

## **EFEKTIVITAS PEMBERIAN TELUR REBUS TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS**

Sari Ida Miharti<sup>1)</sup>, Maiyuliana<sup>2)</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Universitas Fort De Kock Bukittinggi,  
Kelurahan Manggis Ganting, Kecamatan Mandiangin Koto Selayan  
Kota Bukittinggi, Provinsi Sumatra Barat  
[maiyuliana221@gmail.com](mailto:maiyuliana221@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Tanjung Gadang Health Center is one of the health centers in Sijunjung Regency which reported 128 cases of normal deliveries with perineal injuries. Mothers giving birth normally in 2021. And these cases were dominated by degree 2 perineal rupture at Tanjung Gadang Health Center in 2021. The purpose of the study was to determine the effectiveness of giving boiled eggs on perineal wound healing in postpartum women. This research is quantitative with Quasi Experimental type with post test only non equivalent control group design. The population in this study were all postpartum mothers in the Tanjung Gadang Health Center, Sijunjung Regency as many as 30 postpartum mothers. The research was conducted in Januari 2022. The sample of this study was 30 people who were divided into 2 experimental groups. Sampling with total sampling, data were analyzed by Univariate and Bivariate. The results of the univariate analysis showed that the average wound healing score (REEDA Scale) in the group given one boiled egg a day after 7 days was 5.42 said to be slow and in the group giving two boiled eggs a day after 7 days was 3.84 it was said to be fast. The results of the bivariate analysis showed the effectiveness of giving boiled eggs on perineal wound healing in postpartum women ( $P_{value} = 0.013$ ). So, Wound healing was better in the intervention group of 2 boiled eggs/day. It is hoped that postpartum mothers will increase their knowledge and apply the consumption of boiled eggs to accelerate the healing of perineal wounds in postpartum women.*

**Keywords** : *Postpartum Mother, Perineal Wound, Boiled Egg*

### **ABSTRAK**

*Puskesmas Tanjung Gadang merupakan salah satu puskesmas yang ada di Kabupaten Sijunjung yang melaporkan angka persalinan normal dengan luka perineum sebanyak 128 kasus Ibu bersalin normal di tahun 2021. Dan kasus tersebut didominasi oleh ruptur perineum derajat 2 di Puskesmas Tanjung Gadang tahun 2021. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian telur rebus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan jenis Quasi Experimental dengan rancangan post test only non equivalent control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Wilayah kerja Puskesmas Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung sebanyak 30 ibu nifas. Penelitian dilakukan pada bulan Januari tahun 2022. Sampel penelitian ini sebanyak 30 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok eksperimen. Pengambilan sampel dengan total sampling, data dianalisis secara Univariat dan Bivariat. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa rata-rata skor penyembuhan luka (Skala REEDA) pada kelompok pemberian satu butir telur rebus sehari setelah 7 hari adalah 5,42 dikatakan lambat dan pada kelompok pemberian dua butir telur rebus sehari setelah 7 hari adalah 3,84 dikatakan cepat. Hasil analisis bivariat terdapat efektivitas pemberian telur rebus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas ( $P_{value}=0,013$ ). Jadi, penyembuhan luka lebih baik pada kelompok intervensi 2 butir telur rebus/ hari. Diharapkan bagi ibu nifas agar bertambah pengetahuannya serta menerapkan pengonsumsian telur rebus untuk mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.*

**Kata kunci** : *Ibu Nifas, Luka Perineum, Telur Rebus*

## PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) tahun menyebutkan terjadi 2,7 juta kasus rupture perineum terjadi pada persalinan, angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Prevalensi ibu bersalin yang mengalami rupture perineum di Indonesia pada golongan umur 25-30 tahun yaitu 24% dan pada usia 32-39 tahun sebesar 62% (Widia, 2017). Pada tahun 2013 terjadi 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan) (Depkes RI, 2013).

AKI Indonesia pada tahun 2019 penyebab kematian ibu terbanyak adalah perdarahan 1.280 kasus, hipertensi dalam kehamilan 1.066 kasus, infeksi 207 kasus (Kemenkes RI, 2020). Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian.

Angka Kematian Ibu (AKI) provinsi Sumatera Barat pada tahun 2018 tercatat sebanyak 111 kasus kematian ibu, angka ini cenderung menurun jika dibandingkan dengan tahun 2017 yang berjumlah 113 kasus. Namun meningkat dibandingkan dengan tahun 2016 yang berjumlah 108, dengan penyebab kematian akibat perdarahan dan hipertensi dalam kehamilan, Angka kematian ibu untuk Sumatera Barat pada tahun 2018 adalah  $111/92.935 \text{ kali } 100.000 = 119,44$  (Dinas Kesehatan Sumatera Barat, 2019).

Kabupaten Sijunjung merupakan salah satu Kabupaten yang juga melaporkan kasus kematian ibu, pada tahun 2018 kematian ibu di Kabupaten Sijunjung sebanyak 5 orang dan pada tahun 2019 sebanyak 6 orang. Sementara itu penyebab kematian ibu terbesar secara berurutan disebabkan karena

perdarahan, eklampsia, infeksi, persalinan lama, dan keguguran (Dinkes Sijunjung, 2019).

Perawatan luka perineum merupakan salah satu kebutuhan pada ibu nifas untuk mencegah keterlambatan proses penyembuhan luka yang dapat memicu infeksi pada masa nifas (Novita, 2017). Perawatan luka perineum bertujuan untuk mencegah terjadinya infeksi, meningkatkan rasa nyaman dan mempercepat penyembuhan pada ibu pasca persalinan (Andina, 2018).

Percepatan penyembuhan luka perineum dalam masa nifas sangat diharapkan untuk menghindarkan ibu nifas dari bahaya infeksi (Saputri & Febiola, 2021). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah peningkatan asupan protein yang dapat mendukung pembentukan sel baru pada luka perineum salah satunya dengan mengonsumsi telur rebus (Purnani, 2019).

Telur merupakan jenis lauk pauk hewani padat nutrisi yang dapat memfasilitasi proses penyembuhan luka perineum, satu butir telur mengandung lebih dari 90% kalsium dan zat besi, Vitamin A, Vit. D, Vit. B12, Vit. C, Vit. B6 dan Magnesium. Satu butir telur mengandung 6 gram protein berkualitas dan 9 asam amino esensial. Zat besi yang terkandung dalam telur dapat menggantikan darah selah darah merah yang hilang, sedangkan protein merupakan zat yang bertanggung jawab sebagai blok pembangun otot, jaringan tubuh, serta jaringan tulang, namun tidak dapat disimpan oleh tubuh, maka untuk penyembuhan luka dibutuhkan asupan protein setiap hari (Novita, 2017).

Penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Dewi (2019) tentang pengaruh pemberian telur ayam broiler terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Kecamatan Intan Jaya. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian telur rebus sebanyak 2 butir

perhari berpengaruh signifikan terhadap proses penyembuhan luka perineum dan penelitian ini menyarankan supaya ibu nifas dengan luka perineum untuk dapat mengkonsumsi 2 butir telur rebus setiap hari dalam upaya percepatan penyembuhan luka serta menghindari infeksi pada masa nifas.

Survey awal yang telah peneliti lakukan dengan mewawancarai 5 orang ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung diperoleh informasi bahwa secara keseluruhan ibu menyatakan mengalami luka perineum pada proses persalinan dan proses penyembuhan luka rata-rata > 7 hari, sedangkan nyeri pada luka dirasakan hingga > 30 pasca persalinan. Upaya penyembuhan luka yang dilakukan ibu adalah secara farmakologis dengan mengkonsumsi obat yang diberikan oleh pihak petugas kesehatan penolong persalinan serta dengan penggunaan terapi tradisional, seperti konsumsi jenis lauk hewani yang diyakini secara turun temurun dapat membantu penyembuhan luka yaitu konsumsi ikan gabus dan ikan lele serta menghindari beberapa jenis makanan yang diyakini dapat menghambat proses penyembuhan luka seperti ikan laut dan konsumsi telur, sehingga dari 5 orang ibu nifas yang diwawancarai menyatakan memiliki pantangan konsumsi telur karena dipercaya dapat menyebabkan alergi (gatal) dan memperburuk kondisi luka, termasuk luka perineum. Hal ini tentunya keliru, karena telur merupakan jenis protein hewani serta merupakan makanan padat nutrisi yang diharapkan dapat membantu proses penyembuhan luka perineum.

Berdasarkan uraian latar belakang serta hasil penelitian terdahulu tentang manfaat telur rebus terhadap penyembuhan luka perineum, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang kaitan konsumsi telur dengan penyembuhan luka perineum dalam sebuah penelitian yang berjudul “Efektivitas Pemberian Telur Rebus

Terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung Tahun 2022”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis *Quasi Experimental* dan rancangan *post test only non equivalent control group design* yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian telur rebus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas yang dilakukan pada bulan Januari tahun 2022 di Wilayah kerja Puskesmas Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Wilayah kerja Puskesmas Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung sebanyak 30 ibu nifas. Sampel penelitian ini sebanyak 30 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok eksperimen. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data yang telah dikumpulkan diolah menggunakan teknik analisa kuantitatif, pada analisa kuantitatif menggunakan perangkat komputer yaitu SPSS dengan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan Uji *Mann Whitney*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

#### Penyembuhan Luka Perineum pada Kelompok Intervensi Pemberian 1 Butir Telur Rebus Sehari

**Tabel 1**  
**Rata-rata Skor Penyembuhan Luka Perineum (REEDA) Ibu Nifas dengan Pemberian 1 Butir Telur Rebus Sehari**

Penyembuhan Luka (REEDA)	N	Mean	SD	Min - Max
Dosis 1 Butir / hari	15	5,42	1,2	0 – 4

Dari tabel 1 dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor penyembuhan luka (Skala

REEDA) responden pada kelompok pemberian 1 butir telur rebus sehari setelah 7 hari adalah 5,42 dengan standar deviasi 1,2. Skor penyembuhan luka (REEDA) terendah adalah 0 dan tertinggi 4.

### Penyembuhan Luka Perineum pada Kelompok Intervensi Pemberian 2 Butir Telur Rebus Sehari

**Tabel 2**  
Rata-rata Skor Penyembuhan Luka Perineum (REEDA) Ibu Nifas dengan Pemberian 1 Butir Telur Rebus Sehari

Penyembuhan Luka (REEDA)	N	Mean	SD	Min - Max
Dosis 2 Butir / hari	15	3,84	0,61	0 – 2

Dari tabel 2 dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor penyembuhan luka (Skala REEDA) responden pada kelompok pemberian 2 butir telur rebus sehari setelah 7 hari adalah 3,84 dengan standar deviasi 0,61. Skor penyembuhan luka (REEDA) terendah adalah 0 dan tertinggi 2.

## 2. Analisis Bivariat

### Efektivitas Pemberian Telur Rebus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum

**Tabel 3**  
Efektivitas Pemberian Telur Rebus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum

Penyembuhan Luka	N	Mean	SD	Mean Different	Mean Rank	p value
1 butir/ hari	15	5,42	1,2	1,58	19,13	0,013
2 butir/ hari	15	3,84	0,61		11,87	

Berdasarkan Uji *Mann Whitney*, diperoleh bahwa rata-rata skor penyembuhan luka (Skor REEDA) responden setelah 7 hari intervensi pada kelompok pemberian telur rebus dengan dosis 1 butir/ hari adalah 5,42 dengan standar deviasi 1,2 dan *mean rank* 19,13. Sedangkan skor penyembuhan luka pada kelompok pemberian telur rebus dengan dosis 1 butir/ hari adalah 3,84 dengan standar deviasi 0,31 dan *mean rank* 11,87. Terdapat

perbedaan rata-rata skor penyembuhan luka (Skor REEDA) responden antara kelompok intervensi dosis 1 butir/ hari dengan dosis 2 butir/ hari dengan beda rata-rata 1,58 dan nilai  $p = 0,013$  dimana skor REEDA terlihat lebih rendah pada kelompok intervensi 2 butir telur rebus/ hari, artinya penyembuhan luka lebih baik pada kelompok intervensi 2 butir telur rebus/ hari. Maka dapat dinyatakan bahwa pemberian telur rebus efektif terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

Perlukaan perineum dalam proses penyembuhan luka dibutuhkan nutrisi yang cukup. Peran nutrisi terhadap penyembuhan luka adalah aspek yang paling penting dalam pencegahan dan pengobatan pada luka. Jenis nutrisi yang dibutuhkan yaitu protein, zat besi, zinc, dan vitamin A dan C karena merupakan unsur penting dalam proses struktural seperti sintesis kolagen dan penguatan repitalisasi. Kebutuhan protein yang sangat dibutuhkan dalam penyembuhan luka perineum adalah putih telur atau albumin (Walyani, 2015).

Berbagai kandungan dalam sebutir telur telah diuji dari berbagai sumber bahwa putih telur lebih baik untuk fokus membantu proses penyembuhan luka karena terdapat kandungan albumin dan tidak ada kandungan lemak yang terdapat pada putih telur seperti yang ada pada kuning telur. Serta kemudahan memperoleh putih telur dengan harga yang terjangkau dan bisa diperoleh oleh semua lapisan masyarakat. Menjadi alasan utama kenapa putih telur dapat dijadikan salah satu alternatif untuk membantu proses penyembuhan luka dibandingkan jika harus membeli ekstrak albumin yang harganya lumayan mahal (Wulandari, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indah dkk (2018) dengan judul “Pengaruh Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas 1-7 Hari”. Dalam penelitiannya terhadap 32 responden diperoleh perbedaan rerata waktu yang

dibutuhkan ibu nifas untuk penyembuhan luka antara kelompok kontrol dengan kelompok intervensi ( $P$ -value = 0,000). Rata-rata (*mean*) waktu yang dibutuhkan ibu nifas yang mengonsumsi telur rebus rata-rata 4,194 hari, sedangkan waktu yang dibutuhkan ibu nifas untuk penyembuhan luka perineum yang tidak mengonsumsi telur rebus adalah 5,544 hari. Selisih waktu yang dibutuhkan ibu nifas untuk kesembuhan luka jahitan perineum yang mengonsumsi telur rebus lebih cepat 1,35 hari dibandingkan ibu yang tidak mengonsumsi telur rebus.

Menurut asumsi peneliti pemberian 1 butir dan 2 butir telur rebusan memberikan dampak yang berbeda rata-rata skor penyembuhan luka (Skala REEDA) responden pada kelompok pemberian 1 butir telur rebus sehari adalah 5,42 sedangkan pada kelompok pemberian 2 butir telur rebus sehari adalah 3,84. Rata-rata skor penyembuhan luka pada kelompok pemberian 2 butir telur rebus sehari lebih tinggi 1,58. Hal ini dikarenakan semakin banyak jumlah telur rebus yang dikonsumsi, maka semakin banyak pula asupan protein yang masuk dan semakin cepat juga proses penyembuhan luka perineum. Jadi, pemberian 2 butir telur rebus sehari lebih efektif dalam meningkatkan proses penyembuhan luka perineum dibandingkan dengan pemberian 1 butir telur rebus sehari.

Menurut Hartono dan Isman (2010) menyatakan bahwa struktur telur terdiri atas empat bagian penting, yaitu selaput membran, kerabang (*shell*), putih telur (*albumen*), dan kuning telur (*yolk*). Umumnya semua jenis telur unggas dan hewan lain yang berkembangbiak dengan cara bertelur mempunyai struktur telur yang sama (Saraswati, 2012). Secara ringkas, struktur telur pada umumnya terdiri dari kerabang (kulit telur)  $\pm 10\%$ , putih telur (*albumen*)  $\pm 60\%$ , dan kuning telur (*yolk*)  $\pm 30\%$  (Suharyanto, 2009).

Dalam penyembuhan luka perineum diperlukan suatu komponen telur yang penting salah satunya putih telur. Putih telur sangat kaya protein, bebas lemak dan kolesterol (berbeda dengan kuning telur). Kandungan protein ini sangat bermanfaat sebagai zat pembangun dalam tubuh. Kandungan yang terdapat dalam putih telur berupa protein. Kandungan lainnya yang terdapat dalam putih telur seperti vitamin A, D, E, K, B2, B5, B9 dan juga B12. Putih telur juga mengandung asam amino yang sangat bermanfaat dalam pemulihan otot. Putih telur sangat mudah didapat, diolah dan mudah dicerna sehingga lebih mudah diserap oleh tubuh (Rindiani, 2015). Berbagai kandungan dalam sebutir telur telah diuji dari berbagai sumber bahwa putih telur lebih baik untuk fokus membantu proses penyembuhan luka karena terdapat kandungan albumin dan tidak ada kandungan lemak yang terdapat pada putih telur seperti yang ada pada kuning telur.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata skor penyembuhan luka (Skor REEDA) responden antara kelompok intervensi dosis 1 butir/ hari dengan dosis 2 butir/ hari di Wilayah kerja Puskesmas Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung. Diharapkan bagi ibu nifas agar bertambah pengetahuannya serta menerapkan konsumsi telur rebus untuk mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Selain itu, ibu nifas juga diharapkan menambah asupan protein tidak hanya dari telur, namun juga dari makanan lain seperti daging, ikan dan kacang-kacangan. Selain asupan gizi, ibu nifas juga diharuskan menjaga kebersihan disekitar area luka perineum dan mengganti pembalut secara berkala untuk mencegah timbulnya bakteri yang dapat memperlambat penyembuhan luka perineum.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Allah SWT dan semua pihak yang telah membantu sehingga penelitian ini dapat selesai dengan baik. Terima kasih tak terhingga untuk semua responden yang telah bersedia meluangkan waktunya di masa pandemik ini untuk mengisi kuesioner dan di wawancarai serta pihak-pihak yang telah menyediakan data yang dibutuhkan.

## REFERENSI

- Ambarwati. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*.
- Marmi. (2012). *Internatal Care-Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*.
- Mauren, B. (n.d.). *Pemulihan Luka: Seri Praktik Kebidanan*. 2008.
- Maya Saputri, E., & Febiola, E. (2021). Pengaruh Telur Rebus Dalam Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Arrabih Tahun 2020. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 67–74. <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss1.61>
- Mukarrahma. (2013). *Hubungan Pemenuhan Nutrisi Dan Personal Hygiene Dalam Masa Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum di Klinik Sehat Harapan Ibu Kecamatan Gumpang Baro Kabupaten Pidie*.
- Novita, H. (2017). Pengaruh Konsumsi Telur Rebus terhadap Percepatan Penyembuhan Luka. *Poltekkes Kemenkes Jakarta I*, 14–19.
- Nugroho, T. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3)*.
- 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>
- Rindiani. (2015). *Khasiat Putih Telur Untuk Penyembuhan Luka*.
- Santika, V. W., Lathifah, N. S., & Parina, F. (2020). Pengaruh Pemberian Telur Rebus Dengan Percepatan Penyembuhan Luka Perineum. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 244–248. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.1758>
- Siregar. R. F, A. Hintono dan S. Mulyani. 2012. Perubahan sifat fungsional telur ayam ras pasca pasteurisasi. *Anima Agri J*, 1(1):521-528.
- Suherni et al. (n.d.). *Perawatan Masa Nifas*. 2009.
- Trianingsih, I., Yenie, H., & S.P, S. F. (2019). Pengaruh Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas 1-7 Hari. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 215. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1310>
- World Health Organization. (2019). *Fact Sheet : World Health Organization*.