



Tersedia online di <https://akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id/JKDH/index>

## Pengaruh Penggunaan Bengkung terhadap Lingkar Perut Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten

*The Effect of the Use of Bengkung on Abdominal Circumference of Postpartum Mothers in the Work Area of the Cimanggu Health Center, Banten*

Iis Irnawati<sup>1,\*</sup>, Rukmaini<sup>2,\*</sup>, Putri Azzahroh<sup>3,\*</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Nasional, Indonesia

Email : <sup>1</sup>[fanujiya82@gmail.com](mailto:fanujiya82@gmail.com) ; <sup>2</sup>[rukma.z@gmail.com](mailto:rukma.z@gmail.com) ; <sup>3</sup>[putriazzahroh@gmail.com](mailto:putriazzahroh@gmail.com)

---

### INFO ARTIKEL

**Sejarah artikel:**

Menerima : Juli 2021  
Revisi : Agustus 2021  
Diterima : Oktober 2021  
Online : Oktober 2022

---

**Kata kunci:** penggunaan bengkung  
lingkar perut, ibu nifas

---

**Keyword :** use of curvature  
belly circumference, postpartum mother

---

### ABSTRAK

Setelah melahirkan menimbulkan ketidaknyamanan salah satunya karena adanya perubahan fisik sehingga membutuhkan perawatan. Penggunaan bengkung dipercaya dapat mengecilkan otot perut. Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten penggunaan bengkung banyak digunakan sebagian ibu nifas sampai 40 hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan bengkung terhadap lingkar perut ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan rancangan *case control*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 responden dengan masing-masing kelompok terdiri dari 16 responden dengan teknik *purposive sampling*. Data dianalisis menggunakan *T Test Independent* yang sebelumnya dilakukan uji normalitas dan homogenitas. Hasil penelitian menunjukkan lingkar perut ibu nifas pada kelompok kasus hari ke tujuh rata-rata 97,06 dan 40 rata-rata 77,69 dengan selisih rata-rata 19,37, kelompok kontrol hari ke tujuh rata-rata 93,38 dan 40 rata-rata 85,69 dengan selisih rata-rata 7,69. Hasil analisis bivariat ada pengaruh penggunaan bengkung terhadap lingkar perut ibu nifas dengan nilai sigifikansi 0,031. Penggunaan bengkung berpengaruh terhadap lingkar perut ibu nifas. Bidan diharapkan dapat melestarikan penggunaan bengkung tersebut dengan cara mengajarkan terlebih dahulu bagaimana pemasangan bengkung tersebut agar tidak terjadi kesalahan dalam pemasangannya dan dapat menimbulkan rasa nyaman selama penggunaan.

---

### ABSTRACT

After giving birth causes discomfort, one of which is due to physical changes that require treatment. The use of bengkung is believed to shrink the abdominal muscles. In the Work Area of the Cimanggu Health Center, Banten, the use of bengkung is widely used by some postpartum mothers for up to 40 days. This study aims to determine the effect of the use of bengkung on the abdominal circumference of postpartum mothers in the Work Area of the Cimanggu Health Center, Banten in 2021. This study is an analytical study using a case control design. The sample in this study amounted to 32 respondents with each group consisting of 16 respondents with purposive sampling technique. The data were analyzed using an Independent T Test which had

previously been tested for normality and homogeneity. The results showed that the abdominal circumference of postpartum mothers in the case group on the seventh day was an average of 97.06 and 40, an average of 77.69 with an average difference of 19.37, the control group on the seventh day was an average of 93.38 and 40, an average of 85.69 with an average difference of 7.69. The results of the bivariate analysis showed that the use of bengkung had an effect on the circumference of the postpartum mother's abdomen with a significant value of 0.031. The use of bengkung had an effect on the circumference of the postpartum mother's abdomen. Midwives are expected to be able to preserve the use of the bengkung by teaching in advance how to install the bengkung so that there are no errors in its installation and can create a sense of comfort during use.

## 1. PENDAHULUAN

Ibu pada masa pasca melahirkan akan mengalami berbagai masalah kesehatan atau ketidaknyamanan pada masa nifas. 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 recti* (Febi, 2017).

Hubungan antara budaya dan kesehatan sangatlah erat, sebagai salah satu contoh suatu masyarakat desa yang sederhana dapat bertahan dengan cara pengobatan tertentu sesuai dengan tradisi mereka. Kebudayaan atau kultur dapat membentuk kebiasaan dan respon terhadap kesehatan dan penyakit dalam segala masyarakat tanpa memandang tingkatannya. Penting bagi tenaga kesehatan untuk tidak hanya mempromosikan kesehatan, tapi juga membuat mereka mengerti tentang proses terjadinya suatu penyakit dan bagaimana meluruskan keyakinan atau budaya yang dianut hubungannya dengan kesehatan (Sulistiyawati, 2018).

Dewasa ini masyarakat kembali beranggapan dan mempraktikkan 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. Contohnya, penggunaan bengkung belakangan sangat populer di Negara Amerika. Mereka menganggap dengan menggunakan bengkung

akan membuat mereka merasa lebih nyaman dan proses involusi akan berjalan lebih cepat (Hartono, 2018).

Begitu juga di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa selama masa nifas didapatkan ibu memanfaatkan pelayanan kesehatan secara tradisional sebanyak 48%, ditemukan 65,3% menggunakan keterampilan manual diantaranya menggunakan bengkung. Begitu juga di Provinsi Banten didapatkan ibu mendapatkan pelayanan kesehatan secara tradisional sebanyak 55,6%, ditemukan 70,1% menggunakan keterampilan manual diantaranya menggunakan bengkung (Kemenkes RI, 2019). Kabupaten Pandeglang merupakan salah satu wilayah yang berada di Provinsi Banten didapatkan ibu mendapatkan pelayanan kesehatan secara tradisional sebanyak 36,3% dan 78,7% diantaranya menggunakan keterampilan manual diantaranya menggunakan bengkung (Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan, 2019).

Penggunaan bengkung ini dianggap memberikan banyak manfaat bagi proses pemulihan ibu nifas oleh masyarakat. Secara tradisional penggunaan bengkung (stagen) bisa melangsingkan kembali perut yang melar terutama bagi wanita sehabis melahirkan. Hal ini disebabkan adanya tekanan ke dalam rongga perut sehingga dapat membantu kontraksi rahim ke bentuk semula. Tentu saja pemakaian bengkung ini harus rutin tidak hanya sehari dua hari bahkan dipakai untuk seterusnya akan lebih baik jika dilakukan hingga 40 hari. Hal ini didasarkan oleh pengalaman orangtua di masa lalu memang memperlihatkan efek positif dari



## JURNAL KEBIDANAN

penggunaan bengkung setelah melahirkan (Rahmilasari, *et al.*, 2020).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten, hampir seluruhnya ibu memakai bengkung sehabis melahirkan karena menurut mereka, hal ini berhubungan dengan faktor budaya dan kepercayaan. 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. Akan tetapi hanya sebagian mereka lakukan hingga 40 hari, hal ini didasarkan oleh pengalaman orang tua di masa lalu memang memperlihatkan efek positif dari penggunaan stagen setelah melahirkan. sebagian lagi mereka lakukan 1 minggu saja dengan alasan karena adanya efek saat menggunakan bengkung menimbulkan rasa tidak nyaman, sulit bergerak dan sebagian ada yang merasakan gatal pada bagian perut ibu.

Begitu pentingnya informasi perawatan nifas berdasarkan budaya dan kebiasaan, yang mana informasi ini bertujuan untuk mengetahui perawatan nifas berdasarkan budaya dan kebiasaan masyarakat ini baik atau tidak baik untuk kesehatan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh penggunaan bengkung terhadap lingkaran perut ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021.

## 2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian analitik dengan menggunakan rancangan *case control*. Kelompok kasus pada penelitian ini yaitu ibu nifas 7 hari yang secara rutin menggunakan bengkung terus menerus sampai 40 hari, sedangkan kelompok kontrol yaitu ibu yang tidak menggunakan bengkung. Kedua kelompok tersebut dilakukan pengecekan lingkaran perut di hari ke tujuh dan hari ke 40. Hasil dari keduanya dikaji dan dibandingkan mana yang lebih baik dan tepat digunakan untuk menurunkan lingkaran perut pada ibu nifas.

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu nifas 7 hari selama bulan Mei tahun 2021 sebanyak 66 ibu nifas. Berdasarkan hasil tersebut, maka jumlah seluruhnya 32 responden dengan masing-masing kelompok sebanyak 16 responden.

Kriteria inklusi dari kelompok kasus pada penelitian ini sebagaimana berikut: Ibu nifas yang melahirkan secara normal di wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Pandeglang Banten, Ibu nifas dalam keluarganya memiliki kebiasaan menggunakan bengkung setelah melahirkan, Ibu nifas bersedia menggunakan bengkung sampai 40 hari setelah melahirkan, Ibu nifas bersedia menjadi responden dengan menandatangani formulir persetujuan (*informed consent*).

Kriteria inklusi dari kelompok kontrol pada penelitian ini sebagaimana berikut: Ibu nifas yang melahirkan secara normal di wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Pandeglang Banten, Ibu nifas dalam keluarganya memiliki kebiasaan menggunakan bengkung setelah melahirkan, Ibu nifas yang hanya bersedia menggunakan bengkung setelah tujuh hari setelah melahirkan, Ibu nifas bersedia menjadi responden dengan menandatangani formulir persetujuan (*informed consent*). Kriteria eksklusi sebagaimana berikut: Ibu nifas yang mengalami komplikasi persalinan, Ibu nifas tidak kooperatif.

Lokasi penelitian dilakukan di Puskesmas Cimanggu Pandeglang Banten dimulai pada bulan Mei -Juli 2021. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan bengkung. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu lingkaran perut ibu nifas. Alat dan bahan pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi untuk mengetahui lingkaran perut pada kelompok kasus dan kelompok kontrol.

Data ini diperoleh dari hasil observasi secara langsung melalui tahapan-tahapan pengambilan data dengan cara pasien berkunjung ke puskesmas atau jika pasien berhalangan peneliti melakukan kunjungan rumah proses yang dilakukan untuk pengukuran dengan cara responden di minta untuk buka pakaian atau melipat pakaian secara santun, titik batas tepi tulang rusuk terbawah ditandai menggunakan spidol/pulpen, titik ujung lengkung tulang pangkal paha/panggul, setelah dua titik di atas di tentukan ,kemudian di tetapkan titik tengahnya dan di tandai dengan spidol/pulpen dan responden di minta untuk berdiri tegak dan bernafas normal, pengukuran lingkaran perut di mulai/di ambil dari titik tengah yang telah di tandai sebelumnya kemudian secara sejajar horizontal melingkari pinggang dari perut kembali ke titik tengah di awal



## JURNAL KEBIDANAN

pengukuran, kelompok kasus dan kelompok kontrol penggunaan bengkung.

Data penelitian yang diperoleh kemudian dilakukan pengolahan data melalui proses *editing, verifying, coding, processing* dan *cleaning*. Analisis yang dilakukan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat, sebelum dilakukan uji bivariat maka dilakukan uji normalitas sebagai persyaratan statistik parametrik. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Shapiro Wilk* karena memiliki responden kurang dari 50 subjek. Distribusi normal baku adalah data yang telah ditransformasikan ke dalam bentuk p dan diasumsikan normal. Jika nilainya diatas 0,05 maka distribusi data dinyatakan memenuhi asumsi normalitas, dan jika nilainya di bawah 0,05 maka diinterpretasikan sebagai tidak normal. Apabila data berdistribusi normal maka digunakan uji parametrik *paired sample t-test* dan *T-Test Independent*, sedangkan untuk data yang tidak berdistribusi normal perhitungannya menggunakan uji non-parametrik yaitu uji *wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*.

### 3. HASIL PENELITIAN

#### a. Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kasus

**Tabel 4.1**  
Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021

Lingkar Perut Ibu Nifas Kelompok Kasus	Rata-rata	Std. Deviasi	Min	Maks
Hari ke Tujuh	97,06	9,740	82	120
Hari ke 40	77,69	8,244	62	90

Sumber: Hasil Pengolahan Data Primer Tahun 2021

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui lingkar perut ibu kelompok kasus pada hari ke tujuh rata-rata 97,06 cm, nilai minimum 82 cm dan nilai maksimum 120 cm. Lingkar perut ibu kelompok kasus pada hari ke 40 rata-rata 77,69 cm, nilai minimum 62 cm dan nilai maksimum 90 cm.

#### b. Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kontrol

**Tabel 4.2**  
Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021

Lingkar Perut Ibu Nifas Kelompok Kontrol	Rata-rata	Std. Deviasi	Min	Maks
Hari ke Tujuh	93,38	12,236	63	110
Hari ke 40	85,69	11,511	57	102

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui lingkar perut ibu kelompok kontrol pada hari ke tujuh rata-rata 93,38 cm, nilai minimum 63 cm dan nilai maksimum 110 cm. Lingkar perut ibu kelompok kontrol pada hari ke 40 rata-rata 85,69 cm, nilai minimum 57 cm dan nilai maksimum 102 cm

**Tabel 4.3**  
Perbedaan Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kasus dan Kontrol

Lingkar Perut Ibu Nifas	Rata-rata		Selisih rata-rata	Asymp. sig
	Hari Ke-7	Hari Ke-40		
Kelompok Kasus	97,06	77,69	19,37	0,000
Kelompok Kontrol	93,38	85,69	7,69	0,000

Berdasarkan hasil uji beda menggunakan *paired sample t-test* memiliki nilai signifikan 0.000 ( $< 0,05$ ) artinya terdapat perubahan lingkar perut ibu nifas kelompok kasus hari ke tujuh dan hari ke 40 di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021. Sedangkan pada kelompok kontrol hasil uji beda menggunakan *paired sample t-test* memiliki nilai signifikan 0.000 ( $< 0,05$ ) artinya terdapat perubahan lingkar perut ibu nifas kelompok kontrol hari ke tujuh dan hari ke 40 di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021.

**JURNAL KEBIDANAN**

Tabel 4.4

**Pengaruh Penggunaan Bengkung terhadap Lingkar Perut Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten Tahun 2021**

Lingkar Perut Ibu Nifas	Rata-rata		Perbedaan rata-rata	Asymp .sig
	Kasus	Kontrol		
Hari Ke Tujuh	97,06	93,38	3,68	0,353
Hari Ke 40	77,69	85,69	8,00	0,031

Hasil uji *T-Test Independent* lingkar perut ibu nifas hari ke tujuh diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,353 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pada hari ke tujuh tidak ada perbedaan yang signifikan lingkar perut ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten Tahun 2021.

**4. PEMBAHASAN****ANALISIS UNIVARIAT****a. Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kasus**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa lingkar perut ibu kelompok kasus pada hari ke tujuh rata-rata 97,06 cm, nilai minimum 82 cm dan nilai maksimum 120 cm. Lingkar perut ibu kelompok kasus pada hari ke 40 rata-rata 77,69 cm, nilai minimum 62 cm dan nilai maksimum 90 cm.

Sugita & Widiastuti (2016) menjelaskan bahwa bengkung dipakai mulai dari bawah pantat memutar ke sekeliling badan, terus ke atas sampai menutup perut. Hal ini berfungsi untuk menjaga kondisi tubuh supaya perut tetap langsing. Wallis (2020) menyatakan bahwa mengikat perut pasca melahirkan adalah pilihan yang bagus untuk membantu proses penyembuhan, proses tersebut bisa dilakukan dalam rutinitas harian, bahkan saat pulih di rumah sakit atau di rumah. Pemakaian bengkung biasanya dilakukan selama 40 hari pasca bersalin. Melalui pengikatan perut dengan menggunakan bengkung maka dapat membantu menyatukan otot-otot dan mempercepat penutupan renggangan perut. Bila dilakukan dengan benar, pengikatan perut yang diterapkan pada perut dan sekitar pinggul dapat

memberikan dukungan pada dasar panggul ibu. Ini juga menawarkan kompresi/penekanan secara lembut dalam menahan otot dan ligamen dengan aman di tempatnya.

Menurut Rahayu (2018) penggunaan bengkung dilakukan bertujuan agar perut kembali langsing dan kencang, hal ini dipercaya akan mempercepat proses pengeluaran darah nifas dan dapat mengembalikan bentuk tubuh seperti semula. 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*. El-Mekawy, *et al.* (2013) menambahkan bahwa penggunaan bengkung memiliki manfaat untuk mempercepat proses *involsi*, mempercepat penurunan lingkar perut dan mempercepat penurunan *diastasis recti* pada ibu post partum.

Peneliti berasumsi adanya pengecilan lingkar perut pada ibu nifas setelah menggunakan bengkung, hal ini disebabkan oleh adanya dengan pengikatan perut dengan menggunakan bengkung maka dapat menyatukan otot-otot dan mempercepat penutupan renggangan perut. Melalui penggunaan bengkung, maka otot-otot dasar panggul akan berada di tempatnya Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi ibu yang menggunakan bengkung terlihat kulit perutnya menjadi kencang dan terlihat ramping. Mereka menyatakan bahwa dengan memakai bengkung perut terasa disangga sehingga menimbulkan rasa nyaman. Mereka menganggap dengan menggunakan bengkung akan membuat mereka merasa lebih nyaman dan proses involusi akan berjalan lebih cepat.

Berdasarkan hasil observasi rata-rata mereka menggunakan bengkung dilakukan pada siang hari dengan lama pemakaian sekitar 7 jam. Sebelumnya merasa kesulitan pada saat pemakaian bahkan pada saat buang air kecil atau buang air besar karena harus dibiongar pasang, akan tetapi setelah diajarkan cara memakainya mereka dapat dengan menggunakannya, ketika ingin BAK atau BAB ibu tinggal menarik keatas dan setelahnya ibu bisa menurunkannya. Perlu



kiranya budaya menggunakan bengkung ini dipertahankan dan dilestarikan, karena ternyata selain membuat langsing ke perut, juga bisa membuat rasa nyaman penggunaannya dengan alasan karena dapat menangga perut yang sebelumnya terasa menggantung.

**b. Lingkar Perut Ibu Nifas Hari ke Tujuh dan 40 pada Kelompok Kontrol**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa lingkar perut ibu kelompok kontrol pada hari ke tujuh rata-rata 93,38cm, nilai minimum 63 cm dan nilai maksimum 110 cm. Lingkar perut ibu kelompok kontrol pada hari ke 40 rata-rata 85,69 cm, nilai minimum 57 cm dan nilai maksimum 102 cm.

Menurut Marmi (2018), perubahan fisiologi pada masa nifas diantaranya perubahan pada sistim reproduksi diantaranya involusi uterus dan involusi tempat plasenta, perubahan lainnya yaitu perubahan sistim muskuloskeletal. Ligamen-ligamen, diafragma pelvis, serta fascia yang meregang pada waktu persalinan, secara berangsur-angsur menjadi ciut dan pulih kembali sehingga tak jarang uterus jatuh ke belakang dan menjadi retrofleksi karena ligamentum rotundum menjadi kendur. Tidak jarang pula wanita mengeluh kandungannya turun setelah melahirkan karena ligamen, fascia, jaringan penunjang alat genitalia menjadi kendur. Stabilisasi secara sempurna terjadi pada 6-8 minggu setelah persalinan. Memulihkan kembali jaringan-jaringan penunjang alat genitalia, serta otot-otot dinding perut dan dasar panggul, dianjurkan untuk melakukan latihan-latihan tertentu.

Peneliti berasumsi responden yang tidak menggunakan bengkung mengalami pengecilan otot perut. Hal ini menandakan bahwa pengecilan otot perut disebabkan oleh adanya kondisi fisiologis dimana adanya perubahan involusi uterus dan perubahan otot-otot dinding perut dan dasar panggul. Selain adanya involusi tersebut juga disebabkan oleh adanya mobilisasi yang responden lakukan sehingga mempercepat pengecilan dinding perut. Melalui aktivitas yang dilakukan oleh responden maka ibu melakukan pergerakan yang berdampak terhadap lingkar perut.

**ANALISIS BIVARIAT**

**Pengaruh Penggunaan Bengkung terhadap Lingkar Perut Ibu Nifas**

Hasil selisih nilai rata-rata pengukuran hari ke 40 antara kelompok kasus (menggunakan bengkung) dengan kelompok kontrol (tidak menggunakan bengkung) didapatkan bahwa kelompok kasus mengalami penurunan lingkar perut ibu nifas lebih banyak dibandingkan pada kelompok kontrol. Adapun hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji *T test independen* diperoleh adanya perbedaan antara kelompok kasus dengan kelompok kontrol, dapat diketahui bahwa ada pengaruh penggunaan bengkung terhadap lingkar perut ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten Tahun 2021.

El-Mekawy, *et al.* (2013) menyatakan bahwa penggunaan bengkung memiliki manfaat untuk mempercepat proses *involusi*, mempercepat penurunan lingkar perut dan mempercepat penurunan *diastasis recti* pada ibu post partum. Afifah (2018) setelah melahirkan ibu di minta memakai bengkung supaya otot perutnya kembali kencang. Jika penggunaan bengkung di lakukan dengan tepat maka tidak ada resiko yang menyertainya. Menurut Wallis (2020) melalui pengikatan perut dengan menggunakan bengkung maka dapat membantu menyatukan otot-otot dan mempercepat penutupan renggangan perut. Bila dilakukan dengan benar, pengikatan perut yang diterapkan pada perut dan sekitar pinggul dapat memberikan dukungan pada dasar panggul ibu. Ini juga menawarkan kompresi/penekanan secara lembut dalam menahan otot dan ligamen dengan aman di tempatnya. Masyarakat sekitar yang ada di Indonesia sebagian besar mempecahayai penggunaan bengkung setelah melahirkan, dengan harapan agar dapat memulihkan kembali jaringan-jaringan penunjang alat genitalia, serta otot-otot dinding perut dan dasar panggul.

Putriandini (2019) dalam penelitiannya TFU pada ibu yang menggunakan bengkung pada hari pertama (*pretest*) adalah sebesar 14,07, selanjutnya pengukuran pada hari ke 7 (*Posttest*) didapatkan nilai rata-rata (mean) 6,35, dengan demikian didapatkan selisih 7,72, didapat nilai signifikansi sebesar 0,00 (<0,05). Dapat disimpulkan adanya pengaruh penggunaan bengkung terhadap penurunan TFU. Adapun pada kelompok kontrol, hasil pengukuran



## JURNAL KEBIDANAN

sebelum mobilisasi dini sebesar 14,06 untuk post test didapat nilai rata-rata 6,86 dengan demikian didapatkan selisih 7,47, didapat nilai signifikansi sebesar 0,00 ( $<0,05$ ). Dapat disimpulkan adanya pengaruh mobilisasi terhadap penurunan TFU. Selisih TFU hari pertama dan hari ketujuh pada kelompok bengkung sebesar 7,72 dan pada kelompok mobilisasi adalah 7,47 didapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,001, sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara selisih penurunan TFU pada kelompok penggunaan bengkung dengan selisih penurunan TFU pada kelompok mobilisasi dini.

Begitu juga dengan hasil penelitian Nurhayati, *et al.* (2020) dalam penelitiannya dilihat dari lingkaran perut 7 hari melahirkan dan lingkaran perut setelah 40 hari melahirkan. pada hari ke 7 setelah melahirkan didapatkan rata-rata lingkaran perut 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. Selanjutnya pada hari ke 40 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. 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.

Peneliti berasumsi adanya pengaruh penggunaan bengkung terhadap penurunan lingkaran perut ibu nifas, hal ini disebabkan oleh karena meskipun tanpa menggunakan bengkung perut dapat mengecil karena adanya perubahan fisiologis, akan tetapi dengan pengikatan perut dengan menggunakan perut maka dapat mempercepat penutupan renggangan perut sehingga proses pengecilan perut lebih cepat dan lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak menggunakan bengkung. Disamping dapat mengecilkan perut, ternyata dengan menggunakan bengkung dapat menciptakan rasa nyaman karena dengan menggunakan bengkung terasa disangga, disamping itu perut terlihat kencang dan tidak menggeber. Perlu dilestarikan penggunaan bengkung tersebut dengan cara yang benar agar tidak terjadi permasalahan pada saat memakai bengkung tersebut.

## 5. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh penggunaan bengkung terhadap lingkaran perut ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten tahun 2021 maka penulis membuat kesimpulan sebagai berikut: bahwa lingkaran perut ibu nifas pada kelompok kasus hari ke tujuh rata-rata 97,06 dan hari 40 rata-rata 77,69 dengan selisih rata-rata 19,37. Lingkaran perut ibu nifas pada kelompok kontrol hari ke tujuh rata-rata 93,38 dan hari 40 rata-rata 85,69 dengan selisih rata-rata 7,69. Ada pengaruh penggunaan bengkung terhadap lingkaran perut ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggu Banten Tahun 2021 dengan tingkat signifikansi 0,031.

## 6. REFERENSI

- Afifah., (2018), Pengaruh Senam Nifas Terhadap Nyeri Perineum dan Kecemasan Ibu Post Partum di RSIA Pertiwi Makasar, UMI Medical Jurnal, vol 4 no 2. Hal. 3-13
- El-Mekawy, H., Eldeeb, A., Adel F., Elbegawy, (2013), Effect of Abdominal Exercises versus Abdominal Supporting Belt on Post-Partum Abdominal Efficiency and Rectus Separation, International Journal of Medical and Health Sciences.
- Febi, (2017), Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta.
- Hartono, A. (2018). Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit. Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Hartono, A. (2018). Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit. Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- Kemenkes, RI., (2019), Riset Kesehatan Dasar Indonesia Tahun 2018, Balitbang. Kemenkes RI, Jakarta.
- Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan, (2019), Laporan Provinsi Banten Riskesdas 2018, Banten.
- Marmi, (2018), Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas Puerperium Care, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. (2017). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurhayati, Widowati, R., Kurniati, D., (2020), Analisis Penggunaan Bengkung dan Minuman Herbal pada Ibu Post Partum di Desa Rancabango Kecamatan Patokbeusi Subang, Asian Research Midwifery and



## JURNAL KEBIDANAN

- Basic Science Journal, Vol. 1 No. 1, hal 131-140.
- Putriandini, D., (2019), Pengaruh Penggunaan Bengkung pada Penurunan Fundus Uteri pada Ibu Post Partum Multipara di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo, Skripsi, Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Rahayu, D.T., (2018), Pendidikan Komunitas Tentang Pemakaian Bengkung Pada Ibu Nifas Di Desa Keling Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri, Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. Volume 1 Nomor 1 Hal 35-44.
- Rahayu, D.T., (2018), Pendidikan Komunitas Tentang Pemakaian Bengkung Pada Ibu Nifas Di Desa Keling Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri, Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. Volume 1 Nomor 1 Hal 35-44.
- Rahmilasari, G., Tresnaasih, A., Reni., (2020), Keluarga dan Nilai Budaya Masyarakat Sunda pada Perawatan Ibu Nifas dan Bayi Baru Lahir, Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, volume 5 nomor 1, hal. 77-84.
- Sugita., Widiastuti, N.H., (2016). Budaya Jawa Ibu Postpartum di Desa Candirejo Kecamatan Ngawen Kabupaten Klaten, Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional, Vol. 1, No. 1, pp. 88–93
- Sulistiyawati, A., (2018). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas, Perpustakaan Nasional, Yogyakarta.
- Wallis, M., (2020), How Belly Binding Can Help With Recovery After Delivery, article, <https://www.healthline.com/health/postpartum-belly-binding>, diakses tanggal 17 Juli 2021