

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS KONSUMSI PUTIH TELUR AYAM DENGAN SUSU
SKIM UNTUK PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM DERAJAT II
PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS BINUANGEUN**

Elvia Novianti^{1*}, Imrotul Azizah²

¹⁻²Fakultas Ilmu Kesehatan, STIKes Universitas Abdi Nusantara

Email Korespondensi: azizah578@gmail.com

Disubmit: 15 Agustus 2024

Diterima: 04 Maret 2025

Diterbitkan: 01 April 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i4.17004>

ABSTRACT

Based on data at the Binuangeun Community Health Center, in 2022 the number of mothers giving birth was 640 people and 102 people who experienced second degree perineal rupture occurred or 16%. To determine the effectiveness of consuming chicken egg whites and skimmed milk for healing second degree perineal wounds in postpartum women at the Binuangeun Community Health Center in 2024. The type of research used is quasi-experimental involving an intervention but without a random system in selecting the sample group. to determine the effectiveness of consuming chicken egg whites and skim milk for healing grade II perineal wounds in postpartum mothers. The results of the Mann Whitney test showed that the average difference between the skim milk treatment and the chicken egg white treatment was 1.28 days with a z-score of -2.347 and a p-value of 0.015. So it can be concluded that there is a difference in the effect of chicken egg white and skim milk on the healing of grade II perineal wounds in postpartum mothers. From the 2 treatments, it can be concluded that skim milk is more effective for healing grade II perineal wounds compared to chicken egg white.

Keywords: *Perineal wounds, Skim Milk and Eggs*

ABSTRAK

Berdasarkan data di Puskesmas Binuangeun pada tahun 2022 jumlah ibu bersalin sebanyak 640 Orang dan yang terjadi rupture perineum derajat II sebanyak 102 Orang atau 16%. Mengetahui Efektivitas Konsumsi Putih Telur Ayam Dan Susu Skim Untuk Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas di Puskesmas Binuangeun Tahun 2024. Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasy eksperiment* melibatkan suatu intervensi namun tanpa system acak (random) pada pemilihan grup sampelnya untuk mengetahui efektivitas konsumsi putih telur ayam dan susu skim untuk penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas. Hasil uji mann whitney, didapatkan hasil selisih rata-rata antara perlakuan susu skim dengan perlakuan putih telur ayam sebanyak 1,28 hari dengan nilai z-score -2,347 dan nilai p-value 0,015. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan pengaruh putih telur ayam dan susu skim terhadap penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas. Dari 2 perlakuan maka dapat disimpulkan bahwa susu

skim lebih efektif untuk penyembuhan luka perineum derajat II di bandingkan dengan putih telur ayam.

Kata Kunci: Luka perineum, Susu Skim dan Telur

PENDAHULUAN

Fase nifas di Indonesia menyoroti masalah kesehatan yang signifikan terkait dengan luka perineum pada ibu melahirkan. Luka perineum dialami oleh sebagian besar ibu yang melahirkan secara normal, dan risiko kematian ibu akibat perdarahan masih tinggi. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2019), dari 4.221 kematian ibu pada tahun tersebut, 1.280 di antaranya disebabkan oleh perdarahan. Di Provinsi Banten, perdarahan menyumbang sebagian besar kasus kematian ibu, dengan 247 laporan kematian ibu pada tahun 2018 (Dinkes Banten, 2018).

Selama fase nifas, yang berlangsung sekitar enam minggu, tubuh ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis. Perubahan ini termasuk involusi uterus, keluarnya lochea, serta perubahan pada serviks dan vulva. Selain itu, ada juga perubahan pada sistem pencernaan dan perlunya perawatan terhadap luka perineum akibat episiotomi. Jika tidak ditangani dengan baik, luka perineum bisa menyebabkan komplikasi serius seperti infeksi dan perdarahan, terutama jika terjadi laserasi pada jalan lahir (Wiknjosastro, 2018; Fahriani et al., 2020).

Untuk mempercepat penyembuhan luka perineum, konsumsi makanan yang kaya protein sangat dianjurkan. Protein berperan penting dalam perkembangan, pemeliharaan, dan perbaikan jaringan, termasuk penyembuhan luka. Albumin, yang ditemukan dalam putih telur, adalah salah satu protein yang sangat penting dalam proses penyembuhan ini. Studi menunjukkan

bahwa konsumsi susu skim dan telur ayam rebus dapat mempercepat penyembuhan luka perineum secara signifikan (Sholikhatin, 2021; Fathiah Rahmi Maria Ulfa, 2019).

Secara teori, fase nifas adalah periode kritis yang dimulai segera setelah kelahiran plasenta dan berlangsung hingga organ reproduksi kembali ke kondisi sebelum hamil. Perubahan fisiologis yang terjadi selama periode ini, meskipun normal, bisa menyebabkan ketidaknyamanan dan jika tidak diatasi dengan baik, bisa berkembang menjadi masalah kesehatan yang lebih serius (Yuliana & Hakim, 2020). Oleh karena itu, perawatan yang tepat sangat penting untuk memastikan kesehatan ibu setelah melahirkan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Binuangeun pada tahun 2022, terdapat 640 ibu yang bersalin, dan dari jumlah tersebut, 102 ibu atau sekitar 16% mengalami ruptur perineum derajat II. Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini "Apakah Konsumsi Putih Telur Ayam dan Susu Skim Efektif Untuk Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas di Puskesmas Binuangeun Tahun 2024?".

TINJAUAN PUSTAKA

Penyembuhan luka adalah proses dari kedua inisiasi respon inflamasi akut segera setelah perdarahan, koagulasi, atau setelah trauma, dan merupakan proses dari proses kompleks yang kompleks dan sistemik, matriks ekstraseluler sintetis protein, renung paren dan kolagen pemisahan (Siti, 2024). Luka

dianggap sembuh total jika kembali ke anatomi, fungsi jaringan, dan penampilan normalnya dalam waktu yang wajar. Secara umum, penyembuhan luka dibagi dalam 3 fase yaitu :

- a. Fase inflamasi terbagi menjadi 2 yaitu inflamasi awal atau homeostatis dan inflamasi akhir :
1) Fase inflamasi awal atau homeostatis Pada fase inflamasi awal (fase hemostatik), ketika jaringan rusak, pembuluh darah pada luka terpotong dan berdarah. Tubuh pertama-tama mengaktifkan faktor pembekuan endogen dan ekstrinsik untuk menghentikan pendarahan, menyebabkan agregasi trombosit. Stenosis pembuluh darah, kehilangan darah (kontraksi) dan reaksi hemostatik.
- b. Fase inflamasi akhir Tahap inflamasi dimulai segera setelah trauma dan berakhir 5 hari setelah trauma. Tujuan utama dari fase ini adalah pengangkatan jaringan mati dan pencegahan kolonisasi dan infeksi oleh 8 mikroorganisme patogen.
- c. Fase proliferasi Fase proliferasi berlangsung mulai hari ke-3 hingga 14 pasca trauma, ditandai dengan pergantian sel-sel rusak yang didominasi oleh platelet dan makrofag secara bertahap.
- d. Fase maturasi (remodeling) Tahap pematangan ini berlangsung sekitar satu tahun dari hari ke21

dan bertujuan untuk memaksimalkan kekuatan dan integritas struktural jaringan baru, pertumbuhan epitel, dan pembentukan jaringan parut (Jusniati, 2024).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode quasi-experiment dengan desain posttest only control group design untuk mengevaluasi efektivitas konsumsi putih telur ayam dan susu skim dalam penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas. Penelitian dilakukan di Puskesmas Binuangeun pada bulan Mei-Juni 2024, melibatkan 36 ibu nifas yang dibagi secara acak menjadi dua kelompok: kelompok intervensi dengan susu skim dan kelompok kontrol dengan putih telur ayam.

Data diambil menggunakan skala REEDA, yang mengukur penyembuhan luka berdasarkan kemerahan, pembengkakan, dan faktor lainnya. Analisis data melibatkan uji normalitas dan uji statistik, dengan hasil menunjukkan bahwa putih telur ayam lebih efektif dalam penyembuhan luka perineum dibandingkan dengan susu skim. Penelitian ini juga mempertimbangkan etika penelitian dengan menghormati subjek dan memastikan keadilan serta keamanan bagi semua responden.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Putih Telur Ayam

Penyembuhan Luka Perineum	Frekuensi	Persentase
Cepat	11	61,1
Lambat	7	38,9
Total	18	100

Berdasarkan tabel 1, dari 18 responden mayoritas ibu nifas mengalami penyembuhan luka perineum secara cepat setelah mengkonsumsi putih telur ayam

sebanyak 11 responden (61,1%) sedangkan ibu nifas yang penyembuhan luka perineum secara lambat sebanyak 7 responden (38,9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Susu Skim

Penyembuhan Luka Perineum	Frekuensi	Persentase
Cepat	18	100
Lambat	0	0
Total	18	100

Berdasarkan tabel 2, dari 18 responden seluruhnya mengalami penyembuhan luka perineum secara

cepat setelah mengkonsumsi susu skim sebanyak 18 responden (100%).

Tabel 3. Perbandingan Pengaruh Putih Telur Ayam Dan Susu Skim Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas

Variabel	Mean	Z-Score	P-Value
Penyembuhan Luka Perineum Derajat II dengan Perlakuan Susu Skim	4,11	-2,347	0,015
Penyembuhan Luka Perineum Derajat II dengan Perlakuan Putih Telur Ayam	5,39		

Berdasarkan tabel 3 yang diuji menggunakan uji mann whitney, didapatkan hasil selisih rata-rata antara perlakuan susu skim dengan perlakuan putih telur ayam sebanyak 1,28 hari dengan nilai z-score -2,347

dan nilai p-value 0,015. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan pengaruh putih telur ayam dan susu skim terhadap penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas.

PEMBAHASAN

Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Putih Telur Ayam

Penelitian ini menyoroti pentingnya penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas, yang melibatkan robekan pada kulit dan otot perineum tanpa mengenai otot sfingter ani. Luka ini perlu diperhatikan dalam perawatan postpartum karena dapat memengaruhi kenyamanan dan pemulihan ibu. Putih telur ayam, yang

kaya akan albumin, telah menjadi fokus penelitian karena kandungan proteinnya yang mendukung sintesis kolagen dan pembentukan jaringan baru, yang esensial dalam proses penyembuhan luka perineum (Hidayah et al., 2023).

Studi menunjukkan bahwa penggunaan putih telur ayam dapat mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Penelitian oleh Turnip et al. (2022) menemukan bahwa ibu nifas yang menerima perawatan

dengan putih telur ayam menunjukkan perbaikan lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol, dengan tanda-tanda inflamasi yang berkurang dan proses epitelisasi yang lebih cepat. Hal ini dikaitkan dengan kandungan protein dalam putih telur yang mendukung angiogenesis dan proliferasi sel, serta sifat antimikroba alami yang membantu mencegah infeksi.

Selain itu, penelitian oleh Purnani (2019) membandingkan efektivitas putih telur ayam dengan ikan gabus pada ibu nifas, menemukan bahwa kelompok yang dirawat dengan putih telur ayam mengalami penyembuhan lebih cepat dalam 5-7 hari dibandingkan kelompok kontrol yang membutuhkan 7-10 hari. Kepuasan ibu juga lebih tinggi pada kelompok yang menerima perawatan dengan putih telur, yang diduga disebabkan oleh kandungan asam amino esensial dalam putih telur yang penting untuk regenerasi jaringan.

Meskipun hasil ini menjanjikan, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan keamanan dan efektivitas putih telur ayam dalam penyembuhan luka perineum secara luas. Faktor higienitas, potensi alergi, dan integrasi dengan perawatan standar postpartum perlu dipertimbangkan. Penelitian dengan sampel lebih besar dan desain studi yang lebih baik diperlukan untuk mengembangkan protokol perawatan yang distandarisasi, guna memaksimalkan manfaat dan mengurangi risiko (Iswahyuni et al., 2024).

Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas Setelah Diberikan Susu Skim

Penyembuhan luka perineum derajat II merupakan bagian penting dari perawatan postpartum karena melibatkan robekan pada kulit, jaringan subkutan, dan otot perineum tanpa melibatkan otot sfingter ani.

Proses penyembuhan ini melalui berbagai fase, termasuk hemostasis, inflamasi, proliferasi, dan remodeling. Penggunaan susu skim, yang kaya akan protein seperti whey dan kasein, kalsium, vitamin D, dan vitamin A, telah diteliti sebagai intervensi potensial untuk mendukung penyembuhan luka perineum. Nutrisi ini dipercaya dapat mendukung sintesis kolagen dan pembentukan jaringan baru yang diperlukan untuk penyembuhan luka (Nurhasanah et al., 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa aplikasi topikal susu skim pada luka perineum dapat mempercepat proses penyembuhan. Wahyuni et al. (2020) menemukan bahwa ibu nifas yang dirawat dengan susu skim menunjukkan pengurangan inflamasi dan percepatan epitelisasi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini dihubungkan dengan kandungan protein dan nutrisi dalam susu skim yang mendukung angiogenesis, proliferasi sel, serta memiliki sifat anti-inflamasi.

Studi komparatif oleh Pratiwi et al. (2022) mengungkapkan bahwa ibu nifas yang mendapatkan perawatan dengan susu skim sembuh lebih cepat, dengan rata-rata waktu penyembuhan 5-6 hari, dibandingkan dengan 7-9 hari pada kelompok kontrol. Tingkat kepuasan ibu juga lebih tinggi pada kelompok yang dirawat dengan susu skim. Efektivitas ini dikaitkan dengan sifat antimikroba dan anti-inflamasi laktoferin serta kemampuan susu skim menjaga kelembaban luka.

Walaupun hasil penelitian ini menjanjikan, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan keamanan dan efektivitas susu skim secara luas sebagai metode penyembuhan luka perineum. Faktor higienitas, potensi alergi, dan integrasi dengan perawatan postpartum standar harus diperhatikan. Penelitian tambahan dengan desain studi yang lebih kuat

dan sampel lebih besar diperlukan untuk mengembangkan protokol perawatan yang distandarisasi (Susiloningtyas et al., 2023).

Perbandingan Pengaruh Putih Telur Ayam Dan Susu Skim Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Derajat II Pada Ibu Nifas

Penyembuhan luka perineum derajat II merupakan bagian penting dari perawatan postpartum, dengan berbagai intervensi seperti putih telur ayam dan susu skim yang telah diteliti untuk mempercepat proses ini. Putih telur ayam, kaya akan protein seperti albumin dan enzim lysozyme, diketahui mendukung sintesis kolagen dan memiliki sifat antimikroba. Sementara itu, susu skim mengandung whey protein, kasein, kalsium, dan vitamin D yang berperan dalam regenerasi sel dan pembentukan jaringan baru. Penelitian menunjukkan bahwa meskipun kedua bahan efektif, putih telur ayam lebih cepat dalam mengurangi inflamasi, sedangkan susu skim unggul dalam membentuk jaringan baru dan meningkatkan elastisitas kulit pasca penyembuhan (Rahmawati et al., 2021).

Penelitian oleh Sulistyowati et al. (2022) mengungkapkan bahwa putih telur ayam dan susu skim sama-sama mempercepat penyembuhan dibandingkan dengan perawatan standar, meskipun dengan mekanisme yang berbeda. Putih telur ayam lebih efektif dalam fase awal penyembuhan, mengurangi kemerahan dan pembengkakan, sementara susu skim unggul dalam fase proliferasi dengan pembentukan jaringan granulasi dan epitelisasi yang lebih baik. Hasil ini dikaitkan dengan komposisi nutrisi yang berbeda, di mana putih telur ayam mendukung pembentukan matriks ekstraselular, dan susu skim menyediakan nutrisi untuk mendukung berbagai aspek penyembuhan luka.

Studi lain oleh Pratiwi & Nurkhayati (2023) menyoroti perbedaan dalam kenyamanan dan kepraktisan aplikasi antara kedua bahan tersebut. Meskipun putih telur ayam lebih cepat dalam penyembuhan, susu skim lebih nyaman digunakan dan membantu mengurangi rasa nyeri selama proses penyembuhan. Ibu-ibu yang menggunakan susu skim melaporkan sensasi dingin dan menenangkan, serta lebih mudah diaplikasikan tanpa meninggalkan residu atau bau yang tidak menyenangkan. Kenyamanan ini menjadi faktor penting dalam perawatan postpartum, mempengaruhi kepatuhan ibu terhadap perawatan dan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Meskipun kedua intervensi menunjukkan hasil yang positif, pemilihan metode perawatan harus mempertimbangkan faktor-faktor individual seperti tingkat keparahan luka, status nutrisi ibu, dan adanya komorbiditas. Tinjauan sistematis oleh Widiastuti et al. (2023) menunjukkan bahwa efektivitas putih telur ayam dan susu skim dapat bervariasi berdasarkan kondisi spesifik ibu nifas. Peneliti menekankan pentingnya pendekatan individual dalam perawatan, serta perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengembangkan protokol yang terstandarisasi dan mengoptimalkan penggunaan kedua bahan tersebut dalam penyembuhan luka perineum.

KESIMPULAN

Uji Mann-Whitney menunjukkan bahwa susu skim lebih efektif dibandingkan putih telur ayam dengan selisih rata-rata waktu penyembuhan 1,28 hari (z-score -2,347; p-value 0,015). Susu skim lebih efektif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas dibandingkan putih telur ayam.

Saran

Disarankan agar mahasiswa kebidanan menggunakan temuan ini sebagai referensi dalam penanganan luka perineum, ibu nifas dengan luka perineum derajat II dianjurkan untuk mengonsumsi makanan tinggi protein terutama susu skim, dan peneliti lainnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan untuk mengembangkan manfaat susu skim serta metode lain terkait penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, A., Kumaji, S., Duengo, F. 2018. Pengaruh Penambahan Susu Sapi Terhadap Kadar Asam Laktat Pada Pembuatan Yoghurt Jagung Manis Oleh *Streptococcus Thermophilus* Dan *Lactobacillus Bulgaricus*. Bioma: Jurnal Biologi Makassar. 3(2): 1-9.
- Aminuddin, M. Et Al. (2020) Modul Perawatan Luka. Edited By I. Samsugito. Samarinda: Cv Gunawan Lestari.
- Anggita, Imas Masturoh & Nauri. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: 307.
- Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2019). Pengaruh Kompres Kubis Terhadap Breast Engorgement Ibu Postpartum Sectio Caesarea. Indonesian Journal Of Nursing Research, 2(1), 52-62.
- Bidan Dan Dosen Kebidanan Indonesia. 2018. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Chotiah, S. (2020). Beberapa Bakteri Patogen Yang Mungkin Dapat Ditemukan Pada Susu Sapi Dan Pencegahannya. Semiloka Nasional Prospek Industri Sapi Perah Menuju Perdagangan Bebas. 259-271. <https://adoc.pub/beberapa-bakteri-patogen-yang-mungkin-dapat-ditemukan-pada-susu-sapi-dan-pencegahannya>
- Bakteri-Patogen-Yang-Mungkin-Dapatditemukan-Pada-S.Html
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2018). Angka Kematian Ibu (Aki) 2018
- Eka Santy, Jaleha. Pemberian Buah Naga Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Dengan Metode Eksperiment. Jurnal: Jurnal Gizi Kh, Desember 2019, 2(1):8-13 Issn 2460- 6855
- Fahriani, M. Et Al. 2020 'The Process Of Uterine Involution With Postpartum Exercise Of 114 Maternal Postpartum', Jurnal Kebidanan, 10(1), Pp. 48-53. Doi: 10.31983/Jkb.V10i1.5460.
- Fatimah., Lestari, P., 2019. Pijat Perineum. Pustaka Baru Press. Yogyakarta
- Harry Oxorn & William R. Forte. (2018). Patofisiologi& Fisiologi Persalinan. C.V Andi Offset.
- Haryanti, F. & \Amartani. (2018). Analisis Kejadian Rupture Perineum Persalinan Normal Pada Ibu Primigravida Di Rsud Ade Muhammad Djoen Sintang Tahun 2018. Prosiding Seminar Nasional Unimus, 1(0), 250-255. <http://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/view/128>
- Indah, S. & S. I. Putri. (2021). Pengaruh Posisi Miring Dan Setengah Duduk Saat Persalinan Terhadap Robekan Perineum Derajat I Dan Ii. Biomed Science
- Juliati, R. & R. (2020). Hubungan Jarak Kelahiran Dan Berat Bayi Lahir Dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal Di Rsu Tgk Chik Ditiro Tahun 2019 6(1), 599-607. <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/jhtm/article/view/931/457>
- Keintjem F., A. Purwandari Dan N.A. Lantaa. 2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Rupture Perineum Dalam Proses Persalinan

- Normal. Jurnal Ilmiah Bidan. Vol. 2, No. 2
- Kemenkes Ri. 2021. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta: Kemenkes Ri.
- Kementrian Kesehatan Ri, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, Jakarta, Kementrian Kesehatan Ri.
- Kiromah, N. Z. W., Lestari, S., & Astuti, D. P. (2018). Penerapan Pemberian Madu Untuk Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum.
- Kusuma, P. & S. Dian. (2020). Perawatan Luka Perineum Dengan Menggunakan Air Rebusan Daun Binahong Pada Ibu Postpartum. Diploma Thesis. Lampung Selatan: Poltekkes Tanjungkarang
- Lase, D. (2019). Pendidikan Di Era Revolusi Industri 4.0. Sundermann: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan, 12(2), 28-43. <https://doi.org/10.36588/Sundermann.V1i1.18>
- Liesmayani, E. E., Sulastri & N. Oriza. (2021). Efektifitas Air Rebusan Daun Binahong Dengan Kesembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Tahun 2019. Jidan: Jurnal Ilmiah Kebidanan
- Lilis Suhaillah, And Tito Rachmad Santoso. 2018. "Analisa Cemar Bakteri Coliform Pada Susu Sapi Murni Dengan Variasi Lama Penyimpanan Dalam Suhu Frezer Dan Suhu Kulkas Di Desa Wilayut Sukodono Sidoarjo." 8(15):44-49.
- Masturo. (2019). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Dengan Metode Diskusi Kelompok Dan Metode Demonstrasi Terhadap Perilaku Wus Dalam Melakukan Sadari.
- Mulati, Erna. 2020. Pedoman Bagi Ibu Hamil, Ibu Nifas Dan Bayi Baru Lahir Selama Social Distancing. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nikmah, K. (2018). Hubungan Antara Berat Badan Bayi Baru Lahir Pada Persalinan Fisiologis Dengan Kejadian Ruptur Perineum. Jurnal Kebidanan Universitas Lamongan, 10(2), 28. <https://doi.org/10.30736/Midpro.V10i2.77>
- Notoadmojo, Soekidjo. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Noviani & Adnyani. (2020). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Lama Kala Ii Persalinan Dan Kejadian Robekan Perinium. 9(2), 115-122. <https://doi.org/10.26714/Jk.9.2.2020.115-122>.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (P. P. Lestari (Ed.); Edisi 5). Salemba Medika.
- Pasiowan, L.& R. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Robekan Jalan Lahir Pada Ibu Bersalin. Jurnal Ilmiah Bidan, 3(1), 90926.
- Prawirohardjo, S. And Wiknjastro, H. (2018) Ilmu Kandungan. Ketiga. Edited By M. Anwar, A. Baziad, And P.R. Prabowo. Jakarta: Pt Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rinaldi, S. F. Dan B. M. (2017) Metodologi Penelitian Dan Statistik. Kemenkes Ri. Available At: <http://bpsdmdk.kemkes.go.id/pusdiksdmdk/wpcontent/uploads/2017/11/Metodologi-Penelitian-Dan-Statistik-Sc.Pdf>.
- Rochmayanti, Shinta Nur, Kholifatu Ummah. 2019. Pijat Perineum Selama Masa Kehamilan Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Spontan. Jakad Publishing : Surabaya.

- Rohmah, Siti. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Pencegahan Luka Kaki Diabetik Pada Pasien Diabetes. *Midwifery Journal Of Galuh University*. Vol. 1 No. 1 Mei 2019.
- Roselita E, Khoiri An, A Srd. Hubungan Status Nutrisi Dengan Proses Penyembuhan Luka Rsud Jombang (Nutritional Status Relations With Healing Process Of Post Sectio Caesarea In Maternity Ward Of Jombang Hospital 2017). 2017;37-44.
- Saifuddin. (2018). Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal. P.T Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Santy, Eka, Dkk (2020). Hubungan Pemberian Tambahan Putih Telur Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Derajat Ii Pada Ibu Nifas Di Bpm Utin Mulia Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*. Volume 6 Nomor 1 Januari 2020, Hlm 22-26.
- Sigalingging, Muslimah, And Sri Rintani Sikumbang. 2018. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Di Rsu Imelda Pekerja Indonesia Medan." Vol 1 No 3. [Http://Ejournal.Helvetia.Ac.Id/Index.Php/Jbk/Article/View/3984](http://Ejournal.Helvetia.Ac.Id/Index.Php/Jbk/Article/View/3984).
- Siti Fatimatuzahro, N., & Bahri, K. (2024). Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Polyurethane Foam Sebagai Absorbent Pada Tn. H Dan Ny. N Dengan Ulkus Kaki Diabetikum Di Wocare Center Kota Bogor.
- Sudarmadji, S. Haryono, B., & Suhardi. (1997). Prosedur Analisis Untuk Bahan Makanan Dan Pertanian. Dalam Kintan Juita. (2022). Kadar Lemak, Kadar Protein, Vitamin C Dan Total Padatan Terlarut Es Krim Susu Sapi Dengan Penambahan Kelopak Bunga Rosella (*Hibiscus Sabdariffa L.*). Skripsi. Fakultas Pertanian Dan Peternakan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Sugiyono. 2022. Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: Alfabeta.
- Sumargo, Bagus. Teknik Sampling. Jakarta: Unj Press, 2020.
- Sumarni. (2020). Pengaruh Faktor Maternal Dan Neotanal Terhadap Ruptur Perineum. *Xvi(2)*, 1-14.
- Ulmi Rifani.(2017). Penerapan Konsumsi Telur Ayam Rebus Untuk Percepatan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Bpm Heni Winarti Desa Jatijajar, Ayah, Kebumen (Doctoral Dissertation, Stikes Muhammadiyah Gombong).
- Weni Tri Purnani. 2019. Perbedaan Efektivitas Pemberian Putih Telur Dan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Ibu Nifas. *Jph Recode Maret 2019; 2 (2) : 138-145* [Http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Jphrecode](http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Jphrecode)
- Yuliana & Hakim. (2020). Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia