin has a very strong effect in healing wounds. Experimental quantitative research method, two group post test only design.*

*The results of the study concluded that this research was effective for healing grade II perineal wounds in postpartum mothers with a p-value of 0.000 (<0.05), which means there is effectiveness.*

**Keywords:** Postpartum Mothers, Egg Whites, Perineal Wounds

### PENDAHULUAN

Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Diperkirakan 70% wanita mengalami luka perineum pada saat persalinan sekitar 0,5-7% mengalami trauma sampai ke spinter ani. Ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% sedangkan usia 32-39 tahun sebesar 62% (Barid, 2022)

Robekan perineum dapat mengakibatkan terjadinya infeksi perineum tidak hanya dialami oleh ibu yang melakukan persalinan secara caesar. Penyebab utama permasalahan ibu nifas adalah luka jahitan perineum. Jika jahitan perineum tidak dirawat dengan baik, maka daerah perineum dapat menjadi patologis, seperti infeksi akibat masuknya mikroorganisme ke dalam luka perineum.(Ria Gustirini, 2021)

Diperkirakan 70% wanita di Indonesia mengalami cedera perineum saat proses persalinan dan sekitar 0,5-7% mengalami trauma pada sfingter ani. (Pangastuti, 2016).

Albumin memiliki kandungan protein tertinggi dalam plasma darah, mencapai kadar 60%. (Sebayang & Ritonga, 2021) Albumin berfungsi untuk mempercepat proses pemulihan jaringan sel tubuh yang terbelah atau rusak, dimana albumin mempunyai efek yang sangat kuat dalam penyembuhan luka (Sulisnani et al., 2022)

Kandungan zinc pada susu bubuk skim sebesar 4,1 mg yang berperan dalam penyembuhan luka yaitu membantu sel darah merah dalam mensintesis dan mendegradasi karbohidrat, protein dan asam nukleat serta dapat memperbaiki kulit yang rusak. Peneliti melakukan(Marbun, 2019)

penelitian tentang “Efektifitas Pemberian Putih Telur Ayam dan Susu Skim dalam

Penyembuhan Luka Perineum Tingkat II pada Ibu Nifas.

**TUJUAN PENELITIAN** Menganalisis pengaruh pemberian putih telur dan susu SKIM pada ibu nifas

**METODE PENELITIAN** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode penelitian *Quasi Eksperiment*, dengan desain penelitian dengan menggunakan *two group post test only design*. Desain ini digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran sesudah perlakuan pada dua kelompok. Penelitian ini menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok I sebagai kelompok intervensi yang mendapat perlakuan diberikan putih telur ayam. Dan kelompok II diberikan perlakuan susu skim.

**HASIL PENELITIAN** Efektivitas setelah pemberian putih telur ayam dan susu skim untuk penyembuhan luka perineum pada ibu nifas

Variabel	Kelompok	nilai p
<b>Penyembuhan Luka Perineum</b>		
	Intervensi	
<i>Pasca Tes</i> Konsumsi Putih Telur Ayam		.000
<i>Pasca Tes</i> Konsumsi Susu Skim		.000

\* Uji Wilcoxon, tingkat signifikansi sig <0,05

Berdasarkan Tabel 4.4 dijelaskan hasil pengujian *Wilcoxon* Pada kelompok intervensi diperoleh hasil dari pemberian Putih Telur Ayam dan Susu Skim nilai *p* 0,000 (<0,05) Di man nilai *p* lebih kecil dari (<0,05) yang berarti terdapat efektivitas Penyembuhan Luka Perineum Derajat II pada Wanita Nifas pretest dan posttest pada kelompok intervensi.

**PEMBAHASAN** Usia : Usia merupakan faktor resiko untuk terjangkit penyakit dan masalah kesehatan yang tidak dapat diubah (Rajab, 2015). Sistem tubuh yang berbeda tumbuh dengan kecepatan yang berbeda pula, tetapi lebih dari usia 30 tahun mulai terjadi penurunan yang signifikan dalam

beberapa fungsinya seperti penurunan efisiensi jantung, kapasitas vital, dan juga penurunan efisiensi sistem imun, masing-masing masalah tersebut ikut mendukung terjadinya kelambatan penyembuhan seiring dengan bertambahnya usia. (Nurul Azizah, 2019) menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan di dalam struktur dan karakteristik kulit sepanjang rentang kehidupan yang disertai dengan perubahan fisiologis normal berkaitan dengan usia yang terjadi pada sistem tubuh lainnya, yang dapat mempengaruhi predisposisi terhadap cedera dan efisiensi mekanisme penyembuhan luka.

**Mobilisasi Dini** : Mobilisasi merupakan kemampuan seseorang untuk bergerak dengan bebas dan merupakan faktor yang menonjol dalam mempercepat pemulihan pasca bedah, mobilisasi dini merupakan suatu aspek yang terpenting pada fungsi fisiologis karena hal ini esensial untuk mempertahankan kemandirian (Manuaba, 2019). Pergerakan yang dapat dilakukan setelah 2 jam post partum normal diantaranya adalah miring kiri dan kanan, belajar duduk lalu belajar jalan-jalan dan kemudian dipersilahkan untuk pulang (Marbun, 2019). Menurut Manuaba, (2019) Perawatan mobilisasi dini mempunyai keuntungan, Menglancarkan pengeluaran lokia, mengurangi infeksi puerperium, mempercepat involusi uteri, meningkatkan kelancaran peredaran darah dan membantu proses penyembuhan luka perineum

Menurut Helen (2018), kriteria penyembuhan luka perineum dapat dibedakan sebagai berikut:

a. Luka sembuh Baik

Dikatakan luka sembuh baik, apabila luka perineum bisa sembuh <6 hari, dan luka perineum dalam keadaan tertutup dan kering.

b. Luka sembuh Sedang

Dikatakan luka sembuh sedang apabila luka perineum bisa sembuh >6 hari dan kondisi luka perineum tertutup dan masih basah.

c. Luka sembuh Kurang Baik



Dikatakan luka sembuh kurang baik apabila luka perineum bisa sembuh >7 hari dan kondisi luka belum kering dengan jahitan masih membuka.

Menurut (Marbun, 2019), penyembuhan luka perineum dimulai dari membaiknya luka perineum dengan terbentuknya jaringan baru yang menutupi luka perineum dalam jangka waktu 6-7 hari postpartum dengan kriteria luka kering, jahitan menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi (bengkak, merah, bernanah dan demam). Distribusi Penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas sebelum diberikan intervensi adalah 16 (35,6%) dengan penyembuhan luka buruk dan 29 (64,4%) dengan penyembuhan luka buruk. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon pada kelompok intervensi diperoleh p-value sebesar 0,000 (<0,05) yang berarti terdapat efektivitas penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas pretest dan posttest pada intervensi kelompok. Diketahui efektivitas pemberian putih telur ayam dan susu skim berpengaruh terhadap penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas. (Ikasari et al., 2021) Penelitian dilakukan selama 7 hari, dengan memberikan konsumsi putih telur ayam dan susu skim sehari 2 kali pada pagi dan sore hari. Kemudian dilakukan observasi setiap hari untuk melihat penyembuhan luka. Jika kurang dari waktu yang ditentukan keadaan luka ibu sudah sembuh, maka intervensi dihentikan. Kemudian dilakukan observasi setiap hari untuk melihat penyembuhan luka. Jika kurang dari waktu yang ditentukan keadaan luka ibu sudah sembuh, maka intervensi dihentikan. (Sebayang & Ritonga, 2021)

1. Penelitian Henny Novita dkk (2017) dengan judul “Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum” yang menjelaskan faktor resiko terjadinya infeksi perineum adalah penyembuhan luka perineum yang lama. Telur merupakan jenis lauk pauk protein hewani yang murah, mudah ditemukan, ekonomis dan salah satu makanan paling padat nutrisi yang akan memfasilitasi penyembuhan lukaperineum. analisis

data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Tangerang Selatan. Simpulan dari penelitian ini adalah Penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan yang mengkonsumsi telur rebus ayam negeri lebih cepat dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi telur rebus. Hal ini didapatkan karena pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri terhadap penyembuhan lukaperineum pada ibu nifas. (Rizky et al., 2023)

2. Penelitian Eka Santy dkk (2019) dengan judul “Hubungan pemberian tambahan putih telur terhadap percepatan penyembuhan luka perineum derajat 2 pada ibu nifas” dalam penelitian ini adalah 10 orang untuk masing-masing kelompok, sehingga total sampel yang diperlukan adalah 20 orang ibu nifas yang mengalami luka perineum derajat II. Dari 10 responden yang diberikan tambahan konsumsi putih telur menunjukkan bahwa pada hari kelima jumlah responden yang mengalami percepatan penyembuhan luka perineum derajat II sebanyak 9 responden (90%) dan terdapat 1 responden (10%) yang mengalami keterlambatan penyembuhan luka perineum derajat II pada hari ke 5. Sedangkan 10 responden yang tidak diberikan tambahan konsumsi putih telur menunjukkan bahwa pada hari kelima jumlah responden yang mengalami percepatan penyembuhan luka perineum derajat II sebanyak 3 responden (30%) dan terdapat 7 responden (70%) yang mengalami keterlambatan penyembuhan luka perineum derajat II pada hari ke 5. Jadi yang artinya terdapat hubungan konsumsi tambahan putih telur terdapat percepatan penyembuhan luka perineum derajat II. (Maulida et al., 2020)

3. Pada penelitian Rahmawati Erna (2015) dalam jurnal Hubungan

Pemenuhan Gizi Ibu Nifas Dengan Pemulihan Luka Perineum dengan mengkonsumsi asupan cairan tinggi protein berupa susu 1000 ml per harinya (20gr susu dalam 250ml setiap pemberian 4 kali sehari) untuk pemenuhan gizi, pada penyembuhan luka perineum yang terpenuhi gizi sebesar 66,7%, sedangkan penyembuhan luka perineum yang tidak sembuh tidak terpenuhi gizi sebesar 33,3%. Kandungan zink pada susu skim bubuk 4.1 mg. Zink didalam tubuh mampu memanfaatkan protein tertentu dalam pembelahan sel. Beberapa peranan zink dalam proses penyembuhan luka adalah membantu pembentukan sel-sel darah merah dan sebagai sintesis dan degradasi karbohidrat, protein, lipida dan asam nukleat untuk memperbaiki jaringan kulit yang rusak.(Ikasari et al., 2021)

4. Penelitian (Novidha et al., 2022) dalam judul “Efektivitas Konsumsi Putih Telur Rebus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Post Partum” penelitian ini yaitu Lama penyembuhan luka perineum pada kelompok yang diberikan putih telur rebus (kelompok eksperimen) memiliki rata-rata penyembuhan 5 hari dan kelompok kontrol memiliki rata-rata penyembuhan 9 hari. Ada efektivitas pemberian putih telur rebus terhadap penyembuhan luka perineum. Hal ini diberikan Teknik ini kepada para ibu untuk mempercepat penyembuhan luka perineum serta hasil penelitian ini dapat menjadi inovasi dan alternatif pilihan pengobatan secara alami.(Sebayang & Ritonga, 2021)

5. Penelitian Yayat Suryati (2019) dalam judul “Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Luka Perineum dan Status Gizi Dengan Proses Penyembuhan Luka” responden mengalami penyembuhan luka yang normal.(Barid, 2022) Ini terlihat dari hasil observasi luka perineum tampak kering dan rapat, juga tidak ada tanda-

tanda infeksi seperti nyeri, panas, bengkak, kemerahan dan gangguan fungsi. Sedangkan pasien dengan status gizi kurang mengalami proses penyembuhan luka tidak normal sebesar 77,8%. Walaupun ada juga responden dengan gizi kurang tetapi mengalami penyembuhan luka normal(22,2%). Ini bisa disebabkan karena zat-zat gizi yang diperlukan untuk proses penyembuhan luka cukup walaupun IMT kurang dan faktor-faktor lain yang mendukung proses penyembuhan luka terpenuhi. Misalnya cara merawat luka perineum benar dan kebersihan daerah luka diperhatikan. Tetapi ada juga responden (25,8%) dengan gizi cukup mengalami penyembuhan luka tidak normal, ini bisa disebabkan karena asupan gizi yang tidak seimbang dan kurangnya zat-zat yang mendukung proses penyembuhan luka walaupun IMT pasien dalam kategori normal.(Losu et al., 2022)

Penyembuhan luka perineum adalah mulai membaiknya luka perineum dengan terbentuknya jaringan baru yang menutupi luka perineum dalam jangka waktu 6-7 hari postpartum (Harisma et al., 2022)

Penyembuhan luka dapat terjadi dalam beberapa fase menurut Priharyanti (2018)

a. Fase Inflamasi/Peradangan (24 jam - 48 jam)

Setelah terjadi trauma, pembuluh darah yang terputus pada luka akan menyebabkan perdarahan dan tubuh akan berusaha menghentikannya, pengerutan ujung pembuluh darah yang terputus (retraksi), reaksi hemostasis serta terjadi reaksi inflamasi (peradangan). (Fadhlorrohan & Susanto, 2024)

b. Fase Proliferasi (3–5 hari)

Fase proliferasi adalah fase penyembuhan luka yang ditandai oleh sintesis kolagen.

Sintesis kolagendimulai dalam 24 jam setelah cidera dan akan mencapai puncaknya pada hari ke 5 sampai hari ke 7, kemudian akan berkurang secara perlahan-lahan. Pada fase proliferasi serat-serat dibentuk dan dihancurkan kembali untuk penyesuaian diri dengan tegangan pada luka yang cenderung mengerut, sehingga menyebabkan tarikan pada tepi luka. Fibroblast dan sel endotel vaskular mulai berproliferasi dengan waktu 3-5 hari terbentuk jaringan granulasi yang merupakan tanda dari penyembuhan. Jaringan granulasi berwarna kemerahan dengan permukaan yang berbenjol halus. Bentuk akhir dari jaringan granulasi adalah suatu parut yang terdiri dari fibroblast berbentuk spindel, kolagen yang tebal, fragmen jaringan elastik, matriks ekstraseluler serta pembuluh darah yang relatif sedikit dan tidak kelihatan aktif. (Marbun, 2019)

#### c. Fase Maturasi (5 hari sampai berbulan-bulan)

Pada fase ini terjadi proses pematangan yang terdiri atas penyerapan kembali jaringan yang berlebih, pengerutan sesuai dengan gaya gravitasi dan akhirnya perupaan kembali jaringan yang baru terbentuk. Fase ini dinyatakan berakhir jika semua tanda radang sudah hilang dan bisa berlangsung berbulan-bulan. Tubuh berusaha menormalkan kembali semua yang menjadi abnormal karena proses penyembuhan. Oedema dan sel radang diserap, sel muda menjadi matang, kapiler baru menutup dan diserap kembali, kolagen yang berlebih diserap dan sisanya mengerut sesuai dengan regangan yang ada. Selama proses ini dihasilkan jaringan parut yang pucat, tipis, lemas dan mudah digerakkan dari dasar. Terlihat pengerutan yang maksimal pada luka.

#### Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Penyembuhan Luka Perineum

#### a. Nutrisi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Darmawa dan Satra (2016), mengatakan bahwa adanya hubungan antara status nutrisi dengan penyembuhan luka perineum disebabkan karena sebagian besar ibu berpendidikan baik tentang asupan nutrisi sehingga ibu tidak ada lagi pantangan makanan pada masa nifas. Faktor gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena protein mempunyai fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain, yaitu pertumbuhan, pemeliharaan jaringan tubuh, dan perbaikan jaringan. Protein yang bermutu tinggi, banyak terdapat pada protein hewani seperti daging, ikan, dan telur (Bayuana et al., 2023) Telur merupakan jenis lauk pauk protein hewani yang murah, mudah ditemukan, ekonomis dan salah satu makanan paling padat nutrisi. Kandungan nutrisi telur 90% kalsium dan zat besi, satu telur mengandung 6 gram protein yang berkualitas dan 9 asam amino esensial. Protein merupakan zat yang bertanggung jawab sebagai blok pembangun didalam tubuh, maka dalam penyembuhan luka dibutuhkan protein setiap harinya (Nurmiyat, 2018).

Hasil penelitian Yulaikah (2015), menunjukkan bahwa konsumsi telur rebus efektif untuk mempercepat penyembuhan luka jahitan perineum dan meningkatkan kadar Hb pada ibu nifas. Sejalan dengan penelitian Rifani (2017), menunjukkan bahwa setelah mengkonsumsi telur ayam rebus 2 diantara 3 partisipan mengalami penyembuhan luka perineum. Hal ini tampak dari penerapan yang dilakukan selama 1-7 hari post partem pada hari ke 2. (Waliyo et al., 2020)

#### b. Mobilisasi dini

Mobilisasi merupakan kemampuan seseorang untuk bergerak dengan bebas dan merupakan faktor yang menonjol dalam mempercepat pemulihan pasca bedah, mobilisasi dini merupakan suatu aspek yang terpenting pada fungsi fisiologis karena hal ini esensial untuk mempertahankan kemandirian (Manuaba, 2019). Pergerakan yang dapat dilakukan setelah 2 jam post partum normal diantaranya adalah miring kiri dan kanan, belajar duduk lalu belajar jalan-jalan dan kemudian dipersilahkan untuk pulang (Marbun, 2019).

Menurut Manuaba, (2019) Perawatan mobilisasi dini mempunyai keuntungan, Menglancarkan pengeluaran lochea, mengurangi infeksi puerperium, mempercepat involusi uteri, meningkatkan kelancaran peredaran darah dan membantu proses penyembuhan luka perineum (Fadhilurrohman & Susanto, 2024)

#### c. Usia

Usia merupakan faktor resiko untuk terjangkit penyakit dan masalah kesehatan yang tidak dapat diubah (Rajab, 2015). Penambahan usia akan berpengaruh terhadap semua fase penyembuhan luka sehubungan dengan adanya gangguan sirkulasi dan koagulasi, respon inflamasi yang lebih lambat dan penurunan aktifitas fibroblas. (Nurul Azizah, 2019) menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan di dalam struktur dan karakteristik kulit sepanjang rentang kehidupan yang disertai dengan perubahan fisiologis normal berkaitan dengan usia yang terjadi pada sistem tubuh lainnya, yang dapat mempengaruhi predisposisi terhadap cedera dan efisiensi mekanisme penyembuhan luka. Kulit utuh pada orang dewasa muda yang sehat merupakan suatu barier yang baik terhadap trauma mekanis dan juga infeksi, begitu juga dengan efisiensi

sistem imun yang memungkinkan penyembuhan luka lebih cepat. (Yunifitri et al., 2022)

Sistem tubuh yang berbeda tumbuh dengan kecepatan yang berbeda pula, tetapi lebih dari usia 30 tahun mulai terjadi penurunan yang signifikan dalam beberapa fungsinya seperti penurunan efisiensi jantung, kapasitas vital, dan juga penurunan efisiensi sistem imun, masing-masing masalah tersebut ikut mendukung terjadinya kelambatan penyembuhan seiring dengan bertambahnya usia.

#### d. Kebersihan

Pada masa postpartum, seorang ibu sangat rentan terhadap infeksi. Oleh karena itu, kebersihan diri sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi. Kebersihan tubuh, pakaian, tempat tidur, dan lingkungan sangat penting untuk tetap dijaga (Saleha, 2016). Masalah kebersihan di dukung oleh pernyataan Green dalam Notoadmojo (2020) tentang faktor enabling (pemungkin) yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan, misalnya Puskesmas, obat-obatan, pakaian, jamban, air bersih dan lain-lain. Dalam masa nifas kondisi perineum yang terkena lochea (darah dari uterus yang keluar melalui vagina) jadi lembab dan akan mengakibatkan perkembangan bakteri yang dapat menyebabkan Universitas Sumatera Utara timbulnya infeksi perineum, sehingga perlu dilakukan vulva hygiene (bersihkan vulva dan sekitarnya). Kebersihan perineum pada masa nifas terutama pada ibu dengan luka perineum penting untuk dilakukan, karena hal ini dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka (Kurnianingtyas dkk, 2019). Pada pasien obesitas jaringan adipose biasanya mengalami avaskuler sehingga mekanisme pertahanan terhadap mikroba sangat lemah dan mengganggu suplay nutrisi kearah luka,

akibatnya penyembuhan luka menjadi lambat. Kriteria Penyembuhan Luka Perineum Menurut Helen (2018), kriteria penyembuhan luka perineum dapat dibedakan sebagai berikut:

**Luka sembuh Baik :** Dikatakan luka sembuh baik, apabila luka perineum bisa sembuh <6 hari, dan luka perineum dalam keadaan tertutup dan kering.

**Luka sembuh Sedang :** Dikatakan luka sembuh sedang apabila luka perineum bisa sembuh >6 hari dan kondisi luka perineum tertutup dan masih basah.

**Luka sembuh Kurang Baik :** Dikatakan luka sembuh kurang baik apabila luka perineum bisa sembuh >7 hari dan kondisi luka belum kering dengan jahitan masih membuka.

Menurut (Marbun, 2019), penyembuhan luka perineum dimulai dari membaiknya luka perineum dengan terbentuknya jaringan baru yang menutupi luka perineum dalam jangka waktu 6-7 hari postpartum dengan kriteria luka kering, jahitan menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi (bengkak, merah, bernanah dan demam).

Pada hasil penelitian (Marbun, 2019) tentang hubungan mobilisasi dini dari personal hygien terhadap percepatan kesembuhan luka perineum pada ibu post partum di Puskesmas Turikale Maros, didapatkan bahwa dari total 58 orang (77,3%) yang dalam kategori mobilisasi dini yang cukup, didapatkan 54 orang ibu (72,0%) dalam kategorik percepatan kesembuhan luka perineum yang baik ini berhubungan dengan penyembuhan luka perineum pada penelitian ini . (Barid, 2022)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rifani (2017) bahwa setelah mengkonsumsi telur ayam rebus 2 diantara 3 partisipan mengalami penyembuhan luka perineum. Hal ini tampak dari penerapan yang dilakukan selama 1-7 hari post partum

pada hari ke 2. Penyembuhan tersebut termasuk dalam kategori luka sembuh cepat dan luka sembuh lambat. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian (Baiti, 2018) menyimpulkan bahwa konsumsi protei dengan proses penyembuhan luka perineum didapatkan hasil sebanyak 28 orang yang pola konsumsi proteinnya baik dan luka perineumnya sembuh setelah 7 hari. Hasil uji fisher exact test didapatkan nilai p-value  $0.002 < \alpha (0.05)$  yang artinya terdapat hubungan antara pola konsumsi protein dengan proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

Upaya untuk mempercepat penyembuhan luka perineum terdapat banyak cara, salah satunya melalui perbaikan gizi dengan mengkonsumsi makanan tinggi kalori dan tinggi protein. Faktor gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena protein mempunyai fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat lain, yaitu pertumbuhan, pemeliharaan jaringan tubuh, dan perbaikan jaringan. Protein bermutu tinggi, banyak terdapat pada protein hewani seperti daging, ikan, dan telur (Turnip et al., 2022). Sumber umum protein adalah daging, susu, roti, sereal, telur, ikan, kacang-kacangan dan biji-bijian. (Sulisnani et al., 2022)

Telur merupakan jenis lauk pauk protein hewani yang murah, mudah ditemukan, ekonomis dan salah satu makanan paling padat nutrisi. Kandungan nutrisi telur utuh mengandung lebih dari 90% kalsium dan zat besi, satu telur mengandung 6 gram protein berkualitas dan 9 asam amino esensial. Nutrisi yang baik akan memfasilitasi penyembuhan dan menghambat atau bahkan menghindari keadaan malnutrisi. Zat besi dapat menggantikan darah yang hilang, sedangkan protein merupakan zat yang bertanggung jawab sebagai blok pembangun otot, jaringan tubuh, serta jaringan tulang, namun tak dapat disimpan oleh tubuh, maka untuk menyembuhkan luka memerlukan asupan protein setiap hari (Turnip et al., 2022).

Putih telur merupakan salah satu jenis makanan yang mengandung banyak protein.

Orang juga banyak menghindari telur karena khawatir dengan kandungan kolesterolnya yang tinggi. Kandungan kolesterol yang tinggi hanya terkonsentrasi di kuning telur, sedangkan pada putih telur bebas dari kolesterol sehinggaaaman untuk dikonsumsi. Putih telur sangat kaya protein, bebas lemak dan kolesterol. Kandungan protein ini sangat bermanfaat sebagai zat pembangun dalam tubuh. Kandungan yang terdapat dalam putih telur berupa protein. Putih telur juga bermanfaat dalam pemulihan otot (Eka Dewi Lestari, Yulistiana Evayanti, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rifani (2017) bahwa setelah mengkonsumsi telur ayam rebus 2 diantara 3 partisipan mengalami penyembuhan luka perineum. Hal ini tampak dari penerapan yang dilakukan selama 1-7 hari post partum pada hari ke 2. Penyembuhan tersebut termasuk dalam kategori luka sembuh cepat dan luka sembuh lambat. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian (Baiti, 2018) menyimpulkan bahwa konsumsi protei dengan proses penyembuhan luka perineum didapatkan hasil sebanyak 28 orang yang pola konsumsi proteinnya baik dan luka perineumnya sembuh setelah 7 hari. Hasil uji fisher exact test didapatkan nilai p-value  $0.002 < \alpha (0.05)$  yang artinya terdapat hubungan antara pola konsumsi protein dengan proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di RSUD Panembahan Senopati Bantul. (Chairunnisa et al., 2021)

Hasil penelitian Hatam (2016), pelaksanaan inovasi penyembuhan luka dengan menggunakan air rebusan daun sirih merah dan mengkonsumsi telur rebus didapatkan hasil penyembuhan luka pada Ny. K memerlukan waktu 6 hari. Hal ini ditunjukkan bahwa luka sudah kering dan jaringanjaringan pada luka perineum sudah menyatu sempurna. Kesimpulannya, Penerapan konsumsi telur ayam rebus terbukti dapat mengurangi penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu nifas.

Hasil penelitian Hatam (2016), pelaksanaan inovasi penyembuhan luka dengan menggunakan air rebusan daun sirih merah dan mengkonsumsi telur rebus didapatkan hasil penyembuhan luka pada Ny. K

memerlukan waktu 6 hari. Hal ini ditunjukkan bahwa luka sudah kering dan jaringanjaringan pada luka perineum sudah menyatu sempurna. Kesimpulannya, Penerapan konsumsi telur ayam rebus terbukti dapat mengurangi penyembuhan luka jahitan perineum pada ibu nifas.(Bayuana et al., 2023)

Pada penelitian Rahmawati Erna (2015) dalam jurnal Hubungan Pemenuhan Gizi Ibu Nifas Dengan Pemulihan Luka Perineum dengan mengkonsumsi asupan cairan tinggi protein berupa susu 1000 ml per harinya (20gr susu dalam 250ml setiap pemberian 4 kali sehari) untuk pemenuhan gizi, pada penyembuhan luka perineum yang terpenuhi gizi sebesar 66,7%, sedangkan penyembuhan luka perineum yang tidak sembuh tidak terpenuhi gizi sebesar 33,3%. Kandungan zink pada susu skim bubuk 4.1 mg. Zink didalam tubuh mampu memanfaatkan protein tertentu dalam pembelahan sel. Beberapa peranan zink dalam proses penyembuhan luka adalah membantu pembentukan sel-sel darah merah dan sebagai sintesis dan degradasi karbohidrat, protein, lipida dan asam nukleat untuk memperbaiki jaringan kulit yang rusak.(Maulida et al., 2020)

Penelitian (Novidha et al., 2022) dalam judul “Efektivitas Konsumsi Putih Telur Rebus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Post Partum” penelitian ini yaitu Lama penyembuhan luka perineum pada kelompok yang diberikan putih telur rebus (kelompok eksperimen) memiliki rata-rata penyembuhan 5 hari dan kelompok kontrol memiliki rata-rata penyembuhan 9 hari. Ada efektivitas pemberian putih telur rebus terhadap penyembuhan luka perineum. Hal ini diberikan Teknik ini kepada para ibu untuk mempercepat penyembuhan luka perineum serta hasil penelitian ini dapat menjadi inovasi dan alternatif pilihan pengobatan secara alami.

Upaya untuk mempercepat penyembuhan luka perineum terdapat banyak cara, salah satunya melalui perbaikan gizi dengan mengkonsumsi makanan tinggi kalori dan tinggi protein. Faktor gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan

luka perineum karena protein mempunyai fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat lain, yaitu pertumbuhan, pemeliharaan jaringan tubuh, dan perbaikan jaringan. Protein bermutu tinggi, banyak terdapat pada protein hewani seperti daging, ikan, dan telur (Turnip et al., 2022). Sumber umum protein adalah daging, susu, roti, sereal, telur, ikan, kacang-kacangan dan biji-bijian.

**KESIMPULAN** Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa pemberian putih telur ayam dan susu SKIM efektif untuk penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu Nifas. Hal ini dibuktikan dengan : Konsumsi Putih Telur Ayam pada Penyembuhan Luka Perineum Derajat II pada Ibu Nifas dibuktikan dengan hasil p-value .000 (<0,05) yang artinya terdapat efektivitas pada kelompok intervensi. Konsumsi Susu SKIM pada Penyembuhan Luka Perineum Derajat II pada Ibu Nifas dibuktikan dengan hasil p-value .000 (<0,05) yang artinya terdapat efektivitas pada kelompok intervensi.

#### DAFTAR PUSTAKA

Barid, M. (2022). Pengaruh Konsumsi Protein Tinggi Terhadap Proses Penyembuhan Luka Pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 13(2), 90–96. [Http://jurnal.stikmuh.ptk.ac.id](http://jurnal.stikmuh.ptk.ac.id)

Bayuana, A., Anjani, A. D., Nurul, D. L., Selawati, S., Sai'dah, N., Susianti, R., & Anggraini, R. (2023). Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Bayi Baru Lahir: Literature Review. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.517>

Chairunnisa, T., Irbah, N., Zanjabila Irsan, A., Indah Tri Dewi, S., Nahdly Purba, P., Octavia Sitingjak, L., Ramadhani, F., Efendi, B., Arazilla, A. T., & Rahayu, A. (2021). Klaim Gizi Rendah Lemak Pada Berbagai Jenis Keju : Literature Review. *Jurnal Gizi Pangan, Klinik Dan Masyarakat*, 1(1), 1–12.

Fadhlurrohman, I., & Susanto, J. (2024). Functional Food Innovation Based On Fermented Milk Products With Fortification Of Various Types Of Tea: A Review. *Jitipari (Jurnal Ilmiah Teknologi Dan Industri Pangan Unisri)*, 9(1), 101–114. <https://doi.org/10.33061/jitipari.v9i1.1022>

1

Harisma, H., Wirjatmadi, B., & W Setyaningtyas, S. (2022). The Correlation Of Milk Consumption And Acne Vulgaris. *Journal Of Medicine And Health*, 4(2), 203–218. <https://doi.org/10.28932/jmh.v4i2.4025>

Ikasari, Y., Martanti, L. E., & Sumarni, S. (2021). Konsumsi Zinc Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Dan Penurunan Skala Nyeri: A Literature Review. *Midwifery Care Journal*, 2(2), 37–53. <https://doi.org/10.31983/micajo.v2i2.6857>

Losu, F. N., Tuju, S. O., Toliango, T., Manueke, I., & Lumy, F. N. (2022). Literature Review Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Skala Nyeri Luka Perineum Post Partum. 11, 60–67.

Marbun, U. (2019). Hubungan Antara Mobilisasi Dini Dengan Penyembuhan Luka Perineum Ruptur Tingkat I Dan II Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Turikale Maros. 14, 385–389.

Maulida, S., Nur, F. M., Eriani, K., & Muchlisin, Z. A. (2020). Tinjauan Kepustakaan Tentang Pengembangan Kriopreservasi Sperma Ikan Asli Indonesia. *Depik*, 9(2), 141–150. <https://doi.org/10.13170/depik.9.2.16572>

Ria Gustirini. (2021). Pengetahuan Ibu Post Partum Normal Tentang Perawatan Luka Perineum. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 31–36.

Rizky, D. K., Ridlo, M. R., Khotimah, A. K., & Bidaraswati, A. (2023). Review Jurnal Efektivitas Penggunaan Kuning Telur Berbagai Jenis Unggas Sebagai Pengencer Semen Pada Ternak. *Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Peternakan*, 26(2), 150–162. <https://doi.org/10.22437/jiip.v26i2.29318>

Sebayang, W. B., & Ritonga, F. (2021). Nutrisi Efektif Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum (Systematic Review). *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 330. <https://doi.org/10.26630/jk.v12i2.1790>

Sulisnani, A., A, L. D., Utami, A. S., Fatonah, N. N., Septiani, V., & Ice, N. (2022). Efektivitas Senam Kegel Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Normal. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 1(4), 212–216.

Waliyo, E., Agusanty, S. F., & Hariyadi, D.

(2020). Formula Prebiotik Berbasis Pangan Lokal Dapat Meningkatkan Z-Skor Pb/U Pada Anak Stunting. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 130. <https://doi.org/10.30867/action.v5i2.301>

Yunifitri, A., Lestari, D., & Aulia, N. (2022). Senam Kegel Pengaruhnya Terhadap Penyembuhan Luka Perenium Pada Ibu Nifas. *Zona Kebidanan*, 13(1), 12–21.