



## PEMBERIAN TELUR REBUS UNTUK PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI KLINIK PRATAMA ARRABIH KOTA PEKANBARU 2023

T. Sofianti<sup>1)</sup>, Ika Putri Damayanti<sup>2)</sup>, Kiki Megasari<sup>3)</sup>

Kebidanan Universitas Hang Tuah Pekanbaru

<sup>1)</sup> [tengkusofianti@gmail.com](mailto:tengkusofianti@gmail.com) <sup>2)</sup> [ikaputridamayanti@gmail.com](mailto:ikaputridamayanti@gmail.com) <sup>3)</sup> [kiky@htp.ac.id](mailto:kiky@htp.ac.id)

### Histori artikel

Received:  
27 Oktober 2023

Accepted:  
07 November 2023

Published:  
02 Februari 2024

### Abstrak

Nifas merupakan masa setelah lahirnya plasenta dan bayi sampai organ reproduksi kembali ke keadaan sebelum hamil. Salah satu masalah pada ibu nifas yaitu penyembuhan luka perineum, dimana salah satu upaya penanganan secara nonfarmakologis dengan telur rebus. Hasil studi pendahuluan di Klinik Pratama Arrabih belum menerapkan pemberian telur rebus sebagai cara untuk mengatasi penyembuhan pada luka perineum. Kandungan albumin pada telur dapat membantu memperbaiki jaringan tubuh. Sumber energi membantu proses penyembuhan yang diperlukan masa nifas. Tujuan dari asuhan pada ibu nifas dengan pemberian telur rebus untuk penyembuhan luka perineum. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan cara memberikan telur rebus 3 butir setiap hari selama 7 hari selama masa nifas dengan pasien nifas dengan luka perineum derajat I atau II. Asuhan dilakukan dari tanggal 17 Juni-23 Juni 2023 di Klinik Pratama Arrabih. Hasil asuhan pada ibu nifas dengan pemberian telur rebus selama 7 hari didapatkan penyembuhan luka perineum baik, luka kering dan tidak ada tanda-tanda infeksi dimana pada kunjungan I skala REEDA 4 setelah 7 hari pemberian telur rebus didapatkan skala REEDA 0. Kesimpulan pemberian telur rebus efektif untuk penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Diharapkan kepada pemberian layanan kesehatan untuk memberikan informasi dan edukasi untuk penanganan penyembuhan luka secara nonfarmakologi dengan pemberian telur rebus dimulai dari masa kehamilan

**Kata Kunci** : Nifas, Penyembuhan Luka Perineum, Telur Rebus

## Latar Belakang

Masa nifas merupakan masa dimana dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungannya kembali seperti keadaan sebelum hamil, biasanya berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan berakhir ketika alat-alat kandungannya kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira 6 minggu (Maya Saputri and Febiola, 2021).

Masa nifas Tidak selamanya masa nifas berjalan dengan lancar, ada kalanya masa nifas seorang ibu mengalami luka perineum dalam proses persalinannya. Banyak faktor-faktor penyebab terjadinya luka perineum pada ibu, di antaranya adalah cara meneran, dan jarak kelahiran. Untuk faktor janin, luka perineum disebabkan karena berat badan lahir bayi, presentasi *hydrocephalus*, distosia bahu. Untuk faktor persalinan, luka perineum disebabkan karena *vakum ekstraksi*, *ekstraksi cunam/fosep*, *embritomi*, persalinan presipitatus dan faktor penolong persalinan (Prawirohardjo S., 2014).

Faktor-faktor yang mengakibatkan luka perineum adalah kesalahan mengejan, gawat janin, kelainan letak dan bayi besar. Luka perineum atau robekan perineum merupakan perlukaan yang terjadi pada saat persalinan di bagian perineum. Robekan perineum dapat berdampak pada masalah infeksi perineum robekan perineum yang tidak dirawat dengan baik dapat berdampak pada kesehatan ibu nifas yaitu infeksi perineum. Di Indonesia, 10% dari kematian ibu pada masa nifas disebabkan oleh infeksi nifas, di antaranya terjadi karena kurang perawatan luka, perdarahan akibat robekan jalan lahir, sisa plasenta dan atonia uteri, eklamsia, dan komplikasi masa nifas. Infeksi nifas dapat mengakibatkan morbiditas dan mortalitas ibu pasca bersalin (Prawiroharjo, 2018).

Agar kondisi ibu tetap sehat dan luka perineum tidak terjadi infeksi perlu dilakukan perawatan luka perineum dalam proses penyembuhan luka adalah aspek yang paling penting dalam pencegahan dan pengobatan pada luka. Jenis nutrisi yang dibutuhkan yaitu protein, zat besi zinc, asam amino glutamin, kolagen. dan vitamin A dan C karena merupakan unsur penting dalam proses structural seperti sintesis kolagen dan penguatan repitalisasi. Kebutuhan protein yang sangat dibutuhkan dalam penyembuhan luka perineum adalah albumin. Nutrisi yang dapat menyembuhkan luka dengan cepat terdapat dalam protein hewani. Salah satu makanan yang mengandung protein hewani terbanyak adalah daging dan telur. Selain protein, daging dan telur juga mengandung zat besi, zinc, dan glutamin yang juga berperan untuk menghentikan luka dan pembentukan jaringan-jaringan baru. Karena harga daging cukup tinggi dibandingkan dengan harga telur maka mayoritas masyarakat mengkonsumsi telur ayam untuk mempercepat penyembuhan luka karena harga telur lebih terjangkau dibandingkan dengan harga daging (Walyani, 2015).

Telur merupakan jenis lauk pauk hewani padat nutrisi yang dapat memfasilitas 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 sel 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 peyembuhan luka di butuhkan asupan protein setiap hari (Novita, 2017).

Putih telur biasanya disebut *albumin*, dimana *albumin* mengandung sebagian besar cairan di telur yaitu sekitar 67%. Albumin mengandung lebih dari 50% protein telur, serta mengandung *Niacin*, *Riboflavin*, *Klorin*, *Magnesium*, *Kalium*, *Sodium*, dan *Sulfur*. Albumin terdiri dari 4 lapisan berbeda yang sangat dibutuhkan oleh tubuh putih telur merupakan lauk pauk yang murah, mudah di temukan, ekonomis dan salah satu makanan padat nutrisi serta sangat mudah dalam pegolahannya. (Wulandari 2017).

Menurut Warsito (2018) Manfaat Konsumsi Protein (Putih Telur) terhadap Ibu Nifas dapat memperbaiki jaringan tubuh, sumber energy, membantu proses pemulihan, menjaga daya tahan tubuh, menangkal radikal bebas. Cara aman mengkonsumsi telur ayam rebus paling banyak 3-5 butir telur perhari. Jangan memakan telur mentah karena berefek tidak baik pada tubuh.

Hasil penelitian Fatiah Rahmi Maria Ulfa (2019). Membuktikan bahwa pemberian telur ayam rebus efektif mempercepat peyembuhan luka perineum di bandingkan dengan ibu yang tidak mengkonsumsi telur rebus saat mengalami luka perineum. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Novy Ramini Harahap, dkk (2021) yang memaparkan bahwa kelompok ibu nifas yang mengalami luka perineum dengan mengkonsumsi putih telur ayam rebus lebih cepat sembuh lukanya yaitu rata-rata 6 hari peyembuhan luka, sedangkan kelompok ibu nifas yang mengalami luka perineum yang tidak mengkonsumsi putih telur ayam rebus lebih lama peyembuhan luka perineum nya yaitu rata-rata penyembuhan luka 17 hari. Dari hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa ada pengaruh mengkonsumsi putih telur terhadap penyembuhan luka perineum.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas, 2018), salah satu tempat pelayanan kesehatan yang diminati ibu hamil sebagai tempat bersalinnya adalah di Praktek Mandiri Bidan (PMB) atau Klinik Pratama. Berdasarkan pengalaman penulis selama melaksanakan Praktik Klinik Kebidanan di beberapa PMB dan Klinik Pratama di Kota Pekanbaru, ibu nifas yang mengalami luka perineum biasanya diberikan pendidikan kesehatan tentang kecukupan nutrisi selama masa nifas dan dianjurkan untuk menjaga kebersihan diri agar luka perineum segera pulih. Belum ada yang menganjurkan kepada ibu nifas tersebut untuk mengkonsumsi putih telur setiap hari agar luka perineum segera pulih. Padahal manfaat putih telur sangat baik untuk penyembuhan luka perineum dan dari hasil penelitian beberapa peneliti telah membuktikan bahwa dengan mengkonsumsi putih telur rebus dapat mempercepat penyembuhan luka perineum.

Salah satu Klinik Pratama yang ada di kota Pekanbaru yang jumlah kunjungan ibu bersalinnya cukup banyak adalah Klinik Pratama Arrabih Pekanbaru dengan jumlah kunjungan ibu bersalin pada 3 bulan terakhir adalah 24 orang dan jumlah ibu nifas dengan luka perineum adalah 15 orang Dalam mengupayakan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan luka perineum, bidan Klinik Pratama tersebut hanya menyampaikan cara perawatan luka perineum dan pemenuhan nutrisi selama masa nifas. Bidan tersebut tidak memfokuskan pada konsumsi putih telur dalam upaya mempercepat penyembuhan luka perineum. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan "Pemberian Telur Rebus Untuk Peyembuhan Luka Perineum".

## Metode

Metode yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus adalah bagian dari metode kualitatif yang hendak mendalami suatu kasus tertentu secara lebih mendalam dengan melibatkan pengumpulan beraneka sumber informasi. Studi kasus ini dilakukan untuk memahami lebih dalam latar belakang bentuk asuhan kebidanan pada Ibu Nifas Dengan Pemberian Telur Rebus Untuk Penyembuhan Luka Perineum di Klinik Pratama Arrabih Kota Pekanbaru tahun 2023. Pada studi kasus ini dilakukan wawancara, anamnesa dan berlanjut dengan memberikan asuhan sampai evaluasi serta dokumentasi. Studi kasus ini yaitu asuhan pada Ibu Nifas Dengan Pemberian Telur Rebus Untuk Penyembuhan Luka Perineum di Klinik Pratama Arrabih Kota Pekanbaru tahun 2023.

## Hasil

### a. Kajian Pertama

Kunjungan ke 1 pada Ny.T dilakukan di Klinik Pratama Arrabih pada tanggal 17 Juni 2023, pukul 18:45 Wib. Dengan hasil data subjektif, berikut : Ibu mengatakan bersalin pada 17 juni pukul 12:49 Wib. Ibu mengatakan nyeri pada luka pasca persalinan dan perih saat BAK. Ibu mengatakan sudah berjalan ke kamar mandi dengan sangat hati-hati. Sedangkan data Objektif dari hasil pemeriksaan didapatkan Keadaan umum ibu baik, Tanda-tanda vital : Tekanan Darah 95/60 mmHg, nadi 90 x/m, pernapasan 20 x/m, dan suhu ibu 36,5'c . Payudara : ada pengeluaran colostrum, puting susu menonjol, tidak ada benjolan, tidak ada rasa nyeri, tidak ada mastitis. Abdomen: TFU 2 jari dibawah pusat, kontraksi teraba keras dan konsistensi baik. Perineum : hasil inspeksi terdapat luka pada perineum, ibu mengalami luka perineum derajat 1 tanpa disertai perdarahan aktif, luka perineum masih basah, dan tidak ada edema. Sebelum diberikan telur rebus, dinilai menggunakan skala REEDA, yaitu terdapat luka perineum terlihat kemerahan, adanya bercak perdarahan, luka belum menutup dan tidak ada tanda tanda infeksi, didapatkan nilai skala REEDA dengan hasil 4. Pengeluaran pervaginam: hasil pemeriksaan inspeksi pengeluaran pervaginam berupa lochea rubra, berwarna merah segar dan bau amis darah.

### b. Kajian Kedua

Pada kunjungan ini merupakan hasil dari kunjungan dihari ketiga yang dilakukan di rumah pasien pada tanggal 19 Juni 2023, pukul 09:30 WIB. Data yang didapatkan berfokus pada penyembuhan luka dan pemeriksaan ibu nifas. Ibu mengatakan luka sudah mulai mengering, Ibu mengatakan sudah dapat beraktifitas dirumah. Untuk data objektif Keadaan umum ibu baik, Tanda-tanda vital : tekanan darah: 110/80 mmHg, nadi: 82 x/m, pernapasan: 22 x/m, suhu ibu 37'c, Payudara : ASI sudah keluar, Abdomen : TFU : pertengahan pusat-symfisis. Kontraksi: Baik. Perineum : hasil pemeriksaan inspeksi keadaan luka belum menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi dan edema pada perineum. Setelah diberikan telur rebus didapatkan skala REEDA dengan hasil nilai 3 yaitu dilihat dari luka yang belum

menyatu. Pengeluaran pervaginam : pengeluaran berupa lochea sanguinolenta berwarna merah kekuningan.

### c. Kajian Ketiga

Pada kunjungan ini merupakan hasil dari kunjungan dihari ketujuh yang dilakukan di rumah pasien pada tanggal 23 Juni 2023, pukul 09:00 WIB. Data yang didapatkan berfokus pada penyembuhan luka dan pemeriksaan ibu nifas. Ibu mengatakan tidak ada keluhan dan Ibu mengatakan sudah berjalan tanpa rasa takut. Sedangkan dari hasil pemeriksaan Keadaan umum ibu baik, Tanda-tanda vital : tekanan darah: 120/70 mmHg, nadi: 80 x/m, pernapasan: 22 x/m, suhu ibu 37°C, Payudara : ASI sudah keluar, Abdomen : TFU : pertengahan pusat-symfisis. Kontraksi: Baik, Perineum : hasil pemeriksaan inspeksi keadaan luka menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi dan edema pada perineum. Setelah diberikan telur rebus didapatkan skala REEDA dengan hasil nilai 0. Pengeluaran pervaginam : pengeluaran berupa lochea sanguinolenta berwarna merah kekuningan.

## Pembahasan

Pembahasan ini ditulis dengan maksud memberikan penjelasan khusus mengenai tinjauan kasus yang telah dijabarkan agar didapatkan suatu pemecahan masalah dari kesenjangan yang ada dan akhirnya dapat ditarik kesimpulan sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif dan efisien.

Data subjektif menggambarkan pendokumentasian hasil pengumpulan data klien melalui anamnesis. Dalam pelaksanaan asuhan kebidanan, data subjektif kajian I yang ditemukan pada pengkajian ini terdapat informasi sebelum diberikan asuhan telur rebus ibu mengeluh nyeri pada vagina (luka perineum) Menurut teori (Mohamad & Fauziah, 2012) nyeri dimulai ketika bagian tubuh terluka oleh tekanan, potongan, sayatan, dingin, atau kekurangan oksigen pada sel, maka bagian tubuh yang terluka akan mengeluarkan berbagai macam substansi intraseluler dilepaskan ke ruang ekstraseluler maka akan mengiritasi nosiseptor. Saraf ini akan merangsang dan bergerak sepanjang serabut saraf atau neurotransmisi yang akan menghasilkan substansi yang disebut dengan neurotransmitter seperti prostaglandin dan epineprin, yang membawa pesan nyeri dari medula spinalis ditransmisikan ke otak dan dipersepsikan sebagai nyeri.

Data objektif yang ditemukan pada kunjungan pertama yaitu keadaan umum ibu baik, dan tanda-tanda vital dalam batas normal, luka perineum tampak basah, dan luka perineum derajat 1. Sebelum dilakukan pemberian telur rebus, penulis memantau dengan formulir penyembuhan luka skala REEDA didapatkan dengan hasil 4 dan setelah dilakukan pemberian telur rebus pemantauan dilakukan kembali dan didapatkan hasil masih dengan nilai 4. Caranya dengan melihat luka yang diakibatkan oleh robekan jalan lahir, setelah itu dilihat pada lembar skala REEDA untuk menentukan karakteristik luka. Penilaian meliputi : *Redness* tampak kemerahan pada luka, *Oedema* adalah pembengkakan karena adanya cairan dalam jumlah besar yang abnormal diruang intraseluler tubuh, menunjukkan jumlah yang nyata dalam jaringan subkutis, *Ecchymosis* adalah bercak perdarahan yang kecil, lebih lebar dari petekie (bintik merah keunguan kecil dan bulat sempurna tidak menonjol), membentuk bercak merah dan ungu yang rata, bulat atau tidak beraturan,

*Discharge* adalah ekskresi atau pengeluaran cairan dari daerah luka, *Approcimation* adalah kedekatan jaringan atau kesatuan jaringan (Wijayanti, 2014). Dalam teori tingkatan luka perineum dibagi menjadi 4 yaitu Derajat 1 jika perlukaan perineum hanya terbatas pada mukosa vagina atau kulit perineum. Derajat 2 jika perlukaan yang lebih dalam dan luas ke vagina dan perineum dengan melukai fascia serta otot diafragma urogenital. Derajat 3 jika perlukaan yang lebih dalam lebih luas yang menyebabkan muskulus spingter ani rektum. Dan Derajat 4 yaitu perlukaan yang lebih luas dan lebih dalam yang menyebabkan muskulus spingter ani ekternum sampai ke dinding rectum anterior (Rukiah & Yulianti, 2012).

Data subjektif pada kunjungan II didapatkan bahwa ibu tidak ada keluhan tetapi masih sedikit demi sedikit dalam beraktivitas karena merasa takut dan nyeri pada luka perineum. Menurut hasil penelitian (Mulyati, Triwik, 2019) bahwa nyeri sangat individual dan subyektif, akan dipengaruhi oleh budaya dan persepsi seseorang terhadap nyeri. Kemampuan ibu untuk beradaptasi dengan nyeri juga sangat menentukan. Data Objektif pada kunjungan II didapatkan bahwa keadaan umum ibu baik, TTV dalam batas normal dan didapatkan hasil skala reeda setelah diberikan telur rebus selama 3 hari terdapat penyembuhan luka dengan nilai 3, luka sedikit terbuka, tidak ada tanda infeksi dan luka tidak basah. Pada kunjungan III didapatkan data objektif TTV dalam batas normal dan keadaan ibu baik, setelah 7 hari diberikan asuhan telur rebus pada ibu nifas, terdapat penyembuhan luka perineum. Dan didapatkan hasil skala reeda 0. Menurut (Prastowo, 2014), Telur ayam adalah salah satu bahan pangan yang mempunyai kandungan protein tinggi. Telur rebus mampu mempercepat penyembuhan luka perineum karena mengandung tinggi protein. Sejalan dengan hasil penelitian (Venti, 2020) telah membuktikan manfaat telur rebus dibutuhkan untuk kesembuhan luka jahitan perineum pada ibu nifas, mayoritas responden sembuh normal dengan waktu yang dibutuhkan antara 6-7 hari, lamanya waktu yang dibutuhkan untuk kesembuhan jahitan luka perineum terlihat nyata, waktu kesembuhan yang dibutuhkan ibu nifas yang tidak mengkonsumsi telur rebus rata-rata 7-4 hari.

Assasment yaitu menggambarkan pendokumentasian hasil analisa dan interpretasi data subjektif dan objektif dalam suatu identifikasi atau masalah potensial. Sesuai dengan teori (Kesehatan RI 2017) P2A0H2 yaitu artinya Partus yang kedua, Abortus selama kehamilan tidak ada, dan anaknya hidup berjumlah 2 dengan nyeri luka perineum detajat 1.

Planning merupakan gambaran pendokumentasian tindakan dan evaluasi, perencanaan, implementasi, berdasarkan pengumpulan data subjektif, objektif, dan assasment sesuai kebutuhan pasien (Kesehatan RI 2017). Planning pada kasus ini yaitu dengan memberikan komunikasi informasi dan edukasi tentang penyembuhan luka perineum. Untuk penyembuhan luka perineum penulis memberikan asuhan dengan memberikan telur rebus kepada ibu sehari tiga kali dilakukan asuhan selama 7 hari. Kemudian penulis memberikan KIE kebutuhan dasar ibu nifas yaitu dengan memberikan informasi pendidikan kesehatan mengenai kebutuhan dasar ibu nifas yaitu dengan memenuhi nutrisi dan cairan dengan mengkonsumsi karbohidrat protein seperti telur rebus, mengkonsumsi zat besi yang ada di daging, bayam dan sayuran hijau, dan mengkonsumsi vitamin dan mineral. Faktor gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka pada perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein. Nutrisi yang dikonsumsi harus bergizi, dan mengandung cukup kalori yang berfungsi untuk proses metabolisme tubuh.

Ibu nifas juga dianjurkan untuk minum dan menjaga kebutuhan hidrasi sedikitnya 3 liter setiap hari (Maritalia, 2012).

Selanjutnya penulis menginformasikan kepada ibu tentang tanda bahaya ibu nifas agar mencegah terjadinya komplikasi dan masalah yang tidak diinginkan. Yaitu dengan memberi tahu ibu tanda-tanda seperti ibu merasakan pusing, menggigil dan mual, suhu tubuh melebihi 37,5°C, Keluar cairan berbau dari jalan lahir, bengkak di wajah, tangan dan kaki, terjadinya perdarahan pervaginam yang lebih banyak dari biasanya (Saleha, 2009).

Menurut asumsi peneliti, penelitian ini sesuai dengan teori, yang mengemukakan bahwa penyembuhan luka perineum dapat dilakukan dengan pemberian asuhan telur rebus selama 7 hari rutin sebutir dalam sehari. Karena ibu nifas sangat memerlukan protein tinggi untuk memperbaiki sel-sel yang rusak termasuk bekas jahitan luka perineum yang dapat menyembuhkan luka.

## Kesimpulan

Setelah penulis melakukan asuhan, penulis menyimpulkan asessment yaitu P2A0H2 postpartum 8 jam dengan nyeri luka perineum derajat 1. Kemudian Assasment kunjungan dihari 7 yaitu P2A0H2 postpartum 7 hari, keadaan umum ibu baik, proses penyembuhan luka baik. Setelah dilakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pemberian telur rebus selama 3 kali kunjungan (7 hari) yaitu nifas 8 jam dilakukan pada pagi hari dan asuhan nifas 2 sampai 7 hari dilakukan dirumah pasien untuk mengevaluasi hasil asuhan yang diberikan, maka diperoleh hasil yaitu penyembuhan luka perineum yang dialami ibu baik. Luka kering, dan tidak ada tanda-tanda infeksi pada luka perineum

## Daftar Pustaka

- Dewi, R. (2019). *Pengaruh Pemberian Telur Ayam Broiler Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas ( Effect Of Giving Broiler Chicken Eggs To The Healing Of Perineal Wounds In Postpartum Mother )*. 4, 2–6.
- Eka Dewi Lestari Dkk, 2021 Pengaruh Pemberian Telur Rebus Untuk Peyembuhan Luka Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2019) Laporan Riskesdas 2018 Nasional.Pdf, P. 674.
- Buku KIA, 2018.
- Davidson N. 1974. REEDA. *Mengevaluasi Penyembuhan Pasca Melahirkan*, Journal of Perawat-Kebidanan. 19 (2): 6-8
- Kesehatan RI, K. (2017). *Bahan Ajar Dokumentasi Kebidanan (Pertama, p. 232)*.
- Lestari, F. A. (2021). *Pengaruh Pemberian Kompres Dingin Untuk Mengurangi Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Postpartum*. 12(2), 14–19
- Lestari, E.D. *Et Al.* (2021) Pemberian Putih Telur Rebus Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum, *MJ (Midwifery Journal)*, Vol 1, No.2. Juni 2021, Vol 1, No, Pp. 86—93.
- Novy Rahmini Harahap Dkk92021) Tentang Hasil Kelompok Ibu Nifas Dengan Luka Perenium

- Maya Saputri, E. And Febiola, E. (2021) Pengaruh Telur Rebus Dalam Penyembuhan Luka Perenium Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Arrabih Tahun 2020, *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, Pp. 67—74. Available At: <https://doi.org/10.25311/Prosiding.Vol1.Iss1.61>.
- Mohamad, J., & Fauziah, A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan* (1st ed.). Nuha Medika.
- Novita, H. (2017) Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka, *Poltekes Kemenkes Jakarta I*, Pp. 14—19.
- Prawirohardjo S. (2014) PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo;, *Ilmu Kebidanan*. [Preprint].
- Pujiastuti, W., Yuniyanti, B., & Masini. (2021). *Efektivitas Senam Nifas Dan Latihan Kegel Dalam Mencegah Inkontinensia Urin Masa Nifas*. 12(1), 78–82.
- Rahmanindar, N., & Rizqoh, U. (2019). *Kebutuhan Nutrisi Dengan Status Gizi Ibu Nifas Di Puskesmas Jatinegara Tahun 2018*. 08, 74–79.
- Rahmawati, E., & Triatmaja, N. T. (2015). *Correlation Of Nutrition In Postpartum Women With Perineal Wound Healing*. 19–24.
- Rukiah, A., & Yulianti, L. (2012). *Asuhan kebidanan IV (patologi)* (Pertama). CV. Trans Info Media.
- Rostika, T., Choirunissa, R., & Rifiana, A. J. (2020). *Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Sirih Merah Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Aster Kabupaten Karawang Jawa Barat*. 12(September), 196–204.
- Victoria, S. I., & Yanti, J. S. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Pelaksanaan Senam Nifas*. 01, 45–55.
- Walyani., Purwoastuti, (2015), *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wulandari, Risky. (2017). *Manfaat Ajaib Telur*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Warsito, H., M.P., R. And Nurdyansyah F. *Ilmu Bahan Makanan Dasar*. Cet. 1. Yogyakarta: Nuha Medika. 2018;
- Wiyani, R., & Adawiah, J. (2018). Efektivitas Kompres Dingin Terhadap Lama Penyembuhan Luka Rupture Perineum Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Darul Azhar*, 5(1), 64–71.