

JBJ : Jurnal Besurek Jidan
E-ISSN : 2808-912X

PENGARUH PUTIH TELUR DAN IKAN GABUS TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU

Aulia Fitri¹, Lusi Andriani², Ratna Dewi³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Jalan Indragiri Padang Harapan
Nomor03 Kota Bengkulu, Bengkulu 38225
auliafitri¹684@gmail.com

ABSTRAK

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, angka kematian ibu melahirkan mencapai 189 per 100 ribu kelahiran hidup. Salah satu penyebabnya adalah infeksi pada luka perineum yang tidak dirawat pada masa nifas. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kota Bengkulu Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode desain *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian *post test only with two group design*. Populasi penelitian ini adalah ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu, teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 46 ibu post partum. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan *Uji T Independent* jika distribusi data normal atau *Uji Man Whitney* jika distribusi tidak normal. Hasil penelitian terdapat pengaruh antara pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum dengan nilai P value = 0,046 dengan nilai rata-rata penyembuhan luka pada kelompok intervensi dengan putih telur sebesar 6,06 sedangkan pemberian kelompok kontrol dengan ikan gabus diperoleh rata-rata 5,58 sehingga dapat diketahui bahwa kelompok kontrol dengan pemberian ikan gabus relatif lebih cepat dalam penyembuhan luka dibandingkan kelompok intervensi dengan putih telur. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan edukasi kepada ibu hamil tentang pentingnya perawatan luka perineum setelah melahirkan, yang dapat mencegah terjadinya infeksi pada luka.

Kata kunci : Ikan Gabus, Putih Telur, Luka Perineum, Ibu Post Partum.

ABSTRACT

According to the World Health Organization (WHO) in 2023, the maternal mortality rate will reach 189 per 100 thousand live births. One cause is infection of the perineal wound which is not treated during the postpartum period. This research aims to see the effect of egg white and snakehead fish on perineal wound healing on postpartum women in the Telaga Community Health Center Working Area, Bengkulu City in 2024. This research uses a quasi-experimental design method with a post test only research design with two group design. The population of this study was post partum mothers in the Telaga Dewa Community Health Center Working Area, Bengkulu City, the sampling technique used accidental sampling with a total sample of 46 post partum mothers. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis using the Independent T Test if the data distribution was normal or the Man Whitney Test if the distribution was not normal. The results of the research showed that there was an effect between giving egg white and snakehead fish on perineal wound healing with a P value = 0.046 with an average value of wound healing in the intervention group with egg white of 6.06, while giving the control group with snakehead fish obtained an average of 5.58 so it can be seen that the control group given snakehead fish healed wounds relatively faster than the intervention group given egg white.

It is hoped that the results of this research can provide education to pregnant women about the importance of caring for perineal wounds after giving birth, which can prevent infection in the wound.

Keywords : Fish, Egg White, Perineal Wounds, Post Partum Mothers.

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, seperti terjadinya robekan perineum. Hal tersebut sering terjadi pada semua persalinan pertama, namun tidak jarang pada persalinan berikutnya, sehingga diperlukan perawatan yang intensif untuk mempercepat proses penyembuhan dan mencegah komplikasi infeksi yang dapat diakibatkan karena keterlambatan penyembuhan luka perineum (Weni, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO) Tahun 2023, angka kematian ibu melahirkan mencapai 189 per 100 ribu kelahiran hidup. Angka ini, kata Daisy, membuat Indonesia menempati peringkat kedua tertinggi di ASEAN dalam hal kematian ibu, jauh lebih tinggi daripada Malaysia, Brunei, Thailand, dan Vietnam yang sudah di bawah 100 per 100 ribu kelahiran hidup. Negara Indonesia bandingkan dengan negara ASEAN lain, kita juga nomor tiga tertinggi (WHO, 2023)

Berdasarkan data dari Maternal Perinatal Death Notification (MPDN), sistem pencatatan kematian ibu Kementerian Kesehatan, jumlah kematian ibu pada tahun 2022 mencapai 4.005 dan di tahun 2023 meningkat menjadi 4.129. Sementara itu, untuk kematian bayi pada 2022 sebanyak 20.882 dan pada tahun 2023 tercatat 29.945 (Kemenkes, 2023)

Robekan perineum atau jalan lahir pada persalinan normal terjadi pada lebih dari 85% wanita dimana setidaknya 70% diantaranya di dapatkan karena tindakan episiotomy dan membutuhkan tindakan penjahitan. Pada Wanita Asia robekan terjadi pada lebih dari 50% persalinan. Ruptur perineum juga merupakan salah satu penyebab perdarahan dan infeksi pada ibu post partum yang menjadi penyumbang angka kesakitan dan kematian ibu di Indonesia (Mutmainah, 2023).

Penyembuhan luka perineum dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis dengan pemenuhan nutrisi yang baik terutama protein tinggi. Protein merupakan zat makanan yang berfungsi untuk memperbaiki dan membangun jaringan tubuh. Kandungan dalam protein akan mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum. Dalam proses regenerasi sel baru, jaringan yang rusak membutuhkan protein yang tinggi (Purnani, 2021)

Sumber protein yang berasal dari telur ayam sangat tinggi akan protein, tetapi orang juga banyak menghindari telur karena khawatir dengan kandungan kolesterolnya yang tinggi. Kandungan kolesterol yang tinggi hanya terkonsentrasi di kuning telur, sedangkan pada putih telur ayam bebas dari kolesterol sehingga aman untuk dikonsumsi. Putih telur ayam sangat kaya protein, bebas lemak dan kolesterol (berbeda dengan kuning telur) (Parapuan, 2020).

Kandungan protein telur ayam ini sangat bermanfaat sebagai zat pembangun dalam tubuh. Kandungan lainnya yang terdapat dalam putih telur ayam seperti vitamin A, D, E, K, B2, B5, B9 dan juga B12. Putih telur ayam juga mengandung asam amino yang sangat bermanfaat dalam pemulihan otot. Putih telur ayam sangat mudah didapat, diolah dan mudah dicerna sehingga lebih mudah diserap oleh tubuh (Hastuti, 2022). Salah satu sumber pangan dengan protein tinggi lainnya adalah ikan. Semua jenis ikan adalah sumber protein yang sangat baik. Ikan gabus diketahui sebagai ikan dengan kandungan gizi dan protein yang lebih banyak dari ikan jenis lain seperti bandeng. Selain itu, keunggulan ikan gabus mempunyai protein yang tinggi, kadar protein per 100 gram ikan gabus setara dengan ikan bandeng (Violita, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Purnani,2019) bahwa Hasil penelitian didapatkan bahwa ibu nifas dengan luka perineum yang diberikan putih telur sebagian besar (62,5%) baik (luka kering, perineum menutup, tidak ada tanda infeksi) yaitu sebanyak 10 orang, sedangkan ibu nifas dengan luka perineum yang diberikan ikan gabus sebagian besar (56,3) sedang (luka basah, perineum menutup, tidak ada tanda infeksi) yaitu sebanyak 8 orang. Putih telur mengandung albumin 95% yang berfungsi untuk penyembuhan luka (Purnani, 2019).

Berdasarkan data Pra-Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa tanggal 26 Februari 2024, diperoleh informasi sebanyak 518 ibu nifas mendapat pelayanan nifas oleh tenaga Kesehatan. Studi Pendahuluan yang dilakukan Peneliti di PMB “F” yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa sebanyak 5 orang ibu nifas tidak mengkonsumsi makanan yang kaya protein untuk mempercepat penyembuhan luka perineum, 5 orang ibu tersebut hanya membersihkan luka perineum dengan air rebusan daun sirih. Ditemukan 2 orang ibu nifas yang mengkonsumsi telur rebus putih dan 1 orang ibu nifas yang mengkonsumsi pindang ikan gabus untuk mempercepat penyembuhan luka perineum, hal ini dikarenakan pengetahuan ibu bersalin akan pentingnya mengkonsumsi makanan tinggi protein selama proses penyembuhan luka perineum. Berdasarkan data yang disimpulkan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian

tentang Pengaruh Putih Telur dan Ikan Gabus Terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2024..

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, menggunakan desain *quasi eksperimen*, dengan rancangan penelitian *post test only with two group design*. Kelompok perlakuan menerima intervensi yang di berikan (Putih telur rebus), dan kelompok kontrol diberikan (Ikan Gabus).

Sampel penelitian ini sebanyak 46 Orang, yang terdiri dari 23 kelompok intervensi yaitu pemberian telur rebus dan 23 kelompok kontrol diberikan Ikan Gabus, diambil dengan Teknik *Total sampling*.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Usia	Frekuensi	Persentase
18-25 Tahun	18	39,1%
26-40 Tahun	28	60,9%
Total	46	100%

Berdasarkan tabel 1 diperoleh usia responden dalam penelitian ini paling banyak ialah berusia 26-40 tahun berjumlah sebanyak 28 orang dengan persentase 39,1% sedangkan responden lainnya berusia 18-25 tahun berjumlah sebanyak 18 orang dengan persentase 60,9%. Sehingga disimpulkan bahwa jumlah responden yang memiliki usia 26-40 tahun lebih banyak dibandingkan dengan jumlah responden yang memiliki usia 18-25 tahun.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SMP	1	2,2%
SMA	25	54,3%
D3	8	17,4%
S1	12	26,1%
Total	46	100%

Berdasarkan tabel 2 di atas diperoleh bahwa pendidikan responden pada penelitian ini paling banyak ialah SMA berjumlah sebanyak 25 orang dengan persentase 54,3%, selanjutnya pendidikan S1 sebanyak 12 orang dengan persentase 26,1%, kemudian pendidikan D3 sebanyak 8 orang dengan persentase 17,4% dan paling sedikit adalah pendidikan SMP sebanyak 1 orang

dengan persentase 2,2%.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Ibu Rumah Tangga	38	82,6%
Wiraswasta	5	10,9%
PNS	3	6,5%
Total	46	100%

Berdasarkan tabel 3 diperoleh pekerjaan responden paling banyak ialah ibu rumah tangga berjumlah sebanyak 38 orang dengan persentase 82,6%, selanjutnya wiraswasta sebanyak 5 orang dengan persentase 10,9% sedangkan yang paling sedikit ialah PNS sebanyak 3 orang dengan persentase 6,5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Paritas	Frekuensi	Persentase
Primipara	25	54,3%
Multipara	21	45,7%
Total	46	100%

Berdasarkan tabel 4 di atas diperoleh paritas responden paling banyak adalah primipara sebanyak 25 orang dengan persentase 54,3%, sedangkan paritas paling sedikit adalah multipara sebanyak 21 orang dengan persentase 45,7%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa jumlah responden dengan paritas primipara lebih banyak dibandingkan dengan jumlah responden dengan paritas multipara.

Tabel 5 Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Putih Telur	0,918	23	0,061
Ikan Gabus	0,935	23	0,143

Berdasarkan tabel 5 di atas hasil pengujian normalitas data menggunakan uji Shapiro-Wilk diperoleh hasil pada kelompok putih telur yaitu $0,061 > 0,05$ artinya data berdistribusi normal. Kelompok ikan gabus diperoleh hasil dari pengujian normalitas yaitu $0,143 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 5 Rata-Rata Lama Penyembuhan Luka Perineum dengan Pemberian Putih Telur dan Ikan Gabus pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

No	Lama Penyembuhan	N	Mean
1	Putih Telur	23	6.06
2	Ikan Gabus	23	5.58

Berdasarkan tabel 5 di atas maka diketahui rata-rata lama penyembuhan luka pada kelompok ibu nifas yang diberikan putih telur adalah 6.06 atau bisa diartikan bahwa penyembuhan luka paling cepat terjadi pada hari ke 5 dan paling lambat terjadi pada hari ke 7 sedangkan pada kelompok ibu nifas yang diberikan ikan gabus rata-rata lama penyembuhan luka adalah 5.58 artinya paling cepat terjadi pada hari ke 4 dan paling lambat terjadi pada hari ke 7.

Tabel 6 Perbedaan Rata-Rata Lama Penyembuhan Luka Perineum dengan Pemberian Putih Telur dan Ikan Gabus pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Lama Penyembuhan	Mean (min-max)	Median	SD	P value
Putih Telur	6.06 (5-7)	6.00	0.687	0,046
Ikan Gabus	5.58 (4-7)	6.00	0.878	

Berdasarkan tabel 6 di atas maka diketahui perbedaan rata-rata lama penyembuhan luka pada kelompok ibu nifas yang diberikan putih telur adalah dengan hari ke 6 dengan ditunjukkan pada nilai mean 6.06 (5-7), nilai median 6.00, nilai SD 0,687 dengan nilai P value $0,046 < 0,05$. Sedangkan pada kelompok ibu nifas yang diberikan ikan gabus penyembuhan luka terjadi di hari ke 5 dengan ditunjukkan pada nilai mean 5,58 (4-7), nilai median 6.00, nilai SD 0,878 dengan P value $0,046 < 0,05$. Sehingga dapat diketahui bahwa kelompok ibu nifas yang diberikan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum terjadi lebih cepat dibandingkan kelompok ibu nifas yang diberikan putih telur.

Tabel 7 Pengaruh Penyembuhan Luka Perineum dengan Pemberian Putih Telur dan Ikan Gabus pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Penyembuhan Luka	Mean	SD	SE	P Value
Putih Telur	6.06	0,687	0,143	0,046
Ikan Gabus	5.58	0,878	0,183	

Berdasarkan tabel 7 di atas hasil uji *Independent t Test* terjadi perubahan terhadap penyembuhan luka perineum di dapatkan hasil $P\ value = 0,046 < 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%, sehingga dapat diartikan bahwa H_0 di tolak dan H_a diterima yang bermakna

bahwa terdapat pengaruh pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji *Independent Sample t Test* terjadi perubahan penyembuhan luka perineum diperoleh dengan nilai P value = 0,046 yang memiliki makna bahwa ada pengaruh pemberian putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan pemberian kelompok intervensi dengan putih telur sebesar 6,06 dan standar deviasi 0,687 sedangkan pemberian kelompok kontrol dengan ikan gabus diperoleh rata-rata 5,58 dan standar deviasi 0,878. Pada kelompok intervensi dengan pemberian putih telur penyembuhan luka perineum rata-rata terjadi pada hari ke 6 sedangkan kelompok kontrol dengan pemberian ikan gabus penyembuhan luka perineum rata-rata terjadi pada hari ke 5 sehingga dapat diketahui bahwa kelompok kontrol dengan pemberian ikan gabus relatif lebih cepat dalam penyembuhan luka dibandingkan dengan putih telur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayati *et al.*, 2023) mengatakan ada pengaruh pemberian ikan gabus kukus terhadap penyembuhan laserasi perineum pada ibu postpartum dengan selisih 3,2 hari. Ikan gabus telah dikenal memiliki khasiat dalam mempercepat proses pemulihan dari suatu penyakit, menyembuhkan luka pada kondisi pasca operasi dan luka pasca melahirkan, mengurangi rasa sakit, antipiretik, pengobatan beberapa gangguan kulit, dan anti inflamasi. Ikan gabus mengandung asam lemak tak jenuh yang berfungsi sebagai anti inflamasi, mengatur sintesis prostaglandin yang berperan sebagai vasodilator pembuluh darah, mengatur infiltrasi dan aktivasi neutrofil dalam proses inflamasi dan menginduksi penyembuhan luka.

Menurut (Asnie *et al.*, 2021) pada penelitiannya Mengonsumsi ekstrak ikan gabus secara rutin dapat mempercepat penyembuhan luka, Sebab ikan gabus diketahui memiliki kandungan albumin dengan protein lengkap di banding jenis ikan lainnya. Albumin merupakan protein didalam plasma yang berfungsi dalam pembentukan jaringan sel baru. Karena itu, albumin dimanfaatkan untuk mempercepat pemulihan jaringan sel tubuh yang terbelah akibat operasi/proses persalinan. Ekstrak ikan gabus kaya akan asam amino. Asam amino pada ikan gabus inilah yang memicu produksi kolagen yang dapat meningkatkan kekuatan dan elastisitas

kulit, juga adanya kandungan glisin, asam arakidonat dan asam lemak sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan luka.

Selain ikan gabus putih telur juga memberikan pengaruh yang baik terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Hal ini disebabkan karena putih telur mengandung lebih banyak protein albumin (95%) dibandingkan kandungan albumin pada ikan gabus yang lebih sedikit (21%), dimana kandungan albumin yang membantu proses pergantian dan perbaikan fungsi jaringan yang rusak. Selain itu, nilai cerna protein putih telur mencapai 100%, dimana kandungan protein putih telur sebagai protein bernilai gizi tinggi diserap dan dimanfaatkan utuh oleh tubuh sebagai sumber nitrogen untuk sintesis protein yang dimanfaatkan untuk pembentukan jaringan baru, serta putih telur mempunyai kandungan asam amino esensial yang lengkap dibandingkan ikan gabus dengan nilai cerna 90% (Purnani, 2019).

Nutrisi yang dibutuhkan untuk penyembuhan luka adalah yang kaya akan protein/ albumin. Ikan gabus memiliki keunggulan dalam nilai gizi dalam peran penyembuhan luka atau sejumlah penyakit. Selain penyembuhan luka dipengaruhi oleh faktor diantaranya gizi terutama protein yang berperan untuk pergantian jaringan yaitu dengan pemberian protein putih telur dan ikan gabus, usia, pengetahuan, berat badan, personal hygiene, medikasi, paritas dan berbagai faktor lainnya juga, tindakan penanganan luka perineum diantaranya dapat dilakukan dengan cara melakukan penjahitan luka lapis demi lapis, mencegah kehilangan darah yang tidak perlu, dan memastikan tidak ada celah terbuka pada luka yang dapat dimasuki bekuan darah yang menghambat penyembuhan luka. Perawatan khusus pada perineum pasca persalinan sangat dibutuhkan antara lain untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan, menjaga kebersihan dan mencegah terjadinya infeksi sehubungan dengan penyembuhan jaringan. Proses penyembuhan luka perineum membutuhkan asupan nutrisi yang adekuat terutama yang banyak mengandung protein. Protein membantu meregenerasi dan membangun sel-sel yang rusak akibat operasi. Salah satu sumber makanan yang kaya akan protein adalah putih telur (Hidayati *et al.*, 2023).

KESIMPULAN

Rata-rata lama penyembuhan luka perineum pada kelompok intervensi dengan pemberian putih telur adalah terjadi pada hari ke 6. Rata-rata lama penyembuhan luka perineum pada kelompok kontrol dengan pemberian ikan gabus adalah terjadi pada hari ke 5. Terdapat pengaruh

putih telur dan ikan gabus terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu nifas dengan perolehan nilai $P\ value = 0,046$ dan perbedaan nilai mean sebesar 0,48.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansori. (2019). Masa nifas (Puerperium). Paper Knowledge. Toward a Media History of Documents, 3(April), 49–58.
- Asnie, N. M., Erisna, M., Amelia, R., & Octaviani, D. A. (2021). Pengaruh Ekstrak Ikan Gabus (*Channa striata*) terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 11(4), 226–231.
- Dewi, & N. (2021). Gambaran Perawatan Ibu Post Partum. Buku Kebidanan, 4(1), 1–23.
- Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, kementerian kesehatan republik indonesia. (2023). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (Lakip) Direktorat Gizi Dan Kesehatan Ibu Dan Anak Tahun Anggaran 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 1–39.
- Evri Ulfianasari, Karina Megasari Winahyu, A. A. A. N. (2022). Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang. Cyberbullying Dan Kecemasan Remaja: Sebuah Studi Deskriptif, 6(1).
- Hastuti, P., Masini, M., Ayuningtyas, A., & Ita, R. (2022). Putih Telur Ayam Kampung Efektif Menyembuhkan Luka Perinium. *Jurnal Sains Kebidanan*, 4(1), 44–51. <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i1.8465>
- Herawati, I., & Allawiyana, D. P. (2020). The Effectiveness Of Betel Leaf Boiled Water And Snakehead Fish Consumption Against Wound Healing Perineum In Postpartum Mothers. *International Journal of Health and Pharmaceutical*, 518–522.
- Hidayah, A., Sulistiyah, & Widiatrilupi, R. M. V. (2023). Pengaruh Konsumsi Putih Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas Di PMB Wilayah Puskesmas Pohjentrek Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3744–3754.
- Hidayah, A., Sulistiyah, & Widiatrilupi, R. M. V. (2023). Pengaruh Konsumsi Putih Telur Rebus Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas Di PMB Wilayah Puskesmas Pohjentrek Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3744–3754.
- Hidayati, D., Aspia, F., & Fakrul, L. (2023). Perbedaan Pengaruh Telur Rebus Dan Ikan Gabus Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan*, 15(2), 192–197.
- Safitri, N. A. (2020). Tinjauan Pustaka Tinjauan Pustaka. Convention Center Di Kota Tegal, 938, 6–37.
- Usman, H., Muliani, M., Niluh Nita Silfia, & Sarliana, S. (2023). Effect of Free-Range Chicken Eggs on Perineal Wound Healing among Postpartum Women. *Embrio*, 15(1), 83–90. <https://doi.org/10.36456/embrio.v15i1.6994>
- Widyaningsih, W., Yuliani, S., Wulandari, A., & Salsabila, R. (2021). Incision wound healing activity of free-range chicken (*Gallus domesticus*) egg white gel in mice. *Pharmaciana*, 11(3), 321. <https://doi.org/10.12928/pharmaciana.v11i3.20531>