

**PENINGKATAN KESEHATAN IBU NIFAS MELALUI PENYULUHAN  
JAVANESE TRADISIONAL HEALING PASCA PERSALINAN**

**Yunia Renny Andhikatis<sup>1</sup>, Megayana Yessy Maretta<sup>2</sup>, Eni Rumiati<sup>3</sup>, Arista Apriani<sup>4</sup>**

*<sup>1,2,3</sup>Universitas Kusuma Husada Surakarta; Jl Jaya Wijaya No 11 Banjarasari Surakarta,  
(0271) 857724*

*e-mail: \*rennyandhie@ukh.ac.id*

**ABSTRAK**

*WHO mencatat hampir 800 (99%) wanita meninggal setiap hari akibat komplikasi pada masa kehamilan dan persalinan, kasus tersebut terjadi di negara-negara berkembang. Masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia, menunjukkan bahwa perempuan Indonesia belum sejahtera secara reproduksi. 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. Kebudayaan atau kultur yang ada dalam masyarakat tanpa memandang tingkatannya, dapat membentuk kebiasaan dan respons terhadap kesehatan dan penyakit. Posyandu Tanggul Asri adalah salah satu posyandu di Kelurahan Kadipiro Kota Surakarta yang memiliki 40 KK dengan 10 Ibu Nifas. Studi Pendahuluan yang dilakukan via online dengan kader Posyandu, didapatkan bahwa Ibu Nifas belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang metode tradisional setelah melahirkan.*

**Kata kunci :** Ibu Nifas, Penyuluhan, *Javanese Tradisional Healing*, pasca persalinan

**ABSTRACT**

*WHO noted that nearly 800 (99%) women die every day due to complications during pregnancy and childbirth, these cases occur in developing countries. The high maternal mortality rate (MMR) in Indonesia shows that Indonesian women are not yet reproductively prosperous. The beliefs or customs of the Javanese people about postpartum care are believed to be passed down from generation to generation and are still used in the modern era today. This belief has both positive and negative impacts when viewed from a medical perspective. Culture or culture that exists in society, regardless of level, can form habits and responses to health and disease. Tanggul Asri Posyandu is one of the posyandu in Kadipiro Village, Surakarta City which has 40 families with 10 postpartum mothers. Preliminary study conducted online with Posyandu cadres, it was found that postpartum mothers had never received health education about traditional methods after giving birth.*

**Keywords:** *Postpartum, Healing, Traditional, Javanese Healing.*

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi perempuan akan berpengaruh terhadap siklus hidupnya, baik kehamilan, persalinan dan nifas, oleh karena itu diperlukan kepedulian serta kemauan untuk tetap sehat dan sejahtera. Dunia mencatat sebanyak 295.000 perempuan meninggal selama dan setelah kehamilan serta persalinan pada tahun 2017. Sedangkan menurut Profil Kesehatan Indonesia (2019), (Prabhakara, 2010) mencatat Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2019 masih tetap tinggi, yakni 305 per 100.000 kelahiran hidup. Artinya tidak mencapai target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yakni kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Tahun 2013, WHO mencatat hampir 800 (99%) wanita meninggal setiap hari akibat komplikasi pada masa kehamilan dan persalinan, kasus tersebut terjadi di negara-negara berkembang (WHO, 2014).

Masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia, menunjukkan bahwa perempuan Indonesia belum sejahtera secara reproduksi. 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 hidup (SDKI, 2013). Kenyataannya, hasil survey SDKI tahun 2012 menunjukkan jumlah AKI meningkat menjadi 359/ 100.000 kelahiran hidup. Masih sangat jauh dari target SDGs yaitu 70/100.000 kelahiran hidup (Depkes.go.id, n.d.).

AKI tersebut merupakan akumulasi dari masa kehamilan sampai dengan nifas. Kepercayaan dan keyakinan budaya terhadap perawatan ibu post partum, masih banyak di jumpai di lingkungan masyarakat. Mereka meyakini budaya perawatan ibu setelah melahirkan 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 (Bhvaneswari, 2013).

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. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Manurung (2010) dalam (Sianturi, 2021), mengenai 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).

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 saja (Iqbal Mubarak, 2012). Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti secara random melalui proses wawancara terhadap 6 orang perempuan yang mengalami nifas tanpa perawatan sesuai adat Jawa (seperti : bekung, pilis, pijat nifas dan jamu 40 hari) keseluruhan dari mereka menyampaikan bahwa terdapat keluhan selama masa nifasnya, ada yang berlangsung hingga 6 bulan pasca persalinan. Keluhan yang dirasakan seperti kesemutan pada tangan dan kaki, bengkak kaki dan pegal – pegal seluruh tubuh.

Posyandu Tanggul Asri adalah salah satu posyandu di Kelurahan Kadipiro Kota Surakarta yang memiliki 40 KK dengan 10 Ibu Nifas. Studi Pendahuluan yang dilakukan via online dengan kader

Posyandu, didapatkan bahwa Ibu Nifas belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang *Javanese Traditional Healing*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Prodi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas Melalui Penyuluhan *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan Di Posyandu Tanggul Asri Kelurahan Kadipiro. Dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2020 jam 09.30 – 11.30 WIB. bekerjasama dengan bidan desa dan kader untuk mendapatkan hasil terbaik.

Kegiatan dilakukan dengan melakukan penyuluhan pada ibu – ibu tentang *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan. Ibu – ibu tampak menyimak dengan seksama dan kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Beberapa pertanyaan diutarakan oleh kader, pertanyaan tersebut seputar macam – macam *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan yang dapat digunakan. Pertanyaan – pertanyaan terjawab dan ibu – ibu merasa cukup dengan jawaban yang diberikan.

Kegiatan penyuluhan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, seperti halnya yang dilakukan penyuluh dalam memberikan pengetahuan seputar *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan. Ibu – ibu yang datang dalam penyuluhan mengerti tentang macam – macam *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan dari apa yang disampaikan penyuluh. Banyak dari ibu – ibu tersebut tidak menyadari bahwa telah menggunakan *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan pada masa nifasnya, seperti penggunaan stagen/ bengkung, meminum jamu pasca salin dan atau melakukan pijat masa nifas. Seperti yang disampaikan oleh (Bloom, Benjamin S., 1956), bahwa pengetahuan atau kognitif merupakan cakupan ketrampilan untuk mengingat kembali faktor-faktor yang pernah dipelajari. Tingkatan dalam pengetahuan ini akan memberi gambaran sejauh mana tingkat pengetahuan masyarakat tersebut. Ini berarti semakin tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh masyarakat akan semakin mudah dalam menyelesaikan suatu masalah yang ada di sekitarnya. Setelah dilakukan penyuluhan, ibu – ibu menjadi lebih paham apa saja manfaat

dari penggunaan *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan, salah satunya membuat tubuh menjadi lebih buger dan ASI semakin lancar.

Masyarakat yang tahu dan mengerti serta mempunyai pengetahuan yang baik akan mempunyai sikap yang baik dalam menjaga kesehatannya. Masyarakat dengan sikap dan pengetahuan yang baik akan melaksanakan pencegahan penyakit dengan sepenuh hati dan tanpa adanya unsur paksaan dari pihak lain. Setelah memahami manfaatnya, masyarakat akan semakin terbuka dengan informasi yang ada terkait *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan. Dapat dikatakan jika sebelum adanya penelitian, *Javanese Tradisional Healing* Pasca Persalinan hanya dijadikan semacam resep turun temurun dari nenek moyang dan dibiasakan sampai masa kini. Namun pada kenyataannya, apa yang pernah digunakan di masa lalu dapat bermanfaat juga di masa kini, tentunya dengan penanganan yang telah dimodernisasi.

Praktik pemulihan pasca persalinan secara tradisional tidak hanya terjadi di masyarakat Jawa, namun berbagai daerah bahkan negara lainnya. Seperti yang diungkapkan dalam sistematik review

yang dilakukan oleh Cindy Lee-Dennis, dkk dengan judul *Traditional Postpartum Practices and Rituals: A Qualitative Systematic Review*, yang dipublikasikan ditahun 2017 menyebutkan bahwa mereka menggambarkan praktik pasca persalinan tradisional dari 51 studi di lebih dari 20 negara yang berbeda dengan hasil dirangkum dalam kelompok tematik dari praktik tradisional pascapersalinan yang ditemukan di berbagai budaya, yaitu dukungan terorganisir, periode istirahat, diet, praktik kebersihan, perawatan bayi, menyusui, dan ritual pascapersalinan lainnya. Mereka menyebutkan bahwa Thailand, Vietnam, Kamboja, Meksiko, Guatemala dan di antara suku Hmong memiliki ritual mengikat perut seperti stagen/ bengkung di Jawa. Sedangkan di India menggunakan pijat minyak dipercaya dapat meningkatkan kekuatan dan menjaga kesehatan secara umum, sementara orang Hawaii menggunakan pijat lomilomi untuk menghilangkan ketegangan, kecemasan emosional dan pikiran serta perasaan negative (Dennis et al., 2007).

Penggunaan pemulihan tradisional pasca persalinan menjadikan alternatif pemulihan yang dapat digunakan dalam masa nifas seorang ibu. Hal tersebut tentunya harus berdasarkan pada kondisi

dari setiap ibu, karena tidak semua ibu nifas dapat menggunakan pemulihan dengan cara tradisional.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Pengetahuan yang baik akan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan pada dirinya. Kegiatan penyuluhan Upaya Peningkatan kesehatan ibu nifas melalui *Javanese traditional healing* pasca persalinan mendapatkan antusias yang baik dari ibu peserta penyuluhan dengan adanya peningkatan pengetahuan yang dibarengi dengan tindakan dan keinginan melakukan upaya pemulihan pada masa nifasnya dengan menggunakan *Javanese traditional healing* seperti pijat masa nifas, meminum jamu nifas dan penggunaan bengkung/ stagen.

### Saran

Harapannya tim kesehatan lebih inovatif dalam memberikan penyuluhan - penyuluhan kesehatan, sebagai salah satu bentuk upaya preventif dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan untuk Diharapkan setelah diadakannya penyuluhan tentang *Javanese traditional healing*, ibu memiliki alternatif pemulihan pasca

persalinan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada seluruh jajaran Pimpinan Universitas Kusuma Husada Surakarta yang telah mendukung kegiatan baik secara moral maupun material. Ucapan Terimakaish juga kami sampaikan kepada Kepala Puskesmas Gambirsari Surakarata, Kepala Desa Kadipiro, Bidan Desa Kadipiro, Kader Posyandu Tanggul Asri dan seluruh Ibu Nifas Posyandu Tanggul Asri yang telah berpartisipasi dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bloom, Benjamin S., E. (1956). Taxonomy of Educational Objectives : The Classification of Educational Goals, Handbook I Cognitive Domain. In *Taxonomy of Educational Objectives : The Classification of Educational Goals, Handbook I Cognitive Domain*. Longmans, Green and Co.
- Dennis, C. L., Fung, K., Grigoriadis, S., Robinson, G. E., Romans, S., & Ross, L. (2007). Traditional postpartum practices and rituals: A qualitative systematic review. *Women's Health*, 3(4), 487–502.

<https://doi.org/10.2217/17455057.3.4.487>

Depkes.go.id. (n.d).

<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdati>.

Iqbal Mubarak, W. (2012). Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan. In *Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan*. Salemba Medika.

Prabhakara, G. (2010). Health Statistics (Health Information System). In *Short Textbook of Preventive and Social Medicine*.

[https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)

SDKI. (2013). Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia. *Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia*.

<https://doi.org/0910383107>

[pii]r10.1073/pnas.0910383107

Sianturi, D. (2021). UNIVERSITAS SUMATERA UTARA Poliklinik UNIVERSITAS SUMATERA UTARA. *Jurnal Pembangunan Wilayah & Kota*, 1(3), 82–91.

WHO. (2014). *komplikasi pada masa kehamilan dan persalinan*.