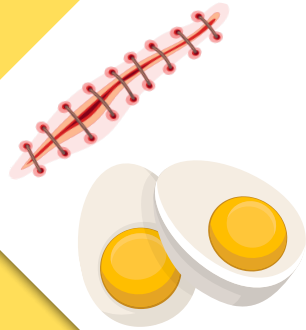




# Putih Telur: Rahasia Alam untuk Mempercepat Penyembuhan Luka Operasi Caesar

**Dosen Pembimbing:  
Dr Sri Handayani, S.ST., M.Keb**



**DEA ADELIA CHANDRA 202422018**



**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA**

**Disusun Oleh:  
Dea Adelia Chandra**

**Pembimbing;  
Dr Sri Handayani, S.ST., M.Keb**

**Surakarta  
2025**



**@aiskauniversity**

**Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar**

**Hal.1**

# Kata Pengantar

Alhamdulillah, segala puji syukur penulis haturkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga buku saku bertajuk 'Edukasi Pemberian Putih Telur Rebus untuk Percepatan Penyembuhan Luka Operasi Sectio Caesarea' ini dapat diselesaikan dengan baik.

Persalinan sectio caesarea (SC) menyebabkan luka insisi yang memerlukan perawatan khusus, baik farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu cara nonfarmakologis adalah konsumsi putih telur rebus, sumber protein hewani yang murah, mudah didapat, dan bernutrisi tinggi. Protein berperan penting dalam memperbaiki sel rusak dan mempercepat penyembuhan luka operasi.



# Daftar Isi

- 1** Kata Pengantar
- 3** Daftar Isi
- 4** Glosarium
- 5** Latar Belakang
- 5** Sectio Caesarea
- 8** Penyembuhan Luka
- 13** Putih Telur
- 18** Daftar Pustaka



# Glosarium

1. Putih Telur : Bagian telur kaya protein, khususnya albumin.
2. Rebus : Cara memasak dengan air mendidih.
3. Albumin : Protein utama putih telur, bantu penyembuhan luka.
4. Protein : Zat gizi penting untuk perbaikan jaringan.
5. Luka Operasi : Luka akibat tindakan bedah seperti SC.
6. Sectio Caesarea (SC) : Prosedur persalinan lewat pembedahan.
7. Penyembuhan : Proses pemulihan luka dan jaringan.
8. Nutrisi : Makanan yang mendukung penyembuhan luka.
9. Regenerasi : Pembentukan kembali jaringan yang rusak.
10. Imunitas : Sistem tubuh melawan infeksi.
11. Pemulihan : Masa setelah operasi untuk kembali sehat.
12. Alergi Telur : Reaksi tubuh terhadap protein dalam telur.
13. Metabolisme : Proses tubuh mengubah makanan jadi energi dan zat pembangun.
14. Perawatan Luka : Tindakan menjaga luka agar cepat sembuh dan tak infeksi.



# Latar Belakang



Persalinan sectio caesarea (SC) atau operasi caesar adalah proses melahirkan bayi dengan membuat sayatan di perut dan rahim ibu agar bayi bisa dikeluarkan langsung.

Zat gizi membantu proses metabolisme, perbaikan, dan pembentukan jaringan baru pada luka. Konsumsi makanan tinggi protein dapat membantu luka sembuh lebih cepat.

Telur kaya akan protein dengan asam amino lengkap, yang menjadikannya sumber nutrisi yang sangat bermanfaat untuk mendukung penyembuhan luka, termasuk luka jahitan



# SECTIO CAESARIA



@aiskauniversity

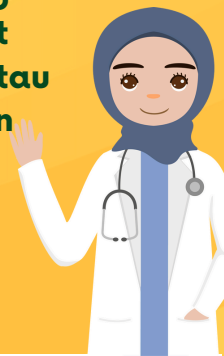
Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.6

# Apa itu Sectio Caesarea



**Sectio caesarea merupakan tindakan pembedahan yang dilakukan dengan membuat sayatan pada dinding perut atau rahim untuk melahirkan janin**



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.7

# Jenis Operasi Sesar

## SC ELEKTIF

SC terencana (elektif) adalah operasi caesar yang sudah direncanakan dan dijadwalkan sebelum persalinan dimulai, dengan keputusan yang diambil selama kehamilan berdasarkan indikasi medis atau permintaan khusus

## SC CITO

SC cito adalah operasi caesar yang dilakukan setelah persalinan dimulai, biasanya hanya sekitar 1% kehamilan. SC cito dilakukan jika ada kondisi darurat yang membahayakan ibu atau janin



# PENYEMBUHAN LUKA



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

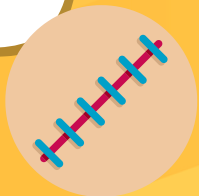
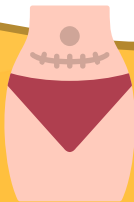
Hal.9



# Luka Operasi Sectio Caesarea



Luka operasi caesar adalah luka akibat tindakan bedah yang dilakukan dengan membuka dinding perut untuk mengeluarkan bayi dan plasenta, sesuai dengan alasan medis tertentu. Jadi, luka ini terjadi karena adanya sayatan pada perut ibu saat proses persalinan caesar



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.10

# Proses Penyembuhan Luka

1

**Fase Hemostasis fase ini dimulai segera setelah terjadinya luka**

2

**Fase Inflamasi terjadi di hari ke 3-6**

3

**Fase proliferasif adalah tahap penyembuhan terjadi pada hari ke 6-14.**

4

**Fase remodeling yaitu fase akhir penyembuhan hari ke 21-1 tahun.**



# Faktor Penyembuhan Luka

**Faktor Ekstrinsik: Berasal dari luar tubuh, seperti infeksi, benda asing, stres mekanis, dan maserasi.**

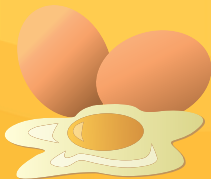


**Faktor intrinsik: Berasal dari dalam tubuh, seperti usia, imunitas, nutrisi, sirkulasi, penyakit, dan kondisi psikososial.**



# Peran Nutrisi Protein dalam Penyembuhan Luka SC

**Protein, lemak, dan karbohidrat penting untuk penyembuhan luka. Putih telur rebus kaya protein yang membantu memperbaiki jaringan dan meningkatkan kekebalan tubuh.**



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal. 13

# PUTIH TELUR



**@aiskauniversity**

**Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar**

**Hal.14**

# Pengertian Putih Telur



**Putih telur mengandung protein tinggi, terutama albumin, yang berperan penting dalam mempercepat penyembuhan luka, termasuk luka operasi caesar (SC).**

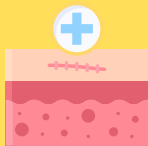


@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.15

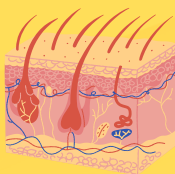
# Manfaat Putih Telur Rebus dalam Penyembuhan Luka



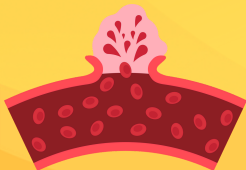
**Mempercepat regenerasi jaringan dengan meningkatkan pembentukan sel baru.**



**Mendukung pembentukan kolagen penting untuk menyatukan luka.**



**Mempercepat pembentukan kulit baru (reepitelisasi).**



**Meningkatkan pembentukan pembuluh darah baru untuk suplai oksigen dan nutrisi.**



**Meningkatkan respon imun lokal untuk mengurangi risiko infeksi.**



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.16

# Mekanisme Kerja Putih Telur untuk Percepatan Penyembuhan Luka SC



**Hemostasis:** membentuk lapisan pelindung alami untuk mencegah infeksi dan gesekan.

**Proliferasi:** asam amino esensial membantu sintesis kolagen dan pembentukan jaringan baru.

**Inflamasi:** albumin dan glisin mendukung respons imun dan mengurangi peradangan.

**Remodeling:** enzim dan nutrisi memperkuat jaringan dan mencegah jaringan parut berlebihan.



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.17

# Cara Konsumsi Putih Telur



Cara konsumsi putih telur untuk mempercepat penyembuhan luka pasca operasi caesar (SC) adalah dengan mengonsumsi putih telur rebus sebanyak 4-6 butir per hari selama minimal 5-7 hari setelah operasi.



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.18

# Daftar Pustaka



Sebayang Wellina BR,dkk.(2021) Nutrisi Efektif Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum (Systematic Review) Jurnal Kesehatan Volume 12, Nomor 2, Tahun 2021 ISSN 2086-7751 (Print), ISSN 2548-5695 (Online) <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>

Dian Puspitasar,dkk.(2023) Pengaruh Pemberian Nutrisi Putih Telur Terhadap Percepatan Penyembuhan Luka Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Puskesmas Sukatenang Tahun 2022. Public Health and Safety International Journal April 2023 | Vol. 3 | No. 1 E-ISSN : 2715-5854 DOI: 10.55642

Sagahum dina,dkk.(2024)Intervensi Molusi (Mobilisasi, Perawatan Luka, & Nutrisi) Pada Ibu Post Sectio Caesarea Hari Ke-20 Dengan Dehiscance Luka : Case Report. Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi dan Kesehatan Vol.2, No.3, Juli 2024 e-ISSN: 2987-2901; p-ISSN: 2987-2898, Hal 100-110 DOI: <https://doi.org/10.59841/jumkes.v2i3.1195>

Dharmayanti L. Pengaruh Konsumsi Putih Telur Kukus terhadap Penyembuhan Luka Jahitan Post Sectio Caesarea. J Keperawatan dan Kebidanan. Published online 2019:6-10.



@aiskauniversity

Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar

Hal.19



**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
TAHUN 2025**



**@aiskauniversity**

**Putih Telur: Rahasia Alam untuk  
Mempercepat Penyembuhan  
Luka Operasi Caesar**

**Hal.20**