

Kombinasi Jamu Kunyit Asam dan Telur Ayam Rebus terhadap Nyeri dan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas

Salma Zakiyatul Firdaus*¹, Feti Kumala Dewi², Arlyana Hikmanti³

^{1,2,3}Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia
Email: ¹salmazakiyatulfirdaus@email.com, ²fetikumala@uhb.ac.id, ³arlyanahikmanti@uhb.ac.id

Abstrak

Ibu nifas yang mengalami luka perineum akan menimbulkan dampak nyeri yang mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Kunyit asam dan telur ayam rebus berefek pada penyembuhan luka perineum. Data ibu nifas di Puskesmas Mandiraja 1 dalam sebulan yaitu sebanyak 14 ibu nifas dan 7 diantaranya mengalami luka perineum derajat 1 dan 2. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi nyeri dan penyembuhan luka perineum pre dan post kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara. Metode studi kasus ini menggunakan instrumen Skala Reeda untuk mengkaji keadaan luka perineum dan Numeric Rating Scale untuk mengkaji nyeri luka perineum. Pemberian jamu kunyit asam dan telur ayam rebus dilakukan selama 7 hari, dengan dosis 2x1 @200ml dan telur 3 butir sehari. Jumlah responden yang digunakan yaitu 3 responden yang mengalami luka perineum derajat 2 Puskesmas Mandiraja 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelumnya rata-rata keadaan luka yaitu 7,3 (penyembuhan luka kurang baik), pada hari ke 3 setelah diberikan jamu kunyit asam dan telur ayam rebus mengalami peningkatan menjadi 2 (penyembuhan luka cukup baik) dan pada hari ke skore Reeda menjadi 0 (penyembuhan luka baik). Skala nyeri responden pada hari ke 1 rata-rata 4,6 (nyeri sedang) pada hari ke 3 mengalami penurunan menjadi 2 (nyeri ringan) dan hari ke 7 menjadi 0 (tidak nyeri). Kesimpulan studi kasus ini didapatkan bahwa kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus memiliki efektifitas terhadap nyeri dan penyembuhan luka perineum.

Kata kunci: *Ibu Nifas, Luka Perineum, Kunyit Asam, Telur Ayam Rebus*

Abstract

Postpartum women who experience perineal wounds will cause pain that affects daily activities. Sour turmeric and boiled chicken eggs have an effect on healing perineal wounds. This study aims to identify pain and healing of perineal wounds pre and post a combination of sour turmeric herbal medicine and boiled chicken eggs in postpartum women with perineal wounds at Mandiraja 1 Banjarnegara Health Center. This case study method uses the Reeda Scale instrument to assess the state of the perineal wound and the Numeric Rating Scale to assess perineal wound pain. The administration of sour turmeric herbal medicine and boiled chicken eggs was carried out for 7 days, with a dose of 2x1 @ 200ml and 3 eggs a day. The number of respondents used was 3 respondents who experienced perineal wounds of degree 2 Mandiraja Health Center 1 The results showed that previously the average wound condition was 7.3 (poor wound healing), on day 3 after being given sour turmeric herbs and boiled chicken eggs increased to 2 (wound healing is quite good) and on day 3 the Reeda score became 0 (good wound healing). The respondent's pain scale on day 1 averaged 4.6 (moderate pain) on day 3 decreased to 2 (mild pain) and day 7 to 0 (no pain). The conclusion of this case study found that the combination of sour turmeric and boiled chicken eggs

Keywords: *Boiled Chicken Eggs, Postpartum Women, Perineal Wounds, Sour Turmeric*

1. PENDAHULUAN

Luka perineum adalah robekan yang terjadi karena adanya ruptur spontan maupun episiotomi pada saat proses persalinan (Zahirah, 2024). Pada ibu nifas yang mengalami luka perineum akan menimbulkan dampak nyeri yang mempengaruhi terhadap gerakan ibu, kebiasaan makan, kesulitan istirahat, suasana hati, mengganggu buang air kecil (BAK) dan buang air besar (BAB), mengganggu aktivitas harian ibu seperti merawat bayi, mengurus pekerjaan rumah tangga, mengurangi interaksi dengan lingkungan masyarakat, serta menghambat kegiatan berkarir ibu. Trauma juga bisa terjadi

karena cedera pada area perineum, seperti robekan yang dapat menyebabkan rasa nyaman dan dyspareunia tidak (Azzah *et al.*, 2022).

Di Indonesia terutama suku Jawa, budaya minum jamu pada ibu nifas masih tinggi. Jamu dikenal luas sebagai salah satu ramuan tradisional yang dimanfaatkan masyarakat dengan tujuan untuk mengobati penyakit (Andanawarih & Ulya, 2021). Tanaman kunyit dikenal memiliki sifat antiinflamasi dan antioksidan. Khasiat penyembuhan luka dari kunyit juga telah terbukti penting. Obat herbal kunyit asam berefek pada kemampuan ibu nifas menyembuhkan luka perineum. Hal ini sesuai dengan minuman kunyit asam mempengaruhi lama penyembuhan luka perineum ibu nifas (Nikmawati *et al.*, 2024).

Dalam proses penyembuhan luka perineum, albumin merupakan protein yang penting untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Nutrisi yang dapat mempercepat penyembuhan luka terdapat dalam protein hewani. Telur adalah jenis lauk pauk hewani yang kaya nutrisi yang dapat membantu proses penyembuhan luka perineum. Lebih dari 90% kalsium dan zat besi, serta vitamin A, D, B12, C, B6, dan magnesium terdapat dalam satu butir telur. Dalam telur, zat besi dapat menggantikan darah merah yang hilang, sementara protein bertanggung jawab sebagai blok pembangun otot, jaringan tubuh, dan jaringan tulang tetapi tidak dapat disimpan oleh tubuh. Diperlukan asupan protein setiap hari untuk mempercepat penyembuhan luka (Sofianti, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi kunyit asam dapat menyembuhkan luka pada area perineum ibu pasca melahirkan. Luka perineum pada ibu nifas yang mengkonsumsi minuman kunyit asam lebih cepat sembuh dibandingkan luka perineum ibu nifas yang tidak mengkonsumsi minuman kunyit asam. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kunyit asam efektif menyembuhkan luka Perineum (Hafanda *et al.*, 2024).

Pada tahun 2020 angka kejadian ruptur perineum pada ibu yang bersalin secara pervaginam di Indonesia mencapai 83% dari total 8.245 ibu nifas. Di Jawa Tengah robekan perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam. Pada tahun 2020, ditemukan bahwa dari total 1951 kelahiran spontan pervaginam, 57% ibu mendapat jahitan (Aini & Nurrohmah, 2024). Ibu nifas yang mendapat pelayanan kesehatan tahun 2023 di Kabupaten Banjarnegara sebesar 95,1% meningkat dibanding tahun 2022 yaitu 91,8% (Dinkes Banjarnegara, 2023).

Sesuai data dari Dinas Kesehatan Banjarnegara jumlah ibu nifas di Puskesmas Mandiraja dalam setahun mencapai 524. Berdasarkan survei pada bulan April tahun 2025, jumlah ibu nifas di Puskesmas Mandiraja 1 dalam sebulan yaitu sebanyak 14 ibu nifas dan didapatkan data sejumlah 7 orang mengalami luka perineum derajat 1 dan 2 yang meliputi mukosa vagina, kulit perineum dan otot perineum.

Dengan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus terhadap nyeri dan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan studi kasus mencakup data subjektif dan objektif pada ibu nifas dengan luka perineum, untuk mengetahui gambaran karakteristik usia, paritas, berat bayi lahir, nutrisi (IMT) pada ibu nifas dengan luka perineum, untuk mengidentifikasi nyeri luka perineum pre dan post kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada ibu nifas dengan luka perineum dan untuk mengetahui penyembuhan luka perineum pre dan post kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara.

2. METODE PENELITIAN

Bagian metode penelitian ini menggunakan studi kasus Deskriptif yaitu menggambarkan objek/orang/tempat kejadian secara detail. Studi kasus adalah ketika seorang peneliti meneliti fenomena tertentu (kasus) dalam periode waktu dan kegiatan tertentu (program, acara, proses, institusi, atau kelompok sosial) dan mengumpulkan informasi secara detail dengan berbagai metode pengumpulan data selama periode tersebut (Assyakurrohim *et al.*, 2022). Kasus yang diambil dalam penulisan karya tulis ini yaitu pemberian kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus kepada ibu nifas dengan luka perineum. Sebanyak 3 dan dilakukan observasi pemberian selama 7 hari setiap

hari diberikan jamu kunyit asam sebanyak 2x dengan dosis 200ml dan 3 butir telur ayam rebus. Penelitian ini telah mendapatkan sertifikat kelayakan etik (No. B.LPPM-UHB/759/07/2025) dari komite etik penelitian kesehatan untuk “Studi kasus kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus terhadap nyeri dan penyembuhan luka perineum terhadap ibu nifas di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara”

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Mendeskripsikan studi kasus mencakup data subjektif dan objektif pada ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara

Data subjektif menunjukkan bahwa rata-rata usia responden yaitu 36-38 tahun. Paritas dari ketiga responden yaitu multipara dengan berat bayi 2900-3100 gram. Keluhan reponden yaitu nyeri pada bagian luka jahitan perineum. Ketiga responden memiliki pola kebiasaan sehari-hari seperti : makan 3x sehari dengan porsi masing-masing 1 piring, minum 7-8 gelas/hari. Dilihat dari pola nutrisi responden menandakan bahwa pemenuhan nutrisi responden tercukupi. Data objektif menunjukkan bahwa responden memiliki keadaan umum baik, tanda-tanda vital dalam batas normal. Pada pemeriksaan ano genital ketiga responden mengalami luka perineum derajat 2 dan dilakukan penjahitan. Keluhan reponden yaitu nyeri pada bagian luka jahitan perineum. Hal ini mendukung teori yang menyatakan bahwa ibu yang berusia diatas 35 tahun lebih memiliki resiko terjadinya luka perineum. Dikarenakan pada ibu usia diatas 35 tahun, fungsi dan kualitas organ reproduksi wanita sudah menurun jika dibandingkan dengan organ reproduksi wanita usia 20-35 tahun (Pratiwi *et al.*, 2024). Hal ini juga sejalan dengan teori yang menunjukkan bahwa ibu dengan paritas multipara juga memiliki resiko terjadinya luka perineum. Namun, pada ibu paritas multipara lebih banyak mengalami luka perineum ringan yaitu derajat 1-2. Hal ini disebabkan karena ibu telah melahirkan lebih dari satu kali. Sehingga otot-otot perineum sudah mengalami keelastisan dan mengurangi terjadinya robekan yang berat (Khafidloh *et al.*, 2023).

3.2. Gambaran karakteristik responden usia, paritas, berat bayi lahir dan nutrisi (IMT) pada ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraj 1 Banjarnegara.

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Nama | Paritas | Usia | Berat Bayi Lahir | Nutrisi (IMT) |
|-----------------|-----------|--------|------------------|----------------|
| Ny. Y | Multipara | 38 Thn | 3100 gram | 22,8 (Normal) |
| Ny. L | Multipara | 36 Thn | 2900 gram | 23,7 (Normal) |
| Ny. M | Multipara | 36 Thn | 3090 gram | 24,5 (Normal) |
| Nilai maximum : | | 38 Thn | 3100 gram | 24, 5 (Normal) |
| Nilai minimum : | | 36 Thn | 2900 gram | 22, 8 (Normal) |

Berdasarkan temuan di lapangan, rata-rata usia responden adalah diatas 35 tahun dan memiliki paritas multipara. Temuan ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa luka perineum dapat terjadi pada ibu dengan usia kurang dari 20 tahun atau diatas 35 tahun (Pratiwi *et al.*, 2024). Luka perineum dapat terjadi pada ibu dengan paritas primipara maupun multipara. Namun, pada ibu paritas multipara lebih banyak mengalami luka perineum ringan (Khafidloh *et al.*, 2023). Berdasarkan hasil penelitian, ibu yang berusia kurang dari 20 dan lebih dari 35 tahun memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami luka perineum. Ini karena kebanyakan ibu muda termasuk dalam kelompok primipara atau multipara, sementara ibu dengan usia lebih dari 35 tahun umumnya adalah multipara, di mana kepala bayi lebih mudah keluar dan perineum mereka lebih elastis (Anastasia *et al.*, n.d.). Berdasarkan tabel didapatkan data berat bayi lahir responden normal antara 2900-3100 gram. Namun, setiap ibu memiliki resiko mengalami luka perineum meskipun berat badan bayi rendah atau normal. Melahirkan bayi dengan berat 2500-4000 gram memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk mengalami luka perineum dibandingkan dengan berat bayi <2500 gram. Data yang didapatkan peneliti menunjukkan bahwa rata-rata IMT responden adalah antara 22-24. Temuan pada studi ini menunjukkan bahwa IMT ibu normal dan tidak ada penyimpangan dengan cakupan di masa lalu. Hasil

penelitian Sinaga (2022) menyimpulkan bahwa keadaan gizi ibu nifas adalah salah satu faktor yang memengaruhi penyembuhan luka perineum. Ibu nifas yang memiliki IMT normal akan mengalami penyembuhan luka lebih cepat sekitar 3-5 hari.

3.3. Mengidentifikasi nyeri luka perineum pre dan post kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara.

Tabel 2. Skala Nyeri Pre dan Post

| Nama | Skala Nyeri | | |
|-----------|-------------|-----------|-----------|
| | Pre | Post | |
| | Hari ke 1 | Hari ke 3 | Hari ke 7 |
| Ny. Y | 4 | 2 | 0 |
| Ny. L | 5 | 2 | 0 |
| Ny. M | 5 | 2 | 0 |
| Rata-rata | 4,6 | 2 | 0 |

Berdasarkan tabel ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraja 1 mengalami penurunan skala nyeri setelah diberikan kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus oleh peneliti. Dalam mengkaji nyeri ini, peneliti menggunakan instrumen *Numeric Rating Scale (NRS)*. NRS ditandai dengan garis 0–10 dengan interval yang sama. Nilai 0 menunjukkan tidak ada nyeri, nilai 5 menunjukkan nyeri sedang, dan nilai 10 menunjukkan nyeri berat. Sebelum diberikan jamu kunyit asam dan telur ayam rebus skala nyeri ibu-ibu nifas tersebut rata-rata 4,6 (nyeri sedang). Setelah diberikan jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada hari ke 3 skala nyeri ibu-ibu nifas mengalami penurunan menjadi 2 (nyeri ringan). Dan pada hari ke 7 skala nyeri ibu-ibu nifas menjadi 0 (tidak ada nyeri). Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa setiap ibu yang mengalami proses persalinan yang mengalami luka pada perineum akan merasakan nyeri, baik luka yang dibuat seperti episiotomy atau luka robekan spontan (Karnila & Susilowati, 2024). Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian bubuk kunyit, bubuk susu dan gula pasir terhadap penyembuhan nyeri luka perineum antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan p value 0.000 terhadap lama penyembuhan luka dan nyeri perineum jika nilai p value < 0.05 (Katmini *et al.*, 2025). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus efektif untuk menurunkan nyeri pada luka perineum ibu pasca melahirkan. Hal ini dikarenakan jamu kunyit asam memiliki manfaat sebagai anti peradangan dan penghilang rasa sakit yang didapatkan dari kunyit dan asam.

3.4. Mengidentifikasi penyembuhan luka pre dan post kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Mandiraja 1 Banjarnegara.

Tabel 3. Penyembuhan Luka Pre dan Post

| Nama | Skore Luka | | |
|-----------|------------|-----------|-----------|
| | Pre | Post | |
| | Hari ke 1 | Hari ke 3 | Hari ke 7 |
| Ny. Y | 7 | 2 | 0 |
| Ny. L | 7 | 2 | 0 |
| Ny. M | 8 | 2 | 0 |
| Rata-rata | 7,3 | 2 | 0 |

Berdasarkan tabel ibu nifas yang mengkonsumsi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus mengalami peningkatan dalam penyembuhan luka perineum. Pada hari pertama sebelum mengkonsumsi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus penyembuhan luka ibu tergolong kurang baik dengan skore keadaan luka rata-rata 7,3. Setelah diberikan jamu kunyit asam dan telur ayam rebus pada hari ketiga mengalami peningkatan penyembuhan dengan skore keadaan luka 2 (penyembuhan

luka cukup baik). Pada hari ke tujuh penyembuhan luka ibu baik dengan skor masing-masing 0 (penyembuhan luka baik).

Hal ini sejalan dengan teori yang menjelaskan bahwa di dalam jamu kunyit asam terkandung bahan-bahan seperti anti radang, antioksidan, anti kanker dan anti infeksi yang dapat mencegah penggumpalan darah, menghilangkan rasa sakit dan membantu penyembuhan luka perineum pada ibu pasca melahirkan (Hafanda *et al.*, 2024). Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ibu nifas dengan luka perineum yang mengkonsumsi kunyit asam memiliki skor reeda 0–2, yaitu sebanyak 14 orang dengan presentase (87,5%), tetapi responden yang mencapai skor REEDA 3–5, lebih sedikit yaitu sebanyak 2 orang dengan presentase (12,5%). Hal ini menunjukkan bahwa responden sebagian besar mengalami percepatan dalam penyembuhan luka perineum. Ini dikarenakan bahan aktif dalam kunyit memiliki sifat antipiretik, dan antiinflamasi, analgesik. Begitu juga bahan aktif yang terkandung dalam asam jawa seperti tanin, alkaloid, saponin, flobatamin, seskuiterpen dan obat pencahar (yang memiliki fungsi membantu memperlancar buang air besar) (Hafanda *et al.*, 2024).

Selain itu hasil penelitian yang dilakukan oleh T. Sofiani (2023) menunjukkan bahwa mengkonsumsi telur rebus selama 7 hari dapat membantu penyembuhan luka perineum dengan baik. Telur rebus mengandung banyak nutrisi yang membantu penyembuhan luka perineum. Lebih dari 90% kalsium dan zat besi terkandung dalam nutrisi telur rebus. Di dalam telur, zat besi membantu menggantikan sel darah merah yang hilang.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga responden berusia rata-rata 36–38 tahun, berparitas multipara, dan memiliki IMT normal. Ketiganya mengalami luka perineum derajat 2 dengan kondisi luka yang membaik dari hari pertama hingga hari ketujuh. Terdapat hubungan antara faktor usia, paritas, berat bayi lahir, dan status gizi dengan terjadinya luka perineum. Pemberian kombinasi jamu kunyit asam dan telur ayam rebus terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri serta mempercepat penyembuhan luka perineum secara signifikan yaitu 7,3 dengan kategori penyembuhan luka baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini & Nurrohmah. (2024). Penerapan Kegel Exercise terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 2(5), 58–67.
- Anastasia, L., Monica, O. T., Mariana, S., & Lubis, S. (n.d.). *Hubungan Usia Dan Paritas Dengan Kejadian Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Di Pmb Azimah Amd. Keb Kota Jambi Tahun 2024*.
- Andanawarih, P., & Ulya, N. (2021). *The Effectivity of Tamarind Turmeric Jamu to Cure Perineal Lacerations in Pekalongan City*.
- Dinkes Banjarnegara. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Banjarnegara Tahun 2023*.
- Hafanda, C. R., Alfitri, R., & Widiatrilupi, R. M. V. (2024). Pengaruh kunyit asam terhadap penyembuhan luka perineum derajat 2 pada ibu post partum hari ke – 1 di Gondanglegi Kabupaten Malang. *Health Science Journal*, 15(1).
- Katmini, K., Wijayanegara, H., Aziz, A., Herawati, Y., Nurlatifah, T., & Stusisna, M. (2025). The Effect Of The Combination Of Turmeric Powder Drink, Milk Powder, And Granulated Sugar (KAK-TUSI) On The Healing Of Laceration Wounds And Perineal Pain In Postpartum Mothers. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 11(3), 242–249.
- Kemendes RI. (2022a). *Skala Nyeri Pada Anak Usia Sekolah dan Remaja*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/67/skala-nyeri-pada-anak-usia-sekolah-dan-remaja
- Kemendes RI. (2022b). *Telur dan Kandungannya*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1808/telur-dan-kandungannya
- Maharani, L. C., & Dewi, F. K. (2025). *Vulva Hygiene Dan Konsumsi Telur Terhadap Laserasi Perineum Ibu Nifas di Puskesmas*. 5(01).

- Nikmawati, N., Kusumawati, R., & Saputra, W. J. (2024). *Efektivitas Minuman Kunyit Asam Dan Jahe Merah Terhadap Luka Perineum Pada Ibu Nifas*. 7(1).
- Pratiwi, A. S., Kes, M., & Pujiyanti, U. (2024). *Faktor yang berhubungan dengan Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal Di Kabupaten Bondowoso*. 06(1).
- Santika, V. W., Lathifah, N. S., & Parina, F. (2020). Pengaruh Pemberian Telur Rebus Dengan Percepatan Penyembuhan Luka Perineum. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 244–248.
- Sebayang, W. Br., & Ritonga, F. (2021). Nutrisi Efektif Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum (Systematic Review). *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 330–336.
- T. Sofianti. (2024). *Pemberian Telur Rebus Untuk Penyembuhan Luka Perineum Di Klinik Pratama Arrabih Kota Pekanbaru 2023*. <http://jurnal.kolibi.org/index.php/husada/article/view/2955>
- Zuhkrina, Y. (2023). *Hubungan Teknik Mengejan dan Berat Badan Bayi Lahir dengan Kejadian Rupture Perineum Dalam Persalinan Normal di PMB Bd. Nuraini, SST Banda Aceh*. 5.