

Empowering Post Partum Mothers Through Feeding Egg Whites to Acceleration of Perineum Wounds

Pemberdayaan Ibu Nifas Melalui Pemberian Putih Telur Untuk Percepatan Luka Perineum

Yustina Purwaningsih^{1*}, Gandes Widya Hendrawati¹, Agung Eko Hartanto²

^{1,2,3}Departemen of Nursing Sciences, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang-Indonesia

*Scope:
Health*

ABSTRACT

Postpartum is the process of healing or restoring the reproductive organs after pregnancy and childbirth to return to their pre-pregnancy state. One of the recovery processes is the recovery of perineal wounds resulting from the birth process. This community service aims to improve the health of postpartum mothers and their families as well as empowering the abilities of postpartum mothers in the socio-economic field at the Ngrandu District Health Center. Ponorogo. The method used is to provide counseling, assistance, and guidance to postpartum mothers for 6 months in 3 activities. The target of community service is 10 postpartum mothers. As a result of community service, 100% of postpartum mothers do not experience infections in perineal wounds, 60% of postpartum mothers have good knowledge about high protein diets and the remaining 40% have sufficient knowledge. It is hoped that the nutritional needs of postpartum mothers can be met by consuming foods high in protein to speed up wound healing.

ABSTRAK

Masa nifas adalah proses penyembuhan atau pemulihan organ reproduksi setelah hamil dan melahirkan agar kembali seperti sebelum hamil. Salah satu proses pemulihannya adalah pemulihan luka perineum akibat proses persalinan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan ibu nifas dan keluarganya serta memberdayakan kemampuan ibu nifas dalam bidang sosial ekonomi di Puskesmas Kecamatan Ngrandu, Ponorogo. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan konseling, pendampingan dan bimbingan kepada ibu nifas selama 6 bulan dalam 3 kegiatan. Sasaran pengabdian pada masyarakat adalah 10 orang ibu nifas. Hasil dari pengabdian masyarakat, 100% ibu nifas tidak mengalami infeksi pada luka perineum, 60% ibu nifas memiliki pengetahuan baik tentang diet tinggi protein dan 40% sisanya memiliki pengetahuan cukup. Kebutuhan nutrisi ibu nifas diharapkan dapat dipenuhi dengan mengonsumsi makanan tinggi protein untuk mempercepat penyembuhan luka

ARTICLE INFO

Received 2024-05-06
Accepted 2024-05-23
Online 2024-06-07

*Correspondence (Korespondensi):

E-mail:
yustinapurwaningsih202@gmail.com

Keywords: Egg White, Healing Perineal Wounds

Kata kunci: Putih telur, perawatan luka perineum

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan hal penting untuk diperhatikan guna memantau angka kematian ibu dan bayi di Indonesia. Dan berbagai pengalaman dalam menanggulangi kematian ibu dan bayi di banyak negara. Pelayanan nifas merupakan pelayanan kesehatan yang sesuai standart pada ibu mulai 6 jam sampai dengan 42 hari pasca persalinan oleh tenaga kesehatan. (Mansur & Dahlan, 2014 dalam Sulfianti, dkk, 2021).

Masa nifas juga merupakan masa pemulihan organ-organ reproduksi yang mengalami perubahan selama kehamilan dan persalinan, seperti halnya robekan perineum yang terjadi hampir pada semua persalinan pertama dan tidak jarang pada persalinan berikutnya (Setyowati, 2014). Rupture perineum merupakan robekan yang terjadi pada perineum sewaktu bersalin. Robekan jalan lahir merupakan luka atau robekan jaringan yang tidak teratur (Walyani, 2017).

Percepatan penyembuhan luka jahitan perineum pada masa nifas sangat diharapkan untuk menghindarkan ibu nifas dari bahaya infeksi atau keluhan fisiologis yaitu dengan cara penambahakan asupan tinggi protein. Makanan tinggi protein ini bisa didapatkan dari telur (Supiati, dkk., 2015). Faktor gizi terutama protein hewani akan sangat mempengaruhi terhadap penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein (Purwaningsih, dkk., 2015)

Perawatan post partum harus benar-benar diperhatikan karena diperkirakan 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan, dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama (Dewi dan Sunarsih, 2011). Penyebab kematian ibu yaitu karena perdarahan 30,3%, hipertensi 27,1%, infeksi 7,3%, lain – lain 40,8 % (KeMenKes RI 2016). Morbiditas pada minggu pertama postpartum biasanya disebabkan karena endometriosis, mastitis, infeksi pada episiotomi atau laserasi, infeksi traktus urinarius, dan penyakit lain (Depkes RI,2008).

Menurut laporan WHO tahun 2014 Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia yaitu 289.000 jiwa. Amerika Serikat yaitu 9300 jiwa, Afrika Utara 179.000 jiwa, dan Asia Tenggara 16.000 jiwa (WHO, 2014). Untuk Angka Kematian ibu di indonesia pada tahun 2015 adalah 305 per 100.000 kelahiran hidup, hal ini menunjukkan penurunan di bandingkan pada tahun 2012 yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup (KeMenKes RI, 2016).

Berdasarkan data di Jawa Timur angka kejadian rupture perineum pada tahun 2008 sebanyak 52 kasus, tahun 2009 sebanyak 18 kasus, tahun 2010 sebanyak 17 kasus, tahun 2011 sebanyak 100 kasus, tahun 2012 sebanyak 93 kasus (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2014).

Penyebab keterlambatan penyembuhan luka perineum yaitu pengetahuan ibu, faktor budaya, personal hygiene, dan keadaan lingkungan 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).

Ibu nifas yang mengalami keterlambatan dalam penyembuhan luka perineum yang tersering dikarenakan adanya kebiasaan berpantang makanan. Makanan yang sering di pantang salah satunya adalah telur. Putih telur mengandung protein yang sangat bermanfaat untuk mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Protein sebagai unsur zat pembangun yang akan membangun sel-sel yang rusak terutama kerusakan

akibat proses robekan pada perineum.

Ibu nifas memerlukan tambahan 20 gr protein diatas kebutuhan normal. Jumlah ini hanya 16% dari tambahan 500 kal yang dianjurkan. Sumber protein dapat diperoleh dari protein hewani dan protein nabati. Protein hewani antara lain telur, daging, ikan, udang, kerang, susu, dan keju. Sementara itu, protein nabati banyak terkandung dalam tahu, tempe, kacang-kacangan dan lain-lain

Ibu nifas dengan kondisi sosial ekonomi yang rendah akan berisiko mengalami permasalahan yang tidak hanya terhadap kesehatannya melainkan akan berpengaruh terhadap peran ibu tersebut didalam keluarga. Peran ibu didalam keluarga diantaranya peran dalam pendidikan (asah, asih dan asuh) terhadap anak anaknya juga keluarga yang lain tentunya akan menambah beratnya beban ibu nifas. Mengingat begitu pentingnya masalah ini untuk diselesaikan dengan baik, maka pengabdian masyarakat ini mengangkat tema mengenai “Program kemitraan masyarakat pemberdayaan ibu nifas melalui pemberian putih telur untuk percepatan luka perineum di wilayah puskesmas Ngrandu”.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di desa Bringin, Kec. Kauman, wilayah puskesmas Ngrandu, kab. Ponorogo. Kegiatan ini melibatkan melibatkan berbagai pihak antara lain dari Puskesmas Ngrandu yaitu kepala puskesmas, bidan desa, perawat ponkesdes. Selain pihak puskesmas juga melibatkan dari pihak desa yaitu kepala desa dan perangkat desa Bringin. Dan yang utama melibatkan mahasiswa prodi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Ponorogo, Poltekkes Kemenkes Malang. Sasaran kegiatan ini adalah ibu nifas dengan jumlah 10 orang.

Pelaksanaan dimulai dari tahap persiapan dengan melakukan studi pendahuluan yaitu melihat kondisi masalah ditempat mitra. Kemudian melakukan koordinasi dengan tempat pengabdian masyarakat yaitu kepala puskesmas, bidan desa, dan kepala desa Bringin, serta dilanjutkan mengurus perijinan ke dinas Kesehatan kabupaten Ponorogo. Menyiapkan sarana prasarana antara lain : persiapan alat untuk perawatan luka, persiapan pemberian bantuan makanan tinggi protein (putih telur) dan souvenir, persiapan tempat pelaksanaan di ponkesdes desa Bringin.

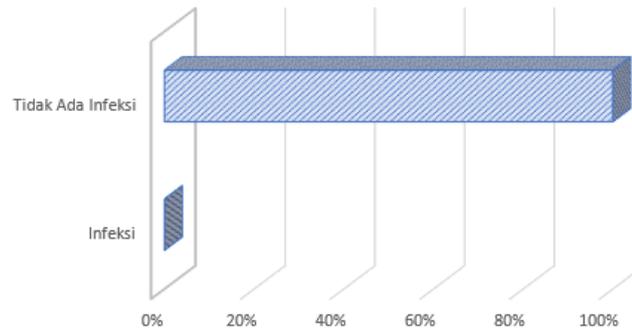
Persiapan alat perawatan luka antara lain : a) bak instrument untuk perawatan luka, b) pingset anatomi dan sirurgi masing-masing 1, c) bengkok, d) kasa steril, e) betadin, f) sarung tangan, g) cairan NaCl, h) cacing. Persiapan untuk pemberian bantuan makanan tinggi protein yaitu a) telur sebanyak 2 kg, b) handuk, c) sabun cebok, e) kasa steril, f) betadin, g) pembalut Wanita untuk ibu nifas, h) celana dalam Wanita untuk ibu nifas. Sedangkan persiapan alat untuk tempat pelaksanaan adalah a) sersiapan soun system, b) persiapan tikar, c) persiapan konsumsi, d) persiapan modul dan liflet, e) persiapan daftar hadir, f) persiapan ATK.

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat dibagi menjadi 3 kali pelaksanaan yaitu pertama dilakukan kunjungan rumah ke tempat ibu nifas untuk memberikan perawatan luka perineum, memberikan bantuan makanan tinggi protein berupa pembagian putih telur, memberikan Pendidikan Kesehatan tentang manfaat makanan tinggi protein bagi luka perineum. Kemudian dilakukan pertemuan ke 2 melakukan kunjungan ulang Kembali guna mengobservasi kondisi luka ibu. Pertemuan yang ke 3 dengan mengumpulkan peserta atau mitra ke ponkesdes desa Bringin. Peserta diberikan Pendidikan Kesehatan tentang cara pemberian makanan pada bayi dan balita, pencegahan stunting dan materi tentang manajemen stress pada ibu nifas melalui teknik relaksasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

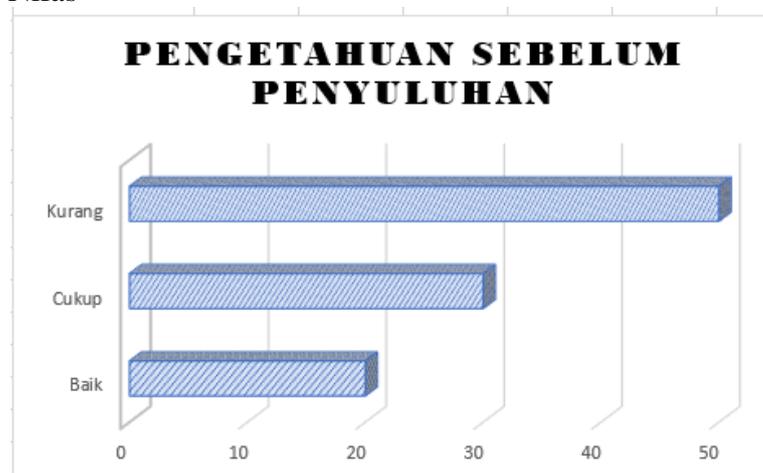
1. Tanda-tanda infeksi pada luka perineum

TANDA TANDA INFEKSI



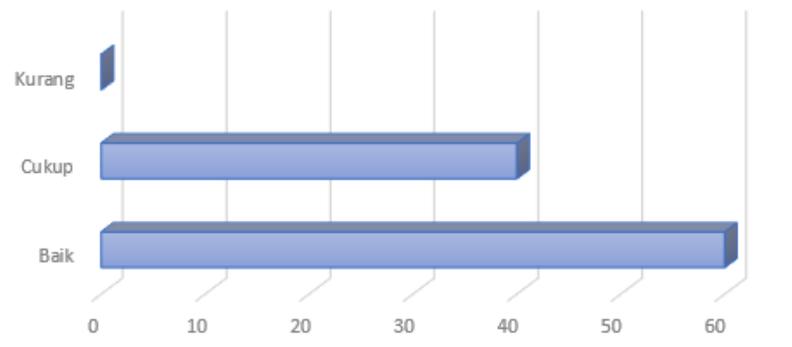
Berdasarkan tanda-tanda infeksi responden pengabdian masyarakat program kemitraan masyarakat pemberdayaan ibu nifas melalui pemberian putih telur untuk percepatan luka perineum di wilayah puskesmas Ngrandu tahun 2023, diketahui bahwa 100 % tidak mengalami infeksi.

2. Pengetahuan Ibu Nifas



Berdasarkan diagram pengetahuan responden tentang diet tinggi protein pada kegiatan pengabdian masyarakat program kemitraan masyarakat pemberdayaan ibu nifas melalui pemberian putih telur untuk percepatan luka perineum di wilayah puskesmas Ngrandu tahun 2023, diketahui bahwa 50 % responden pengetahuannya kurang, 30 % responden pengetahuan cukup dan 20 % responden pengetahuannya adalah baik.

Pengetahuan Sesudah Penyuluhan



Berdasarkan diagram pengetahuan responden sesudah mendapatkan penyuluhan tentang diet tinggi protein pada kegiatan pengabdian masyarakat program kemitraan masyarakat pemberdayaan ibu nifas melalui pemberian putih telur untuk percepatan luka perineum di wilayah puskesmas Ngrandu tahun 2023, diketahui bahwa 60 % responden pengetahuannya baik, 40 % responden pengetahuan cukup dan tidak ada yang mempunyai pengetahuan.



Gambar : 3.1 Pelaksanaan pengabdian masyarakat tahap ke 3



Gambar 3.2 Penyerahan modul pengabdian masyarakat



Gambar 3.3 Penyuluhan pada ibu nifas

Ibu nifas 100 % tidak ada yang mengalami tanda-tanda infeksi pada luka perineum, setelah mendapatkan perawatan luka dan intervensi pemberian putih telur.

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwani (2019) bahwa mengkonsumsi putih telur akan mempercepat Proses penyembuhan luka perineum.

Proses penyembuhan luka perineum membutuhkan asupan nutrisi yang adekuat, terutama yang banyak mengandung protein. Protein membantu meregenerasi dan membangun sel-sel yang rusak akibat proses persalinan. Putih telur mengandung protein yang sangat tinggi, mutu protein, nilai cerna, dan mutu cerna telur paling baik diantara bahan-bahan makanan lain. Putih telur mengandung albumin 95% yang berfungsi untuk penyembuhan luka. Protein telur sangat mudah untuk di cerna, diserap dan digunakan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan jaringan-jaringan tubuh (Warsito, 2015)

Puspitasari, et al, (2011) juga menjelaskan bahwa factor yang mempengaruhi penyembuhan luka adalah konsumsi nutrisi. Status gizi atau konsumsi nutrisi berpengaruh terhadap proses penyembuhan luka dengan hasil uji statistic nilai probabilitas (Sig) 0,002 lebih kecil dari 0,05. Sementara factor lain yang juga diteliti oleh Puspitasari, et al (2011) adalah factor personal hygiene juga berpengaruh terhadap penyembuhan luka dengan nilai probabilitas (sig) $0,004 < 0,05$. Secara teoritis kesembuhan luka merupakan suatu proses pergantian jaringan yang mati atau rusak dengan jaringan yang baru dan sehat oleh tubuh dengan jalan regenerasi. Luka dikatakan sembuh apabila permukaannya dapat bersatu kembali dan didapatkan kekuatan jaringan yang kembali normal. Kesembuhan luka meliputi 2 kategori yaitu: pemulihan jaringan ialah regenerasi jaringan pulih seperti semula baik secara struktur maupun secara fungsinya, dan repair ialah pemulihan atau penggantian oleh jaringan ikat (Purwatiningtyas, 2013)

Penyembuhan luka merupakan tahap pergantian dan perbaikan fungsi jaringan yang telah rusak dan diawali dengan perbaikan luka perineum. Proses penyembuhan luka melalui fase inflamasi yang bermula ketika jaringan mengalami kerusakan dan berlangsung dalam 1-4 hari, dimana terjadi vaso konstriksi pembuluh darah untuk mengontrol perdarahan dengan membentuk sumbatan trombosit dan serabut fibrin. Selanjutnya fase proliferasi di mana terjadi pembentukan pembuluh darah baru sekitar luka, terbentuk substansi dasar dan serabut kolagen untuk mulai menginfiltrasi luka. Sel epitel berkembang menjadi kapiler yang menjadi sumber nutrisi jaringan yang beregenerasi lengkap dan kolagen menunjang dengan baik dalam kurun waktu 6-7 hari. Adapun kriteria penilaian luka jika baik luka akan kering, perineum menutup dan tidak ada tanda infeksi seperti merah, bengkak, panas, nyeri dan fungsioles, sedangkan jika luka tampak basah, perineum membuka atau menutup, dan menunjukkan ada tanda

infeksi. Fase selanjutnya adalah maturasi yang dikontribusi oleh jaringan granulasi yaitu timbunan kolagen untuk penyembuhan luka yang berlangsung sampai sebulan atau bahkan tahunan (Mauren, 2008).

Selain mendapatkan perawatan luka perineum, ibu-ibu nifas juga mendapatkan penyuluhan tentang pentingnya nutrisi tinggi protein bagi penyembuhan luka dan hasilnya terjadi perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan.

Penyuluhan adalah proses perubahan perilaku dikalangan masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu melakukan perubahan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan, keuntungan dan perbaikan kesehatan (Notoatmojo, 2012). Penyuluhan kesehatan adalah gabungan berbagai kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip-prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat, tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan secara perseorangan maupun secara kelompok dengan meminta pertolongan (Tumurang, 2018).

Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan yang dilakukan menggunakan prinsip belajar sehingga masyarakat mendapatkan perubahan pengetahuan dan kemauan, baik untuk mencapai kondisi hidup yang diinginkan ataupun untuk mendapatkan cara mencapai kondisi tersebut, secara individu maupun bersamasama (Nurmala, 2018).

Hasil pengabdian masyarakat ini selaras dengan penelitian Ayu Aprilia (2018) tentang Pengaruh pendidikan kesehatan tentang cuci tangan pakai sabun terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada anak di SDN Brangkal Kabupaten Mojokerto, menggunakan penelitian Quasi Eksperiment. Dengan hasil yang diperoleh dimana pemberian pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan pakai sabun memiliki suatu makna dan pengaruh positif kepada responden, pendidikan kesehatan tidak dapat diabaikan bagi responden untuk mengubah pola perilaku hidup bersih dan sehat dengan hasil kecil seperti mencuci tangan pakai sabun.

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini telah berhasil meningkatkan Kesehatan ibu-ibu nifas di desa Bringin, Kec. Kauman, wilayah puskesmas Ngrandu, kab. Ponorogo dengan kesimpulan sebagai berikut :

1. Setelah dilakukan perawatan luka dan pemberian putih telur pada ibu nifas didapatkan 100 % proses penyembuhan berjalan dengan baik, tidak ada tanda-tanda infeksi.
2. Setelah dilakukan penyuluhan Kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan antara sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian masyarakat telah berjalan dengan lancar, oleh karena itu kami mengucapkan terima kasih kepada 1) Direktur Poltekkes Kemenkes Malang, Kepala Puskesmas Ngrandu, Kepala Desa Bringin dan bidan serta perawat ponkesdes desa Bringin, kec. Kauman, Kab. Ponorogo. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

BPS Ponorogo, 2018, Statistik Kesejahteraan Rakyat Kabupaten Ponorogo 2018, Jurnal BPS Ponorogo, 2018-12-28

BPS Ponorogo, 2018, *kecamatan Kauman Dalam Angka Kauman Subdistricts in Figures 2018*, Jurnal BPS Ponorogo, 2018-09-26

- Kemenkes. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010, Promosi Kesehatan & Ilmu perilaku Jakarta: P.T Rineka Cipta
- Wiknjosastro, Hanifah, 2008, Ilmu Kebidanan, Jakarta, Yayasan Bina Pustaka. Sarwono Prawirohardjo.
- Fibriana, 2007, Factor-faktor Resiko yang Mempengaruhi Kematian Perinatal, Cilacap
- Farrer, Helen, 2001, Perawatan Maternitas, Jakarta, EGC
- Maryuni, Anik, 2001, *Safe Motherhood, Modul Sepsis Puerperalis Materi Pendidikan Bidan*, Jakarta, EGC
- Bahiyatun, 2009, Buku Ajar : Asuhan Kebidanan Nifas Normal, Jakarta, EGC
- William, Oxorn.Harry, 2010, Ilmu Kebidanan: Patologi dan fisiologi Persalinan, Yogyakarta, ANDI
- Ismayani, Yeni, 2013, Dessert dari putih telur, Jakarta, Gramedia Pustaka
- Yola Alqorien Mustikarani, Weni Tri Purnani, Miftakhul Muallimah (2019), Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Penyembuhan Luka Post Sectio Caesaria Pada Ibu Post Sectio Caesaria Di RS Aura Syifa Abupaten Kediri, *Jurnal Kesehatan*.Vol. 12. No. 1. Juni 2019. ISSN 1979-7621 (Print). ISSN 2620-776
- Susilowati D, (2018), factor –faktor yang mempengaruhi ibu nifas dalam pelaksanaan mobilisasi dini, *Jurnal INFOKES Universitas Duta Bangsa Surakarta*, 2015 Des;2;5(2)
- Puspitasari H.A, et al, (2011) factor-faktor yang mempengaruhi luka post operasi SC, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, Volume 7, No. 1, Februari 2011.
- Warsito H, et al (2015), Ilmu bahan makanan dasar, Yogyakarta, Nuha merdika.
- Trianingsih I, at al (2018), Pengaruh telur rebus terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas hari ke 1-7, *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, Vol.14,No.2, Oktober 2018