



ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU NIFAS DENGAN KONSUMSI PUTIH TELUR UNTUK PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DI PMB SITI JULAEGA KOTA PEKANBARU TAHUN 2021

Popi Anggraini¹⁾, Yulrina Ardhiyanti²⁾

DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾popianggraini1112@gmail.com, ²⁾rien.ardhi@htp.ac.id

Histori artikel

Received:
05 Oktober 2022

Accepted:
04 November 2022

Published:
22 Desember 2022

Abstrak

Luka perineum adalah robekan yang terjadi pada perineum sewaktu persalinan. Penyembuhan luka perineum dapat dipercepat dengan mengkonsumsi putih telur. Dari studi pendahuluan di PMB Siti Julaega terdapat 15 orang ibu bersalin dengan tindakan episiotomi derajat 2 dan tidak mengetahui bagaimana cara mempercepat penyembuhan luka perineum. Tujuannya yaitu untuk melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan konsumsi putih telur untuk penyembuhan luka perineum secara menyeluruh dan berkesinambungan melalui pendekatan manajemen serta mendokumentasikan asuhan yang telah diberikan dengan pendokumentasian SOAP. Metode yang digunakan adalah studi kasus, dilaksanakan di PMB Siti Julaega pada tanggal 16-22 Juli 2021. Hasilnya yaitu pada kunjungan pertama 2 jam postpartum kondisi luka perineum ibu dalam keadaan basah. Diberikan konsumsi putih telur selama 7 hari dan pada kunjungan kedua kondisi luka perineum ibu sudah mengering. Disimpulkan bahwa ibu nifas yang mengkonsumsi putih telur mengalami penyembuhan luka perineum dengan cepat. Disarankan agar tenaga kesehatan memberikan penkes tentang menu gizi seimbang untuk penyembuhan luka perineum salah satunya dengan mengkonsumsi putih telur dan mensosialisasikan cara membersihkan dan merawat luka perineum dengan benar.

Kata-kata Kunci: *Nifas, Luka Perineum, Putih Telur*

Latar Belakang

Persalinan dan terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Kebanyakan robekan perineum terjadi sewaktu melahirkan dan penanganannya merupakan masalah kebidanan (Fatimah, 2013).

Salah satu penyebab dari infeksi postpartum, adalah perlukaan pada perineum. Luka pada perineum akibat ruptur atau laserasi merupakan daerah yang tidak mudah kering. Angka kejadian infeksi karena luka perineum masih tinggi, diperkirakan insiden trauma perineum luka perineum dialami 70% wanita yang melahirkan pervaginam sedikit banyak mengalami trauma pariental (Lestari, 2016).

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa terjadi 2,7 juta kasus ruptur perineum pada ibu bersalin. Angka ini diperkirakan mencapai 6,3 juta pada tahun 2050. Di Inggris, tiap tahunnya terdapat 20.000 ibu bersalin yang mengalami luka robekan perineum sebanyak 15% diantaranya mengalami penyembuhan luka yang lambat dan 6% diantaranya mengalami infeksi karena kurangnya kebersihan vulva pada saat proses penyembuhan (Kemenkes RI, 2017).

Proses penyembuhan luka banyak dipengaruhi oleh nutrisi kompleks, jika nutrisi seseorang tidak terpenuhi maka proses penyembuhan luka akan tidak baik dan membutuhkan waktu yang cukup lama. Proses untuk mempercepat penyembuhan luka perineum terdapat beberapa cara adalah melalui mobilisasi dini, vulva hygiene dan perbaikan gizi dengan mengkonsumsi makanan tinggi protein. Sumber umum protein yang sangat bagus untuk proses penyembuhan luka (Lebang, 2015).

Protein dapat diperoleh dari hewan atau tumbuh-tumbuhan. Protein yang berasal dari hewan disebut hewani misalnya daging, susu atau telur. Sedangkan protein dari tumbuhan disebut rotein nabati yang terdapat pada kacang-kacangan. Kandungan protein hewani tertinggi terdapat di ikan gabus (*Channa striata*) dengan kadar protein 20 gram, belut sebanyak 14,0 gram dan telur sebanyak 12,8 gram (Suwandi et al. 2014). 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 (Setyowati, 2014).

Perlukaan perineum di Indonesia 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). Berdasarkan profil kesehatan Kota Pontianak, kasus infeksi nifas sebanyak (21%), kelainan bawaan (17%) dan masalah penyakit lainnya (24%). Berdasarkan data tersebut dapat di ketahui bahwa penyebab dari kasus infeksi pada ibu nifas adalah sebanyak 21% (Dinas Kesehatan, 2017)

Salah satu solusi bagi ibu *post partum* yang mengalami luka perineum adalah dengan mengkonsumsi makanan hewani yaitu telur rebus, telur merupakan jenis lauk pauk protein hewani yang murah, mudah ditemukan, ekonomis dan salah satu makanan paling padat nutrisi. Kandungan nutrisi telur rebus utuh mengandung lebih dari 90% kalsium zat besi, satu telur berkualitas dan asam amino esensial (Rifani, 2017).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian dari Supiati (2014) tentang “*Pengaruh Konsumsi Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Dan Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Nifas*” menyatakan bahwa, mayoritas responden yang mengkonsumsi putih telur dengan di rebus sembuh normal dengan waktu yang dibutuhkan antara 6–7 hari yaitu sebanyak sebesar 0,010 ($p = < 0,05$) sehingga hipotesis penelitian diterima, sehingga ada pengaruh antara pemberian putih telur dengan penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas di PMB Siti Julaeha Kota Pekanbaru. Sedangkan ibu nifas yang mengalami percepatan kesembuhan luka jahitan perineum membutuhkan waktu kurang dari atau dalam waktu 7 hari hanya ada 8 responden (44,4%) yang terdiri 2 responden (11,1%) sembuh dalam waktu 4 hari dan 6 responden (33,3%) sembuh dalam waktu 5 hari dan tidak ditemukan ibu nifas yang membutuhkan waktu lebih dari 8 hari untuk kesembuhan luka jahitan perineum yang mengkonsumsi putih telur.

Metode

Metode ini digunakan dalam bentuk pengkajian data subjektif, objektif, assessment dan penatalaksanaan. Metode ini menggali tentang bagaimana asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan konsumsi putih telur untuk penyembuhan luka perineum. Studi kasus dilakukan pada Ny. M umur 33 tahun P4A0H4 di PMB Siti Julaeha pada tanggal 16-22 Juli 2021 dengan pemberian putih telur 2 kali sehari selama 7 hari. Pada kunjungan pertama 2 jam postpartum kondisi luka perineum ibu masih basah dan pada kunjungan kedua 7 hari postpartum kondisi luka perineum ibu sudah engering. Jenis data primer. Cara pengumpulan data anamnesa, observasi, pemeriksaan dan dokumentasi. Analisa data dengan membandingkan antara data yang diperoleh dengan teori yang ada.

Hasil

1. Kajian 1

Kajian pertama (kunjungan 2 jam post partum) dilakukan pada Ny. M tanggal 16 Juli 2021 pukul 18.00 WIB di PMB Siti Julaeha yang beralamat di Jalan Delima VII Kelurahan Tobek Gadang Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. Data subjektif : ibu mengatakan senang atas kelahiran bayinya, merasa lelah, ini merupakan anak keempat, masih mules dan nyeri pada luka perineum. Data objektif : keadaan umum ibu baik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 120/70 mmHg, pernafasan 20 x/menit, nadi 80 x/menit, suhu 36,5 °C. Hasil pemeriksaan fisik : kepala; tidak ada ketombe, tidak rontok, mata ; konjungtiva merah muda, sklera, wajah; tidak ada hyperpigmentasi, tidak ada oedema, leher; tidak ada pembengkakan kelenjar tyroid. Hasil pemeriksaan mammae/payudara: colestrum /ASI; ada, putting susu; menonjol, rasa nyeri; tidak ada, kebersihan; baik. Hasil pemeriksaan abdomen : bekas luka operasi; tidak ada, TFU; 3 jari dibawah pusat.

Assesment pada Ny. M adalah P4A0H4 post partum 2 jam dengan luka perienum. Penatalaksanaan yang dilakukan adalah 1). Membina hubungan baik dengan ibu dan keluargadengan

penuh ramah, senyum, sapa, sopan dan santun, 2). Menginformasikan kepada ibu bahwa hasil pemeriksaan dalam batas normal, TD 120/70 mmHg, nadi 80 x/menit, pernapasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C, TFU 3 jari dibawah pusat, 3). Memantau kondisi luka perineum pada ibu dengan menggunakan skala REEDA : kemerahan (*Reedness*) dengan skor 2, pembengkakan atau (*udema*) dengan skor 1, bercak pendarahan (*Ecchymosis*) dengan skor 1, pengeluaran (*Discharge*) dengan skor 1, penyatuan luka (*Aproximation*) dengan skor 2 tidakada tanda-tanda infeksi, perdarahan \pm 10 cc yaitu lochea sanguinolenta, 4). Mengajarkan ibu cara perawatan luka perineum yaitu dengan menggunakan air hangat, keringkan daerah vagina dan perineum menggunakan tisu atau kainyang bersih, ganti pembalut setiap 4-6 jam, biarkan perineum dan vagina sembuh dengan sendirinya, 5). Menganjurkan ibu mengkonsumsi menu seimbang yaitu mengandung karbohidrat, protein, lemak, mineral, sayuran, buah-buahan danmenganjurkan ibu makan putih telur 1 kali sehari, 6). Memberitahu kepada ibu tentang tanda bahaya masa nifas yaitu pendarahan abdormal, demam tinggi, sakit kepala, dan depresi pospartum, 7). Memberitahu ibu tentang asi eksklusif yaitu memberikan ASI saja selama 6 bulan tanpa makanan tambahan. ASI adalah makanan yang penting bagi bayikarena mengandung gizi yang cukup yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. ASI adalah sumber kekebalan bagi bayi untuk mencegah bibit-bibit penyakit yang masuk ke dalam tubuh bayi selain itu ASI juga mengandung zat inti alergi untuk mencegah alergi pada bayi, 8). Melakukan *bounding attachment* dengan cara melakukan kontak mata, menyentuh, berbicara, danmengeksplorasi segera setelah mengenal bayi, 9). Memberikan vitamin A pada ibu untuk mencegah anemia defisiensi besi, membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi bisa maksimal, 10). Memberitahu ibu bahwa kunjungan terakhir akan dilaksanakan pada tanggal 22 Juli 2021.

2. Kajian 2

Kajian kedua (kunjungan 7 hari post partum) dilakukan pada Ny. M tanggal 22 Juli 2021 pukul 16.00 WIB di rumah pasien. Data subjektif : ibu mengatakan bayinya sehat dan kuat menyusui, sudah tidak merasakan nyeri pada luka perineum, ingin memastikan luka perineum sudah kering atau belum, ibu juga mengkonsumsi ikan gabus. Data objektif : kesadaran compos mentis, TD 120/90 mmHg, nadi 84 x/menit, pernapasan 21 x/menit, suhu 36,2 °C. Hasil pemeriksaan fisik : TFU; pertengahan pusat – simpisis, kontraksi uterus; baik, pendarahan; \pm 10 cc berwarna putih kemerahan (lochea sanguinolenta). Luka perineum : kondisi luka; baik dan kering, pus(-), infeksi perineum(-).

Assesment pada Ny. M adalah P4A0H4 post partum hari ke -7 dengan luka perineum sudah tampak kering dan rapat. Penatalaksanaan yang dilakukan adalah 1). Menginformasikan ibu bahwa keadaan umum baik, TD 120/90 mmHg, nadi 84x/menit, pernapasan 21x/menit, suhu 36,5 °C,puting susu menonjol, puting susu lecet sudah berkurang, 2). Memantau kondisi luka perineum pada ibu dengan menggunakan skala REEDA : kemerahan (*Reedness*) dengan skor 0, pembengkakan atau (*udema*) dengan skor 0, bercak pendarahan (*Ecchymosis*) dengan skor 0, pengeluaran (*Discharge*): dengan skor 0, penyatuan luka (*Aproximation*) dengan skor 0, tidakada tanda-tanda infeksi, perdarahan \pm 10 cc yaitu

lochea sanguinolenta, 3). Mengajarkan ibu cara perawatan luka perineum yaitu dengan menggunakan air hangat, keringkan daerah vagina dan perineum menggunakan tisu atau kain yang bersih, ganti pembalut setiap 4-6 jam, biarkan perineum dan vagina sembuh dengan sendirinya, 4). Memberikan pemenuhan nutrisi seimbang kepada ibu yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, sayuran, buah-buahan dan menganjurkan ibu makan putih telur 2 kali sehari, 5). Melihat apakah ada perubahan pada luka perineum ibu setelah mengkonsumsi putih telur apakah luka sudah kering atau belum, 6). Memberitahu ibu bahwa kunjungan ini kunjungan terakhir, 7). Melakukan pendokumentasian pada lembar observasi.

Pembahasan

Pembahasan ini dimaksudkan agar penulis dapat mengambil suatu kesimpulan dan pemecahan masalah dari kesenjangan yang ada, sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif, dan efisien, serta memberikan pendidikan kesehatan yaitu serangkaian upaya yang ditujukan untuk mempengaruhi orang lain, mulai individu, kelompok, keluarga dan masyarakat agar terlaksananya perilaku hidup sehat.

Dalam pelaksanaan asuhan kebidanan, data subjektif yang ditemukan pada pengkajian ini serta dengan teori yang ditemukan pada kunjungan pertama, ibu mengatakan bahwa ia masih merasa lemas dan mules, merasakan nyeri dan sakit akibat adanya luka pada perineum. Hal ini sesuai dengan (Wijayanti, 2016) dampak yang terjadi apabila penyembuhan luka terlambat dapat menyebabkan ketidaknyamanan seperti rasa sakit dan rasa takut untuk bergerak. Selanjutnya didapatkan dari data subjektif kunjungan terakhir, luka perineum sudah kering dan tidak terasa nyeri dan ibu juga mengatakan bahwa ibu juga mengkonsumsi ikan gabus dirumah. Hal ini sesuai dengan (Ansar, 2011) menjelaskan bahwa sejak dahulu ikan gabus dipercaya dapat mempercepat penyembuhan luka sehingga dianjurkan untuk dikonsumsi pasien dan ibu-ibu sehabis melahirkan. Hal ini dikarenakan ikan gabus mengandung protein yang tinggi.

Data objektif dari hasil yang diperoleh pada kunjungan pertama keadaan umum baik, kesadaran compos mentis dan tanda-tanda vital dalam batas normal, TFU 3 jari dibawah pusat, puting susu menonjol, terdapat luka pada perineum ibu, keadaan luka perineum masih basah, tidak terdapat infeksi, pengeluaran berupa lochea rubra, konsistensi cair dan berwarna merah. Hal ini sesuai dengan (Syaifuddin, 2012) bahwa luka perineum ditandai dengan adanya nyeri pada luka perineum, perih saat buang air kecil, dan keluar cairan seperti berbau. Selanjutnya didapatkan dari data objektif kunjungan terakhir yaitu keadaan umum baik, kesadaran compos mentis dan tanda-tanda vital dalam batas normal, TFU pertengahan pusat – simpisis, puting susu menonjol, kondisi luka perineum sudah baik dan kering. Hal ini sesuai dengan (Supiati S, 2015) menyatakan bahwa luka perineum sudah tampak baik dan kering dalam waktu 6 – 7 hari.

Assesment dibuat berdasarkan pengkajian data subjektif dan objektif yang telah penulis lakukan, assesment pada kunjungan pertama yaitu P4A0H4 post partum 2 jam dengan luka perineum dan assesment pada kunjungan 2 dalam kasus ini yaitu P4A0H4 post partum 7 hari dengan luka perineum keadaan umum baik. Sesuai menurut teori (Yulifah, 2013). Menggambarkan dokumentasi analisis, diagnosis / masalah,

antisipasi diagnosis / kemungkinan masalah, perlunya tindakan segera oleh bidan atau dokter, konsultasi / kolaborasi dan perujukan sebagai langkah 2,3, dan 4 varney.

Plan pada studi luka perineum ini pertama penulis membina hubungan baik dengan keluarga pasien dengan tujuan agar terciptanya rasa saling percaya dan pasien merasa aman dan nyaman dalam berinteraksi, selanjutnya penulis menginformasikan hasil pemeriksaan kepada pasien dengan tujuan pasien dapat mengetahui keadaan umum pasien.

Selanjutnya penulis memberikan asuhan kebidanan dengan mengkonsumsi putih telur untuk penyembuhan luka perineum dengan hasil dari kunjungan 1 dan kunjungan 2 penulis dengan menggunakan lembar REEDA.

Hal ini juga sesuai dengan teori (Rifani,2017) Salah satu solusi bagi ibu *post partum* yang mengalami luka perineum adalah dengan mengkonsumsi makanan hewani yaitu putih telur, telur merupakan jenis lauk pauk protein hewani yang murah, mudah ditemukan, ekonomis dan salah satu makanan paling padat nutrisi. Kandungan nutrisi telur rebus utuh mengandung lebih dari 90% kalsium zat besi, satu telur berkualitas dan asam amino esensial. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Supiati S,2015) yang berjudul "*Pengaruh Konsumsi Putih Telur Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas*", yang menyatakan bahwa lamanya waktu yang dibutuhkan untuk kesembuhan luka jahitan perineum ibu nifas pada kelompok perlakuan (kelompok yang mengkonsumsi putih telur) mayoritas responden sembuh normal dengan waktu yang dibutuhkan antara 6 – 7 hari. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endang Budi Setyowati (2014) berjudul "*Hubungan Pemberian Tambahan Putih Telur Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas*" yang menyatakan bahwa tentang perbedaan efektivitas pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Gundi Kota Surabaya. Didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu nifas dengan luka perineum yang diberikan putih telur mengalami fase penyembuhan luka yang cepat.

Dalam memberikan asuhan kebidanan ibu nifas dengan luka perineum dianjurkan untuk membersihkan luka perineum dengan cara vulva hygiene. Hal ini sesuai juga dengan (Suwiyoga, (2010) untuk menghindari infeksi *perineum* perlu dilakukan perawatan *vulva* yang disebut *vulva hygiene*. *Vulva hygiene* adalah membersihkan daerah *vulva* pada ibu yang telah melahirkan sampai 42 hari pasca persalinan.

Menganjurkan ibu makan dengan menu seimbang kepada ibu yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, mineral, sayuran, buah-buahan dan menganjurkan ibu makan putih telur 1 kali sehari. Hal ini sesuai dengan (Retna, 2011). Menu gizi seimbang juga merupakan zat yang diperlukan oleh tubuh untuk metabolisme. Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama bila menyusui akan meningkat karena berguna untuk proses kesembuhan karena sehabis melahirkan dan untuk memproduksi air susu yang cukup untuk menyehatkan bayi. Memberitahu kepada ibu tentang tanda bahaya masa nifas yaitu : Pendarahan abnormal, demam tinggi, sakit kepala, dan depresi porspartum. Memberitahu kepada ibu tentang asi eksklusif yaitu memberikan asi saja selama 6 bulan tanpa makanan tambahan. Asi adalah makanan yang penting

bagi bayi karena asi mengandung gizi yang cukup yang dibutuhkan bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Asi adalah sumber kekebalan bagi bayi untuk mencegah bibit-bibit penyakit yang masuk ke dalam tubuh bayi selain itu, asi juga mengandung zat inti alergi untuk mencegah alergi pada bayi.

Melakukan *bounding attachment* dengan cara melakukan kontak mata, menyentuh, berbicara, dan mengeksplorasi segera setelah mengenal bayi. Hal ini sesuai dengan (Endang,2015) tujuan *bounding attachment* yaitu untuk membuat bayi merasa dicintai, diperhatikan dan sebagai interasiki terus menerus antara bayi dan orang tua yang bersifat saling mencintai dan saling membutuhkan. Memberikan vit A pada ibu untuk mencegah anemia defisiensi besi, membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi bisa maksimal.

Hasil ini sesuai dengan penelitian (Endang Budi Setyowati, 2014) yang berjudul "*Hubungan Pemberian Tambahan Putih Telur Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas*" yang menyatakan bahwa tentang perbedaan efektivitas pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Gundi Kota Surabaya. Di dapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu nifas dengan luka perineum yang diberikan telur rebus mengalami fase penyembuhan luka yang cepat.

Berdasarkan pada pengalaman langsung penulis dalam studi kasus ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan untuk lebih diperhatikan bagi penulis lainnya dalam menyempurnakan pemberian asuhan. Keterbatasan dalam studi kasus ini yaitu : selama memberikan asuhan dengan konsumsi putih telur, pasien tidak hanya mengkonsumsi satu ragam protein saja (putih telur) namun pada studi kasus ini pasien juga mengkonsumsi protein lainnya salah satunya ikan gabus yang juga mempercepat penyembuhan luka, sehingga menurut penulis hasilnya menjadi bias untuk menentukan lamanya percepatan pemberian putih telur untuk penyembuhan luka perineum. Disamping itu tidak ada referensi yang pasti untuk menentukan berapa banyaknya konsumsi putih telur yang diberikan dan frekuensi pemberiannya.

Kesimpulan

Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan luka perineum mengkonsumsi putih telur di PMB Siti Julaeha dilaksanakan menggunakan metode SOAP (Subjektif, Objektif, Analisa, dan Penatalaksanaan). Setelah mengumpulkan data secara keseluruhan dapat dibuat kesimpulan yaitu : pada kunjungan pertama 2 jam postpartum kondisi luka perineum ibu dalam keadaan basah. Diberikan konsumsi putih telur selama 7 hari dan pada kunjungan kedua kondisi luka perineum ibu sudah mengering. Disimpulkan bahwa ibu nifas yang mengkonsumsi putih telur mengalami penyembuhan luka perineum dengan cepat. Disarankan agar tenaga kesehatan memberikan penkes tentang menu gizi seimbang untuk penyembuhan luka perineum salah satunya dengan mengkonsumsi putih telur dan mensosialisasikan cara membersihkan dan merawat luka perineum dengan benar.

Daftar Pustaka

- Aisa, S., Sari, A., Oktalia, J., Nurmiaty, & Metha, J. M. (2018). *Panduan Penulisan Catatan SOAP dalam Pendokumentasian Kebidanan* (Juraida Roito Harahap (ed.); 1st ed.). NuhaMedika.
- Anggraini Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Azizah, F.M. & Afiyah, M. (2018). *Pengaruh Pemberian Putih Telur Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di RSUD Waluyo Jati Kabupaten Probolinggo*, <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2489452&val=23657&title=PENGARUH%20PEMBERIAN%20PUTIH%20TELUR%20TERHADAP%20LAMA%20PENYEMBUHAN%20LUKA%20PERINEUM%20DI%20RSUD%20WALUYO%20JATI%20KABUPATEN%20PROBOLINGGO>
- Fatimah. (2019). *The Effectiveness of Red Betel in Healing Perineal Wound in Independent*. *Kesehatan Masyarakat Nasional*, 8(03), 39–44.
- Kemendes RI. (2017). *Hubungan Vulva Hygiene dengan Kejadian Infeksi Luka Perineum pada ibu nifas di Klinik Aminah Amin Samarinda*. *Journal of Food System Research*, 14(2), 70–75.
- Lebang. (2015). *Food Combining Itu Gampang: Tubuh sehat ideal Walau Makan Kenyang*, Bandung : Mizan Media Utama.
- Kemendes RI. (2020). *Hubungan Umur, Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kunjungan Antenatal Care (ANC) (K4) Ibu Hamil di Puskesmas Pariaman Tahun 2018*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(1), 62– 69.
- Maritalia, D. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Megasari, M. (2013). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Perdarahan Pasca Persalinan di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau Tahun 2019-2010*. Vol 2 Nome
- Novidha, D.H. (2022). *Efektifitas Konsumsi Putih Telur Rebus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Post Partum*, [file:///C:/Users/Acer/Downloads/235-Article%20Text-421-1-10-20220715%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Acer/Downloads/235-Article%20Text-421-1-10-20220715%20(1).pdf).
- Prihartanti. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Sri Kabupaten Jombang*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(2), 1–5.
- Rahardjo, S., & Gudnanto. (2011). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Nora Media Enterprise.
- Rifani. (2017). *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.
- Rukiah. (2013). *Asuhan Kebidanan Kehamilan Kabupaten Jombang*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(2), 1–5.
- Santi, E., Putri, T.E. & Lepita. (2020). *Hubungan Pemberian Tambahan Putih Telur Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas di BPM Utin Mulia*, <file:///C:/Users/Acer/Downloads/506-1643-1-PB.pdf>
- Setyowati. (2014). *Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas Di Bpm Utin Tahun 2019 Correlation of Giving Early White Eggs on Acceleration of Wound Healing Perineum Degrees li in Pos*. 6, 22–26
- Turnip, M., Nurianti, I. & Sirait, R.A. (2022). *Pengaruh Pemberian Rebusan Putih Telur Terhadap Penyembuhan Laserasi Pada Ibu Pasca Bersalin di Klinik Pratama Nining Pelawati Lubuk Pakam*, <file:///C:/Users/Acer/Downloads/1362-Article%20Text-12475-2-10-20221031.pdf>