ANALISIS PENGGUNAAN BENGKUNG DAN MINUMAN HERBAL
PADA IBU POST PARTUM DI DESA RANCABANGO
KECAMATAN PATOKBEUSI SUBANG
TAHUN 2020

ANALYSIS OF THE USE OF BENGKUNG AND HERBALDRINKS
IN POST PARTUM MOTHER IN RANCABANGO VILLAGE
PATOKBEUSI SUBANG IN 2020

Nurhayati¹

¹ Universitas Nasional Prodi DIV Kebudanan, Jakarta
email : nurhayati082019@gmail.com

Retno widowati²

² Universitas Nasional Prodi DIV Kebudanan, Jakarta
email : retno.widowati@civitas.unas.ac.id

Dewi kurniati³

³ Universitas Nasional Prodi DIV Kebudanan, Jakarta
email : dewikurniati@civitas.unas.ac.id

*Corresponding Author: retno.widowati@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Di Indonesia masih banyak ibu melakukan perawatan nifas berdasarkan budaya dan tradisi. seperti penggunaan bengkung dan meminum minuman herbal setelah melahirkan. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *case control* yaitu meneliti pengaruh penggunaan bengkung dan minum herbal terhadap kebugaran ibu dan kembalinya otot perut ibu nifas di wilayah Desa Rancabango. Populasi yang di ambil adalah 41 orang, dengan sampel sebanyak 38 orang. Hasil analisis univariat kembalinya otot perut ibu nifas hari ke 7 selisihnya adalah 1,95 dan pada hari ke 40 selisihnya 1,53. Rata-rata kebugaran ibu nifas pada hari ke 7 selisihnya 2,32 dan hari ke 40 selisihnya 3. Untuk kembalinya otot perut hari ke-7 didapatkan hasil nilai p 0,317 dan hari ke 40 p 0,358 sehingga tidak ada pengaruh penggunaan bengkung dan herbal pada kembalinya otot perut ibu. Kebugaran ibu nifas hari ke 7 diperoleh hasil p 0,218 sehingga tidak ada pengaruh penggunaan bengkung dan herbal pada kebugaran ibu. Sedangkan pada kebugaran ibu nifas hari ke 40 diperoleh hasil p 0,023 sehingga ada pengaruh

penggunaan bengkung dan minuman herbal pada kebugaran ibu nifas di Desa Rancabango Kecamatan Patokbeusi Subang. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara penggunaan bengkung dan minuman herbal terhadap kembalinya otot perut ibu nifas.

Kata Kunci: Penggunaan Bengkung Dan Minuman Herbal

ABSTRACT

In Indonesia there are a lot of mother doing postpartum care based on culture and tradition. Like use to bengkung and herbal drinking after post partum. This research is a quantitative research with case control design, that is relationship between use of bengkung and herbal drink with recovery stomach muscle at post partum mother in Rancabango area. The population with taken are 41 people, with 38 people on a sampel. The results of univariate analysis recovery stomach muscle and post partum mother are 7th day has difference 1,95 and 40th day has difference 1,53. The fitness of post partum mother 7th day has different 2,32 and 40th day has differnr 3. For recovery the stomach muscle on 7th day is p 0,317 and 40th day p0,358. So there is no influence use bengkung and herbal drink with the recovery stomach muscle. For the fitness of 7th day is p 0,218 so is no influence use bengkung and herbal with the fitness, the fitness 40th day result is p 0,023. There is influence used bengkung and herbal drink in rancabango area. Can be conclude there is no influence used bengkung and herbal dring with recovery stomach muscle at mother post partum.

Keywords: The Use Of Bengkung And Herbal Dringks

PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa pulih kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti prahamil. Lama masa nifas 6-8 minggu (Mochtar, 2010; Wahyuni, 2018). Selama masa nifas terjadi banyak perubahan fisik dan psikis, dimana perempuan terus membutuhkan perawatan dan perlindungan. perubahan-perubahan yang terjadi pada masa nifas antara lain: involusi uteri, pengeluaran ASI, pengeluaran lochea, perubahan sistem musculo skeletal, perubahan otot perut atau *diastasis recti* (Wahyuni, 2018). Menurut Sustini dan Savitri (2001) di Indonesia masih banyak para ibu melakukan perawatan nifas berdasarkan budaya

dan tradisinya masing masing. Kebudayaan atau kultur dapat membentuk kebiasaan dan respon terhadap kesehatan dan penyakit dalam kehidupan masyarakat begitu pula dalam bidang kesehatan (Tjong, 2012). Budaya bengkung atau stagen masih kental di masyarakat hingga saat ini. Savitri (2007) dalam penelitian kualitatifnya di Bogor, Jawa Barat bahwa dari 30 orang ibu nifas, 24 diantaranya melakukan perawatan nifas berdasarkan kebiasaan budaya, antara lain ibu menjaga kesembuhan vagina dengan air sirih, dan mengurut daerah rahim oleh tukang urut yang dipercaya untuk dapat mengembalikan rahim ke tempat semula dan perut ibu dililit dengan bengkung. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh penggunaan bengkung dan herbal pada kembalinya otot perut ibu nifas dan kebugaran ibu pada masa nifas di wilayah Desa Rancabango Kecamatan Patokbeusi Kabupaten Subang tahun 2020.

Ibu post partum yang berada di Indonesia, khususnya di Jawa, tidak dapat dipisahkan dari faktor budaya dalam kehidupan sehari-hari mereka. Salah satunya masih banyak ditemukan ibu yang menggunakan bengkung atau stagen setelah melahirkan. Penggunaan bengkung ini dianggap memberikan banyak manfaat bagi proses pemulihan ibu nifas oleh masyarakat. Akan tetapi penggunaan bengkung atau minuman herbal tidak berpengaruh terhadap angka kematian ibu (AKI) (kemenkes, 2013). Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan peneliti, lebih dari 50% ibu memakai bengkung sehabis melahirkan karena menurut mereka, hal ini berhubungan dengan faktor budaya dan kepercayaan. Sejak dulu bahkan sampai sekarang banyak wanita hamil yang memakai bengkung setelah melahirkan. Alasan beberapa ibu setelah melahirkan diantaranya agar otot perut dan kulit yang longgar dapat cepat kembali ke bentuk tubuh seperti sebelum hamil, mengembalikan bentuk perut agar kembali ramping. Tentu saja pemakaian bengkung ini harus rutin tidak hanya sehari dua hari bahkan dipakai untuk seterusnya akan lebih baik. Pada masyarakat Jawa pemakaian bengkung ini dilakukan hingga 40 hari. Hal ini didasarkan oleh pengalaman orangtua di masa lalu memang memperlihatkan efek positif dari penggunaan bengkung setelah melahirkan. Tetapi menurut pengalaman sebagian ibu *post partum* yang menggunakan bengkung mengatakan bahwa efek saat menggunakan bengkung menimbulkan rasa tidak nyaman, sulit bergerak, dan sebagian ada yang merasakan gatal pada bagian perut ibu. Selain penggunaan bengkung, untuk mengembalikan perut lebih cepat juga dilakukan masyarakat dengan mengkonsumsi minuman herbal tertentu seperti rebusan daun sirih dan daun sembung. Minuman herbal dipercaya memiliki khasiat yang bermanfaat untuk penyembuhan penyakit. Khasiat tersebut berasal dari bahan aktif yang terkandung dalam tanaman (Ismiati, 2015). Masyarakat Jawa meyakini dengan mengkonsumsi jamu selama nifas, mampu

menjaga dan meningkatkan kesehatan ibu nifas, tidak hanya itu, jamu juga membantu produksi ASI selama ibu menyusui (Prastiwi, 2018). Herbal memiliki komposisi yang berpengaruh membantu pemulihan ibu nifas dalam peningkatan produksi ASI dan kebugaran ibu (Sumarni, 2018).

Begitu pula dengan kebiasaan ibu nifas di wilayah Desa Rancabango, mereka masih mempercayai dengan penggunaan bengkung perut akan lebih kencang setelah melahirkan, ada juga ibu yang menggunakan minuman herbal untuk mempercepat masa nifasnya. Dari kebiasaan tersebut peneliti merasa ingin membuktikan apakah dengan penggunaan bengkung dan minuman herbal ada pengaruh yang signifikan terhadap kembalinya otot perut dan kebugaran ibu pada masa nifas Di Desa Rancabango Kecamatan Patokbeusi Subang 2020.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif, yaitu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis dan terencana sejak awal hingga pembuatan desain penelitian. Dalam penelitian kuantitatif ini, penulis menggunakan metode *case control*. Populasi yang di ambil adalah ibu post partum bulan februari dan maret sebanyak 41 orang . diperoleh kelompok kontrol sebanyak 19 orang sehingga di ambil kelompok kasu 19 orang juga, sehingga perbandingan 1: 1 antara kelompok kasus dan kelompok kontrol, sehingga sampel yang di gunakan adalah 38 orang ibu post partum pada bulan februari dan maret 2020 Di Desa Rancabango Kecamatan Patokbeusi Subang 2020.

Analisis data dilakukan setelah data terkumpul agar hubungan antar variabel dapat diketahui. Data analisis menggunakan prosedur statistik yang memungkinkan peneliti untuk menyimpulkan, mengevaluasi, menginterpretasi, dan menyajikan informasi yang jelas dengan data atau angka angka yang berarti (Nursalam, 2009). Pengumpulan data di ambil dengan menggunakan kuesioner.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Univariat

Rata-rata kembalinya otot perut pada ibu nifas yang menggunakan bengkung dan minuman herbal juga pada ibu nifas yang tidak menggunakan bengkung dan minuman herbal. Dilihat dari lingkaran perut 7 hari melahirkan dan lingkaran perut setelah 40 hari melahirkan.

Tabel 4.1 Rata-rata kembalinya otot perut pada ibu nifas hari ke 7

Lingkaran perut hari ke 7	Mean	Median	SD	Min	Maks
Kasu	92,26	92	6,77	80	107

Kontrol	94,21	96	4, 917	85	105
---------	-------	----	--------	----	-----

Berdasarkan hasil diatas, pada kelompok kasus diperoleh hasil mean 92,26; Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh hasil mean 94,21, selisih mean antara kelompok kasus dan kontrol adalah 1,95.

Tabel 4.2 Rata-rata kembalnya otot perut pada ibu nifas hari ke 40

Lingkar perut hari ke 40	Mean	Median	SD	Min	Maks
Kasus	90, 63	92	5, 688	79	100
Kontrol	92, 16	92	4, 324	83	101

Berdasarkan hasil diatas, pada kelompok kasus diperoleh hasil mean 90,63 Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh hasil mean 92,16 sehingga selisih mean kelompok kasus dan kontrol adalah 1,53.

Perbedaan kebugaran ibu nifas yang menggunakan bengkung dan herbal dan ibu nifas yang tidak menggunakan bengkung dan minuman herbal hari ke 7 dan ke 40 hari

Tabel 4.3 Rata- rata kebugaran pada hari ke 7

Hari ke 7	Mean	Med	SD	Min	Maks
Kasus	61, 16	62	4, 741	50	70
Kontrol	58, 84	60	6, 509	48	70

Berdasarkan hasil di atas, pada kelompok kasus diperoleh hasil mean 61,16; Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh hasil mean 58,84 sehingga selisih nilai mean antara kelompok kasus dan kontrol adalah 2,32.

Tabel 4.4 Rata-rata kebugaran ibu nifas pada hari ke 40

Hari ke 40	Mean	Med	SD	Min	Maks
Kasus	40, 32	41	3,637	32	45
Kontrol	37, 32	40	4, 372	31	43

Berdasarkan hasil di atas, pada kelompok kasus diperoleh hasil mean 40,32. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh hasil mean 37,32 sehingga selisihnya 3.

Hasil Bivariat

Perbedaan kembalinya otot perut pada ibu nifas yang menggunakan bengkung dan minuman herbal juga pada ibu nifas yang tidak menggunakan bengkung dan minuman herbal. Dilihat dari lingkaran perut 7 hari melahirkan dan lingkaran perut setelah 40 hari melahirkan

Tabel 4.5 Kembalinya otot perut pada ibu nifas hari ke 7

Lingkaran perut	N	Rata-rata (min-mak)	Nilai p
Kasus	19	92,26 (80-107)	0,317
Kontrol	19	94,21 (85-105)	

Tabel 4.6 Kembalinya otot perut pada ibu nifas hari ke 40

Lingkaran perut	N	Rata-rata (min-mak)	Nilai p
Kasus	19	90,63 (79-100)	0,358
Kontrol	19	92,16 (83-101)	

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil pada ibu nifas hari ke 7 didapatkan hasil nilai p 0,317, pada hari ke 40 yang menggunakan bengkung dan minuman herbal juga pada ibu nifas yang tidak menggunakan bengkung dan minuman herbal di wilayah Desa Rancabango diperoleh hasil dengan nilai p 0,358.

Perbedaan kebugaran ibu nifas yang menggunakan bengkung dan herbal dan ibu nifas yang tidak menggunakan bengkung dan minuman herbal hari ke 7 dan ke 40 hari.

Tabel 4.7 Kebugaran ibu nifas hari ke 7

Kebugaran 7 hari	N	Rata-rata (min-mak)	Nilai p
Kasus	19	61,16 (50-70)	0,218
Kontrol	19	58,84 (48-70)	

Tabel 4.8 Kebugaran ibu nifas hari ke 40

Kebugaran 40 hari	N	Rata-rata (min-mak)	Nilai p
Kasus	19	41 (32-45)	0,023
Kontrol	19	40 (31-43)	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa kebugaran ibu nifas hari ke 7 diperoleh hasil p 0,218.Sedangkan pada kebugaran ibu nifas hari ke 40 diperoleh hasil p 0,023.

PEMBAHASAN

Univariat

Berdasarkan hasil analisis univariat rata-rata kembalinya otot perut ibu nifas pada hari ke 7 kelompok kasus adalah 92,26, sedangkan pada kelompok kontrol adalah 94,21. Rata-rata kembalinya otot perut pada kelompok kasus hari ke 40 adalah 90,63, dan pada kelompok kontrol adalah 92,16. Rata rata kebugaran ibunifas hari ke 7 kelompok kontrol adalah 58,84 dan kelompok kasus adalah 61,16. Rata rata kebugaran ibu hari ke 40 adalah 40 kelompok kontrol dan 41 pada kelompok kasus.

Selama kehamilan Sembilan bulan, otot perut ibu menjadi renggang. Menurut Phillip D, bila tidak terjadi komplikasi apa pun, otot perut akan mengencang kembali setelah melahirkan, secara alami perut singset dalam waktu 3 bulan, apalagi jika di dukung dengan pola makan dan aktifitas fisik yang bermanfaat,maka otot perut dapat kembali seperti semula (Afifah, 2018). Dimasa lampau setelah melahirkan ibu di minta memakai bengkung supaya otot perutnya kembali kencang, hal ini dikarenakan apda masa lalu ibu harus segera kembali bekerja di sawa, sehingga perlubengkung untuk menahan perutnya saat bekerja. Ikatan terlalu kencang bisa menyebabkan perut kembung dan susah bernafas, karena setelah melahirkan, pernafasan masih melalui perut. Jika penggunaan bengkung di lakukan dengan tepat maka tidak ada resiko yang menyertainya (Afifah, 2018). Bengkung bukan alat pelangsing mungkin membuat badan ibu tampak dan terasa langsing namun pada dasarnya langsing dan dan pilih kembali setelah melahirkan sangat ditentukan banyak faktor, seperti asuhan gizi seimbang olahraga dan menyusui serta hal yang utama adalah istirahat (Rahayu,2017).

Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian, lingkar perut pada hari ke 7 didapatkan hasil nilai p 0,317, lingkar perut pada hari ke 40 nilai p 0,358. sehingga tidak ada pengaruh penggunaan bengkung dan minuman herbal terhadap kembalinya otot perut ibu. Pada ibu nifas/*post partum* dinding abdomen mengalami distensi yang berkepanjangan yang disebabkan oleh kehamilan, dinding abdomen masih lunak dan kendur. Kembalinya struktur ini ke keadaan normal memerlukan waktu beberapa minggu, Jika otot-ototnya tetap atonik, dinding abdomen akan tetap kendur. Terdapat pemisahan atau diastasis musculus rektus yang jelas. Pada keadaan ini, dinding abdomen di sekitar garis tengah hanya dibentuk oleh peritoneum, fascia tipis, lemak subkutan dan kulit (Cunningham, F.G., et al, 2006). Hal sejalan dengan penelitian Maryni (2012) yang menyebutkan bahwa penggunaan bengkung atau bengkung tidak mempengaruhi status kesehatan ibu, karena bengkung bekerja pasif untuk menyamarkan. Hasil yang berbeda ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Budiarti (2011) di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Tengah Demak menyebutkan bahwa penggunaan bengkung efektif untuk menurunkan tinggi *fundus uteri*. Selain itu penggunaan bengkung dipercaya efektif untuk mengembalikan bentuk perut seperti sediakala.

Hasil penelitian pada kebugaran ibu nifas hari ke 7 diperoleh hasil p 0,218 sehingga tidak ada pengaruh penggunaan bengkung dan minuman herbal terhadap kebugaran ibu. Sedangkan pada kebugaran ibu nifas hari ke 40 diperoleh hasil p 0,023 sehingga ada pengaruh penggunaan bengkung dan minuman herbal terhadap kebugaran ibu di hari ke 40. Setelah persalinan, tubuh seorang ibu akan memasuki masa pemulihannya dan perlahan kembali ke kondisi semula. Tindakan tirah baring dan senam nifas membantu proses fisiologis ini secara perlahan. Umumnya yang menjadi perhatian ibu selama masa nifas adalah bagaimana memulihkan bentuk tubuh dan dinding perut seperti sediakala (Brayshaw, 2008).

Setelah proses persalinan berakhir, seorang ibu akan menjalani proses pemulihan fisik dan mental supaya dapat merawat serta memberikan perhatian penuh kepada bayinya. Kebugaran fisik dan kesehatan prima adalah modal bagi setiap orang untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu aktivitas fisik merupakan kebutuhan dan memiliki posisi dan peran strategis dalam pembentukan keperibadian dan meningkatkan sumberdaya manusia. Manusia yang sehat, fisik dan mental dapat dibentuk dan ditingkatkan melalui pembinaan dan kebugaran fisik dan aktivitas lainnya yang bermanfaat untuk kebugaran tersebut. Herbal memiliki komposisi yang berpengaruh membantu pemulihan ibu nifas dalam peningkatan produksi ASI dan kebugaran ibu (Sumarni, 2018). Sehingga sesuai dengan hasil penelitian pada hari ke 40 dimana ada pengaruh penggunaan bengkung dan herbal terhadap kebugaran ibu nifas di Desa Rancabango Kecamatan Patokbesi Subang.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian di atas maka dapat disimpulkan tidak ada pengaruh penggunaan bengkung dan minuman herbal terhadap kembalinya otot perut ibu nifas pada hari ke 7 dan hari ke-40. Ada kebugaran ibu nifas pada hari ke 7 ($p=0,218$). Tidak ada pengaruh penggunaan bengkung dan minuman herbal terhadap kebugaran tubuh ibu nifas pada hari ke-7. Ada pengaruh penggunaan bengkung dan minuman herbal pada kebugaran ibu nifas pada hari ke 40 ($p=0,023$).

SARAN. Diharapkan ibu post partum dapat lebih memahami bagaimana pengaruh budaya atau kearifan lokal terhadap kesehatan masa nifasnya. Apa saja pengaruh positif dari budaya tersebut terhadap kesehatan ibu post partum. Kearifan lokal yang sudah diperoleh secara turun temurun dapat dilestarikan sebagai budaya daerah selama kearifan tersebut tidak memberi dampak negatif pada penggunaannya. Diharapkan tenaga kesehatan juga dapat lebih sering memberikan edukasi bahwa kearifan lokal ini tidak banyak memberikan dampak positif bagi ibu nifas. Untuk penggunaan herbal pada masa nifas juga di butuhkan waktu yang lama untuk hasil yang diinginkan, dan untuk kebugaran, dengan sendirinya ibu nifas akan kembali bugar setelah melahirkan dengan pola istirahat cukup dan asupan gizi yang baik. Dengan demikian tidak semua kearifan lokal dapat di pertahankan, terlebih jika kearifan lokal tersebut tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Afifah. pengaruh senam nifas terhadap nyeri perineum dan kecemasan ibu post partum di RSIA Pertiwi Makasar: UMI medical jurnal, vol 4 no 2,13. 2018.
2. Brayshaw, E. Senam Hamil & Nifas Pedoman Praktik Bidan. Jakarta: EGC; 2008.
3. Budiarti. penggunaan bengkung diwilayah kerja puskesmas karang tengah kota demak. jurnal FKM. 2011.
4. Cunningham, F.G., et al. Obstetri, Edisi 21. Jakarta: EGC; 2006.
5. Dewi ,T. R. 2018. efektivitas bengkung dan gurita terhadap involusi uterus dan pengeluaran lochea di puskesmas keling kabupaten Kediri. Posiding senmas. 214.
6. Ellgen P. moms guide to diastasis recti. 2017.
7. Ismiati. 2015. Aktifitas anti oksidan minuman herbal, jurnal UMS. 112.

8. Kemenkes. R.I. Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui. Jakarta: BPSDM; 2013.
9. Maryani. 2012. efektifitas bengkung dan gurita terhadap involusi uteri. jurnal ilkes. 132.
10. Mochtar. Sinopsis Obstetri. Jakarta: EGC; 2011
11. Prastiwi. 2018. pengobatan tradisional jamu dalam perawatan kesehatan ibu nifas dan menyusui di kabupaten tegal. diaksek 27 april 2020.
12. Prawirohardjo. Asuhan kebidanan. Jakarta: EGC;2009
13. Safitri. hubungan stagen dengan diastasis recti abdomonis. docplayer. 2012.
14. Sumarni, 2018, Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Kampili Gowa, Scolar.
15. Wahyuni. S. Asuhan Neonatus, Bayi & Balita. Jakarta: EGC; 2012