

## LITERATURE REVIEW EFEKTIFITAS PENGGUNAAN BENGKUNG TERHADAP PEMULIHAN PADA IBU NIFAS

Irmasanti Fajrin<sup>1\*</sup>, Atik Purwandari<sup>2</sup>, Debbie Christie Mogonta<sup>3</sup>

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado

*Patria Artha Journal of Nursing Science (jouNs)*

Vol. 6 No.2. 2022, 161-170

p-issn: 2549 5674

e-issn: 2549 7545

Reprints and permission:

<http://ejournal.patria-artha.ac.id/index.php/jns>

\* E-mail: [irmasantifajrin@gmail.com](mailto:irmasantifajrin@gmail.com)

### Abstrak

Background : Indonesia is a country consisting of various tribes and cultures, each of which has a health tradition. some traditions have a bad effect on health but some have a positive impact on health. Bengkung is a long cloth about 10 meters long, used specifically to protect the mother's stomach after delivery. Its use begins after the 3rd to 40th day postpartum. Basically the benefit of the bengkung is to narrow the mother's movement so that her sitting position can be restrained. The purpose : of the study was to determine the effectiveness the use of bengkung on recovery in postpartum mothers based on a literature review.

Method : This type of research is qualitative with literature review approach related to use of bengkung on recovery in postpartum mothers. The sources used in the electronic databases are Googlescholar, Researchgate, dan, Pubmed. The journals used in this study were published between 2015 and 2021, found 8 journals that met the inclusion criteria.

Results : Analysis of the literature from eight journals found that the bengkung intervention was effective in the recovery of postpartum mothers including uterine involution, increasing milk production, reducing pain, and launching lochea expenditure and can be used as non-pharmacological therapy in the care of postpartum mothers.

Conclusion, the use of jicama is effective for recovery in postpartum women.

Recommendation : It is hoped that the use of Bengkung can be useful in the recovery of postpartum mothers when used with the correct technique.

**Kata kunci:** *Bengkung, recovery, Postpartum Mothers*

### PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa yang penting, karena risiko kesakitan dan kematian ibu dan bayi meningkat pada masa ini. Perdarahan merupakan penyebab utama kematian ibu di dunia dan sebagian besar terjadi sebelum 24 jam pasca persalinan. Oleh karena itu penolong persalinan harus memastikan bahwa uterus berkontraksi dengan baik, sehingga tidak terjadi perdarahan.

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 sistim musculo skeletal, perubahan otot perut atau diastasis rectus abdominis.

World Health Organization (WHO) memperkirakan secara global pada akhir tahun 2018, ada 303.000 perempuan per tahun meninggal saat melahirkan atau sebagai akibat dari komplikasi yang timbul dari kehamilan, sekitar 830 wanita meninggal setiap hari atau satu orang setiap dua menit. Kematian ibu di negara ASEAN saat berjumlah 40-60 per 100.000 kelahiran

hidup. Sedangkan berdasarkan Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015 AKI berjumlah 305 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan data dari Dinkes Sulut jumlah kematian Ibu di Sulawesi Utara Tahun tahun 2017 sebanyak 38 kasus, dengan penyebab kematian diantaranya 13 kasus perdarahan (34,2%), 6 kasus hipertensi dalam kehamilan (15,8%), 3 kasus infeksi (7,9%) dan 16 kasus lain lain (42,1%) sedangkan pada tahun 2018 kasus meningkat menjadi 50 kasus kematian yang menjadi penyebab kematian yaitu 19 kasus perdarahan (38%), 9 kasus hipertensi dalam kehamilan (18%), 4 kasus infeksi (8%) dan 18 kasus lain lain (36%).

Masa nifas dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya faktor pengetahuan, sikap, pendidikan, paritas, kepercayaan atau budaya, keyakinan, nilai-nilai (Notoatmodjo, 2012). Indonesia merupakan negara yang terdiri dari berbagai suku dan budaya yang mempunyai tradisi kesehatan masing-masing. Tidak semua tradisi yang ada mempunyai efek buruk terhadap kesehatan namun ada juga beberapa yang mempunyai dampak positif bagi kesehatan.

Selain penatalaksanaan sesuai evidence based kebidanan terkadang ibu nifas juga menggunakan terapi komplementer untuk mengatasi keluhan yang dialami oleh ibu nifas diantaranya beberapa metode untuk mempercepat pemulihan kondisi kesehatan ibu nifas menggunakan pilis, parem, tapel atau penggunaan bengkung.

Kebudayaan atau kultur dapat membentuk kebiasaan dan respon terhadap kesehatan dan penyakit dalam kehidupan masyarakat begitu pula dalam bidang kesehatan. Budaya bengkung masih kental di masyarakat hingga saat ini. Masyarakat di Indonesia mengenal adanya korset yang digunakan selama 40 hari atau 6 minggu pada masa nifas oleh ibu post partum. Korset adalah pengikat perut yang telah populer di kalangan masyarakat Indonesia selama periode post partum. Sebagian besar ibu memakai

korset setelah proses melahirkan karena menurut mereka hal ini berkaitan dengan faktor budaya dan kepercayaan. Sejak zaman dahulu bahkan sampai sekarang banyak wanita yang memakai korset setelah melahirkan. Alasannya adalah 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 korset ini harus rutin dilakukan tidak hanya sehari atau dua hari saja tetapi dipakai untuk seterusnya akan lebih baik. Pemakaian pengikat perut pada ibu post partum ini dilakukan hingga 40 hari.<sup>6</sup> Pemakaian bengkung di daerah Minahasa masih sering ditemukan pada ibu nifas yang melahirkan secara normal maupun secara section caesarea yang dipercaya dapat membantu proses pemulihan selama masa nifas diantara dapat mengencangkan bagian perut agar tidak kendur akibat perut yang meregang saat hamil serta pada ibu nifas post sectio caesarea dapat membantu mengurangi rasa nyeri pada bekas luka operasi.

Penelitian mengenai penggunaan bengkung atau korset dilakukan oleh beberapa peneliti diantaranya hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan bengkung pada nyeri punggung pada ibu nifas (nilai  $p = 0,006$ ,  $CI = 95\%$ ). Penggunaan bengkung yang dilakukan dengan prosedur yang aman dapat membantu wanita postpartum untuk mengurangi ketidaknyamanan selama pemulihan kesehatan, salah satunya mengurangi nyeri punggung pada postpartum.

Pada tahun 2018 kembali melakukan penelitian tentang penggunaan bengkung dan gurita terhadap involusi uterus dan pengeluaran lochea pada ibu postpartum dengan hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan kejadian involusi uterus dan pengeluaran lochea antara penggunaan bengkung dan penggunaan gurita, namun gurita atau bengkung direkomendasikan dengan teknik yang benar untuk membantu pemulihan kesehatan ibu nifas.

Penggunaan bengkung dapat meningkatkan hormon dalam tubuh ibu nifas, sehingga tidak secara langsung juga merangsang produksi ASI selama masa nifas.

Berdasarkan uraian dari jurnal-jurnal penelitian terkait penggunaan bengkung maka penulis berasumsi bahwa ibu nifas boleh memakai bengkung dengan tehnik yang benar agar dapat bermanfaat dalam pemulihan selama tidak mengganggu kenyamanan ibu nifas. Oleh sebab itu, penulis tertarik melakukan penelitian telaah literature tentang efektivitas bengkung terhadap pemulihan pada ibu nifas”.

**METODE**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan telaah literature/literature review yang berkaitan dengan penggunaan bengkung terhadap pemulihan pada ibu nifas. Pencarian literature dilakukan pada bulan April-Mei 2021. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data-data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, akan tetapi dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh

peneliti terdahulu. Dalam penelitian ini literature yang digunakan adalah jurnal dengan publikasi dalam kurun waktu tahun 2016-2021. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel atau jurnal nasional maupun internasional yang bereputasi rendah hingga tinggi yaitu Googlescholar, Researchgate, dan Crossref, dengan kata kunci bengkung, ibu postpartum. Strategi pencarian literature menggunakan metode PICOS frame work (Population, Intervention, Comparison, Outcome, Study Design Publication dan Language). Berdasarkan hasil pencarian literature melalui database dan menggunakan kata kunci yang sudah disesuaikan dengan Medical Subject Heading (MeSH), peneliti mendapatkan 23 artikel kemudian diperiksa duplikasi tidak ditemukan artikel yang sama, skrining berdasarkan judul, abstrak dan full text (n = 8) jurnal yang disesuaikan dengan tema literature review. Assessment yang dilakukan berdasarkan kelayakan terhadap kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan sebanyak 8 (delapan) jurnal yang bisa dipergunakan dalam literature review.

**HASIL**

<i>Author</i>	Tahun	Vol /No	Judul	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis).	Hasil Penelitian	Database
Rahayu, DT	2017	Vol 8 No. 2	Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas di Desa Keling Kec. Pare Kab. Kediri	D: <i>pre eksperimen</i> dengan pendekatan <i>one group pre test-post test design</i> S : 14 responden dengan tehnik <i>purposive sampling</i> . V: Bengkung dan nyeri punggung I : Lembar Observasi dan kuesioner <i>numeric pain scale</i> . A: Uji Wilcoxon signed rank test.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan bengkung pada nyeri punggung pada ibu nifas (nilai p = 0,006, CI = 95%). Penggunaan bengkung yang dilakukan dengan prosedur yang aman dapat membantu wanita postpartum untuk mengurangi ketidaknyamanan selama pemulihan kesehatan, salah satunya mengurangi nyeri punggung pada postpartum.	Google Scholar

Rahayu, DT	2018	Vol 8 No. 4	Efektivitas Bengkung Dan Gurita Terhadap Involusi Uterus Dan Pengeluaran Lochea Di Puskesmas Keling	<p><b>D:</b> <i>true eksperimen design, posttest only control group design.</i></p> <p><b>S :</b> 27 responden dengan teknik <i>simple random sampling.</i></p> <p><b>V:</b> Bengkung dan involusi dan pengeluaran lochea</p> <p><b>I :</b> Lembar Observasi dan pemeriksaan fundus uteri</p> <p><b>A:</b> Uji Chi-square, kruskall wallis test</p>	<p>Berdasarkan uji statistik Chi square test H1 ditolak yang artinya tidak ada perbedaan kejadian involusi uterus.</p> <p>Berdasarkan uji statistik kruskall wallis test bisa disimpulkan bahwa H1 ditolak yang artinya tidak ada perbedaan kejadian pengeluaran lochea</p> <p>Rekomendasi dari penelitian ini adalah ibu nifas boleh memakai bengkung atau gurita dengan tehnik yang benar karena bisa membantu pemulihan kesehatannya</p>	Google Scholar
Kamaruddin M, dkk.	2019		Kepercayaan Terhadap Kemampuan Budaya Bengkung dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu Pada Masyarakat Bulukumba	<p><b>D:</b> Penelitian ini menggunakan analitik cross-sectional</p> <p><b>S :</b> 30 responden ibu Nifas yang menggunakan bengkung dengan teknik accidental sampling</p> <p><b>V:</b> Bengkung dan produksi asi</p> <p><b>I :</b> Lembar kuesioner</p> <p><b>A:</b> uji normalitas menggunakan Shapiro wilk, analisis dengan uji paired t-test, dan sdgkn uji perbedaan kelompok menggunakan uji independent paired test.</p>	<p>Hasil yang diperoleh Menunjukkan bengkung yang digunakan dapat meningkatkan hormon dalam tubuh ibu nifas, sehingga tidak secara langsung juga merangsang produksi ASI selama masa nifas.</p>	Research gate
Sitoyo,	2019	Vol 10 No 4	Analysis of Uterus Involution, Lochea Expenditures and Back Pains on the Post Partum Mother Using Bengkung and Gurita	<p><b>D :</b> Penelitian ini menggunakan true experiment.</p> <p><b>S :</b> 27 responden ibu nifas yang menggunakan bengkung dengan teknik simple random sampling.</p> <p><b>V:</b> Bengkung dan involusi uteri, pengeluaran lochea, nyeri punggung</p> <p><b>I :</b> Lembar kuesioner</p> <p><b>A:</b> chi square &amp; kruskall wallis</p>	<p>Berdasarkan uji statistic diperoleh p value &gt; 0,05 sehingga tidak terdapat perbedaan pada involusi uteri, pengeluaran lochea dan nyeri punggung antara penggunaan bengkung dan gurita. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keduanya sama - sama efektif dalam pemulihan ibu nifas</p>	Research gate

Sumarni et al	2019	Vol 1 No 1	Examination Of Public Mother's Knowledge About engkung Culture On Asi Production In The Working Area Of Bontonyelen g Public Health Center	D: Penelitian deskriptif dengan rancangan survey S : 30 responden ibu nifas yang menggunakan bengkung dengan teknik accidental sampling V: Bengkung dan produksi asi I : lembar tes, wawancara A: analisis univariat	Pengetahuan ibu nifas yang ada diwilayah kerja Puskesmas Bontonyeleng Kec.Gantarang Kab.Bulukumba mayoritas berada pada tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 30 orang(100%).	Research gate
Nurhayati Widowati Kurniati D	2020	Vol 4 No 1	Analisis Penggunaan Bengkung Dan Minuman Herbal Pada Ibu Post Partum Di Desa Rancabango	D : kuantitatif dengan rancangan case control. S : 38 responden ibu postpartum V: Bengkung, minuman herbal dan ibu postpartum I : observasi dan kuesioner A: Deskriptif	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.	Google Scholar
Laili et al	2020	Vol 4 No. 1	Knowledge And Physiologically Effects Of Tapel Towards Postpartum Mothers	D : kuantitatif dengan rancangan case control. S : 24 responden ibu postpartum dibagi 2 Kelompok masing-masing 12 orang V: Tapel dan bengkung, berat badan ibu nifas I : observasi dan kuesioner A : Uji t-test dan korelasi	Penggunaan tapel perut dan bengkung terbukti mempercepat penurunan berat badan dan mengurangi lingkaran pinggang dibandingkan hanya menggunakan tapel saja	Crossref
Andhikatis, Mareta Andrian	2021	Vol 9 No. 1	Javanese Tradisional Healing dalam Pemulihan Pasca Persalinan pada Ibu Bersalin Normal di	D : Studi Kualitatif case study S : 5 orang responden V: Tapel dan bengkung, berat badan ibu nifas I : wawancara dan observasi A: deskriptif	Hasil yang didapatkan dari informan setelah dilakukan triangulasi baik sumber maupun data, dapat disimpulkan bahwa terdapat manfaat positif dari penggunaan bengkung, pijat nifas dan jamu dalam proses pemulihan pasca persalinan.14	Crossref

## PEMBAHASAN

Jurnal Nasional, Rahayu (2017)“Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas di Desa Keling Kec. Pare Kab. Kediri

Fakta : penelitian menggunakan metode pre-eksperimen dengan satu

kelompok yang diuji sebelum dan sesudah intervensi. Sampel penelitian adalah 14 ibu nifas normal hari ke-2. Sebelum menggunakan bengkung diukur nyeri punggung menggunakan kuesiner nyeri (numeric pain scale). Kemudian bengkung digunakan selama 5 hari setelah mandi

dengan pemakaian 4-6 jam per hari. Kemudian dilakukan pengukuran kembali setelah intervensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan bengkung pada nyeri punggung pada ibu nifas (nilai  $p = 0,006$ , CI = 95%).

**Teori :** Pada masa nifas seorang ibu juga akan menyusui bayinya. Jika ibu tidak mendapatkan asupan kalsium yang cukup maka kondisi ini akan memperparah keluhan nyeri pada punggung ibu. Menurut pendapat peneliti hal ini akan lebih buruk jika ibu melakukan tatak-makan atau pembatasan jenis makanan tertentu terutama makanan dengan kandungan kalsium, protein dan magnesium. Magnesium sangat diperlukan untuk membantu gerak otot, fungsi syaraf dan memperkuat tulang.

**Opini :** Terdapat kesesuaian antara fakta dan teori yang berkaitan sehingga dapat memperkuat penelitian tersebut. Dalam penelitian tersebut hanya menggunakan 1 kelompok dengan penilaian sebelum dan sesudah intervensi. Penggunaan bengkung yang dilakukan dengan prosedur yang aman dapat membantu wanita postpartum untuk mengurangi ketidaknyamanan selama pemulihan kesehatan, salah satunya mengurangi nyeri punggung pada postpartum.

Jurnal Nasional, Rahayu (2018), "Efektivitas Bengkung Dan Gurita Terhadap Involusi Uterus Dan Pengeluaran Lochea Di Puskesmas Keling Kabupaten Kediri"

**Fakta :** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dalam kejadian involusi uterus dan pengeluaran lochea pada ibu nifas yang tidak menggunakan bengkung dan gurita, ibu postpartum yang menggunakan bengkung dan ibu postpartum yang menggunakan gurita. Sehingga ibu nifas boleh memakai bengkung atau gurita dengan teknik yang benar karena bisa membantu pemulihan kesehatannya.

**Teori :** Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan

bahwa penggunaan bengkung atau stagen tidak mempengaruhi status kesehatan ibu, karena stagen bekerja pasif untuk menyamakan perut ibu yang melar setelah melahirkan. Menurut pendapat peneliti pada primipara kekuatan kontraksi uterus lebih kuat dan uterus teraba lebih keras, sedangkan pada ibu dengan multiparitas yang tinggi kontraksi dan retraksi uterus berlangsung lebih lama. Jika bengkung atau stagen digunakan sesuai prosedur yang benar maka tidak akan membahayakan kondisi kesehatan ibu nifas. Bahkan hasil keluaran involusi uterus pada penelitian ini untuk ibu yang menggunakan bengkung maupun ibu yang menggunakan gurita juga tidak memberikan hasil yang lebih buruk jika dibandingkan dengan ibu yang sama sekali tidak menggunakan bengkung maupun gurita.

**Opini :** adanya kesesuaian antara satu penelitian dengan penelitian lainnya. sehingga dapat memperkuat studi penelitian yang dilakukan bahwa penggunaan bengkung dan gurita sama-sama efektif dalam involusi uteri dan pengeluaran lochea. Jenis metode yang digunakan merupakan penelitian true eksperiment design dengan pendekatan posttest only control group design dengan pemilihan sampel secara random dan memenuhi kriteria dari penelitian. Namun dalam penelitian tidak dijelaskan teknik lamanya penggunaan bengkung.

Jurnal Nasional, Kamaruddin et al. (2019) "Kepercayaan Terhadap Kemampuan Budaya Bengkung dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu Pada Masyarakat Bulukumba"

**Fakta :** Metode penelitian menggunakan analitik cross sectional. Sampel penelitian 30 responden ibu nifas normal yang aktif menggunakan bengkung sebagai perawatan pasca melahirkan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bengkung yang digunakan dapat meningkatkan hormon dalam tubuh ibu nifas, sehingga tidak secara langsung juga merangsang produksi ASI selama masa nifas.

Teori : Beberapa manfaat bekkeng yaitu dapat memaksimalkan involusi uterus, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri dan menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih cepat terbentuk.<sup>17</sup> Tubuh terutama bagian perut, bisa mendapatkan tekanan pada perut sehingga membantu menyangga perut dan daerah lumbopelvic dengan mem'berikan sedikit tekanan di otot tranversus abdominis sehingga dapat membantu otot abdomen bekerja lebih sempurna. Penggunaan bekkeng yang disertai dengan latihan fisik yang teratur akan mengurangi insiden nyeri punggung bagian bawah pada ibu nifas.<sup>1</sup>

Opini : Adanya kesesuaian antara fakta dan teori bahwa penggunaan bengkung efektif untuk pemulihan ibu nifas, namun tidak dijelaskan lamanya menggunakan bengkung.

Jurnal Internasional, Sitooyo S (2019) "Analysis of Uterus Involution, Lochea Expenditures and Back Pains on the Post Partum Mother Using Bengkung and Gurita".

Fakta : Metode yang digunakan adalah true experiment yang melibatkan ibu nifas normal sebanyak 27 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Berdasarkan uji statistic diperoleh tidak terdapat perbedaan pada involusi uteri, pengeluaran lochea dan nyeri punggung antara penggunaan bengkung dan gurita sehingga dapat disimpulkan bahwa keduanya sama-sama efektif dalam pemulihan ibu nifas.

Teori : 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 sistim musculo skeletal, perubahan otot perut atau diastasis rectus abdominis.<sup>2</sup> Penggunaan bengkung dan gurita terhadap involusi uterus dan pengeluaran lochea pada ibu postpartum dengan hasil

penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan kejadian involusi uterus dan pengeluaran lochea antara penggunaan bengkung dan penggunaan gurita, namun gurita atau bengkung direkomendasikan dengan teknik yang benar untuk membantu pemulihan kesehatan ibu nifas.

Opini : dari artikel diatas, terdapat kesesuaian antara hasil penelitian dan penelitian sebelumnya, hasil penelitian sesuai dengan intervensi yang dilakukan bahwa penggunaan bengkung efektif dalam pemulihan ibu nifas. Keterbatasan dalam penelitian tidak menjelaskan secara rinci lamanya intervensi.

Jurnal Nasional, Sumarni et al (2019)" Examination Of Public Mother's Knowledge About Bengkung Culture On Asi Production In The Working Area Of Bontonyeleng Public Health Center"

Fakta : Penelitian menggunakan metode deskriptif, sebanyak 30 sampel ibu nifas norma dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling Hasil penelitian bahwa Pengetahuan ibu nifas yang ada diwilayah kerja Puskesmas Bontonyeleng Kec.Gantarang Kab.Bulukumba mayoritas berada pada tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 30 orang(100%).

Teori : Penggunaan bengkung dapat meningkatkan hormon dalam tubuh ibu nifas, sehingga tidak secara langsung juga merangsang produksi ASI selama masa nifas.<sup>9</sup>

Opini : dari artikel diatas, terdapat kesesuaian antara fakta dan hasil penelitian sebelumnya sesuai dengan intervensi yang dilakukan bahwa penggunaan bengkung memberikan efek terhadap produksi asi pada ibu nifas. Namun dalam penelitian tidak menjelaskan penggunaan bengkung dan jalannya penelitian.

Jurnal Nasional, Nurhayati, Widowati & Kurniati (2020)" Analisis Penggunaan Bengkung dan Minuman Herbal pada Ibu Post Partum di Desa Racabango Kecamatan Patokbeusi Subang"

**Fakta :** 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.<sup>12</sup>

**Teori :** Hasil yang berbeda ditunjukkan oleh penelitian 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.

**Opini :** dari artikel tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dari hasil penelitian dengan teori sehingga dapat memperkuat penelitian tersebut. Penggunaan bengkung berpengaruh terhadap kebugaran ibu nifas. Metode yang digunakan dalam merupakan jenis penelitian case control jumlah sampel 38 orang ibu nifas hari ke-7 hingga 40 hari.

Jurnal Nasional, Laili et al (2020)“*Knowledge And Physiologically Effects Of Tapel Towards Postpartum Mothers*”

**Fakta :** Penggunaan tapel perut dan bengkung terbukti mempercepat penurunan berat badan dan mengurangi lingkaran pinggang dibandingkan hanya menggunakan tapel saja.<sup>13</sup>

**Teori :** Belly tapel digunakan untuk meratakan perut mengurangi ukurannya ke keadaan semula. Ramuan tapel perut mengandung kapur sirih yang diberi minyak kayu putih dan jeruk nipis, semakin lama adonan tapel perutnya lebih panas sehingga sisa darah kotor yang dikeluarkan lebih lancar. Penggunaan tapel yang dilapisi bengkung dapat menghangatkan kulit sehingga pembakaran lemak lebih efektif. Hal ini disebabkan oleh udara panas yang dihasilkan oleh bahan tapel bila ditutup rapat dengan stagen bisa tahan lebih lama dan lebih hangat di kulit.

**Opini :** Temuan kami mendukung penggunaan bengkung untuk ibu setelah melahirkan. Bukti terbaru bersama dengan hasil kami menunjukkan bahwa bengkung dikombinasikan dengan belly tapel efektif untuk menurunkan berat badan ibu nifas.

Jurnal Nasional, Andhikantias, Mareta, Andriani (2021) “*Javanese Tradisional Healing Dalam Pemulihan Pasca Persalinan Pada Ibu Bersalin Normal Di Era Moderen*”

**Fakta :** Metode yang digunakan adalah study kasus yang melibatkan ibu nifas sebanyak 5 responden. Hasil yang didapatkan dari responden setelah dilakukan triangulasi baik sumber maupun data, dapat disimpulkan bahwa terdapat manfaat positif dari penggunaan bengkung, pijat nifas dan jamu dalam proses pemulihan pasca persalinan.

**Teori :** Penggunaan bengkung sebaiknya digunakan oleh ibu yang melahirkan secara normal dan tidak mengalami komplikasi selama persalinan maupun nifas, tehnik penggunaan bengkung yang kurang tepat akan menyebabkan terganggunya proses pemulihan kesehatan ibu nifas. 1. Bengkung atau gurita dapat dipakai maksimal 4-6 jam perhari dan dipakai setelah mandi, bengkung harus diganti setiap hari agar tidak menimbulkan masalah kulit pada abdomen, penggunaan bengkung atau gurita tidak boleh

terlalu erat agar ibu dapat merasa nyaman dan tidak sesak nafas.

**Opini :** dari artikel tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dari hasil penelitian dengan teori sehingga dapat memperkuat penelitian tersebut. Metode yang digunakan dalam merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan penekanan retrospektif. Dalam penelitian telah dijelaskan bahwa dilakukan observasi selama 40 hari postpartum dengan memberikan intervensi penggunaan bengkung, jamu, pilis, serta pijat selama pemulihan masa nifas.

Berdasarkan pembahasan dari 8 jurnal yang berkaitan dengan penggunaan bengkung pada ibu nifas normal hari 2 hingga 40 hari postpartum dengan lamanya

penggunaan bengkung 4-6 jam sehari digunakan setelah mandi. Variabel yang diukur yaitu involusi uteri, pengeluaran lochea, produksi asi, nyeri punggung serta penurunan berat badan. Sementara 4 jurnal lainnya tidak menjelaskan secara rinci tentang teknik penggunaan bengkung dalam penelitian.

Manfaat penggunaan bengkung berdasarkan 8 jurnal yang ditelaah diperoleh bahwa bengkung dapat memaksimalkan involusi uterus (2 jurnal), melancarkan pengeluaran lochea (2 jurnal), mengurangi nyeri (2 jurnal), serta meningkatkan produksi ASI (2 jurnal). Seluruh jurnal yang ditelaah merupakan penelitian nasional dilakukan di berbagai daerah di Indonesia.

#### **SIMPULAN**

Terdapat delapan jurnal yang terkait tentang penggunaan bengkung efektif terhadap pemulihan pada ibu nifas. Dari menelaah jurnal terkait dengan penggunaan bengkung ditemukan hasil bahwa penggunaan bengkung efektif terhadap pemulihan pada ibu nifas. Dari hasil menganalisis terkait jurnal-jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi dan telah dibahas dalam literature review sehingga diperoleh bahwa dengan melakukan penggunaan bengkung efektif terhadap pemulihan pada ibu nifas dan dapat digunakan sebagai terapi non-farmakologi dalam perawatan ibu nifas.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Widaryanti, R. & Riska, H. Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan Berdasarkan Bukti Scientific dan Empiris. Yogyakarta: Deepublish. 2019.

Wahyuni, E. D. & Wahyuningsih, H. P. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. 2018.

Dinas Kesehatan Sulawesi Utara. Profil Kesehatan Sulawesi Utara. Sulawesi Utara: Provinsi Sulawesi Utara. 2019.

Windayanti, H. Pemanfaatan Herbal Pada Asuhan Ibu Nifas', Paper Presented at the Seminar Nasional Kebidanan. 2017.

Tjong, J. Bunda yang melahirkan, Perlukah Pakai Gurita?, Ibuhamil. 2012

Setiadi, N. Studi Kasus Pengetahuan Dan Sikap Ibu Pasca Persalinan Dengan Perawatan Tradisional Di Desa Jarakah Kab. Pemalang Tahun 2017, *J. Kes Mas* 2017, 5(4), pp. 823-829.

Rahayu, D. T. Pengaruh Pemakaian Bengkung terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Nifas di Desa Keling Kecamatan Pare Kabupaten Kediri, *J. Ilmu Kes*, 2017, 8(2), pp. 179-184.

Rahayu, D. T. Efektivitas Bengkung dan Gurita Terhadap Involusi Uterus dan Pengeluaran Lochea di Puskesmas Kediri', *J. Ilmu Kep & Keb*, 2018, 3(4), pp. 197-254.

Kamaruddin, M. Rawe ADT., Asra A., Marzuki I. Kepercayaan Terhadap Kemampuan Budaya Bengkung dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu Pada Masyarakat Bulukumba, *Semnas Pangan, Teknologi dan Entrepreneurship*, 2019, pp.476-479.

Siyoto, S. Analysis of Uterus Involution, Lochea Expenditures and Back Pains on the Post Partum Mother Using Bengkung and Gurita, *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat India*, 2019, '10(4).

Sumarni, Ningsih S., Akhfar K., Afni N., & Hasriyuni. Examination of Public Mothers Knowledge about Bengkung Culture on ASI Production in the Working Area of Bontonyeleng Public Health Center. *J Mid & Nurs Studies* 2019, 1(1).

Nurhayati, Widowati, R. & Kurniati, D. Analisis Penggunaan Bengkung dan Minuman Herbal pada Ibu Postpartum di Desa Rancabango Kecamatan Patobeusi Subang Tahun 2020', *Asian Research Midwifery and Basic Science Journal*, 2020 1(1), pp. 131-140.

Laili A., Julita R, Sari, RA & Idris. Knowledge and Physiologically Effects of Tapel Towards Postpartum Mothers. *J.*

Kejuruteraan & Sains Kesihatan. 2020, 4(1) 83-94.

Andhikantias YR., Maretta MY., Andriani ND. Javanese tradisional Healing dalam Pemulihan Pasca Persalinana pada Ibu Bersalin Normal Di Era Moderen. *J. Ilmu Keb*, 2020 9(1)

Ambarwati, E. (2012). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Nuha Medika

Marmi. (2012). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas 'Puerperium Care'*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Amalia, A. (2014). *Nyeri Pasca Bersalin*. *Majalah Ayah Bunda*.

Benjamin, W. & Peins, L. (2013). 'Systematic Review : Effect of Exercise on Diastasis of The Rectus Abdomini Muscle in The Antenatal and Postnatal Period', *Journal of Physiotherapy*, 722.

Budiarti. (2011). *Penggunaan Bengkung Diwilayah Kerja Puskesmas Karang Tengah Kota Demak*, *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*.

Dewi, V. & Sunarsih, T. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.