



PEMAKAIAN BEKUNG UNTUK MENGATASI NYERI PUNGGUNG PADA IBU NIFAS

Delnizah¹⁾, Intan Widya Sari²⁾

Program Studi DIII Kebidanan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾ delnizah@gmail.com, ²⁾ intanwidyasari@gmail.com

Histori artikel

Received:
22-12-2021

Accepted:
30-12-2021

Published:
31-12-2021

Abstrak

Nyeri punggung adalah gejala pasca partum jangka panjang yang sering terjadi. Hal ini disebabkan adanya ketegangan postural pada sistem muskuloskeletal akibat posisi saat persalinan. Asuhan ini dilakukan bertujuan untuk mengatasi nyeri punggung melalui pemakaian bekung secara meyeluruh dan berkesinambungan melalui pendekatan manajemen kebidanan dan mendokumentasikan asuhan yang telah diberikan. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada Asuhan kebidanan pada ibu nifas. Asuhan diberikan kepada ibu nifas yang dilaksanakan pada tanggal 22-29 April 2021 di PMB Dince Safrina SST, M.K.M Di Kota Pekanbaru. Hasil dari asuhan yang diberikan yakni di dapatkan adanya pengurangan intensitas nyeri punggung dari intensitas skala 4 pada kunjungan pertama, intensitas skala nyeri 2 pada kunjungan kedua, dan tidak terdapat nyeri pada kunjungan ketiga. Kesimpulan setelah melakukan asuhan pemakaian bekung yaitu adanya pengurangan intensitas nyeri punggung pada ibu nifas. Disarankan bagi bidan adanya edukasi pemakaian bekung kepada ibu nifas sebelum pulang kerumah dari tata cara pemakaian bekung, serta adanya poster atau banner yang terkait dengan pemakaian bekung di PMB Dince Safrina SST, M.K.M

Kata Kunci : Ibu Nifas, Nyeri Punggung, Pemakaian Bekung

Latar Belakang

Ada dua efek interaksi yang cukup signifikan dengan terjadinya disabilitas akibat nyeri punggung bawah pada postpartum yaitu usia dengan ketahanan otot flexor dan disabilitas berkaitan dengan kekuatan otot ekstensor (Sjodahl, 2013). Jika terus-menerus dibiarkan, nyeri punggung sangat sensitif terhadap ketegangan otot akibat stress sehari-hari, dalam keadaan lemah dan kaku, otot punggung mengalami kejang, dan berdampak pada aliran darah yang mengangkut oksigen menjadi terhambat dan otot kekurangan oksigen. Dampaknya, penderita mengalami nyeri yang semakin menyakitkan apabila tidak segera mendapatkan penanganan (Arya, 2014). Penanganan yang dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu nifas dengan pemakaian bekung. Bekung adalah sabuk wanita setelah bersalin terdiri dari kain panjang, lebar (kurang 6 cm x 50 cm) memakainya seperti kita memakai stagen tetapi dengan cara di ikat (Andy, 2020).

Ada banyak manfaat dari penggunaan bengkung, beberapa diantaranya adalah memaksimalkan involusi uterus, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri punggung dan menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih cepat terbentuk (Kaewsarn, A 2014)..

Kejadian nyeri punggung sebelum menggunakan bengkung hampir setengah dari responden yaitu 42,86 % yang mengalami nyeri punggung Dan kejadian setelah menggunakan bekung hampir Kejadian nyeri punggung setelah menggunakan bengkung ada kenaikan sebanyak 57,14% yang tidak nyeri punggung. Dari wilcoxon signed rank test diperoleh hasil p value (0.006) < 0.05 artinya ada pengaruh pemakaian bengkung terhadap nyeri punggung ibu nifas pada hari ke-2 sebelem pemakaian bengkung dan pada hari ke- 5 setelah pemakaian bengkung.

Berdasarkan survei yang dilakkan penulis pada saat melakukan praktik kebidanan Di Klinik Dince Safrina SST, M.K.M. terdapat ibu bersalin sebanyak 10 orang, pada saat itu terdapat 2 orang ibu dengan keluhan nyeri punggung yang disebabkan karna berat bayi baru lahir terlalu besar. Dan penulis akan meberikan asuhan secara non farmakologi dengan pemakaian bekung untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu, dan ibu akan lebih sedikit untuk komsumsi zat kimia.

Tujuan asuhan untuk Mampu melaksanakan asuhan kebidanan secara meyeluruh dan berkesimbangan melalui manajemen kebidanan serta mendokumentasikan Asuhan yang diberikan pada ibu nifas dengan nyeri punggung

Metode

Pegambilan Studi Kasus ini dilakukan di Dince Safrina SST, M.K.M Pekanbaru pada tanggal 22 April sampai dengan tanggal 1 Mei 2021. Kunjungan ulang dilakukan sebanyak 3 kali kunjungan yaitu pada kunjungan pertama dilakukan pada hari pertama, kunjungan ke-2 dilakukan pada hari ke-4 dan kunjungan ke-3 dilakukan pada hari ke-9 untuk melihat keberhasilan pasien dalam melakukan terapi pemakaian bekung. Maka dilaksanakan asuhan kebidanan pada ibu tersebut dengan menggunakan metode SOAP. Instrumen yang digunakan Format pendokumentasian (STIKes Hang Tuah Pekanbaru), Buku tulis, Alat tulis, Leaflet ketidaknyaman masa nifas terhadap nyeri punggung & pegaruh bekung terhadap nyeri punggung, Infomend consent, Alat TTV, dan bekung

Hasil

Kunjungan 1

Kegiatan kunjungan hari pertama dimulai pada Kamis, 22 April 2021 pukul 12.51 wib. Anamnesa dilakukan bahwa pasien Ny. S berusia 29 tahun, IRT, dan berpendidikan SMA, beralamat di Jalan Sekolah. Ibu post partum P6A2H4 3 jam yang lalu, Ibu mengatakan sudah bisa jalan pelan – pelan dan duduk tetapi ibu mengeluh merasa lelah dan nyeri pada punggung belakang. Hasil pemeriksaan didapatkan keadaan umum ibu baik dan kesadaran composmentis, TTV : TD : 110/70 mmHg, Pernafasan : 20x/menit, Nadi : 80x/menit, Suhu: 37°C. Skala nyeri pada intensitas angka 4. Telah dilakukan konseling tentang fisiologi masa nifas dan pendidikan kesehatan tentang mengatasi nyeri pada punggung ibu, salah satunya yakni dengan pemakaian bekung, penanganan yang dilakukan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu nifas dengan pemakaian bekung. Bekung adalah sabuk wanita setelah bersalin terdiri dari kain panjang, lebar (kurang 6 cm x 50 cm) memakainya seperti kita memakai stagen tetapi dengan cara di ikat, pemakaian bekung di pakai maksimal selama 4-6 jam perhari akan memberikan aksimal pada ibu nifas, ada banyak manfaat dari penggunaan bengkung, beberapa diantaranya adalah memaksimalkan involusi uterus, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri punggung dan menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih cepat terbentuk.

Kunjungan 2

Kegiatan kunjungan kedua dilakukan pada tanggal 25 April 2020 jam 10.00 wib, bertempat dirumah pasien. Hasil pengkajian data subjektif didapatkan ibu masih mengeluhkan sedikit nyeri punggung, payudara terasa penuh, dan ibu telah memakai bekung. Hasil pengkajian

data objektif didapatkan : TTV : TD : 120/80 mmHg, Pernafasan : 20x/menit, Nadi : 90x/menit, Suhu: 36,5°C. Pelaksanaan yang dilakukan yakni memberitahu ibu hasil pemeriksaan dan mengevaluasi ibu tentang cara pemakaian bekung.

Kunjungan 3

Kegiatan kunjungan ketiga dilakukan pada tanggal 29 April 2020 jam 12.00 wib, bertempat dirumah pasien. Hasil pengkajian data subjektif didapatkan ibu tidak lagi mengeluhkan nyeri punggung dan ibu telah merasa nyaman. Hasil pengkajian data objektif didapatkan : TTV : TD : 120/80 mmHg, Pernafasan : 20x/menit, Nadi : 80x/menit, Suhu: 36,5°C. Pelaksanaan yang dilakukan yakni memberitahu ibu hasil pemeriksaan dan mengevaluasi ibu tentang cara pemakaian bekung, konseling tentang nutrisi, istirahat dan konsumsi kalsium.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pemeriksaan Ny.S Usia 29 tahun ibu nifas dengan keluhan nyeri punggung P6A2H3 di BPM Dince Safrina SST, M.K.M pada tanggal 22 April 2021 saat ini nifas hari pertama di lakukan pemeriksaan keseluruhan.

Ibu mengatakan nyeri punggung. Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang di rasakan oleh anita pada saat melahirkan bayi. Nyeri yang terjadi selama persalinan di akibatkan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Hal ini mengakibatkan naiknya tekanan dara, deyt nadi, pernapasan, keringat dan diameter pupil dan ketegangan pada otot (mohamad judha, sudarti, 2012)

Pada saat pemeriksaan menunjukan pada skala nyeri numeric rating scale didapatkan hasil dengan nilai 4. Hal ini di dukung oleh hasil penelitian (rahmawati, 20213) bahwa intensitas skala pada hari pertama pada ibu nifas menunjukan pada angka 4. Setelah dilakukan pemakaian bekung ibu menyatakan bahwa nyeri berkurang ditunjukan kembali dengan skala nyeri numeric rating scale dengan nilai 3. Hal ini sesuai dengan teori (potter & perri, 2012) bahwa Pada skala nyeri 3 ibu akan merasakan punggungnya seperti gatal, tersetrum, nyut-nyutan, melilit, terpukul, perih dan mules. Selama pemakaain bekung hingga hari ke 9 ibu meyatakan bahwa ibu tidak merasakan nyeri punggung ditunjukan kembali dengan skala nyeri numeric rating scale dengan nilai 0. Skala 0 menunjukan tidak ada lagi nyeri. Menurut (rahayu, 2018) ibu memerlukan waktu sekitar 6 bulan untuk pulih kembali seperti sedia kalah. Dan ibu megatakan belum BAB. Menurut (Rizki, 2017) penurunan tonus

dan motilitas ke keadaan normal, BAB secara spontan bisa tertunda selama tiga hari hingga empat hari setelah melahirkan. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan ibu pasca persalinan ialah asupan zat gizi, analisis antara asupan cairan dan konstipasi menggunkan waktu transit sisa-sisa pencernaan dalam saluran pencernaan secara normal sehingga mencegah dan mengurangi konstipasi pada ibu pasca melahirkan (Muawanah dan nindiya, 2014). Pada kunjungan hari ke3 bu mengatakan payudara terasa penuh. , hal ini karena hari ketiga hingga hari keenam setelah persalinan merupakan saat pemenuhan ibu secara fisiologis, ketika ASI secara normal dihasilkan payudara menjadi sangat penuh, tetapi apabila ASI yang dihasilkan tidak segera dikeluarkan maka hal inilah yang dapat menyebabkan bendungan Asi, pengeluaran ASI dan penghsiapan yang efektif oleh bayi maka rasa penuh pada payudara ibu akan pulih dengan cepat (aulya & supriaten, 2021).

Dari hasil asuhan yang telah diberikan selama 3 kali kunjungan selama 9 hari pada pagi hari didapatkan hasil yang diperoleh penulis dan perubahan terhadap nyeri yaitu, setelah di lakukan asuhan pemakaain bekung, intensitas nyeri punggung ibu sudah tidak nyeri lagi, dan ibu mengatakan sudah tidak ada keluhan.

Setelah dilakukan pemakaain bekung didapat hasil intensitas nyeri pada kunjungan pertama pada intensitas empat, pada kunjungan kedua didapatkan intensitas nyeri ke tiga, dan pada kunjungan ketiga terdapat intensitas nyeri normal. (potter & perri, 2012) bahwa Pada skala nyeri 3 ibu akan merasakan punggungnya seperti gatal, tersetrum, nyut-nyutan, melilit, terpukul, perih dan mules. Selama pemakaain bekung hingga hari ke 9 ibu meyakini bahwa ibu tidak merasakan nyeri punggung ditunjukkan kembali dengan skala nyeri numeric rating scale dengan nilai 0. Skala 0 menunjukkan tidak ada lagi nyeri. Menurut (rahayu, 2018) ibu memerlukan waktu sekitar 6 bulan untuk pulih kembali seperti sedia kala.

Hasil penelitian (rahmawati, 20213) bahwa intensitas skala pada hari pertama pada ibu nifas menunjukkan pada angka 4. Setelah dilakukan pemakaain bekung ibu menyatakan bahwa nyeri berkurang ditunjukkan kembali dengan skala nyeri numeric rating scale dengan nilai 3.

Menurut penulis bahwa pemakaain bekung yang diberikan pada ibu nifas memiliki manfaat yaitu memaksimalkan involusi uteri, memulihkan tonus abdomen, mengurangi nyeri dan meyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan postur tubuh menjadi lebih terbentuk.

Kesimpulan

Terjadi penurunan intensitas nyeri hari setelah pemakaian bekung sejak psot partum 3 jam. Intensitas nyeri pada hari pertama pemakaian bekung pada angka 4, menurun pada hari kunjungan ke 2 intensitas nyeri di posisi angka 3 dan kunjungan ke 3 tidak lagi ditemukan rasa nyeri (intensitas nyeri angka 0).

Daftar Pustaka

- Ambarwati, 2008). (2008). Konsep Dasar Nifas. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Arya, 2014). (2014). *Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas*. 2015, 3–13. [http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/23790/4/Chapter I.pdf](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/23790/4/Chapter%20I.pdf)
- Judha.M 2012). (n.d.). *NYERI PUNGGUNG.pdf*.
- Maryni, 2012). (2018). efektivitas Bengkung dan Gurita Terhadap Involusi Uterus dan Pengeluaran Lochea di Puskesmas Kediri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, III(4), 197–254. <http://182.253.197.100/e-journal/index.php/jikk/article/viewFile/734/723>
- Pustekom Depdiknas dalam Septiawan, 2012). (2017). Penilaian nyeri. *Academia*, 133–163. <http://www.academia.edu/download/49499859/pemeriksaan-dan-penilaian-nyeri.pdf>
- rahayu, 2018). (2018). Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas di Desa Keling Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. *Jurnal Ilkes*, 6(2), 5–9.
- Suryani 2015). (2010). *Anatomi Tulang Belakang*. 2006, 1–47.
- Astutik (2015). (2015). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. *CNR-ISTI Technical Report*, 3(2), 356–369. https://www.metis2020.com/wp-content/uploads/METIS_D1.4_v3.pdf <https://www.metis2020.com/documents/deliverables/index.html> <https://www.metis2020.com/metis-deliverables-d1-4-d2-4-d3-3-d4-3-d6-5-and-d7-3-were-completed-in-february-2015/index.html>
- Nurdian, dkk. (2016). *berfikir kritis dasar bidan dalam manajemen asuhan kebidanan*.