

**JAVANESE TRADISIONAL HEALING DALAM PEMULIHAN PASCA PERSALINAN PADA IBU
BERSALIN NORMAL DI ERA MODEREN**

**JAVANESE TRADITIONAL HEALING IN POST LABOUR RECOVERY
IN MODEREN ERA
(QUALITATIVE STUDY)**

¹Yunia Renny Andhikantias, Megayana Yessy Maretta, Nurul Devi Andriani

¹Universitas Kusuma Husada Surakarta

rennyandhie@gmail.com

megapastibisa@gmail.com

mama.ayla.zahra@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Perawatan masa nifas yang dilakukan dapat mendeteksi adanya komplikasi seperti masuknya kuman ke dalam alat kandungan , baik secara eksogen maupun endogen. Salah satu bentuk perawatan pada ibu nifas yang menganut budaya lama adalah dengan mengkonsumsi jamu-jamuan, baik jamu buatan sendiri atau buatan pabrik. Jamu yang merupakan ramuan tradisional, telah diterima secara luas di hampir seluruh Negara didunia. Menurut WHO, negara - negara di Afrika, Asia dan Amerika Latin menggunakan jamu tradisional sebagai pelengkap pengobatan primer. Selain jamu, perawatan nifas lainnya dari tanah Jawa yaitu bengkung, pilis dan pijat. **Tujuan :** Mengetahui apakah *Javanese Tradisional Healing* memiliki manfaat berarti bagi informan dalam proses pemulihan pasca persalinan. **Manfaat :** Diharapkan penelitian ini jadi referensi dalam treatment pasca persalinan. **Metode Penelitian :** Studi Kualitatif fenomenologi. Teknik Sampling menggunakan purposive random sampling. Dengan jumlah informan kunci sebanyak 5 orang. Data diperoleh dengan hasil wawancara terhadap 5 informan kunci dan 4 informan triangulasi. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan informan seluruhnya melakukan *Javanese Traditional Healing*. 4 informan meminum jamu gendong, melakukan pijat, memakai bengkung dan pilis, sedangkan 2 informan meminum jamu sachet 40 hari khusus nifas, melakukan pijat dan memakai bengkung. Selama mengonsumsi jamu , melakukan pijat dan memakai bengkung, informan menyampaikan bahwa ASI nya semakin deras, badannya bugar, kualitas tidur meningkat dan berat badannya perlahan kembali normal. Tidak ada keluhan negatif yang disampaikan. **Kesimpulan :** Komposisi dalam jamu yang dikonsumsi informan dapat memberikan efek pelancar ASI dan menjadikan badan infoman lebih segar serta berat badan terjaga ditambah dengan pijat nifas yang dilakukan pasca persalinan. Sedangkan bengkung dipercaya mempertahankan bentuk perut dan menyangga tulang belakang agar tidak pegal.

Kata Kunci: Jamu, Tradisional, Pijat, Bengkung, Nifas, Pasca Persalinan

ABSTRACT

Background: Postpartum care which can be handled by complications such as the entry of germs into the uterus, both exogenously and endogenously. One form of treatment for postpartum mothers who adhere to the old culture is consuming herbal remedies, either homemade or factory-made. Jamu which is a traditional herb, has been widely accepted in almost all countries in the world. According to WHO, countries in Africa, Asia and Latin America use traditional herbal medicine as a complement to primary medicine. Apart from herbal medicine, other postpartum treatments from Java are bengkung, pilis and massage. **Objective:** To find out whether Javanese Traditional Healing has significant benefits for informants in the postpartum recovery process. **Benefit:** It is hoped that this study will be a reference in postpartum treatment. **Research Method:** Qualitative study of phenomenology. The sampling technique used purposive random sampling. With the number of key informants as many as 5 people. Data obtained by interviewing 5 key informants and 4 triangulation informants. **Results:** The results showed that all of the informants performed Javanese Traditional Healing. 4 informants drank the herbal medicine carrying, did massage, used bengkung and pilis, while 2 informants drank the 40-day herbal sachet specifically for the postpartum period, performed massages and used curves. During consuming herbal medicine, doing massage and wearing curves, information states that her

*breast milk is getting heavier, her body is fit, sleep quality improves and her weight slowly returns to normal. No complaints were made. **Conclusion:** The composition of the herbal medicine consumed by the informants can provide a smoothing effect of breastfeeding and make the body of the infoman fresher and maintain body weight coupled with postpartum massage which is carried out after childbirth. Meanwhile, Bengkung does not believe in maintaining the shape of the stomach and supports the spine so that it is not sore.*

Keywords: Jamu, Traditional, Massage, Bengkung, Postpartum, Postpartum

PENDAHULUAN

Siklus kehidupan perempuan dipengaruhi oleh kesehatan reproduksinya, baik kehamilan, persalinan dan nifas, oleh karena itu diperlukan kepedulian serta kemauan untuk tetap sehat dan sejahtera. Sekitar 830 wanita meninggal karena komplikasi kehamilan dan persalinan dengan angka 99% terjadi di negara berkembang. Hampir 75% dari semua kematian ibu yang terjadi akibat perdarahan hebat setelah melahirkan, infeksi, tekanan darah tinggi selama kehamilan (pre-eklampsia dan eklampsia), komplikasi dari persalinan, dan aborsi yang tidak aman.¹

Hasil Survey Demografi kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007 menunjukkan Indonesia menduduki peringkat ketiga setelah Laos dan Kamboja sebagai negara ASEAN dengan Angka Kematian Ibu (AKI) tertinggi yaitu 228/100.000 kelahiran hidup. Tahun 2015 pemerintah mengharapkan angka tersebut dapat diturunkan menjadi 102/100.000 kelahiran

hidup². Kenyataanya, hasil survey SDKI tahun 2012 menunjukkan jumlah AKI meningkat menjadi 359/100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2014). Masih sangat jauh dari target SDGs yaitu 70/100.000 kelahiran hidup³.

Kepercayaan dan keyakinan budaya terhadap perawatan ibu post partum, masih banyak di jumpai di lingkungan masyarakat. Budaya yang diyakini dalam perawatan ibu pasca persalinan dapat memberikan dampak yang positif dan menguntungkan bagi mereka. Hal tersebut terbukti dari penelitian yang dilakukan di negara bagian Andhra Pradesh pada 100 orang ibu post partum di kuil Tirupati, yang menunjukkan kepercayaan dan keyakinan budaya perawatan ibu post partum yang dianut oleh masyarakat disana antara lain pembatasan asupan cairan, makanan (hanya boleh makan sayur-sayuran), tidak boleh mandi, diet tidak boleh keluar rumah, menggunakan alas kaki, menggunakan gurita, tidak boleh tidur

di siang hari bahkan mereka meyakini kolustrum tidak baik untuk anak ⁴.

Seperti halnya di India, kepercayaan atau adat istiadat masyarakat Jawa tentang perawatan paca persalinan diyakini secara turun temurun dan masih digunakan di era moderen saat ini. Kepercayaan tersebut memiliki dampak positif dan negatif apabila diinjau dari sisi medis. Terkait tradisi perawatan masa nifas menurut adat Jawa yaitu ; perawatan pemeliharaan kebersihan diri (meliputi : mandi wajib nifas, irigasi vagina dengan menggunakan rebusan air daun sirih, dan menapali perut sampai vagina dengan menggunakan daun sirih), perawatan untuk mempertahankan kesehatan tubuh (meliputi: perawatan dengan pemakaian pilis, pengurutan, walik dadah, dan wowongan), perawatan untuk menjaga keindahan tubuh (meliputi: perawatan dengan pemakaian parem, duduk senden, tidur dengan posisi setengah duduk, pemakaian gurita, dan minum jamu kemas), dan perawatan khusus (meliputi: minum kopi dan minum air jamu wejahan)⁵.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti secara random melalui proses wawancara terhadap 6 orang perempuan yang mengalami

nifas tanpa diberikan bengkung, pijat dan minum jamu pasca persalinan keseluruhan dari mereka menyampaikan bahwa terdapat keluhan selama masa nifasnya, bahkan keluhan tersebut ada yang berlangsung hingga 6 bulan pasca persalinan. Keluhan yang dirasakan seperti kesemutan pada tangan dan kaki, bengkak kaki dan pegal – pegal seluruh tubuh.

TUJUAN

Mengetahui apakah *Javanese Traditional Healing* (Bengkung, Pijat Nifas dan Jamu) memiliki manfaat berarti dalam proses pemulihan pasca persalinan.

MANFAAT

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu alternatif pemulihan pasca persalinan.

METODE PENELITIAN

Studi Kualitatif fenomenologi¹⁴. Teknik Sampling menggunakan purposive randome sampling. Dengan jumlah informan kunci sebanyak 5 orang. Data diperoleh dari hasil wawancara 5 orang informan kunci kemudian dilakukan Triangulasi dengan 2 informan triangulasi.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan informan mengerti tentang masa nifas yang berlangsung selama 40 hari. Informan menyampaikan bahwa selama masa nifas mereka merasa lebih nyaman menggunakan bengkung, walaupun terkadang terasa begah. 4 informan menyampaikan bahwa meminum jamu gendong, melakukan pijat, memakai bengkung dan pilis, sedangkan 2 informan meminum jamu sachet 40 hari khusus nifas, melakukan pijat dan memakai bengkung.

“Nggih mba, kulo mimik jamu 40 hari niku lho, sok dong nggih pijet 2 minggu sepindah. Oh iya..kalih tagenan mba kulo”

“Jamu 40 hari dari habis lahiran mba saya minum, pijet 1 minggu sekali kalih mbah dadah, tagenan juga.”

“Saya pakai korset aja sih mba, praktis, itu juga jarang – jarang, ga setiap hari. Kalo jamu, palingan uyup – uyup mbake jamu lewat sore niko lho mba. Nak pijet pernah sekali.”

“Saya minum jamu 40 hari mba. Pijet enggak tapi pakai tagen iya.”

“Pakai korset aja mba saya, ga pakai tagen. Jamunya uyup –uyup tiap hari mba. Pijet pernah 2 kali saja sih.”

Selama mengonsumsi jamu, melakukan pijat dan memakai bengkung, informan menyampaikan bahwa ASI nya semakin deras, badannya bugar, kualitas tidur meningkat dan berat badannya perlahan kembali normal. Tidak ada keluhan negatif yang disampaikan.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian, didapatkan bahwa kelima informan meminum jamu sebagai sarana kebugaran dan memperlancar ASI. Anggraini menyampaikan bahwa masa nifas (*puerperium*) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau 42 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan⁶.

Menurut Baequny, dkk bahwa terdapat pengaruh kebiasaan minum jamu pada ibu nifas terhadap produksi ASI⁷. Hal tersebut tentu sejalan dengan tanggapan 4 dari 5 informan yang

menyampaikan bahwa ASI nya menjadi deras setelah meminum jamu. Selain itu, pernyataan tersebut sesuai yang dikemukakan oleh Mursito yang mengemukakan bahwa kandungan ramu-ramuan untuk menjaga kesehatan dan kecantikan juga memperlancar produksi ASI ⁸.

Hal lain yang disampaikan informan adalah tentang pijat yang dilakukan pada masa nifas yang dianggap membuat badan menjadi lebih bugar. Sejalan dengan pernyataan Metzger (2013), yang menyebutkan bahwa pijat post partum efektif mempercepat pemulihan dan meningkatkan keseimbangan hormonal. Level prolaktin dan oksitosin bertambah banyak untuk memfasilitasi menyusui. Disampaikan kembali oleh Metzger (2013), bahwa pijat dapat menjadi penting dan menguntungkan karena dapat meningkatkan relaksasi, mengurangi nyeri dan stres, dan sangat banyak manfaat kesehatan yang lain. Menurut *Health Technology Assessment Section-MaHTAS*, pijatan pada area punggung pada ibu nifas dapat meningkatkan level oksitosin dan prolaktin, sehingga ASI akan lebih cepat diproduksi dan diseksresikan ¹⁵.

Selain tentang jamu dan pijat, tradisional healing lainnya adalah penggunaan bengkung/stagen/korset

yang dilakukan semua informan. Mereka menyampaikan bahwa penggunaan bengkung tersebut membuat mereka nyaman tapi . Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiyarti, di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Tengah Demak menyebutkan bahwa penggunaan stagen efektif untuk menurunkan tinggi fundus uteri. Selain itu penggunaan stagen dipercaya efektif untuk mengembalikan bentuk perut seperti sedia kala ⁹. Lain halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Maryni yang menyebutkan bahwa penggunaan bengkung atau stagen tidak mempengaruhi status kesehatan ibu, karena stagen bekerja pasif untuk menyamakan perut ibu yang melar setelah melahirkan ¹⁰.

Faktor lingkungan memiliki kekuatan besar dalam menentukan perilaku, bahkan kekuatannya lebih besar dari karakteristik individu ¹¹. Kebudayaan atau kultur yang ada dalam masyarakat tanpa memandang tingkatannya, dapat membentuk kebiasaan dan respons terhadap kesehatan dan penyakit. Karena itulah penting bagi tenaga kesehatan untuk membuat masyarakat mengerti tentang proses terjadinya suatu penyakit dan bagaimana meluruskan

keyakinan atau budaya yang dianut yang nantinya akan berhubungan dengan kesehatan, tidak hanya tentang promosi kesehatan saja¹².

SIMPULAN

Perbedaan pengetahuan informan dilatarbelakangi oleh pendidikan masing – masing, selain pendidikan, lingkungan juga mendukung seseorang dalam memperoleh perawatan pasca persalinan. Keluarga terdekat, utamanya sumai, orang tua, mertua dan atau anggota keluarga lainnya, menjadi bagian penting dalam proses pemulihan pasca persalinan. 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.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. (2018). Media center: maternal mortality, diakses dari [http://www.who.int/gho/maternal.health/en/](http://www.who.int/gho/maternal_health/en/)
2. Kemenkes RI, 2014. *Profil Kesehatan Indonesia* tahun 2014. Jakarta : Kemenkes RI.
3. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-ibu.pdf>.

diakses tanggal 7 Januari 2019.

4. Bhvaneswari, 2013 dalam Rahayu, dkk. 2017. *Faktor Budaya Dalam Perawatan Ibu Nifas : Cultural Factors In Treatment In The Postpartum Mother*. Jurnal Ilmu Keperawatan 5:1 ISSN: 2338-6371, e-ISSN 2550-018X.
5. Manurung. 2009. *Perawatan Postpartum Menurut Perspektif Budaya Jawa*. Karya Ilmiah.
6. Anggraini Y, 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
7. Baequny A, Supriyo, Hidayati S, 2016. *Efektivitas Minum Jamu (Ramuan Daun Katuk, Kunyit, Lempuyangan, Asem Jawa) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas*. Pena Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Vol 30, No 1 (2016). <https://jurnal.unikal.ac.id/index.php/pena/article/view/403>. Diakses tanggal 20 Juni 2019.
8. Mursito, B., 2001, *Ramuan Tradisional untuk Kesehatan Anak, 89-90*. Penebar Swadaya: Jakarta.
9. Budiarti, 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 2019.
10. Maryni H. 2012. *Faktor-Faktor budaya pada Masa Nifas*. [Digilib.ui. ac.id](http://digilib.ui.ac.id) diakses pada tanggal 16 September 2017
11. Azwar, S., 2010. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta

12. Iqbal Mubarak, Wahit. 2012. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan*. Jakarta: SalembaMedika.
13. Iqbal, W. M., Nurul, C., Iga, M. 2012. *Ilmu sosial budaya dasar kebidanan*. Jakarta: EGC
14. Moleong, Lexy J. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
15. Sarah, M . , & Yvette D, M. 2015. *Perceived safety, quality and cultural competency of maternity care for culturally and linguistically diverse women in Queensland*. *J. Racial and Ethnic Health Disparities*(2016) 3:83–98

JAVANESE TRADISIONAL HEALING DALAM PEMULIHAN PASCA PERSALINAN
PADA IBU BERSALIN NORMAL DI ERA MODEREN