

PENGARUH KONSUMSI TELUR REBUS TERHADAP PERCEPATAN PENYEMBUHAN LUKA

Henny Novita

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta I

Email: hennynovita58@gmail.com

Abstrak

Infeksi perineum merupakan salah satu komplikasi yang dialami oleh ibu post partum. 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 luka perineum. Rancangan penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan rancangan *post test only design*. Subjek penelitian adalah ibu post partum hari ke-1-7 di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan. Data dianalisis menggunakan uji uji *Chi Square*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus sampai dengan September 2017. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Tangerang Selatan dengan *p-value* < 0,05. 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. Terdapat pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan

Kata kunci : Luka Perineum, Ibu nifas, Telur rebus ayam negeri.

Abstract

Perineal infection is one of the complications experienced by postpartum mothers. The risk factor for perineal infection is healing of the old perineal wound. Eggs are a cheap, easy to find, economical and one of the most nutrient-intensive foods that will facilitate healing of the perineal wound. The design of this research is quasi experiment with post test design design. Research subjects were post-partum mothers day 1-7 at Puskesmas of

South Tangerang Region. Data were analyzed using Chi Square test. The study was conducted from August to September 2017. The result of data analysis shows that there is influence of domestic boiled chicken egg consumption with perineal wound healing on postpartum in Tangerang Selatan Public Health Center with p-value <0,05. The conclusion of this research is the healing of perineal wound on the puerperal mother at Puskesmas of South Tangerang Area who consume boiled chicken eggs of the country faster than those who do not consume boiled eggs. There is influence of consumption of boiled chicken eggs against healing of perineal wounds in postpartum in Puskesmas Area of South Tangerang

Keywords: *Perineal wound, postpartum, boiled chicken domestic chicken*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan kejadian fisiologis. Seringkali persalinan menyebabkan perlukaan jalan lahir sehingga harus dirawat dengan baik dan benar (Prawirohardjo, 2002). Perlukaan jalan lahir dapat mengakibatkan infeksi pada daerah antara lubang vagina dan anus, bagian

luar alat kelamin, vagina serta mulut rahim dan biasanya akan timbul gejala seperti: rasa nyeri serta panas pada tempat terinfeksi, kadang-kadang rasa perih muncul bila buang air kecil karena sudah merambat pada saluran kandung kencing dan sering juga disertai demam.¹

Dalam persalinan akan terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi. Di Indonesia luka perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pada tahun 2013 menemukan bahwa dari total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan perineum (28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan).² Sebanyak 11% ibu yang melahirkan secara normal (vaginal delivery) mengalami infeksi perineum.³⁻⁴ Infeksi perineum merupakan salah satu komplikasi yang dialami oleh ibu post partum dan dapat menyebabkan ketidaknyamanan selama fase nifas. Prevalensi infeksi perineum saat ini belum didokumentasikan dengan baik. Ibu yang melakukan persalinan secara normal dapat mengalami infeksi perineum. Faktor resiko terjadinya infeksi perineum adalah penyembuhan luka perineum yang lama.³

Perlukaan jalan lahir dapat terjadi di vulva, vagina, servik, dan uterus diantaranya adalah robekan pada perineum. Robekan tersebut dapat terjadi secara spontan maupun disengaja dengan episiotomi. Episiotomi adalah insisi perineum untuk melebarkan orifisium vulva pada saat melahirkan bayi. Luka pada perineum tidak mudah untuk dijaga agar tetap bersih dan kering, pengamatan dan perawatan khusus diperlukan untuk menjamin agar bagian tersebut cepat sembuh.⁵

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perawatan perineum antara lain gizi, obat-obatan, keturunan, sarana dan prasarana, budaya dan keyakinan. 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.⁶

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. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konsumsi telur rebus terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan.

METODE

Studi ini merupakan *quasi eksperiment* dengan rancangan *post test only design*. Sampel adalah ibu nifas yang mengalami luka perineum yang bersalin di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan sebanyak 80 orang yang terdiri dari 40 orang diberikan telur ayam negeri rebus dan 40 orang tidak diberikan. Adapun telur rebus yang dimakan ibu nifas 1 butir sehari dari setelah bersalin sampai 7 hari. Analisis data adalah deskriptif untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik ibu nifas dan untuk melihat hubungan konsumsi telur rebus ayam negeri dengan penyembuhan luka perineum digunakan chi square.

Hasil

Distribusi frekuensi variabel pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel penelitian

Karakteristik	Frekuensi (n=80)	%
Perlukaan jalan lahir		
- Grade I	72	90
- Grade II	8	10
Pengetahuan		
- Baik	36	45
- Kurang	44	55
Personal Hygiene		
- Ada	40	50
- Tidak Ada	40	50
Penyembuhan Luka Perineum		
- Cepat	40	50
- Lambat	40	50

Berdasarkan tabel di atas diketahui dari 80 responden diperoleh mayoritas responden mempunyai luka jalan lahir grade I 90% (72 orang) dan mempunyai pengetahuan kurang tentang masa nifas 55% (72 orang), sebagian 50% (40 orang) responden melakukan personal hygiene dan penyembuhan luka perineumnya cepat .

Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Tangerang Selatan dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2 Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Tangerang Selatan

Konsumsi Telur Rebus	Penyembuhan Luka Perineum				Total		P value	α
	Cepat		Lambat		f	%		
	f	%	f	%				
Ya	25	62,5	15	37,5	40	50	0,022	0,05
Tidak	15	37,5	25	62,5	40	50		
Total	40	50	40	50	80	100		

*uji chi-square

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden yang mengkonsumsi telur rebus dapat membantu dalam penyembuhan luka perineum. Sebanyak (62,5%) 25 responden yang mengkonsumsi telur rebus mengalami penyembuhan luka perineum yang lebih cepat dibanding yang tidak mengkonsumsi telur rebus ayam negeri.

Hasil uji statistik membuktikan terdapat pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri dengan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Tangerang Selatan dengan $p\text{-value} < 0,05$.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penyembuhan luka perineum mayoritas mengalami penyembuhan luka perineum lebih cepat (penyembuhan luka perineum ibu dengan derajat I ≤ 3 hari dan derajat II ≤ 6 hari) sebesar 62,5% (25 responden), sedangkan responden dengan penyembuhan luka perineum lebih lama sebanyak 15 responden (37,5%). Banyak faktor yang mempengaruhi penyembuhan luka perineum antara lain gizi, tradisi, personal hygiene, lingkungan, pengetahuan, dan cara perawatan. Pada penelitian ini, konsumsi makanan protein hewani seperti telur adalah salah satu faktor penentu dalam proses penyembuhan luka perineum.

Proses penyembuhan luka perineum akan melalui beberapa tahapan yaitu inflamasi, proliferasi, dan maturasi (Hendro, 2008). Banyak faktor yang berperan dalam kesembuhan luka perineum. Menurut (Harmono, 2008) salah satu faktor yang berpengaruh adalah status gizi, hal ini berkaitan dengan proses penyembuhan luka perineum yang memang memerlukan zat-zat metabolisme salah satunya yaitu protein. Protein mensuplai asam amino, yang dibutuhkan untuk perbaikan jaringan dan generalisasi.⁷

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat hubungan konsumsi telur rebus pada ibu nifas dengan penyembuhan luka perineum di Wilayah Puskesmas Tangerang Selatan dengan melihat nilai $p\text{ value} < 0,05$. Dari 80 responden yang diteliti, yang mengkonsumsi makanan protein hewani seperti telur rebus akan mengalami penyembuhan luka perineum lebih cepat sebanyak 62,5% (25 responden) dibandingkan yang tidak mengkonsumsi telur rebus.

Seperti yang dikemukakan oleh (Almatsier, 2009) protein mempunyai fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain yaitu membangun serta memelihara sel-sel dan jaringan tubuh.⁶ Protein merupakan zat penting untuk struktur dan fungsi tubuh serta penting untuk sintesis dan pembelahan sel yang sangat vital untuk penyembuhan luka. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Kang Kapuk, 2013 yang menyatakan bahwa faktor gizi terutama protein akan sangat mempengaruhi terhadap proses penyembuhan luka pada perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein.⁸

Terwujudnya semua makanan yang dianjurkan untuk ibu nifas maka proses penyembuhan luka *heating* akan semakin cepat sembuh dan kering. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mukarramah dan Ismail, 2013 yang menyatakan bahwa nutrisi sangat berpengaruh terhadap penyembuhan luka karena pada ibu nifas yang sudah mengerti tentang pemenuhan nutrisi dan mau mengkonsumsi sayur-sayuran, buah-buahan maupun ikan, daging dan telur dalam masa nifas sehingga proses penyembuhan luka baik dan cepat.⁹ Diet yang diberikan pada ibu nifas harus bermutu, bergizi tinggi, cukup kalori, tinggi protein, dan banyak mengandung cairan.¹⁰ Responden mengalami penyembuhan luka perineum yang tidak baik dan tidak mengkonsumsi makanan protein hewani sebanyak 5 responden (71,4%). Dari 5 responden tersebut berpotensi terjadinya infeksi pada luka perineum. Berdasarkan penelitian Ija (2009) menyatakan bahwa pada sebagian pasien dengan penurunan protein akan mempengaruhi penyembuhan luka.¹¹ Zat gizi yang mempengaruhi penyembuhan luka salah satunya adalah protein. Sejalan dengan penelitian Setiya (2010), ibu nifas pantang mengkonsumsi telur, daging ayam, ikan (yang berasal dari air tawar ataupun air laut), serta bahan makanan lain yang berasal dari laut

seperti udang, kepiting, cumi-cumi, dan sebagainya yang merupakan sumber protein hewani.¹²

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. 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 yaitu penyembuhan luka perineum ibu dengan derajat I \leq 3 hari dan derajat II \leq 6 hari dengan derajat I \leq 3 hari dan derajat II \leq 6 hari.
2. Terdapat pengaruh konsumsi telur rebus ayam negeri terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat diberikan, yaitu

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan data dasar bagi peneliti selanjutnya terkait masalah gizi pada ibu nifas dengan penyembuhan luka perineum atau personal hygiene pada ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan edukasi untuk kepentingan program khususnya terkait pemantauan konsumsi makan telur rebus ayam negeri pada ibu nifas terhadap penyembuhan luka perineum di Puskesmas wilayah Tangerang Selatan.

REFERENSI

Rahardjo, Pudji. 2006. *Hemodialisis dalam Ilmu Penyakit Dalam*. Jilid: 1. Edisi: IV. Penerbit: FKUI. Jakarta: 579

Depkes RI. 2013. Profil Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Johnson, A., R. Thakar, dan A.H Sultan. 2012. *Obstetric Perineal Wound Infection: Is There Underreporting?* British Journal of Nursing 21(5).

Romi, S. 2009. *Kejadian Infeksi Luka Episiotomi dan Pola Bakteri pada Persalinan Normal di RSUD. H. Adam Malik dan RSUD Dr. Pirngadi Medan*. Tesis. Universitas Sumatera Utara. Medan.

Ayu dan Nur Meity Sulistia. 2007. *Manuyal Persalinan*. Jakarta: EGC

Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Edisi 6*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka

Sulastri. 2011. *Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Penyembuhan Luka PostSectio Ceasarea (SC) Di Ruang Mawar I RSUD Moewardi Surakarta*. Gaster , Vol. 8, No. 2 Agustus 2011(772-782)

Kang Kapuk, (2012). *Perawatan luka perineum post partum*. <http://perawatanlukaperineum.com>

Mukarramah, (2013). *Hubungan Pemenuhan Nutrisi Dan Personal hygiene Dalam Masa Nifas dengan Penyembuhan Luka Perineum di Klinik Sehat Harapan Ibu Kecamatan Gumpang Baro Kabupaten Pidie*. Stikes U Budiayah Banda Aceh.

Elida, Fitri. 2013. *Faktor-faktor yang mempengaruhi lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di RSUD dr. Zainal Abidin (skripsi)*. Banda Aceh : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiayah Program Studi Diploma IV Kebidanan

Ija M. 2009. *Pengaruh Status Gizi Pasien Bedah Mayor Pre Operasi terhadap Penyembuhan Luka dan Lama Rawat Inap Pasca Operasi di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta*. Universitas Gajah Mada. Tesis.

Setiya Hartiningtiyaswati. 2010. *Hubungan Perilaku Pantang Makanan Dengan Lama Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas di Kecamatan Srengat Kabupaten Blitar*. Program Studi IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.