Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 2 (2022), 80-84
ISSN 2775-9423 (online)
DOI: 10.31314/mjk.11.2.80-84.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

PENGARUH PENGGUNAAN BENGKUNG TERHADAP PENURUNAN LINGKAR PERUT IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS KASSI-KASSI

Sumarni Sumarni, Nahira Nahira
Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Megarezky
(sumarni@unimer.ac.id)

ABSTRACT

During the puerperium the process of involution uterus is one of the parameters for measuring recovery during the puerperium which will have an impact on maternal morbidity and mortality. The use of bending is an alternative used to tighten the abdominal muscles and help speed up restoration of the uterus to shape beginning. So that in the end it will help the abdominal muscles work more perfectly . The purpose of this study was to determine the effect of using bengkung on reducing abdominal circumference for post partum mothers at the Kassi-Kassi Health Center. This study uses a quasi-experimental design by using the approach of pre test and post test design . The number of samples is 30 samples where the sampling technique is used *purposive sampling* that is selected based on predetermined criteria. From the results of the SPSS test for decreasing abdominal circumference in respondents before the intervention was carried out, the pretest average value was 84.44 cm and after treatment with a value of 82.12 cm. This shows that there is a decrease in abdominal circumference after the use of swelling from a p-value of 0.032 using *the paired T-test.* From the measurement results of the intervention group and the control group, the results obtained were a p-value of 0.036 using the T In dependent *test where this result indicated that there was an effect of using bengkung on reducing abdominal circumference for post partum mothers at the Kassi-Kassi Health Center.*

Keywords: Swollen, Stomach Circumference

ABSTRAK

Pada masa nifas proses involusi uterus menjadi salah satu parameter pengukuran pemulihan pada masa nifas yang akan berdampak pada morbiditas dan mortalitas ibu. Penggunaan bengkung menjadi salah satu alternatif yang digunakan untuk mengencangkan otot perut dan membantu mempercepat pemulihan rahim ke bentuk semula. Sehingga pada akhirnya akan membantu agar otot abdomen bekerja lebih sempurna. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh penggunaan bengkung terhadap penurunan lingkar perut ibu post partum di Puskesmas Kassi-Kassi. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperiment dengan menggunakan pendekatan pre test dan post test design. Jumlah sampel sebanyak 30 sampel dimana Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Dari hasil uji SPSS penurunan lingkar perut pada responden sebelum dilakukan intervensi diperoleh nilai rata-rata pretest 84, 44 cm dan setelah perlakuan dengan nilai 82.12 cm. Hal ini menunjukkan ada penurunan lingkar perut setelah

Copyright © 2022, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 2 (2022), 80-84
ISSN 2775-9423 (online)
DOI: 10.31314/mjk.11.2.80-84.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

penggunaan bengkung dari nilai p-value 0,032 dengan mengunakan *uji paired T-Test.* Dari hasil pengukuran kelompok intervensi dan kelompok kontrol diperoleh hasil p-value 0.036 menggunakan *uji T In*dependent dimana hasil ini menunjukkan adanya Pengaruh Penggunaan Bengkung Terhadap Penurunan Lingkar Perut Ibu Post Partum Di Puskesmas Kassi-Kassi.
Kata Kunci: Bengkung, Lingkar Perut

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa yang sangat penting dan harus diperhatikan, karena apabila tidak dilakukan pengelolaan dengan benar, masa nifas akan menjadi masa yang sangat berbahaya bagi ibu post partum, karena pada masa nifas rawan terjadi komplikasi yang bisa menyebabkan kematian ibu dan dapat meningkatkan Angka Kematian Ibu. (Rahayu, 2018)

Dalam masa nifas terjadi perubahan pada organ- organ reproduksi, diantaranya uterus, servik uteri, vagina, perineum, dan otot organ panggul. Pada uterus terjadi beberapa perubahan dimulai dari involusi uterus, kontraksi, afterpains, regenerasi tempat plasenta dan keluarnya lochea dari jalan lahir. Pada masa nifas proses involusi uterus akan berlangsung proses penyusutan uterus hingga kembali keukuran semula atau sebelum hamil. Normalnya setelah hari kesepuluh uterus tidak lagi teraba, namun bila sampai 2 minggu pasca persalinan uterus belum juga masuk panggul perlu dicurigai adanya subinvolusi (Dewi ,T. R. 2018)

Dewasa ini masyarakat kembali beranggapan dan mempraktikan budaya yang dilakukan nenek moyang. Seperti penggunaan bengkung pada masa nifas yang kembali diminati dan dianggap memiliki manfaat untuk mempercepat proses pengembalian kondisi rahim kekeadaan sebelum hamil. Akan tetapi di Indonesia penggunaan bengkung masih menjadi pro dan kontra karena menurut beberapa pendapat, penggunaan bengkung yang tidak benar justru akan menghambat proses involusi uterus yang akan membahayakan ibu nifas.

Namun, budaya bengkung di Indonesia masih sulit ditinggalkan karena sudah menjadi budaya yang turun temurun diwariskan dari zaman nenek moyang.

Beberapa lagi beranggapan bahwa penggunaan stagen bermanfaat untuk mengembalikan elastisitas otot perut dan mengembalikan bentuk tubuh seperti keadaan sebelum hamil. Sebagian lagi justru beranggapan bahwa penggunaan bengkung mengakibatkan rasa kurang nyaman karena perut tertahan, gatal-gatal pada kulit, sulit bergerak, dan dapat menimbulkan bengkak pada kaki apabila kurang benar dalam penggunaan bengkung. (Widaryanti, 2019)

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. Dengan adanya tekanan pada abdomen dengan penggunaan bengkung akan lebih memaksimalkan dalam proses pemulihan tonus abdomen, mengurangi nyeri punggung serta dapat menyangga punggung ibu nifas sehingga dapat membentuk postur tubuh seperti sebelum hamil. Selain itu ibu nifas yang menggunakan bengkung bisa mendapat tekanan atau kompresi pada perut sehingga membantu menyangga perut pada daerah sekitar lumbopelvic (Siyoto, 2019)

Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh penggunaan bengkung terhadap

Copyright © 2022, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 2 (2022), 80-84
ISSN 2775-9423 (online)
DOI: 10.31314/mjk.11.2.80-84.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

penurunan lingkar perut ibu post partum di puskesmas kassi-kassi.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperiment dengan menggunakan pendekatan pre test dan post test design, yaitu ada dua kelompok yang digunakan, kelompok intervensi yang di lkukan perawatan menggunakan bengkung dan kelopok kontrol dilakukan perawatan mobilisasi dini. Penelitian quasi eksperimen adalah suatu penelitian analitik untuk mempelajari pengaruh suatu variabel terhadap variabel yang lain. Artinya peneliti sengaja melakukan manipulasi (pengubahan) kepada subjek dengan tujuan untuk mempelajari perubahan yang terjadi atau pengaruh dari treatment yang dilakukan.

Populasi penelitian adalah ibu post partum hari ke dua di wilayah Puskesmas Kassi-Kassi yang memenuhi kriteria inklusi dan ekslusi. Kriteria inklusi yaitu Ibu nifas dengan persalinan normal, Ibu nifas yang menyusui bayinya, Ibu nifas dengan usia 20-35 tahun, primipara dan yang tidak mengalami komplikasi. Jumlah Sampel adalah 15 orang sebagai kelompok Kontrol dan 15 orang sebagai kelompok perlakuan sehingga total sampel adalah 30 sampel.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Pengolahan Data melalui tahap Editing (Koreksi), Coding (Kode), Tabulating atau Entry Data setelah itu Analisa Data dengan SPSS dengan dua uji statistik yaitu *Paired T Test* untuk mengetahui penurunan lingkar perut sebelum dan setelah perlakuan. Selanjutnya *Independent T-Test* untuk mengetahui perbedaan penurunan lingkar perut ibu pada kedua kelompok yang diuji
.

HASIL

Bagian ini menyajikan dan menguraikan tentang karakteristik subjek

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden

Variabel	n	%
Usia		
20-30	24	80
31-35	6	20
Berat Lahir Bayi		
≤4000	29	96
>4000	1	4

Sumber: Data Primer, 2022

Dari tabel1. Karakteristik responden usia 20-30 sebanyak 80%, usia 31-35 sebanyak 20%. Karakterikteristik Berat Lahir Bayi ≤4000 sebanyak 96%, >4000 sebanyak 4%.

Tabel 2. Penurunan lingkar perut pada responden sebelum dan sesudah dilakukan perawatan Pada Ibu Post Partum di Puskesmas Kassi-Kassi

Kelompok	Mean	Std. Deviation	p-value
Pretest	84.44	1.18	0.032
Postest	82.12	0.14	

Tabel 3. Penurunan lingkar perut kelompok intervensi dan kontrol Pada Ibu Post Partum di Puskesmas Kassi-Kassi

Kelompok	Mean	Std. Deviation	p-value
Bengkung (intervensi)	83.06	1.18	0,036
Mobilisasi Dini (Kontrol)	84.94	3.11	

Sumber: Data Primer, 2022

Copyright © 2022, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 2 (2022), 80-84
ISSN 2775-9423 (online)
DOI: 10.31314/mjk.11.2.80-84.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

Berdasarkan tabel.2 diatas, penurunan lingkar perut pada responden sebelum dilakukan intervensi atau perlakuan diperoleh nilai rata-rata pretest 84, 44 cm dan setelah perlakuan dengan nilai 82.12 cm. Hal ini menunjukkan ada penurunan lingkar perut setelah penggunaan bengkung dari nilai p-value 0,032 daari hasil *uji paired T-Test.*

Berdasarkan tabel.3 penurunan lingkar perut berdasarkan kelompok kontrol dan intervensi dimana diperoleh data rata-rata penurunan lingkar perut pada kelompok perlakuan bengkung (intervensi) sebesar 83.06 cm dan dari kelompok mobilisasi dini (kontrol) sebesar 84,94 cm dengan p-value 0.036 dengan menggunakan *uji T independent*

PEMBAHASAN

Dari hasil uji SPSS penurunan lingkar perut pada responden sebelum dilakukan intervensi atau perlakuan diperoleh nilai rata-rata pretest 84, 44 cm dan setelah perlakuan dengan nilai 82.12 cm. Hal ini menunjukkan ada penurunan lingkar perut setelah penggunaan bengkung dari nilai p-value 0,032 daari hasil *uji paired T-Test* dengan menggunakan uji T Independent diperoleh hasil p-value 0.036 dimana hasil ini menunjukkan adanya Pengaruh Penggunaan Bengkung Terhadap Penurunan Lingkar Perut Ibu Post Partum Di Puskesmas Kassi-Kassi.

Hasil penelitian ini didukung dengan teori bahwa ibu dalam masa nifas yang menggunakan bengkung yang berfungsi sebagai kain penyangga akan bisa mendapatkan kompresi atau tekanan pada perut sehingga mampu membantu menyangga perut dan daerah lumbopelvic dengan memberikan sedikit tekanan di otot tranversus abdominis.

Secara anatomi, otot perut terdiri dari tiga lapisan dimana lapisan yang sangat dalam adalah transversus abdominis, yang berfungsi sebagai korset tubuh, sebagai penahan dan menjaga stabilitas, serta memainkan peran penting dalam mengembuskan napas dan batuk. Lapisan berikutnya yaitu rektus abdominis yang merupakan otot perut untuk melenturkan tulang belakang. Sedangkan lapisan terakhir dan paling dekat dengan permukaan yaitu Obliques internal dan eksternal, merupakan otot perut yang memutar batang tubuh dan memberi tubuh rotasi dan gerakan menyamping. Bengkung dapat mengencangkan otot perut dan membantu mempercepat pemulihan rahim ke bentuk semula. Sehingga pada akhirnya akan membantu agar otot abdomen bekerja lebih sempurna (Kamaruddin, 2019)

Selain penggunaan bengkung Maturitas dari organ reproduksi ibu akan menentukan proses involusi uterus, dimana proses involusi uterus dipengaruhi oleh usia ibu saat melahirkan. Menurut pendapat peneliti, usia yang paling aman untuk bereproduksi adalah usia 20-35 tahun, karena pada rentang usia ini kondisi organ reproduksi termasuk otot-otot uterus sedang dalam kondisi optimal. Pada usia ini kondisi vitalitas ibu sedang prima sehingga kontraksi otot dan kembalinya alat kandungan juga semakin cepat karena proses regenerasi dari sel-selnya sangat bagus. Jika ibu berusia kurang dari 20 tahun maka elastisitas otot uterus ibu belum maksimal, sedangkan pada usia lebih dari 35 tahun elastisitas otot ibu sudah berkurang. (Sajar,2018)

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan penelitian dengan jumlah sampel sebanyak 30 sampel dimana Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Dari hasil uji

Copyright © 2022, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 2 (2022), 80-84
ISSN 2775-9423 (online)
DOI: 10.31314/mjk.11.2.80-84.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

SPSS penurunan lingkar perut pada responden sebelum dilakukan intervensi diperoleh nilai rata-rata pretest 84, 44 cm dan setelah perlakuan dengan nilai 82.12 cm. Hal ini menunjukkan ada penurunan lingkar perut setelah penggunaan bengkung dari nilai p-value 0,032 dengan mengunakan *uji paired T-Test.* Dari hasil pengukuran kelompok intervensi dan kelompok kontrol diperoleh hasil p-value 0.036 menggunakan *uji T In*dependent dimana hasil ini menunjukkan adanya Pengaruh Penggunaan Bengkung Terhadap Penurunan Lingkar Perut Ibu Post Partum Di Puskesmas Kassi-Kassi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Budiyarti, E. 2011. Efektivitas Penggunaan Stagen dengan Penurunan Tinggi Fundus Uteri pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja PKM Karang Tengah. www.eprints.ums.ac.id diakses pada tanggal 21 Maret 2017
2. Sugita dan Widiastuti. 2016. Budaya Jawa Ibu Postpartum di Desa Candirejo Kecamatan Ngawen Kabupaten Klaten. Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional, Volume 1, No 1, Maret
3. Dewi ,T. R. 2018. efektivitas bengkung dan gurita terhadap involusi uterus dan pengeluaran lochea di puskesmas keling kabupaten Kediri. Posiding senmas. 214
4. Hesty, et al. 2013. Konsep Perawatan Kehamilan Etnis Bugis Pada Ibu Hamil Di Desa Buareng Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone Tahun 2013. Jurnal Kesehatan Masyarakat Unhas. Vol 34.2013
5. Siyoto, S. (2019) 'Analysis of Uterus Involution, Lochea Expenditures and Back Pains on the Post Partum Mother Using Bengkung and Gurita', Indian Journal of Public Health Research & Development, 10(4), p. 313.
6. Widaryanti, R. and Riska, H. (2019) Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan Berdasarkan Bukti Scientific dan Empiris. Yogyakarta: Deepublish.
7. Rahayu, D. T. (2017) 'Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas di Desa Keling Kecamatan Pare Kabupaten Kediri', Journal of Chemical Information and Modeling, 8(2), pp. 179–184.
8. Rahayu, D. T. (2018) 'Efektivitas Bengkung dan Gurita Terhadap Involusi Uterus dan Pengeluaran Lochea di Puskesmas Kediri', Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, III(4), pp. 197–254.
9. Kamaruddin, M. et al. (2019) 'Trust in the ability of Bengkung Culture to Increase Breast Milk Production in the Bulukumba Community', Exploration of Indonesian Natural Resources Based on Entrepreneurship in the Era of the Industrial Revolution 4.0, pp. 476–479
10. Sajar, N., Aziz, A. A. and Aris, A. (2018) 'Malay Bengkung: Traditional to Contemporary Design', in Proceedings of the Art and Design International Conference (AnDIC 2016), pp. 63–71.

Copyright © 2022, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0