

PUTIH TELUR AYAM KAMPUNG EFEKTIF MENYEMBUHKAN LUKA PERINIUM

Puji Hastuti¹, Masini², Ayuningtiyas³, Ribkha Itha Idhayanti⁴
¹Puskesmas Susukan 1, Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara
^{2,3,4} Poltekkes Kemenkes Semarang
Email: ribkhaitha@gmail.com

Riwayat Artikel: Diterima: 12 April 2022, direvisi: 22 April 2022, dipublikasi: 25 Mei 2022

ABSTRACT

Postpartum infection is a postpartum maternal morbidity and mortality. One of the problems during the puerperium that causes many infections is perineal tears. Things that can accelerate the healing of perineal wounds include consuming foods that are high in protein. A high protein source is chicken egg whites. The purpose of this study was to determine the effectiveness of consuming free-range chicken egg whites and boiler egg whites on perineal wound healing in postpartum women. This type of research is a quasi-experimental. The study was conducted on postpartum mothers who suffered second-degree perineal injuries totaling 34 people who were divided into two groups, namely the control group and the intervention group for six days. The sampling technique used was the Total Sampling technique. Data collection techniques using the REEDA scale observation checklist and analyzed using the Mann Whitney test. The results showed that the consumption of free-range chicken egg whites was more effective in improving perineal wound healing than the consumption of boiler egg whites with a p-value of 0.000.

Keywords: *Perieum wound, postpartum mother, native chicken egg white and boiler egg white.*

ABSTRAK

Infeksi nifas merupakan penyebab morbiditas dan mortalitas ibu nifas. Salah satu masalah pada masa nifas yang banyak menimbulkan infeksi adalah robekan perineum Hal yang dapat mempercepat penyembuhan luka perineum antara lain dengan mengkonsumsi makanan yang tinggi protein. Sumber protein tinggi adalah putih telur ayam. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas konsumsi putih telur ayam kampung dan putih telur boiler terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen*. Penelitian dilakukan pada ibu nifas yang mengalami luka perineum derajat II berjumlah 34 orang yang dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi selama enam hari. Teknik pengambilan sampling dengan teknik Total Sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan ceklis observasi skala REEDA dan dianalisis menggunakan uji *Mann Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan konsumsi putih telur ayam kampung lebih efektif meningkatkan penyembuhan luka perineum dibanding konsumsi putih telur ayam boiler dengan nilai *p-value* 0,000.

Kata Kunci: : Luka Perieum, ibu nifas, putih telur ayam kampung dan putih telur ayam boiler

Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa yang rawan bagi ibu, karena 60% kematian ibu terjadi setelah melahirkan (Walyani & Purwoastuti, 2015). Masa nifas merupakan periode paling penting bagi kelangsungan hidup bayi dan ibu (Astutik, 2015) WHO mengemukakan bahwa 295.000 perempuan meninggal setiap tahun akibat komplikasi kehamilan dan persalinan, dengan sebagian besar terjadi pada negara berkembang. Penyebab kematian terbanyak adalah perdarahan (40%) dan infeksi (30%) (WHO, 2019).

Salah satu masalah pada masa nifas yang banyak menimbulkan infeksi adalah robekan perineum. Robekan perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya (Idhayanti, Yuniyanti, et al., 2020).

Robekan perineum dapat berdampak pada masalah infeksi perineum. Di Indonesia, 10% dari kematian ibu pada masa nifas disebabkan oleh infeksi nifas, diantaranya terjadi karena kurangnya perawatan luka, perdarahan akibat robekan jalan lahir (42%), sisa plasenta dan atonia uteri, eklamsia (13%) dan komplikasi masa nifas (11%). Infeksi nifas merupakan morbiditas dan mortalitas ibu pasca bersalin (Prawirohardjo, 2018).

Perawatan perineum yang benar dapat mencegah terjadi infeksi, karena menurut Maryunani (2014) tujuan dari perawatan perineum adalah mencegah terjadinya infeksi sehubungan dengan penyembuhan jaringan pada daerah perineum.

Penyebab terlambatnya penyembuhan luka perineum dapat disebabkan akibat pengetahuan dan faktor budaya yang sudah melekat sejak dulu sering dijadikan patokan selama masa nifas seperti halnya pantangan terhadap beberapa makanan tertentu dan lebih pada individu itu sendiri diantaranya, malnutrisi serta keadaan lingkungan yang kurang bersih. Secara umum ada 2 faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi gizi, personal hygiene, kondisi ibu, keturunan, usia, hemoragi, hipovolemi, faktor lokal edema, defisit nutrisi, defisit oksigen, over aktivitas. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan, tradisi, pengetahuan, sosial, ekonomi, penanganan

petugas, penanganan jaringan dan obat-obatan (Nugroho, 2014).

Perawatan luka perineum pada masa nifas merupakan suatu perilaku yang seharusnya dilakukan oleh seorang ibu dalam masa nifas dimana perawatan luka perineum akan dapat mencegah terjadinya infeksi pada luka perineum. Secara teoritis perawatan luka perineum dapat dilakukan dengan cara memberi kompres es pada bagian luka perineum; memberikan cairan antiseptik seperti povidone iodine; dan melakukan senam kegel, selain itu ibu perlu meningkatkan asupan nutrisi dan istirahat yang cukup untuk mempercepat proses penyembuhan perineum (Idhayanti, Yuniyanti, et al., 2020).

Infeksi perineum pada ibu nifas dapat dicegah dengan merawat luka (Darmarini, 2013). Teknik yang tepat dalam perawatan luka dan penggunaan bahan yang tepat dalam perawatan luka merupakan hal yang penting untuk diperhatikan, karena mengakibatkan luka sulit sembuh atau lama sembuh dan memungkinkan terjadi infeksi (Yufdel et al., 2015). Infeksi pada jalan lahir. Selain itu juga dapat terjadi perdarahan karena terbukanya pembuluh darah yang tidak menutup sempurna. Penanganan komplikasi yang lambat dapat menyebabkan terjadinya kematian ibu postpartum mengingat kondisi ibu postpartum masih lemah (Manuaba, 2012).

Tindakan lain yang dapat mempercepat penyembuhan luka perineum adalah dengan mengkonsumsi makanan yang tinggi protein. Protein yang dibutuhkan ibu nifas adalah 64 gram per hari. (Hayu, 2013) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa protein akan sangat memengaruhi terhadap proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan yang rusak akan sangat membutuhkan protein untuk proses regenerasi sel baru. Protein bertanggung jawab sebagai zat untuk blok pembangun otot, jaringan tubuh, tetapi tidak dapat disimpan oleh tubuh, maka untuk tahap penyembuhan luka dibutuhkan asupan protein setiap hari (Supiati, 2015) sehingga dampak dari ibu nifas yang kekurangan protein dapat memperlambat proses penyembuhan luka perineum, dan pada ibu nifas yang mengalami kelebihan protein dapat menyebabkan ibu mengalami obesitas. Salah satu sumber protein tinggi adalah putih

telur ayam,. tetapi 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 ayam bebas dari kolesterol sehingga aman untuk dikonsumsi. Putih telur ayam sangat kaya protein, bebas lemak dan kolesterol (berbeda dengan kuning telur) telur ayam kampung mengandung lemak tidak jenuh (*monounsaturated fats* dan *polyunsaturated fats*) yang lebih banyak ketimbang telur ayam negeri.(Parapuan, 2020).

Ayam kampung lebih banyak dipelihara dalam skala rumah tangga dan mudah ditemukan. Wilayah Susukan Banjarnegara hampir 2/3 penduduknya memelihara ayam kampung Telur ayam boiler juga tersedia hampir di semua toko dan warung penjual bahan makan pokok di setiap daerah yang ada di Indonesia . sehingga telur ayam kampung dan boiler menjadi alternatif terbaik untuk solusi peningkatan protein bagi ibu nifas. kandungan protein ayam kampung yang lebih tinggi dari ayam boiler Kandungan nutrisi telur ayam kampung dan ras Dalam jumlah 80 gram sampai 100 gram telur ayam kampung, mengandung beberapa nutrisi seperti energi 150 kalori, 13 gram protein, 10 gram lemak, dan 1,5 gram karbohidrat. Sedangkan kandungan nutrisi pada telur ayam ras, yakni terdiri dari energi 150 kalori, 12,5 gram protein, 10 gram lemak, dan 1 gram karbohidrat. Apabila dibandingkan, kandungan protein dan karbohidrat pada telur ayam kampung terpantau lebih banyak daripada telur ayam ras. Diterangkan, para peneliti dari Pennsylvania State University, mengungkapkan bahwa ayam kampung menghasilkan telur dengan nutrisi yang lebih tinggi daripada telur ayam ras. Ayam kampung dapat menghasilkan telur yang mengandung vitamin E lebih banyak dua kali lipat dibanding ayam ras (Irawan , S.A, 2020).

Kandungan protein telur ayam ini sangat bermanfaat sebagai zat pembangun dalam tubuh. Kandungan yang terdapat dalam putih telur ayam berupa protein. Kandungan lainnya yang terdapat dalam putih telur ayam seperti vitamin A, D, E, K, B2, B5, B9 dan juga B12. Putih telur ayam juga mengandung asam amino yang sangat bermanfaat dalam pemulihan otot. Putih telur ayam sangat mudah didapat, diolah dan mudah dicerna sehingga lebih mudah diserap oleh tubuh (Rindiani, 2015).

Budaya berpantang makanan ini diajarkan secara turun-temurun dan cenderung ditaati walaupun individu yang menjalankannya mungkin tidak paham akan rasionalisasi dari berpantang makanan tersebut. Menurut ibu post partum, makan makanan pantangan akan menyebabkan luka menjadi basah dan sulit sembuh. Pantang makanan yang diterapkan pada ibu post partum berbeda antara satu daerah dengan daerah lainnya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di puskesmas Susukan I didapatkan data dari bulan Januari s/d Agustus 2019 dari 82 persalinan, saat dilakukan kunjungan nifas pada hari ke 7, terdapat 40 ibu dengan penyembuhan luka perineum baik dan terdapat 42 ibu dengan penyembuhan luka perineum yang kurang baik. Hasil wawancara dengan 10 ibu nifas yang memiliki luka perineum, didapatkan data bahwa 6 ibu nifas memiliki penyembuhan luka perineum yang baik. Mereka merawat luka perineum dengan cara membersihkan jalan lahir menggunakan air hangat dan tidak berpantang makan, sedangkan 4 ibu nifas memiliki penyembuhan luka perineum yang kurang baik, hal ini dimungkinkan karena ibu nifas tersebut membatasi konsumsi makanan yang mengandung protein.

Metode

Jenis penelitian ini adalah quasi experiment dengan design yang digunakan yaitu Post Test with Control Group Design. Penelitian dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Susukan sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampel semua ibu nifas dengan luka perineum derajat II berdasarkan kriteria inklusi dengan 34 ibu nifas yang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 17 ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam kampung dan 17 ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam boiler. Kriteria inklusi adalah ibu yang bersedia menjadi responden, ibu dengan luka perineum derajat 2 dan tidak ada komplikasi penyakit dan status gizi baik. dan mengonsumsi vitamin, Observasi penyembuhan luka perineum dilakukan pada hari ke 6 pada kedua kelompok. Analisa data menggunakan analisis univariat, analisis bivariat dengan uji Wilcoxon dan uji Mann Withney.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 06 Mei 2021 sampai dengan 11 Juni 2021 dilakukan di UPTD Puskesmas Susukan 1. Penelitian ini dilakukan pada ibu post partum dengan luka perineum derajat 2 yang terbagi menjadi 2 kelompok. yaitu 17 ibu post partum kelompok intervensi yang diberikan putih telur ayam kampung 64 gram dan 17 ibu post partum sebagai kelompok kontrol yang diberikan putih telur ayam boiler 64 gram. Penelitian ini dilakukan dengan 7 enumerator yang sudah apersepsi pada tanggal 27 April 2021. Sebelum dilakukan analisis data telah dilakukan uji normalitas data. Hasil uji normalitas data dari uji Shapiro Wilk yaitu tidak berdistribusi normal sehingga dilakukan transformasi data terlebih dahulu. Setelah dilakukan transformasi data, dilakukan uji normalitas data kembali dan didapatkan hasil p value 0,000 sehingga data tetap tidak berdistribusi normal. Berikut ini hasil analisis univariat dan bivariat yang didapatkan oleh peneliti:

Analisis Univariat

Responden 17 ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam kampung mempunyai nilai mean 0,53 dan skor maksimal penyembuhan luka perineum hari ke 6 yaitu 1, nilai skor minimal 0

Menurut Mas'adah (2010) luka perineum yang baik jika luka kering, perineum menutup dan tidak ada infeksi (merah, bengkak, panas, nyeri, fungisileosa). Hal ini sesuai penilaian skala Reeda yaitu 0. Hal tersebut menandakan bahwa semakin kecil skor Skala Reeda semakin bagus tingkat kesembuhan luka perineum dan skor terendah Skala Reeda yaitu 0. Berdasarkan

Penyembuhan Luka Perineum hari ke 6 pada ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam boiler mempunyai nilai mean 1.65 dengan nilai skor maksimal penyembuhan luka perineum hari ke 6 yaitu 2, nilai skor minimal 1.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Penyembuhan Luka Perineum Hari ke 6

Intervensi	Luka Hari Ke 6				Total	
	Sudah sembuh		Belum sembuh		n	%
	n	%	n	%		
Telur	15	88,2	2	11,8	17	100

kampung						
Telur boiler	11	64,7	6	35,4	17	100

Pada tabel 1 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden baik yang mengonsumsi putih telur ayam kampung maupun yang mengonsumsi putih telur ayam boiler, luka jahitan perineum pada hari ke-6 sudah sembuh, yaitu sejumlah 88,2 % pada responden yang mengonsumsi putih telur ayam kampung dan 64,7 % pada responden yang mengonsumsi putih telur ayam boiler. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian putih telur ayam kampung dan putih telur ayam boiler cukup efektif terhadap penyembuhan luka perineum. Secara teori, luka perineum normalnya sembuh dan membaik dengan terbentuknya jaringan baru yang menutupi luka perineum dalam jangka waktu 6-7 hari post partum (Idhayanti, Yuniyanti, et al., 2020)

Analisis Bivariat

Perbedaan 2 kelompok terhadap efektivitas konsumsi putih telur ayam kampung dan putih telur boiler terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas yang mengonsumsi telur ayam kampung rata-rata penyembuhan luka perineum 0.53 dan standar deviasi 0.600 dan dari 17 responden yang mengonsumsi telur boiler rata-rata penyembuhan luka perineum 1,65 dan standar deviasi 0,562.

Pada uji efektifitas antar dua kelompok didapatkan nilai U sebesar 31,5 dan nilai W 184,5 apabila dikonversikan ke nilai Z maka besarnya -4,185, nilai p value 0,000 kurang dari nilai kritis 0,005 maka disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara dua kelompok ibu nifas yang mengonsumsi ayam telur dana yam boiler terhadap penyembuhan luka perineum

Tabel 2 Uji Man Whitney untuk efektifitas konsumsi putih telur ayam kampung dan putih telur boiler terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas hari ke 6

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil Luka Perineum	Posttest intervensi telur ayam kampung Hari ke 6	17	10.85	184.50

Posttest Kontrol Telur ayam boiler/ Hari ke 6	17	24.15	410.50
Total	34		

Pada tabel 2 dapat dijelaskan dari 17 responden mengkonsumsi putih telur ayam kampung pada kelompok intervensi yang mengkonsumsi putih telur ayam kampung mempunyai nilai mean 10,85 dengan sum rank 184,50 sehingga konsumsi putih telur ayam kampung lebih baik dibanding konsumsi putih telur ayam boiler untuk menyembuhkan luka perineum pada kelompok control. Perbedaan rerata penyembuhan luka pada hari ke enam, rerata telur ayam boiler (2,196) dan rerata telur ayam kampung (0,53) sehingga ada selisih rerata sebesar 1,12, artinya nilai rerata luka perineum yang belum sembuh di hari ke 6 pada kelompok yang mengkonsumsi putih telur ayam kampung lebih baik. Dalam menyembuhkan luka perineum pada hari ke-6, kelompok yang mengkonsumsi putih telur ayam kampung 23,5 % (88,2 % - 64,7 %) lebih banyak dibandingkan dengan kelompok yang mengkonsumsi putih telur ayam boiler. Dari kedua hal tersebut menunjukkan bahwa angka kesembuhan luka perineum pada kelompok yang mengkonsumsi putih telur ayam kampung lebih besar dari kelompok yang mengkonsumsi putih telur ayam boiler.

Sehingga dapat kita simpulkan bahwa ada perbedaan efektifitas konsumsi putih telur ayam kampung dan konsumsi putih telur ayam boiler terhadap penyembuhan luka perineum pada hari keenam dimana didapatkan hasil konsumsi putih telur ayam kampung lebih efektif dibandingkan dengan mengkonsumsi putih telur ayam boiler.

Pembahasan

Tabel 1 menunjukkan ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam kampung dengan nilai skor maksimal penyembuhan luka perineum hari ke 6 yaitu 1, nilai skor minimal 0. Skala luka penyembuhan menggunakan skala Reeda dengan nilai total skor 15, dan hasil ibu nifas mengonsumsi putih telur ayam kampung skor minimum 0. Menurut (Idhayanti, Yuniyanti, et al., 2020) luka perineum yang baik jika luka kering, perineum menutup dan tidak ada infeksi (merah, bengkak, panas, nyeri, fungisileosa). Hal ini sesuai penilaian skala Reeda yaitu 0. Hal tersebut menandakan

bahwa semakin kecil skor Skala Reeda semakin bagus tingkat kesembuhan luka perineum dan skor terendah Skala Reeda yaitu 0. Berdasarkan tabel 2 menunjukkan ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam kampung dengan nilai skor maksimal penyembuhan luka perineum hari ke 6 yaitu 2, nilai skor minimal 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa angka kesembuhan luka perineum pada kelompok yang mengonsumsi putih telur ayam kampung hari ke 6 sebesar 88,2%.

Secara fisiologis luka perineum akan mulai membaik dalam jangka waktu 6 sampai 7 hari post partum. Penyebab keterlambatan penyembuhan luka perineum yaitu pengetahuan ibu yang kurang tentang penyembuhan luka dimana ibu takut melakukan mobilisasi lebih dini, faktor budaya yang sudah melekat sejak dulu sering dijadikan patokan selama masa nifas seperti halnya pantangan terhadap beberapa makanan tertentu dan lebih pada individu itu sendiri diantaranya, malnutrisi serta keadaan lingkungan yang kurang bersih. Secara umum ada 2 faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi gizi, personal hygiene, kondisi ibu, keturunan, usia, hemoragi, hipovolemia, faktor lokal edema, defisit nutrisi, defisit oksigen, over aktivitas. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan, tradisi, pengetahuan, sosial, ekonomi, penanganan petugas, penanganan jaringan dan obat-obatan (Nugroho, 2014).

Dampak keterlambatan penyembuhan luka perineum yang pertama adalah terjadinya infeksi, kondisi perineum yang terkena lochea dan lembab akan sangat menunjang perkembangan bakteri yang dapat menyebabkan timbulnya infeksi pada perineum (Ambarwati E & Wulandari D, 2010). Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yufdel et al., 2015) bahwa konsumsi putih telur ayam kampung dapat menyembuhkan luka bakar pada hari ke 6.

Menurut tabel 1 dari 17 ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam boiler dengan nilai skor maksimal penyembuhan luka perineum hari ke 6 yaitu 3, nilai skor minimal 1. Penyembuhan luka perineum hari ke 6 pada ibu post partum yang mengonsumsi putih telur ayam boiler dengan rata-rata 1,65. Prosentase penyembuhan luka perineum pada ibu nifas

yang mengonsumsi putih telur ayam boiler pada hari ke 6 sebesar 64,7 %.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purnani,2019) bahwa Hasil penelitian didapatkan bahwa ibu nifas dengan luka perineum yang diberikan putih telur sebagian besar (62,5%) baik (luka kering, perineum menutup, tidak ada tanda infeksi) yaitu sebanyak 10 orang, sedangkan ibu nifas dengan luka perineum yang diberikan ikan gabus sebagian besar (56,3) sedang (luka basah, perineum menutup, tidak ada tanda infeksi) yaitu sebanyak 8 orang. Putih telur mengandung albumin 95% yang berfungsi untuk penyembuhan luka. Berdasarkan hal yang dijelaskan di atas, peneliti (Warsito, 2015) dapat menyimpulkan bahwa protein putih telur mempunyai pengaruh terhadap penyembuhan luka dengan pemenuhan kebutuhan protein untuk pembentukan jaringan baru di sekitar luka. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Masādah & Suksesi, 2010) menunjukkan ibu yang diberikan telur broiler lebih cepat proses penyembuhan pada luka perineum ($p < 0,05$) dengan rata-rata penyembuhan yaitu 5-6 hari.

Menurut (Warsito, 2015) nilai cerna putih telur ayam kampung adalah 100% dibandingkan putih telur ayam boiler yang hanya 81%, oleh karena zat gizi putih telur sudah dalam keadaan terstimulasi sehingga mudah dicerna dan diabsorpsi oleh tubuh secara sempurna sehingga digunakan tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan jaringan-jaringan tubuh. Putih telur mengandung albumin 95% yang berfungsi untuk penyembuhan luka. Berdasarkan hasil uji Mann Withney tabel 4.3 menunjukkan p value $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada perbedaan konsumsi putih telur ayam kampung lebih efektif dibandingkan dengan konsumsi putih telur ayam boiler terhadap penyembuhan luka perineum pada hari ke 6. Hal ini sesuai dengan (Walyani & Purwoastuti, 2015) kandungan gizi telur ayam boiler lebih sedikit bila dibanding dengan telur ayam kampung. Komposisi penyusun zat gizi utama, Seperti protein, karbohidrat, lemak pada ayam kampung lebih tinggi dibanding dengan ayam boiler. Pada ayam kampung kandungan protein pada ayam kampung sebesar 13 gram sedangkan pada ayam boiler sebesar 12,58 gram. Hal ini sejalan dengan penelitian Indah Trianingsih (2018) yaitu ada pengaruh konsumsi telur rebus terhadap penyembuhan

luka perineum pada ibu nifas 1-7 hari (p value 0,000). Sesuai teori bahwa putih telur sangat kaya protein, bebas lemak dan kolesterol. Kandungan protein ini sangat bermanfaat sebagai zat pembangun dalam tubuh dan lebih mudah diserap oleh tubuh.

Protein dari telur ini dibutuhkan sebagai zat pembangun yang membentuk jaringan otot tubuh dan mempercepat pulihnya kembali luka jahitan pada perineum ataupun pada jalan lahir (Rindiani, 2015). Protein atau zat putih telur merupakan bahan utama dalam pembentukan sel jaringan yang rusak dan disebut sebagai unsur atau zat pembangun, mengandung protein bermutu tinggi karena terdapat susunan asam amino esensial lengkap sehingga telur dijadikan patokan dalam menentukan mutu protein berbagai bahan pangan. Dibutuhkan komunikasi yang baik agar ibu mau mengonsumsi zat yang berguna bagi tubuhnya (Idhayanti, Ayuningtyas, et al., 2020).

Hasil penelitian Purnani (2019) menunjukkan hasil bahwa terdapat beda efektivitas pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum. Putih telur lebih efektif dikonsumsi untuk penyembuhan (Diana et al., 2019).

Penyembuhan luka perineum. Sejalan dengan penelitian (Komala & Sulistyoningtyas, 2017) menyebutkan bahwa protein akan sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan yang rusak akan sangat membutuhkan protein untuk proses regenerasi sel baru. Protein bertanggung jawab sebagai zat untuk blok pembangunan otot, jaringan tubuh, tetapi tidak dapat disimpan oleh tubuh, maka untuk tahap penyembuhan luka dibutuhkan asupan protein setiap hari.

Angka kesembuhan luka perineum pada kelompok yang mengonsumsi putih telur ayam kampung lebih besar dari kelompok yang mengonsumsi putih telur ayam boiler. Dalam jumlah 80 gram sampai 100 gram telur ayam kampung, mengandung beberapa nutrisi seperti energi 150 kalori, 13 protein, 10 gram lemak, dan 1,5 gram karbohidrat. Sedangkan kandungan nutrisi pada telur ayam ras, yakni terdiri dari energi 150 kalori, 12,5 gram protein, 10 gram lemak, dan 1 gram karbohidrat (Citra Ayu, 2018).

Menurut (Parapuan, 2020) dibutuhkan 77 gram protein bagi ibu nifas untuk mempercepat

penyembuhan, sedangkan ayam kampung mempunyai berat rata-rata 1 butir 56 gram terdiri dari berat putih telur 33 gram, sehingga dibutuhkan kurang lebih 3 butir putih telur setiap hari untuk mempercepat penyembuhan luka perineum, atau putih telur bisa dikonsumsi 1 butir putih telur setiap kali makan 3 kali sehari (Rahmadina, 2022).

Hasil penelitian ini menunjukkan kesesuaian antara teori-teori dengan fakta dilapangan yaitu pemenuhan protein pada ibu nifas semakin meningkat untuk membantu penyembuhan luka pada jalan lahir yang mengalami jahitan.

Kesimpulan

Penyembuhan luka perineum pada ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam kampung (kelompok intervensi) memiliki nilai skor terendah yaitu 0 dan skor paling tinggi yaitu 1 dengan rata-rata nilai skor Skala Reeda 0,53., Penyembuhan luka perineum pada ibu nifas yang mengonsumsi putih telur ayam boiler memiliki nilai skala Reeda terendah yaitu 1 dan nilai skala Reeda tertinggi yaitu 3 dengan rata-rata nilai skor Skala Reeda 1,65, Konsumsi putih telur ayam kampung oleh ibu nifas pada lebih efektif mempercepat penyembuhan luka perineum dibandingkan dengan konsumsi putih telur ayam boiler oleh ibu nifas *p value* 0,000.

Bagi Ibu nifas, tenaga kesehatan medis dan paramedic serta masyarakat perlu mengaplikasikan konsumsi putih telur ayam kampung pada ibu nifas untuk mempercepat penyembuhan luka perineum. sehingga unkan angka kejadian mortalitas dan morbiditas pada Ibu postpartum.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara, Kepala Puskesmas I Susukan, dan jajarannya yang telah memberikan ijin dalam pelaksanaan penelitian serta responden yang bersedia ikut serta dalam penelitian.

Daftar Pustaka

Ambarwati, & Wulandari. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Medika.
Astutik, dkk. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Airlangga.
Citra Ayu, P. (2018). *Thesis Perbandingan*

Kadar Protein Pada Telur Ayam Kampung, Telur Ayam Ras dan Telur Puyuh yang dijual di Pasar Pepelegi Waru Sidoarjo. UMS Surabaya. http://repository.um-surabaya.ac.id/3315/3/Bab_2.pdf

- Diana, A. N., Nisa, K., Masiyani, M., & Bobsaid, N. O. (2019). Perbedaan Percepatan Penyembuhan Luka Perinium Pada Ibu Nifas Yang Mengonsumsi Telur Rebus Dan Yang Tidak Mengonsumsi Telur Rebus. *Jurnal Ilmiah*, 11(2), 49–54. <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/view/209>
- Hayu. (2013). Hubungan Status Nutrisi pada Ibu Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum di Wilayah Kerja Puskesmas Cukir Kabupaten Jombang. Diakses dari. *Stikes Pebkab Jombang*. journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jm/article/view/369.
- Idayanti, R. I., Ayuningtyas, A., & Maryani, S. (2020). *Komunikasi Dan Konseling Dalam Praktik Kebidanan*. Graha Ilmu.
- Idayanti, R. I., Yuniyanti, B., & Warastuti, A. (2020). Mobilisasi Dini Menurunkan Nyeri Akibat Jahitan Perinium Tingkat II Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 3(2), 39–43. <http://jurnal.magelangkota.go.id/index.php/cendelainovasi/article/view/85/34>
- Komala, Y., & Sulistyoningtyas, S. (2017). *Pengaruh Konsumsi Tinggi Protein Nabati Terhadap Kualitas Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Mlati II Kabupaten Sleman*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/256>
- Manuaba, I. (2012). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan* (2nd ed.). EGC.
- Masadah, & Suksesi. (2010). *Hubungan Antara Kebiasaan Berpantang Makanan Tertentu dengan Penyembuhan Luka Perinium pada Ibu Nifas*.
- Nugroho. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas* (3rd ed.). Nuha Medika.
- Parapuan. (2020). *Perbedaan Ayam Kampung Dan Ayam Negri*. Food.
- Prawirohardjo, W. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahmadina, F. (2022). *Pilih Mana Telur ayam kampung atau telur ayam negri*. Mother& Beyond.
- Rindiani. (2015). *Khasiat Putih Telur untuk Penyembuhan Luka*. Nuha Medika.

- Supiati. (2015). Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Dan Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Nifas. Diakses dari. *Jurnal Poltekkes Solo*. <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/view/13>.
- Walyani, S. ., & Purwoastuti, E. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Warsito, H. (2015). *Ilmu Bahan Makanan Dasar*. Nuha Medika.
- Yufdel, Nasution, S. K., & Harahap, S. (2015). Perbedaan Pengaruh Perawatan Luka Menggunakan Povidone Iodine dan Eusol Terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Pasien Post Partum di RS Fajar Medan Tahun 2015. *Jurnal Ilmiah PANMED*, 10(1). <http://ojs.poltekkes-medan.ac.id/panmed/article/view/236>