

Vulva Hygiene Dan Konsumsi Telur Terhadap Laserasi Perineum Ibu Nifas di Puskesmas

Vulva Hygiene and Egg Consumption on Perineal Lacerations in Postpartum Mothers at Public Health Center

^{1*}Lukita Candra Maharani, ¹Feti Kumala Dewi, ¹Surtiningsih

¹ Jurusan Kebidanan, Program Diploma Tiga, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa Purwokerto

ARTICLE INFO

Article history :

Received :05-08-2024

Revised : 05-09--2024

Accepted :01-10-2024

Keywords : Post Partum,
Eggs, Vulva Hygiene

Kata Kunci : Post partum,
Telur, Vulva Gygiene

Correspondence :
Lukita Candra Maharani

Email :
lukitacandram@gmail.com

ABSTRACT

Perineal laceration is a tear that occurs when a baby is born either spontaneously or by using tools or procedures. This tear occurs in almost all primiparas. Healing of laceration wounds is by implementing vulva hygiene and consuming chicken eggs. Birth data at the Susukan 1 Banjarnegara Community Health Center, the number of births was 11 mothers gave birth and 6 of them received perineal lacerations, grade 2 lacerations, mothers complained of pain in the perineal area causing difficulties. defecation (defecation), fear of mobilization, and lack of knowledge which believes that culture is hereditary due to the myth of taboos for postpartum mothers who are not allowed to eat fishy food such as eggs. This method uses a subsidence scale instrument and a knowledge questionnaire, the number of respondents used is 5 respondents who experienced grade II perineal lacerations at the Susukan 1 Banjarnegara Community Health Center. The average perineal laceration of postpartum mothers was grade II as many as 5 respondents and the age of the five respondents was 20-33 years with the previous average condition of the wound as seen by the reeda score being 3, experiencing increased wound healing after the application of vulva hygiene and consumption of chicken eggs for 5 consecutive days became a score of 0 with an average decrease of 2.4 and the knowledge of the five respondents increased to good after the application of vulva hygiene and consumption of chicken eggs. The conclusion of this case study was that vulva hygiene and Consuming chicken eggs is effective in healing perineal lacerations

ABSTRAK

Laserasi perineum adalah robekan yang terjadi pada jaringan perineum selama proses persalinan, baik secara spontan maupun sebagai akibat dari penggunaan alat bantu atau intervensi medis. Kondisi ini umum terjadi pada hampir semua wanita yang melahirkan untuk pertama kalinya (primipara), dimana perineum mengalami robekan karena tekanan dan tarikan selama kelahiran bayi. Penyembuhan luka laserasi yaitu dengan penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam. Data persalinan Di Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara jumlah persalinan 11 ibu bersalin dan 6 diantaranya mendapat laserasi perineum laserasi derajat 2, ibu mengeluh rasa sakit didaerah perineum menyebabkan kesulitan buang air besar (BAB), ketakutan melakukan mobilisasi, serta kurangnya pengetahuan yang mempercayai budaya turun menurun dengan adanya mitos pantangan ibu nifas yang tidak boleh makan amis seperti telur. Metode ini menggunakan instrumen skala reda dan kusioner pengetahuan, jumlah responden yang digunakan yaitu 5 responden yang mengalami laserasi perineum derajat II Di Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara. Rata-rata laserasi perineum ibu nifas derajat II sebanyak 5 responden dan umur kelima reponden 20-33 tahun dengan rata ratasebelumnya keadaan luka yang dilihat dengan skore reeda yaitu 3, mengalami peningkatan penyembuhan luka setelah penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam selama 5 hari berturut -turut menjadi skore reeda 0 dengan rata- rata penurunan 2,4 dan pengetahuan kelima responden meningkat menjadi baik setelah penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam ,studi kasus ini menyimpulkan penerapan vulva hygiene konsumsi telur efektif penyembuhan luka laserasi perinium.

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah periode pasca-persalinan yang berlangsung hingga 40 hari setelah melahirkan. Pada masa ini, rahim mengalami proses pemulihan dengan mengeluarkan darah serta jaringan yang tersisa dari kehamilan. Durasi masa nifas dapat bervariasi di antara wanita, namun umumnya berlangsung sekitar enam minggu. Selama masa ini, terjadi ekskresi cairan atau keluarnya darah dari organ reproduksi wanita yang dikenal sebagai darah kotor. Proses ini merupakan bagian penting dari pemulihan fisiologis setelah melahirkan, dimana tubuh berusaha kembali ke kondisi sebelum kehamilan (1). Pada setiap periode, warna dan konsistensi darah pasca melahirkan akan seiring dengan proses penyembuhan rahim. Masa nifas (puerperium) dimulai dua jam kemudian dan dapat diperpanjang hingga enam minggu. Perawatan nifas perlu dilakukan karena masa nifas merupakan masa kritis bagi ibu dan anak (2).

Berdasarkan data Maternal Perinatal Death Notification (MPDN) yang dapat menyebabkan kematian pada ibu nifas diantaranya, Eklamsi *postpartum* (37,1%), Perdarahan *postpartum* (27,3%), Infeksi pasca melahirkan (10,4%). Infeksi setelah proses persalinan bisa terjadi sebagai akibat dari robekan perineum, yaitu luka di daerah perineum yang seringkali sulit untuk mengering. Kondisi ini dapat menyebabkan risiko infeksi yang lebih tinggi, mengingat perineum merupakan area yang lembap dan rentan terhadap paparan mikroorganisme (3). Oleh karena itu, penanganan yang tepat dan perawatan luka yang baik sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi pascapersalinan (4).

Untuk mencegah terjadinya infeksi pada perineum, diperlukan perawatan khusus pada vulva yang dikenal sebagai kebersihan vulva. Kebersihan vulva merujuk pada praktik membersihkan area luar dari alat kelamin wanita. Manfaat utama dari praktik ini adalah menjaga kebersihan dan kenyamanan vagina serta area sekitarnya, mencegah timbulnya masalah seperti keputihan, bau tidak sedap, dan rasa gatal. Selain itu, kebersihan vulva juga berperan penting dalam mempertahankan keseimbangan pH vagina agar tetap normal, yang merupakan faktor krusial dalam mencegah infeksi dan masalah kesehatan lainnya. Vulva hygiene adalah salah satu tindakan yang rutin dilakukan oleh bidan, khususnya pada ibu pasca persalinan atau dalam kondisi kesehatan lainnya. Prosedur ini bertujuan untuk memelihara kebersihan area vulva, mengurangi risiko infeksi pada area tersebut, serta mencegah masuknya mikroorganisme ke dalam saluran urogenital. Pentingnya praktik ini tidak hanya berfungsi sebagai tindakan preventif terhadap komplikasi kesehatan, tetapi juga sebagai bagian dari perawatan menyeluruh yang mendukung pemulihan dan kesejahteraan ibu (5). Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukannya penerapan rutin perawatan luka perineum dalam setiap kunjungan, terlihat adanya perkembangan yang signifikan pada proses penyembuhan luka. Kondisi ini menunjukkan bahwa penyembuhan berjalan dengan baik, yang pada akhirnya dapat mengurangi risiko infeksi pascapersalinan. Dengan demikian, pendekatan ini efektif dalam menjaga kesehatan ibu pasca melahirkan dan mencegah komplikasi lebih lanjut yang berpotensi membahayakan (6).

Penyebab lambatnya penyembuhan luka perinatal dapat disebabkan oleh faktor pengetahuan dan budaya yang sudah lama ada, yang sering dijadikan acuan pada masa nifas, seperti pantangan makanan tertentu, dan lebih pada individu itu sendiri, termasuk kekurangan gizi. dan kondisi lingkungan yang tidak sehat. Penyembuhan luka perineum dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor eksternal yang mempengaruhi proses penyembuhan antara lain meliputi lingkungan, tradisi budaya, tingkat pengetahuan masyarakat, kondisi ekonomi, serta metode penanganan yang diberikan. Salah satu makanan yang sering dikaitkan dengan proses penyembuhan luka adalah telur ayam. Namun, banyak orang yang menghindari konsumsi telur karena kekhawatiran terhadap kandungan kolesterolnya yang tinggi. Padahal, kolesterol tinggi hanya terkonsentrasi pada bagian kuning telur, sementara putih telur justru kaya akan protein albumin (7). Protein albumin dalam putih telur sangat penting sebagai zat pembangun tubuh, mengingat kandungannya yang mencapai 75% dari total protein dalam telur. Selain itu, putih telur hampir tidak mengandung lemak dan sama sekali tidak memiliki kolesterol, berbeda dengan kuning telur. Lebih lanjut, telur ayam juga mengandung lebih banyak lemak tak jenuh, baik dalam bentuk lemak tak jenuh tunggal maupun lemak tak jenuh ganda, yang lebih sehat bagi tubuh dibandingkan lemak jenuh (8).

Hasil penelitian Maya menunjukkan bahwa mengkonsumsi telur rebus 2 kali sehari efektif untuk mempercepat penyembuhan luka jahitan perineum, Hasil yang diharapkan setelah ibu nifas menerima asuhan kebidanan dan mengonsumsi telur rebus adalah mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Kondisi ini ditandai dengan kontraksi uterus yang optimal, perdarahan yang terjadi berkisar ± 10 cc dengan warna merah kehitaman (lochia rubra), serta luka perineum yang menunjukkan tanda-tanda pemulihan yang baik tanpa adanya pus, perdarahan, edema, atau infeksi. Konsumsi telur rebus diduga mendukung proses penyembuhan karena kandungan nutrisinya yang membantu mempercepat regenerasi jaringan dan meningkatkan daya tahan tubuh ibu

nifas. Dengan demikian, diharapkan ibu dapat pulih dengan lebih cepat dan kembali beraktivitas seperti biasa tanpa komplikasi tambahan (9).

Berdasarkan survai praktek kebidanan klinik 1 pada bulan Juni 2023, data persalinan di Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara jumlah persalinan ada 11 ibu bersalin dan 6 diantaranya mendapat laserasi perineum derajat 2. Ibu nifas mengeluh rasa sakit didaerah perineum sehingga menyebabkan kesulitan untuk buang air besar (BAB), hal ini disebabkan karena adanya ketakutan untuk melakukan mobilisasi, serta kurangnya pengetahuan dan masih banyak yang mempercayai budaya turun menurun dengan adanya mitos pantangan ibu nifas yang tidak boleh makan makanan amis seperti telur, karena akan memicu rasa gatal pada luka jahitan dan darah nifas yang keluar berbau amis.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan metode anamnesa tentang penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam boiler terhadap penyembuhan laserasi perineum pada ibu nifas, yang dilaksanakan di Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara. Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 11-30 Desember 2023. Populasi pada studi kasus ini adalah 5 responden ibu nifas dengan laserasi perineum derajat II hari pertama. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah Melakukan pengajuan surat izin penelitian kepada baak untuk tempat penelitian, Melakukan pengajuan izin penelitian kepada Bidan Koordinasi dipuskesmas, Melakukan pengambilan data ibu nifas dengan laserasi perineum di puskesmas susukan 1 banjarnegara sejumlah 5 responden berdasarkan kriteria dengan waktu pelaksanaannya tanggal 11-30 Desember 2024, Melakukan kunjungan 1 dipuskesmas, Melakukan perkenalan dan menjelaskan mengenai kunjungan yang dilakukan pada responden, Memberikan informed consent pada responden, Melakukan pengkajian pada ibu nifas, Melakukan pretes pengetahuan kusioner tentang vulva hygiene dan konsumsi telur ayam boiler pada ibu nifas, Melakukan pretes observasi penyembuhan luka laserasi perineum perineum pada ibu nifas dengan skala reeda, Memberikan pendidikan kesehatan tentang vulva hygiene dan konsumsi telur ayam pada ibu nifas, Melakukan post pengetahuan kusioner tentang vulva hygiene dan konsumsi telur ayam, Melakukan penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam pada ibu nifas, Melakukan kunjungan ke 2 pada hari ke 5 setelah penerapan vulva hygiene dan pemberian telur ayam pada ibu nifas, Melakukan post observasi keadaan luka laserasi perineum pada ibu nifas dengan skala reeda

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1 . Karakteristik Responden

(IMT)

Ny.D	Primipara	24 thn	18,4 (Normal)	3.200 gram
Ny.S	Primipara	24 thn	20,2 (Normal)	2.800 gram
Ny.F	Primipara	24 thn	20,2 (Normal)	2.700 gram
Ny.S	Primipara	20 thn	18,4 (Normal)	2.600 gram
Ny.W	Multipara	33 thn	24,0 (Normal)	3.200 gram
Nilai Maximum :		33 thn	24,0 (Normal)	3.200 gram
Nilai Minimum :		20 thn	18,4 (Normal)	2.600 gram

Tabel 1 menunjukkan bahwa umur reproduksi responden yaitu 4 responden berumur 20-24 tahun dan 1 responden berumur 33 tahun bahwa semua responden mendapat laserasi perineum. Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa kejadian laserasi perineum berdasarkan paritas pada kelima responden di Puskesmas susukan 1 mayoritas pada ibu nifas persalinan pertama (primipara) dan 1 diantaranya ibu nifas persalinan lebih dari satu kali (multipara), dan nutrisi kelima responden normal yaitu 18,5 – 25,0, berat badan lahir tertinggi 3200 gram dan terendah 2600 gram. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa berdasarkan paritas dari seluruh responden mengenai kejadian laserasi perineum pada seluruh ibu nifas dapat dinyatakan bahwa karakteristik (usia, paritas, berat bayi lahir, nutrisi (IMT)) mempengaruhi laserasi perineum (10).

Keadaan luka laserasi pada ibu nifas sebelum dan sesudah penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam di Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara

Tabel 2. Keadaan luka laserasi pada ibu nifas sebelum dan sesudah penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam

	Pre	Post
Ny. D	2	0
Ny. S	3	0
Ny. F	3	0
Ny. S	2	0
Ny. F	2	0
Rata- rata penurunan	2,4	

Tabel 2 berdasarkan data pada tabel menunjukkan bahwa terjadi peningkatan penyembuhan luka baik pada ketiga responden yang sebelumnya keadaan luka yang dilihat dengan skala reeda skor 3 pada hari ke 2 dengan penyembuhan luka kurang baik, dan kedua responden yang dilihat dengan skala reeda skor 2 dengan penyembuhan luka baik dan dihari kelima keadaan luka kelima responden yang dilihat dengan skala reeda menjadi skor 0 (100%) penyembuhan luka baik sesudah penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam pada ibu nifas dengan rata rata penurunan luka yaitu 2,4 Analisis pengaruh edukasi melalui aplikasi pertolongan pertama gawat darurat berbasis call centre Easy Service Emergency terhadap pengetahuan masyarakat

PEMBAHASAN

Berdasarkan gambaran karakteristik responden umur, paritas, berat bayi lahir, nutrisi (IMT) pada ibu nifas dengan laserasi perineum di Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara menunjukkan bahwa umur reproduksi responden yaitu 4 responden berumur 20-24 tahun dan 1 responden berumur 33 tahun bahwa semua responden mendapat laserasi perineum. Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa kejadian laserasi perineum berdasarkan paritas pada kelima responden di Puskesmas susukan 1 mayoritas pada ibu nifas persalinan pertama (primipara) dan 1 diantaranya ibu nifas persalinan lebih dari satu kali (multipara), dan nutrisi kelima responden normal yaitu 18,5 – 25,0, berat badan lahir tertinggi 3200 gram dan terendah 2600 gram. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa berdasarkan paritas dari seluruh responden mengenai kejadian laserasi perineum pada seluruh ibu nifas dapat dinyatakan bahwa karakteristik (usia, paritas, berat bayi lahir, nutrisi (IMT)) mempengaruhi laserasi perineum, ini juga sejalan dengan penelitian Okeahialam dan Laderas yang mengemukakan bahwa laserasi perinium dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya demografi pasien (11,12) . Hasil tabel keadaan luka bahwa penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam terhadap penyembuhan luka laserasi perineum terbukti mempercepat penyembuhan laserasi hal tersebut dilihat dari skala reeda pada hari kedua terdapat 3 responden mengalami penyembuhan luka kurang baik dan 2 responden mengalami penyembuhan luka baik. Pada hari kelima penelitian didapatkan hasil dari 5 responden penyembuhan luka baik dengan penurunan rata-rata skala reeda 2,5. Penelitian Chen juga mengungkapkan hal yang sama bahwa vulva hygiene adalah salah satu upaya yang dilakukan untuk penyembuhan luka laserasi (13-15).

KESIMPULAN

Hasil gambaran karakteristik laserasi perineum sesuai dengan penelitian sebelumnya yaitu umur, paritas, berat badan bayi lahir dan nutrisi (IMT). Penerapan vulva hygiene dan konsumsi telur ayam terhadap penyembuhan luka laserasi perineum terbukti mempercepat penyembuhan laserasi hal tersebut dilihat dari skala reeda pada hari kedua terdapat 3 responden mengalami penyembuhan luka kurang baik dan 2 responden mengalami penyembuhan luka baik. Pada hari kelima penelitian didapatkan hasil dari 5 responden penyembuhan luka baik dengan penurunan rata-rata skala reeda 2,5.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Pihak Puskesmas Susukan 1 Banjarnegara dan sipitas akademik Universitas Harapan Bangsa Purwokerto. Semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini baik yang secara langsung maupun tidak langsung

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari. Pengaruh Kemampuan Vulva Hygiene Terhadap Waktu Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Primipara. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 2019;6(1):16-27.
2. Dewi, Fitri Nuraeni Kartika and Masruroh. Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Wilaya Kerja Puskesmas Jetak Kab. Semarang: Knowledge Level of Postpartum Mothers About Breast Care in the Work Area of the Jetak Health Center, Kab. Semarang.” *Journal of Holistics and Health Science*.2022; 5(1):103–10.
3. Herlina H, Virgia V, Wardani RA. Hubungan teknik vulva hygiene dengan penyembuhan luka perinium pada ibu post partum. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*. 2019;4(1).
4. Wahyuni W, Pratama AFA. Kajian Pengetahuan Vulva Hygiene Terhadap Perawatan Perineum Di Klinik Suko Asih Sukoharjo. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2019;10(2):1-7.
5. Adwitia R, Adimayanti E. Relaksasi Napas Dalam dan Vulva Hygiene pada Pengelolaan Ketidaknyamanan Ibu Post Partum Spontan dengan Episiotomi. *Jurnal Informatika dan Kesehatan*. 2024;1(2):90-7.
6. Saadah L, Haryani S. Pengelolaan Ketidaknyamanan Pasca Partum pada Ibu Post Partum Spontan dengan Episiotomy: Management of Post Partum Discomfort in Spontaneous Post Partum Mothers with Episiotomy. *Journal of Holistics and Health Sciences (JHHS)*. 2022;4(2):246-60.
7. Sangkala F, Sriwardana A. The Implementation of Vulva Hygiene Treatment in Postpartum Women to Prevention of Rupture Perineum Infection. *Journal La Medihealthico*. 2020;1(3):15-9.
8. Harty M, Prihatiningsih D. Hubungan Vulva Hygiene Ibu Nifas Dengan Kesembuhan Luka Jahitan Perineum Di Puskesmas Mergangsan Dan Puskesmas Jetis Kota Yogyakarta. 2016.
9. Nurhayati Y. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Vulva Hygiene Dengan Tingkat Kesembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*. 2020;12(2):9-14
10. Ani, Murti, Mufida Rahmawati, Wayan Armini, and Nur Afni. 2023. asuhan kebidanan pasca persalinan dan menyusui. *getpress indonesis*.
11. Okeahialam NA, Sultan AH, Thakar R. The prevention of perineal trauma during vaginal birth. *Am J Obstet Gynecol*. 2024;230(3s):S991-s1004.
12. Laderas Díaz E, Rodríguez-Almagro J, Picón Rodríguez R, Martínez Galiano JM, Martínez Rodríguez S, Hernández-Martínez A. Midwives' approach to the prevention and repair of obstetric perineal trauma in Spain. *Nurs Open*. 2024;11(4):e2160.
13. Chen Y, Bruning E, Rubino J, Eder SE. Role of female intimate hygiene in vulvovaginal health: Global hygiene practices and product usage. *Womens Health (Lond)*. 2017;13(3):58-67.
14. Schlosser BJ. Contact dermatitis of the vulva. *Dermatol Clin*. 2010;28(4):697-706.
15. Bucchi D, Stracci F, Buonora N, Masanotti G. Human papillomavirus and gastrointestinal cancer: A review. *World J Gastroenterol*. 2016;22(33):7415-30.