

Perilaku Kesehatan Ibu Nifas dalam Perspektif Budaya Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman

Rika Arnanda¹ (koresponden), Reni Agustina Harahap¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Alamat korespondensi:

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara; rikaarnanda5551@gmail.com

ABSTRAK

Perawatan masa nifas dalam perspektif budaya Jawa dikenal dengan sebutan *Selapan* yang dilakukan selama 35-40 hari setelah melahirkan. Sebagian besar persalinan memiliki kemungkinan sekitar 15-20% akan mengalami gangguan atau komplikasi. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui praktik budaya yang dilakukan masyarakat Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan dalam upaya menjaga kesehatan ibu nifas. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam dan diuji dengan triangulasi untuk pengecekan data. Informan penelitian ini adalah 5 ibu nifas, 3 dukun beranak, 2 bidan, dan 1 tokoh masyarakat. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2020 sampai dengan Agustus 2021. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan masih melakukan praktik budaya dalam perawatan ibu nifas, dikenal berbagai istilah seperti pilis, parem, pijet, stagenan, gurita, duduk senden, meminum jamu, walikdadah, pantang makan, dan berbagai ritual yang dipercaya akan melindungi bayi dan ibu nifas. Budaya tersebut memiliki berbagai dampak yaitu dampak positif seperti merelaksasi atau menghangatkan tubuh, dan melancarkan peredaran darah ibu pasca persalinan. Dampak negatif pada praktik stagenan, walikdadah, dan gurita menyebabkan pendarahan, kontraksi rahim dan ketidaknyamanan pada ibu nifas. Sehingga masyarakat perlu memilih budaya yang boleh dilakukan dan tidak perlu dilakukan. Disarankan pada masyarakat untuk melakukan alternatif pemeliharaan kesehatan yang dianjurkan oleh medis seperti senam nifas sebagai pengganti stagenan/gurita dan lain sebagainya dan untuk tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat tentang pemeliharaan kesehatan ibu nifas.

Kata kunci : Masa nifas, budaya Jawa, praktik budaya dalam kesehatan

PENDAHULUAN

Perilaku pemeliharaan kesehatan merupakan tindakan seseorang dengan tujuan melakukan pemeliharaan dan menjaga kesehatan agar tidak sakit dan menjadi usaha penyembuhan jika mengalami sakit. Perilaku ini terdiri dari perilaku pencegahan penyakit dan perilaku peningkatan kesehatan dan penyembuhan akibat kesakitan/penyakit hal ini berupa kejadian yang dinamis dan relatif. ⁽¹⁾

Wahyuningsih (2018) mengatakan masa nifas merupakan keadaan setelah persalinan dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil, masa ini berlangsung selama enam minggu atau empat puluh hari. ⁽²⁾

Dalam panduan pelayanan pasca persalinan (Kemenkes RI,2019) menyebutkan sebagian persalinan dan masa nifas yang normal diperkirakan 15-20 % mengalami gangguan atau komplikasi. Gangguan atau komplikasi tersebut biasanya tidak dapat diperkirakan sebelumnya. Tenaga kesehatan, ibu hamil, keluarga dan masyarakat perlu mengetahui dan mengenali tanda bahaya untuk menghindari masalah tersebut. Adapun tanda bahaya pada masa nifas seperti mengalami perdarahan dalam 42 hari setelah melahirkan yang berlangsung secara terus menerus yang disertai bau tak sedap dan demam hal ini menunjukkan adanya infeksi, bengkak di wajah, tangan dan kaki, atau sakit kepala dan kejang-kejang, payudara bengkak, merah disertai rasa sakit dan juga gangguan psikologis. ⁽³⁾ Budaya memiliki arti sebagai istilah yang datang dari disiplin antropologi sosial (pikiran, adat istiadat, sesuatu yang sudah berkembang, dan sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan yang sulit diubah. Budaya tumbuh menjadi persepsi, mengidentifikasi sesuatu yang dilihat, mengarahkan fokus dan menghindari dari yang lain atau suatu peristiwa. ⁽⁴⁾

Budaya dalam Islam dijelaskan pada pembahasan ‘urf yaitu istilah Islam yang dimaknai sebagai adat kebiasaan. Seperti yang didapatkan dalam kaidah ushul fiqh; Ibnu Taimiyah berkata:

وَالْأَصْلُ فِي الْعِبَادَاتِ لَا يُحْظَرُ مِنْهَا إِلَّا مَا حَظَرَهُ اللَّهُ

“Hukum asal adat atau kebiasaan dari suatu masyarakat, tidaklah masalah selama tidak ada hal yang dilarang oleh Allah di dalamnya” (Majmu’atul Fatawa, 4;196). ⁽⁵⁾

Merujuk pada isi kaidah tersebut dapat disimpulkan bahwa umat Islam boleh-boleh saja mengikuti atau melakukan suatu budaya, selama budaya tersebut tidak bertentangan dengan ketentuan dan syariat islam. Budaya-

budaya masih banyak dipercaya dan diyakini masyarakat di Indonesia begitupun masyarakat yang bersuku Jawa termasuk pada masyarakat Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan, Kecamatan Air Joman.

Pada data (Badan statistik, 2020) didapatkan jumlah penduduk sebanyak 56.026 jiwa di Kecamatan Air joman, dan sebanyak 14.924 jiwa penduduk di Kelurahan Binjai Serbangan. Berdasarkan suku di kelurahan Binjai Serbangan yaitu sebanyak 11.652 jiwa penduduk yang bersuku Jawa, sedangkan penduduk dengan suku Batak sebanyak 3.050, dan Suku Melayu sebanyak 222. Hal ini menunjukkan bahwa suku Jawa adalah suku dominan pada kelurahan Binjai Serbangan.⁽⁶⁾

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku pemeliharaan kesehatan ibu nifas dalam perspektif budaya Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif pendekatan fenomenologi dengan pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan wawancara mendalam (*indepth interview*) yang melibatkan sumber tertentu untuk memberikan informasi yang lengkap dan melakukan triangulasi untuk pengecekan data tersebut. Informan penelitian ini terdiri dari 11 informan yaitu 5 ibu nifas, 3 dukun beranak, 2 bidan, dan 1 tokoh masyarakat dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Binjai Serbangan, Kecamatan Air Joman, Kabupaten Asahan pada bulan Desember 2020- Agustus 2021.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik informan

No	Inisial	Usia	Status	Pekerjaan	Agama	Bahasa
1	AA (Ibu Nifas 1)	19	Kawin	Ibu rumah tangga	Islam	Indonesia
2	SW (Ibu Nifas 2)	30	Kawin	Ibu rumah tangga	Islam	Indonesia & Jawa
3	DP (Ibu Nifas 3)	21	Kawin	Pedagang	Islam	Indonesia & Jawa
4	AS (Ibu Nifas 4)	35	Kawin	Pedagang	Islam	Indonesia & Jawa
5	S (Ibu Nifas5)	29	Kawin	Ibu rumah tangga	Islam	Indonesia
6	MS (Dukun Beranak1)	60	Kawin	Dukun Beranak	Islam	Indonesia & Jawa
7	ST (Dukun Beranak 2)	66	Kawin	Dukun Beranak	Islam	Indonesia & Jawa
8	MY (Dukun Beranak 3)	76	Kawin	Dukun Beranak	Islam	Indonesia & Jawa
9	FR (Bidan 1)	33	Kawin	Bidan	Islam	Indonesia
10	NN (Bidan 2)	31	Kawin	Bidan	Islam	Indonesia
11	WG (Tokoh Masyarakat)	52	Kawin	Kepling	Islam	Indonesia & Jawa

Praktik Pemeliharaan Kesehatan Ibu Nifas dalam Budaya Jawa

Tabel 2. Praktik pemeliharaan kesehatan ibu nifas dalam budaya Jawa

No	Informan	Pernyataan
1	SW (Ibu Nifas)	Kusuk perutnya 3 kalinyaaa, sama dukunnya. Kalau kita engga hecing 3 hari udah bisa kusuk perut. Kalau dihecing suka 6 hari. Pilis parem sampai 44 hari atau selapan, kalau pakai stagen, pilis, parem. Ya pakailah siap mandi. Sehari 2 kali. Dibuak sendiri kalau jamu, paremnya beli, kalau stgen pakai sendiri, kainnya diikat ke jendela dan makai sendiri muter-muter.
2	S (Ibu Nifas)	Sebenarnya ya banyak, yaa kayak kusuk itu harus sampai 3 kali, abis itu nanti walikdadah pas selapanan, terus ada nanti apayah. Inilah pakai pilis, parem, minum jamu, itu yang selaku dipakai selama 40 hari.
3	MY (dukun Beranak)	<i>Akeh sing digunakke, apameneh jamu, yen wong jowo iku wejahan, wejahan iku enek kunyit, asem, jahe, gula abang kanggo wong sing nglair'ke. abis iku pilis..... .. Stagen..... Walikdadah...</i> Artinya : Banyak yang dipakai, terutama jamu. Kalau orang jawa itu Wejahan . wejahan itu kunyit, asam jawa jahe, gula merah untuk orang melahirkan abis itu pilis..... stagen..... walikdadah
4	WG (tokoh masyarakat)	Dilakukan banyak hal, kayak pemakaian ramuan-ramuan atau jamu dan juga obat-obatan tradisonal. Ada juga namanya duduk senden, stagenan, dan guritaan. Itu semua dipercaya untuk menjaga kesehatan ibu dan anaknya setelah melahirkan dan agar keadaan ibunya cepat pulih.

Berdasarkan hasil wawancara diatas didapatkan bahwa budaya-budaya Jawa dalam pemeliharaan kesehatan tersebut masih dilakukan oleh semua informan ibu nifas. Pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa budaya yang dilakukan ibu nifas seperti; pemakaian pilis, parem, minum jamu, stagenan, gurita, walikdadah, duduk senden, pijet dan budaya duduk. Tokoh masyarakat mengatakan bahwa budaya tersebut dilakukan berdasarkan kepercayaan masyarakat Jawa yang menyakini bahwa keadaan ibu nifas akan cepat pulih dan sehat setelah melakukan budaya-budaya tersebut.

Larangan Ibu Nifas dalam Budaya Jawa

Berdasarkan hasil wawancara tersebut didapatkan bahwa semua informan ibu nifas masih melakukan budaya pantang makan dengan berbagai jenis makanan. Seperti buah-buahan, ikan, makanan pedas, dan juga

makanan dengan bahan ketan atau pulut. 3 ibu nifas tidak memberikan alasan mengapa ibu nifas tidak boleh memakan beberapa jenis makanan tersebut. Dan 2 ibu nifas lainnya memberikan alasan singkat pantangan makanan itu dilakukan agar jahitan cepat kering dan sembuh, makanan pedas dilarang agar tidak mengalami masalah perut seperti diare pada ibu nifas dan bayinya. Sedangkan FR (Bidan) mengatakan dalam pandangan medis pantangan makanan tidak dianjurkan karena akan mengganggu kebutuhan gizi ibu nifas

Tabel 3. Larangan ibu nifas dalam budaya Jawa

No	Informan	Pernyataan
1	AS (Ibu Nifas)	Pantangan makan engga boleh makan ikan, buah nanas, yaa yang gitu-gitulah.
2	DP (Ibu Nifas)	Kalau pantangan banyaklah, aku Cuma dikasih makan tahu sama tempe aja, kalau ikan ya jangan dulu lah
3	S (Ibu Nifas)	Engga boleh makan ikan-ikan, labu, makanan pedas biar ngga sakit perut bayinya juga, beberapa jenis buah yang banyak air juga ga boleh, dodol atau pulut juga jangan dulu katanya.
4	ST (dukun beranak)	Kalau pantangan makan pedas jangan dulu, karena peranakan masih luka. Kayak belacan dan yang gatal enggak boleh, nenas, semangka, pepaya karena banyak airnya itu bukan hanya setelah melahirkan tadi sebelum melahirkan
5	FR (Bidan1)	Kalau pantang makan sebenarnya dalam medis itu engga ada larangan untuk makan apa gitu untuk ibu menyusui semua, kalau bisa pun harus banyak makan nasi, sayur lebih baik makan sayuran biar banyak gizinya,

Manfaat Praktik Budaya Jawa pada Ibu Nifas

Tabel 4. Manfaat praktik budaya Jawa pada ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1	AA (Ibu Nifas)	Jamu supaya darah itu lancar, udah (diam sejenak) jahe juga untuk memanaskan badan dan menghangatkan dan melancarkan air susu bedak-bedak itu katanya supaya badannya engga longgar, kalau bengkung supaya perutnya engga melar, pilis buat biar darah putihnya engga naik kemata, parem biar badan engga longgar
2	WS (Dukun Beranak)	Ngge melemaske urat-urat iki, sak uwes mbayi ikukan urate kita gedi-gedi. Jadi kalau pakai parem iku rasane enak lancar peredaran daran, kalok pilis men urat moto ambe darah puteh ngga munggah nang dukur, kalau stagen iku guno we men engga melar wetengge, men engga masuk angina. Artinya: Untuk melemaskan otot-ototnya ini kita lepas melahirkan itukan urat kita besar-besar. Jadi kalau pakai parem itu rasanya enak lancar peredaran darahnya, kalau pilis, biar untuk mata, biar darah putih tidak naik keatas kalau stagen itu gunanya biar nggak melar perutnya, biar engga masuk angina.
3	FR (Bidan)	Kalau pantang makan sebenarnya dalam medis itu engga ada larangan untuk makan apa gitu untuk ibu menyusui semua, kalau bisa pun harus banyak makan nasi, sayur lebih baik makan sayuran biar banyak gizinya,

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa beberapa budaya dipercayai memiliki manfaat bagi kesehatan ibu nifas. Hal tersebut juga dibenarkan oleh informan yang berprofesi sebagai .bidan. Semua ibu nifas juga diketahui memiliki kepercayaan yang sama mengenai manfaat-manfaat tersebut.

Dampak Praktik Budaya Jawa pada Ibu Nifas

Tabel 5. Dampak praktik budaya Jawa pada ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1	DP (Ibu Nifas)	Kalau gurita itu buat gatal karena ada jeruk nipis sama kapunya,
2	SW (Ibu Nifas)	Tidak ada, paling pertama pakai sesak itu stagen
3	AS (Ibu Nifas)	Sesak aja kalau pakai stagen, sama gatal-gatal.
4	FR (Bidan)	Kalau bengkung itu engga saya anjurkan, bahkan dalam medis. Kalau gurita boleh tetapi tidak boleh terlalu ketat kali, karena bisa mengganggu kontraksi Rahim, pemakaian sejenis seperti walikdadah, stagen juga memungkinkan terjadinya perdarahan, pernah kejadian pendarahan pada pasien ada sekitar 2 orang yang melaporkan..... kalau misalnya Rahim itu di pijet sana pijet sini takutnya pembuluh darahnya itu kan bisa pecah jadinya pendarahan

Berdasarkan hasil wawancara dididapatkan 3 dari informan ibu nifas yang mengalami dampak negatif dari praktik-praktik budaya tersebut. Seperti mengalami gatal- gatal, sesak, dan berbagai rasa tidak aman. Informan bidan juga mengatakan bahwa pernah menemukan ibu nifas mengalami pendarahan karena pemakaian stagen ataupun gurita. Ada beberapa gejala lainnya yang dirasakan beberapa ibu nifas yang memiliki respon tubuh yang kurang baik atau alergi pada gurita/ bengkung yang sebelum pemakaiannya dioleskan air perasan jeruk nipis dan kapur.

Faktor Masyarakat Melakukan Budaya Jawa pada Ibu Nifas

Tabel 6. Faktor masyarakat melakukan budaya Jawa pada ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1	AA (Ibu Nifas)	Itu karena udah jadi kebiasaan, seluruh keluarga menggunakan budaya ini.
2	S (Ibu Nifas)	Ini ya karena disuruh mamak,
3	MY (Dukun Beranak)	Are di kongkon pun yo nek wonge ora gelem yo balek nek ke wonge Artinya : "itu kembali ke orangnya, karena itu dia juga yang merasakan"

Berdasarkan pernyataan informan di atas didapatkan bahwa faktor yang menyebabkan ibu nifas tetap melakukan budaya-budaya Jawa dalam pemeliharaan kesehatan adalah faktor budaya, kebiasaan dan keluarga maupun lingkungan yang memberikan saran untuk melakukan semua rangkaian budaya Jawa tersebut.

Peran Bidan dalam Memelihara Kesehatan Ibu Nifas

Tabel 7. Peran Bidan dalam Memelihara Kesehatan Ibu Nifas

No	Informan	Pernyataan
1	SW (Ibu Nifas)	Kalau bidan itu rutin datang 7 hari setelah melahirkan, karena memandikan bayinya bidannya. Keadaan saya juga selalu dikontrol dan ibu Bidan juga sering memberikan saran-saran dan larangan saat nifas, kalau tiba-tiba ada kejadian apa gitu. Saya ya akan nelpn Bidannya biar datang kesini.
2	DP (Ibu Nifas)	Ya, sama bidan tetap control karena yang mandikan bayi di awal-awal juga bidannya.
3	AA (Ibu Nifas)	Ya, tetap control sampai habis masa nifas
4	NN (Bidan)	Masyarakat masih rutin kalau 0-28 hari tetap bidan yang kontrol, jadi kalau bayi itu masih bidan yang mandikan selama 7 hari, kalau misalnya nanti apa kan ditelpon ada engga keluhannya sama ini. Jadi kalau ada keluhan tetap datang karena itu masih tanggung jawab bidanya selama 28 hari itu

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa Bidan memiliki peran untuk terus mengontrol perkembangan ibu nifas dan bayinya dan juga perlu memberikan edukasi-edukasi terkait perilaku ibu baik itu berdasarkan perspektif budaya maupun medis. Hal ini seperti yang dikatakan informan lain yaitu ibu nifas semuanya mengatakan Bidan memiliki peran dan tanggung jawab terhadap kesehatan ibu.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara hasil yang didapatkan bahwa terdapat berbagai budaya Jawa yang dianjurkan pada ibu nifas yaitu praktik pemakaian pilis, minum jamu, parem, stagen, gurita, duduk senden, walikdadah, pantangan maupun larangan, dan ritual-ritual lain yang dipercaya dapat memberikan manfaat bagi kesehatan ibu nifas.

Pada penelitian yang dilakukan Sugita (2016), didapatkan praktik budaya Jawa pada ibu nifas di Desa Candirejo adalah penggunaan pilis, memakai parem, meminum jamu, melakukan pijet, stagenan, guritaan, kempitan, walik dadah, duduk senden, pantang makan dan budaya duduk.⁽⁷⁾ Hasil penelitian Mariyati (2018), menunjukkan bahwa perawatan yang dilakukan ibu nifas berdasarkan budaya adalah mengkonsumsi atau menggunakan ramuan yang dibuat dari bahan-bahan yang didapat dari tumbuhan khusus (jamu, parem, pilis).⁽⁸⁾ Melakukan terapi pijat merupakan salah satu perawatan diri yang dilakukan ibu postpartum. perawatan Praktik tersebut memiliki beberapa manfaat bagi kesehatan ibu nifas seperti penggunaan pilis. Pilis merupakan ramuan yang terbuat dari bahan alami seperti kunyit dan kapur tetapi ada juga yang menambahkan kencur. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa masyarakat mempercayai bahwa pilis memiliki manfaat agar darah putih tidak naik keatas dan agar penglihatan tidak kabur. Informan penelitian mengungkapkan bahwa pilis ditempelkan pada kening mulai dari 0-40 hari setelah melahirkan. Menurut informan yang berprofesi sebagai Bidan mengemukakan bahwa pilis masih dikategorikan aman karena bahan yang digunakan adalah bahan alami.

Beberapa bahan yang digunakan memiliki berbagai manfaat bagi tubuh seperti pada penelitian yang disebutkan Sari & Maulidya (2016), bahwa minyak asiri dan kurkumin pada jahe yang terbukti bersifat antioksidatif alami yang dapat menangkal radikal bebas dalam tubuh. Kurkuminoid tersebut mempunyai kandungan yang berfungsi sebagai antibakteri, analgenik, antidiare, antitumor, dan antipiretik.⁽⁹⁾ Sama dengan pilis meminum jamu dianjurkan saat 0-40 hari pasca-persalinan, masyarakat Kelurahan Binjai Serbangan menyebutnya dengan sebutan *wejahan*. *Wejahan* terdiri dari beberapa bahan, berdasarkan hasil wawancara informan mengatakan bahan yang digunakan untuk *wejahan* adalah kunyit, asam jawa, jahe, gula merah, ketumbar, dan gula putih. *Wejahan* atau jamu dipercaya dapat membuat darah kotor tidak beku atau memperlancar aliran darah dan agar air susu ibu lancar. Ramuan herbal yang dianjurkan berikutnya adalah parem. Parem terbuat dari campuran jahe, kencur, sereh atau beberapa bahan lainnya. Hal ini sesuai dengan penelitian Pratiwi (2018) menyebutkan bahwa dalam pandangan medis jamu mejadi sesuatu yang tidak memberikan dampak buruk atau bahaya untuk kesehatan ibu nifas. Hal ini dikarenakan bahan yang dipakai pada pembuatannya mengandung beberapa senyawa yang dipercaya mampu mendukung pemulihan kesehatan ibu seperti dari kencur dan temu giring.⁽¹⁰⁾

Penggunaan tanaman sebagai oabat- obatan ataupun alat bertahan hidup juga telah dijelaskan dalam Firman Allah pada QS. Asy-Syuara ayat 7 :

وَلَمْ يَرَوْا إِلَى اللَّهِ كَيْفَ أُنزِلَتْ سَوَابِقُ الذُّرِّ الَّذِي خَلَقْنَا مِنْهَا مِنْ كُلِّ رَوْحٍ كَرِيمٍ

Artinya : “ Dan apakah mereka tidak memperhatikan bumi, betapa banyak Kami tumbuhkan di bumi itu berbagai macam pasangan (tumbuh-tumbuhan) yang baik?”⁽¹¹⁾

Allah SWT telah menciptakan berbagai macam tumbuhan dengan tujuan yang sangat berguna dan sebagian tumbuhan itu pasti ada kelebihan serta manfaatnya. Dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari dalam berbagai bidang, misal seperti kesehatan, kecantikan dan lain-lain.

Dapat disimpulkan bahwa bahan- bahan pilis,wejahan atau jamu, dan parem tidak mengandung bahaya untuk ibu nifas dan memiliki beberapa manfaat jika digunakan sesuai kebutuhan dan reaksi tubuh ibu nifas. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan semua ibu nifas akan melakukan pijet. Pijet menurut dukun beranak memiliki beberapa tahap dan bukan hanya dilakukan sekali saja. Biasanya pijet dilakukan 3 kali setelah

melahirkan, dilakukan sejak hari pertama, dan pada hari-hari tertentu. Lalu ketika masa selepas selesai maka ibu nifas akan melakukan pijet khusus yang disebut walikdadah. Walikdadah merupakan pengurutan/pijet yang dilakukan saat ibu memasuki hari ke 35-40 hari atau setelah masa nifas selesai. Pada hari inilah disebut *Selapan* yaitu hari terakhir ibu mengalami masa nifas dilakukan pengurutan terakhir yang biasanya dibagian perut atau masyarakat menyebutkan dibagian peranakan yang tujuannya mengembalikan posisi rahim pada posisi semula sebelum melahirkan dan jika tidak melakukan walikdadah, akan mengakibatkan perutnya menjadi besar dan bergelambir.

Pada penelitian Kusumastuti, (2016) didapatkan perawatan pijet dilakukan masyarakat berdasarkan faktor pemahaman yang salah terhadap pengembalian kesehatan ibu nifas.⁽¹²⁾ Pada penelitian Syaflindawati (2017) menyebutkan bahwa hal yang dapat dianjurkan sebagai pengganti budaya tersebut adalah melakukan senam nifas yang dapat mengembalikan keadaan normal ibu. Senam nifas merupakan bentuk ambulasi dini pada ibu-ibu nifas yang salah satu tujuannya untuk memperlancar proses involusi, sedangkan ketidaklancaran proses involusi berakibat buruk pada ibu nifas seperti terjadi perdarahan yang bersifat lanjut dan kelancaran proses involusi.⁽¹³⁾

Praktik budaya yang didapatkan pada penelitian adalah pemakaian stagen atau sering disebut bekung dan gurita didapatkan bahwa semua ibu nifas masih menerapkan budaya ini. stagen adalah salah satu ajuran perilaku pada budaya Jawa sebagai perawatan ibu nifas yaitu dengan menggunakan kain putih panjang yang berukuran 10-15 meter. Berdasarkan hasil wawancara dukun beranak mengatakan bahwa kain yang digunakan berasal dari karung gandum yang saat ini sudah jarang ditemukan. Kemudian kain tersebut digunting selebar 15-20 cm lalu setiap bagiannya disambung dengan proses dijahit sehingga panjangnya cukup dijadikan stagen. Stagen atau bekung dipercaya dapat mengecilkan perut, melangsingkan badan, dan agar ibu nifas tidak masuk angin. Namun pemakaian satgen atau bekung tidak dianjurkan dari segi medis. Gurita menjadi pengganti penggunaan stagen bagi beberapa ibu yang tidak menggunakannya. Gurita hampir sama dengan stagen yaitu perawatan yang menggunakan kain yang dilitkan pada tubuh hanya saja ukurannya lebih pendek dan memiliki tali-tali yang diikatkan satu persatu pada saat proses penggunaannya. Sebelum menggunakan gurita perut ibu nifas biasanya akan diloleskan air jeruk nipis yang dicampur dengan kapur.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Puspadewi & Casanah (2014) didapatkan bahwa pemberian olesan air jeruk nipis dengan cara teratur bisa mengurangi striae gravidarum pada ibu pascapersalinan dan dari hasil analisa didapatkan adanya efektifitas pemberian olesan air jeruk nipis terhadap pengembalian dan kelangsingan perut ibu setelah melahirkan.⁽¹⁴⁾

Dapat disimpulkan bahwa walikdadah, pemakaian stagen, dan gurita dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan maupun kenyamanan ibu nifas. Sehingga hal tersebut tidak dianjurkan untuk dilakukan. Jika ibu nifas merasa takut dan merasakan mudharatnya maka hal seperti ini harus ditinggalkan. Namun jika keadaan ibu nifas setelah melakukan praktik budaya tersebut tidak mengalami gejala yang buruk maka hal tersebut boleh dilakukan dengan terus memperhatikan perkembangan dari kondisi ibu nifas.

Seorang ibu nifas dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang dapat mendukung kelancaran air susu ibu, agar kebutuhan ASI untuk bayi tetap tercukupi, dan untuk tujuan ini ibu nifas juga dilarang memakan beberapa jenis bahan makanan karena dianggap tidak baik atau akan menimbulkan dampak buruk bagi ibu nifas atau bayinya. Bahan makanan yang paling populer menjadi pantangan adalah segala jenis ikan, bahan makanan pulut seperti dodol, labu, terasi, buah-buahan seperti nanas, semangka dan buah-buahan yang banyak mengandung air, dan juga makanan pedas. Hasil penelitian Apriliani (2015) menunjukkan bahwa Ibu nifas menyakini dengan mengonsumsi makanan seperti ikan, ayam dan telur akan menyakibatkan bayi menjadi berbau amis dan luka kandungan sukar sembuh. Sehingga masyarakat tidak dapat memanfaatkan makanan yang tersedia. Sesuatu yang dapat mempengaruhi dan berperan dalam melakukan budaya tersebut adalah dorongan dari orang tuanya, hal ini berbanding terbalik dengan hal yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan.⁽¹⁵⁾ Pada penelitian Imanullah (2020) menunjukkan hal-hal yang menjadi faktor utama ibu nifas melakukan pantangan makan adalah adanya kebiasaan yang tumbuh dilingkungan masyarakat.⁽¹⁶⁾

Selain pantangan makan, pada persepsi budaya Jawa didapatkan beberapa larangan diberlakukan untuk ibu nifas. Larangan tersebut adalah ibu nifas dilarang berpergian keluar rumah, melakukan aktivitas rumah tangga seperti menyapu, mencuci, dan memasak. Ibu nifas tidak diperkenankan banyak melakukan kegiatan atau gerak secara fisik karena kondisi tubuh yang masih lemah. Ibu nifas membutuhkan istirahat yang cukup untuk memulihkan kesehatan fisiknya pasca-melahirkan. Dilarangnya ibu nifas keluar rumah dengan alasan untuk mengurangi resiko terjadinya varises pada ibu nifas dikemudian hari. Salah satu informan utama mengatakan salah satu fungsi dilarangnya keluar rumah adalah agar tidak masuk angin.

Dalam pemeliharaan kesehatan ibu nifas masyarakat selain melakukan budaya-budaya tersebut masyarakat Jawa sering kali melakukan ritual-ritual khusus yang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan keselamatan ibu nifas. Beberapa ritual tersebut seperti mendem batur, upacara selamatan, dan menggunakan benda khusus sebagai jimat. Mendem batur atau kata lainnya adalah menanam atau mengubur ari-ari dengan berbagai ritual dan makna simbolik dalam praktiknya dalam persepsi budaya Jawa. Ari-ari memiliki ciri-ciri bentuk yang bundar jika dilihat seperti piringan tebal dengan diameter 15-20 cm, tebal 2,5- 5 cm. Ari-ari berisi pembuluh darah yang berasal dari tali pusar. Masyarakat menganggap bahwa ari-ari memiliki makna yang sakral

dan memiliki keharusan untuk diistimewakan perlakuannya. Masyarakat Jawa percaya bahwa ari-ari atau yang disebut batur merupakan teman atau saudara sang bayi yang akan menemaninya. Untuk itu batur perlu disimpan pada tempat khusus.

Didalam keseharian ibu nifas sering ditemukan ibu nifas membawa atau mengikatkan beberapa benda pada pakaian atau kain gendong yang digunakan benda-benda tersebut adalah gunting, peniti, dan pemotong kuku maupun rempah-rempah. Masyarakat percaya dengan membawa benda-benda tersebut maka bayi akan terjaga dari gangguan secara magis. Benda-benda tersebut dapat dikatakan sebagai jimat. Dengan membawa benda-benda tajam seperti gunting, peniti, dan pemotong kuku dalam dunia medis sama sekali tidak ada gunanya.

Didalam Islam hal seperti ini dapat dikategorikan pada kesyirikan karena mempercayai jimat yang mereka kenakan dapat menjaga mereka. Sedangkan kita diperintahkan untuk selalu menyerahkan diri dan mempercayai bahwa Allah Ta'ala lah sebaik-baiknya perlindungan. Seperti yang disebutkan dalam hadits ; "*Barangsiapa menggantungkan jimat, maka ia telah melakukan syirik*" (HR. Ahmad, Hakim, dari Sahabat 'Uqbah bin 'Amir al-Juhani).⁽¹⁷⁾

Dapat disimpulkan penggunaan benda-benda ini sama sekali tidak dianjurkan dan sebaiknya ditinggalkan. Jika ingin mengusahakan agar ibu nifas dan bayinya terjaga hal yang dapat dilakukan adalah menjaga kesehatan, memakan makanan bergizi, dan menyerahkan keselamatan diri pada Sang- Khaliq Allah Azza Wazalah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan perilaku pemeliharaan kesehatan ibu nifas dalam perspektif masyarakat Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan, yaitu pemeliharaan kesehatan ibu nifas dalam perspektif masyarakat Jawa di Kelurahan Binjai Serbangan memiliki banyak praktik-praktik budaya yang masih terus dilestarikan keberadaannya. Perilaku budaya tersebut dapat dilihat dari anjuran perilaku terhadap ibu nifas. Seperti budaya pilis, parem, wejahan, meminum jamu, pijet, walikdadah, stagen/bekung, gurita duduk senden. Dan juga dapat dilihat dari pelakuan khusus seperti adanya pantangan makan dan larangan tertentu. Perlakuan khusus lainnya adalah ritual-ritual yang dipercayai dapat menjaga ibu nifas dan bayi selama masa selapan dari gangguan-gangguan magis yaitu seperti mendem ari-ari/ batur, memakai dan membawa benda-benda tertentu (Gunting, peniti, pemotong kuku, atau ramuan khusus), melakukan *selamatan* pada hari-hari tertentu sebagai rasa syukur masyarakat karena adanya kelahiran anggota keluarga baru mereka misalnya, *brokohan*; selamatan yang dilakukan saat bayi baru dilahirkan, *sepasaran*; selamatan yang dilakukan 5 hari atau lebih setelah kelahiran dan memberikan nama pada bayi. Dan juga *selapanan*; selamatan dihari ke 35-40 pascapersalinan saat ibu nifas akan melakukan pijet terakhir (walikdadah) yang menandakan masa nifas telah berakhir.

Terdapat beberapa faktor yang menjadikan masyarakat Jawa Binjai Serbangan masih terus melakukan budaya-budaya tersebut, yaitu karena adanya dukungan penuh dari orang tua dan keluarga, lingkungan yang masih kental dengan budaya, menjadi kebiasaan, dan kepercayaan terhadap budaya yang masih tinggi. Faktor-faktor tersebut menjadi alasan kuat dalam pelaksanaan budaya yang telah disebutkan, walaupun sebagian masyarakat Jawa yang sudah mulai meninggalkan praktik budaya tersebut. Dalam penerapan perilaku budaya pemeliharaan kesehatan ibu nifas pada perspektif budaya Jawa, peneliti menemukan adanya dampak-dampak pada perilaku budaya tersebut, baik itu dampak negatif maupun dampak positif (manfaat).

Dampak negative; budaya-budaya yang memiliki risiko bagi kesehatan ibu nifas seperti budaya walikdadah, stagen/ bekung, gurita, dan pantang makan. Beberapa dampak yang ditimbulkan dari budaya tersebut adalah memungkinkan ibu nifas akan mengalami perdarahan karena walikdadah yang dilakukan mengalami kesalahan seperti yang diketahui bahwa memijat perut ibu nifas tidak dianjurkan dalam dunia medis. Perdarahan juga bisa terjadi akibat pemakaian stagen dan gurita yang terlalu ketat, pemakaian stagen dan gurita yang dicampuri dengan mengoles air jeruk nipis dan kapur juga akan mengalami rasa gatal dan tidak nyaman bagi ibu nifas yang memiliki alergi pada bahan tersebut. Pantang makan tidak dianjurkan karena dikhawatirkan akan mengganggu perkembangan gizi ibu nifas.

Dampak positif (manfaat) ; beberapa budaya memiliki manfaat bagi pemeliharaan kesehatan ibu nifas seperti pemakaian pilis, parem, minum jamu dan pijet. Bahan-bahan tersebut mengandung banyak senyawa baik bagi tubuh dan memiliki beberapa manfaat jika penggunaannya tepat seperti dapat menghangatkan tubuh, memperlancar aliran darah, dan juga memperlancar air susu ibu (ASI).

Saran bagi tenaga kesehatan agar dapat meningkatkan kualitas pelayanan, khususnya memberikan pendidikan kesehatan ibu nifas dan melakukan pembinaan pada masyarakat melalui kader-kader maupun komunitas yang ditemukan dimasyarakat dalam memilih atau melakukan praktik budaya. Untuk mengurangi risiko terjadinya masalah kesehatan pada ibu nifas dan bayinya. Masyarakat diharapkan dapat memilih budaya-budaya yang baik untuk tetap dilakukan dan tidak menyimpang dari segi kesehatan maupun dalam syariat Islam. Dan bagi peneliti berikutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dikemudian hari dengan penelitian yang lebih sempurna sesuai perkembangan zaman dan dapat melakukan penelitian dengan metode yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. Irwan. Etika dan Perilaku Kesehatan. 2017. I.
2. Wahyuningsih HP. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. KEMENKES 2018; 2018. 297 p.
3. Kemenkes RI. Panduan Pelayanan Pasca Persalinan bagi Ibu dan Bayi Baru Lahir [Internet]. 2019. 80 p. Available from: [http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/Buku Panduan Pelayanan Pasca Persalinan bagi Ibu dan Bayi Baru Lahir-Combination.pdf](http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/Buku_Panduan_Pelayanan_Pasca_Persalinan_bagi_Ibu_dan_Bayi_Baru_Lahir-Combination.pdf)
4. Penerapannya P, Religi AS, Teknologi K. No Title. 2019;1(2):144–59.
5. Majmu'atul Fatawa. No Title.
6. Badan statistik KAJ. Data Statistik. In 2020.
7. Sugita S, Widiastuti NH. Budaya Jawa Ibu Postpartum Di Desa Candirejo Kecamatan Ngawen Kabupaten Klaten. *J Kebidanan dan Kesehat Tradis*. 2016;1(1):25–34.
8. Mariyati, & Tumansery GS. Perawatan Diri Berbasis Budaya Selama Masa Nifas pada Ibu Postpartum. *J Ilmu Keperawatan*. 2018;6(1):50–1.
9. Sari, Ameli, & Maulidya A. Formulasi Sediaan Salep Ekstrak Etanol, Rimpang Kunyit (*Curcuma Longa* Linn). *SEL*. 2016;3(1):16–23.
10. Reiza Y. Budaya Nifas Masyarakat Indonesia, Perlu Tidak Dipertahankan? *eJournal Kedokt Indones*. 2018;6(1):1–3.
11. RI DA. Al-Quran dan Terjemahan [Internet]. Jakarta: Bintang Indonesia Jakarta; Available from: <https://quran.kemenag.go.id/>
12. Kusumastuti DN. Hubungan Pengetahuan tentang Perawatan Masa Nifas dengan Praktik Pijat Perut Pasca Persalinan oleh Dukun Bayidi Desa Besito Kaupaten Kudus. *STIKES Muhammadiyah Pekajangan*. 2016;1(1).
13. Syaflindawati. Hubungan Senam Nifas dengan Penurunan Involusi Uteri Pada Ibu postpartum Hari ke 1- 3. *J Ilmu Kesehat*. 2017;1(1).
14. Yuniar, Puspadewi, Chasana U. Implementasi Olesan Jeruk Nipis (*Citrus Aurantifolia*) Untuk Mengurangi Striae Gravidarum dan Kelangsingan Perut pada Ibu Nifas. *J Ilm Kesehat Media Huasada* 3. 2014;3(1):39–44.
15. Apriliani L, Wijayanti HS. Peran Lingkungan Sosial, Pengetahuan Gizi dan Pengalaman dalam pengambilan Keputusan Ibu Nifas untuk Melakukan Mutih di Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus. *JNC*. 2015;4(4).
16. Imanullah M. Hubungan Perilaku Budaya Pantangan Makanan Suku Madura dengan Proses Penyembuhan Luka pada Ibu Post Sectio caesarea di Klinik Zahra Medika Patelon Silo Kabupaten Jember. *Univ Muhammadiyah Jember*. 2020;
17. Syafe'i M. Tafsir Al-Nalh 123 : Dilarang Melestarikan Budaya Buruk. *KUmparan com* [Internet]. 2017; Available from: <https://kumparan.com/bangsaonline/tafsir-al-nahl-123-dilarang-melestarikan-budaya-buruk>