



Keluarga Dan Nilai Budaya Masyarakat Sunda Pada Perawatan Ibu Nifas Dan Bayi Baru Lahir

Giari Rahmilasari ¹, Asri Tresnaasih ², Reni ²

¹ Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Aisyiyah Bandung

² Dosen Program Studi Vokasi D III Kebidanan STIKes Aisyiyah Bandung²

INFORMASI

Korespondensi:
ummahatgia@gmail.com

Keywords:
Postpartum, Traditional
Culture, Sundanesse

ABSTRACT

Objective: to identify the Sundanese cultural value for family in mother's postpartum care and new born baby

Methods: Qualitative method was used in this study along with descriptive techniques to analyzed the data. Data mining is done using profound interview with four respondents who originally from the Sundanese tribe and live in Cipagalo village. Respondents are mothers who have two to six months old child.. Furthermore, the interview was also conducted with paraji as person who are still active giving services in the area. All data was collected by recording the conversations and based on the respondents' consent. Next, the data were interpreted, reduced, and coded for final result. Analytical descriptive analysis was next conducted to this research findings using journals assessment. All findings were divided into three categories; useful findings, harmful findings, and insignificant findings. Useful findings are results that have scientific evidence and can be recommended to do. Harmful ones are things that are scientifically proofed to have harmful effect, whereas insignificant findings are results with unknown scientific proofs whether its harmful or not.

Results: Results in this study showed various Sundanese cultural habits in Cipagalo village:(1) There are some forbidden food and beverages during the postpartum phase, including spicy, sour, and cold ones.(2) Suggestion to consume apple during the postpartum phase.(3) Herbs or traditional potion for postpartum. Herbs can be consumed in various ways like (a) boiling and drinking it, (b) grating and squeezing it, (c) boiling and using it to wash the private area (smeared).(4) Rest and sleep pattern. There is tradition which done by the mothers; they should not take a nap in the afternoon, afraid that the white blood cells would go up the eyes, or they could take a nap in a seated position with both toes tied together in hope it would help to tighten mom's private area.(5) Clothes and mother's care. There is a habit of using corset (stagen) or what they called bebengkung, soaking feet in warm water, and massaging mom's body.(6) Massaging mom's body. Not only massaging body parts, there is also massaging the uterus (disangsurkeun).(7) Baby care culture and traditional ceremonies. This includes placenta burial using spices or what the sundanese called as bali, baby girls circumcision and ear piercing.

Conclusion: The habit of consuming apple, body massage, feet massage in warm water, the use of binahong leaves and ginger, handeuleum, and baby massage showed benefits not only for moms, but also babies during postpartum phase.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan berbagai macam suku dan kebudayaan. Maka, beragam budaya yang ada di Indonesia, merupakan kekayaan yang sangat bernilai bagi negara, dan budaya juga merupakan penciri kepribadian suatu daerah.

Indonesia merupakan negara dengan jumlah suku bangsa yang banyak. Kajian yang dilakukan oleh Hidayah (1995) mencatat data 657 kelompok suku bangsa yang tersebar diseluruh Indonesia dengan jumlah pulau sekitar 17.000 di nusantara.

Suku Sunda menjadi urutan terbesar kedua dari hasil sensus pemerintah tahun 2000. Hal ini menjadikan sunda menjadi daya tarik untuk dapat diteliti dan dilihat lebih jauh, tentang budayanya, utamanya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.

Kesehatan reproduksi yang menjadi perhatian pemerintah saat ini, salah satunya adalah upaya untuk menurunkan AKI dan AKB, seebgai salah satu target yang harus dicapai SDG's 2030 mendatang. BKKBN (2011) mencatat bahwa naik turunnya angka kematian tidak dapat dijelaskan melalui kesehatan saja, melainkan juga harus dikaitkan dengan faktor lainnya yang meliputi sosio-ekonomi, budaya, dan demografi.

Kematian ibu dan bayi seringkali terjadi pada masa persalinan, nifas awal, dan bayi baru lahir di periode pertama kehidupannya. SDKI (2012) mencatat data, bahwa masih ada 1 dari 9 wanita tidak menerima pemeriksaan setelah melahirkan. Sedangkan dalam panduan untuk melakukan perawatan nifas, yaitu minimal dalam 3 periode yaitu KF 1 pada rentang (0-3 hari), KF 2 pada rentang (4-28 hari), dan KF 3 pada rentang (29-42 hari).

Padahal perawatan masa nifas, merupakan perawatan yang sangat diperlukan bagi ibu, dan masa paling menentukan dalam perkembangan kesehatan ibu setelah melahirkan, yang umumnya masyarakat masih menyerahkan perawatan masa nifasnya kepada paraji. Maka, penelitian ini akan mencari bagaimana nilai budaya sunda bagi keluarga dalam perawatan ibu nifas dan bayi baru lahir?

METODE

Metode penelitian pada penelitian ini adalah metode kualitatif dengan teknik analisis data deskriptif analitik. Penggalan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam dengan empat orang responden yang berasal dari suami istri yang asli suku sunda, dan yang memiliki orang tua yang juga suku sunda, dan

tinggal di wilayah desa cipagalo. Responden adalah ibu yang memiliki anak usia dua hingga enam bulan, dengan harapan masih ingat betul kegiatan yang dilakukan pada masa nifasnya. Selanjutnya dilakukan juga wawancara pada paraji, sebagai yang memberikan pelayanan kepada masyarakat setempat yang masih aktif memberikan pelayanan di desa tersebut, maupun desa sekitar. Pengambilan data dilakukan dengan merekam percakapan atas izin responden. Setelah melakukan pengumpulan data, kemudian dilakukan transkripsi wawancara dari hasil pengambilan data. Hasil transkripsi ini kemudian di reduksi, dan langkah selanjutnya adalah koding data, hingga di dapatkan hasil dari penelitian. Hasil ini kemudian di lakukan analisis deskriptif analitik dengan penelusuran jurnal terhadap temuan yang didapatkan pada penelitian. Hasil dari analisis ini kemudian disimpulkan dan dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu temuan yang bermanfaat, merugikan, atau temuan yang tidak berpengaruh. Temuan yang bermanfaat yaitu temuan yang memiliki bukti secara ilmiah yang ditemukan peneliti dalam penelusuran jurnal, bahwa hal tersebut adalah memiliki manfaat, sehingga dapat dianjurkan untuk dilakukan. Temuan yang merugikan yaitu temuan yang memiliki bukti secara ilmiah yang ditemukan peneliti dalam penelusuran jurnal, bahwa hal tersebut merugikan jika dilakukan, dan temuan yang tidak berpengaruh adalah temuan yang belum dapat ditelusuri bukti ilmiahnya bermanfaat atau tidak, dan dianggap tidak memiliki pengaruh apapun, jika dilakukan maupun tidak dilakukan.

HASIL

Hasil penelitian ini menemukan beberapa adat kebiasaan masyarakat sunda di desa cipagalo, yaitu :

1. Terdapatnya beberapa makanan dan minuman yang dilarang selama masa nifas, yaitu makanan yang pedas, asam, dan dingin

Hal ini dikatakan oleh R1, R2, dan R4 yaitu

"Upami tuangeun mah nu dilarangna nu lada-lada anu asem-asem. Upaminu dingin namah nutiis tiis teu langsung tina kulka tapi disimpen beula dina suhu ruangan. Paling kitu anu dilarang dina tuangenmah."

(Kalau makanan yang dilarang adalah yang pedas, asam. Kalau yang dingin, yang tidak boleh adalah yang langsung dari kulka. Tapi kalau disimpan di suhu ruangan tidak apa-apa. Hanya itu kalo dari makanan dan minuman)

“paling pedes mungkin jangan terlalu pedes takutnya ngaruh ke ASI gituhh paling itu sih alasanya pedes aja”

“Paling makanan pedas saja yang tidak boleh, jangan sampai terlalu pedas, karena khawatir dapat mempengaruhi ASI”

2. Anjuran untuk konsumsi Apel selama masa nifas

“Mung ieu wae nuangan apel pan ieu meh meotkeun pianakan, tah ngaleueutan apel wae eta. Sok meser satengah kilo sadinten hiji.”

Eta teh ti saatos lahiran wae dua minggonanan ngarah peot pianakan saurna teh (Responden2)

“Makan buah apel supaya rahim cepat mengecil, kalau beli biasanya setengah kilo sehari satu”

(Dimakannya setelah melahirkan selama dua minggu) (Responden 2)

3. Jamu atau ramuan tradisional yang digunakan selama masa nifas

Penggunaan jamu ada yang digunakan dengan (1) Direbus dan diminum, (2) Diparut dan diperas, (3) direbus dan digunakan untuk membasuh kemaluan (dioles).

Hampir seluruh responden menyatakan menggunakan bahan-bahan ini, diantaranya penggunaan dengan irebus dan diminum pada daun sirih, daun sembung, (R1), (R3) (R4), serta daun binahong (R4). Penggunaan dengan diparut dan diperas lalu diminum airnya pada tumbuhan koneng bodas (temulawak) (R1) (R4), selanjutnya penggunaan dengan cara direbus dan di gunakan untuk membasuh kemaluan yaitu daun sirih (R1), (R3), dan penggunaan rebusan daun handeuleumsiem sebagai obat wasir (R4)

4. Pola istirahat dan tidur

Terdapat tradisi yang dilakukan oleh ibu yaitu tidak boleh tidur siang karena takut darah putih naik kemata, atau tidur siang harus sambil duduk dan kedua jempol kaki diikat, dengan tujuan merapatkan kemaluan ibu.

“bobo siang kedah sambil calik teras sampean sareng jempolona di talian atanapi di buntel

dihijikeun salami saminggon. Teras upami kahampangan keuneung na kedah di tetekan kan kanu kemaluan dugi ka beres nifas. Patuanganngangge.. bebengkung salami nifas . patunnganku ema diurut atanapi di sangsurkeun.” (Responden1)

“(Tidur siang harus sambil duduk ,lalu jempol kaki disatukan dan diika dilakukan selama satuminggu, , kalau buang air kecil tumit kaki di tekankan ke bagian dasar panggul, perut sampai pertengahan lutut selama diikat stagen selama masa nifas.”

5. Pakaian dan perawatan ibu

Terdapat kebiasaan penggunaan stagen (bebengkung), melakukan perendaman kaki di air hangat, dan pemijatan tubuh ibu.

“ nganggena ge mung dua minggonan da ararateul panas tos di kayu putihan ge angger weeh” (Responden 3)

“(Menggunakannya juga hanya dua minggu, karena gatal, panas walaupun sudah diberi kayu putih, masih saja terasa gatal)” (Responden 3)

“pegel sampean teh di keueum wae ku cai haneut tiap hari” (Responden 2)

“(Pegal pada kaki biasanya direndam menggunakan air hangat setiap hari)” (Responden 2)

6. Pemijatan tubuh ibu

Terdapat kebiasaan tidak hanya memijat bagian tubuh, namun juga bagian rahim (*disangsurkeun*)

“Empat hari tos lahiran terus dipijit paregel da tos ngalahirkeun mah biasa paregel, manggil paraji nu diditu (Responden 4)”

(Empat hari setelah melahirkan terus dipijat badan yang pegel , memanggil dukun bersalin) (Responden 4)

7. Budaya perawatan bayi dan upacara adat, diantaranya : penguburan ari-ari atau biasa disebut bali dalam masyarakat sunda (plasenta) dengan menggunakan rempah-rempah, khitan perempuan dan tindik telinga pada perempuan.

PEMBAHASAN

1. Terdapatnya beberapa makanan dan minuman yang dilarang selama masa nifas, yaitu makanan yang pedas, asam, dan dingin. Hasil penelusuran jurnal kami, hal ini tidak dapat dibuktikan secara ilmiah, karena tidak ditemukan jurnal yang dapat mendukung tentang makanan pedas, asam dan dingin sehingga berhubungan langsung dengan produksi ASI maupun pencernaan bayi. Kekhawatiran yang dimiliki oleh ibu, berupa kekhawatiran yang berasal dari tradisi turun temurun yang belum dapat dibuktikan secara ilmiah bahwa kandungan makanan pedas, asam dan dingin berpengaruh pada komposisi ASI. Penelitian yang ada bahkan menunjukkan bahwa komposisi lemak pada ASI satu bulan pasca persalinan tidak berhubungan dengan komposisi tubuh ibu, dan nampak berkorelasi lemah dengan asupan lemak ibu. (AM Kurniati, et al., 2016)

2. Anjuran untuk konsumsi Apel selama masa nifas. Apel (*Malus sylvestris Mill*) memiliki banyak kandungan zat kimia yang sangat bermanfaat bagi tubuh. Buah apel terkandung banyak mineral antaralain: kalsium, magnesium, potasium, zat besi, serat, vitamin A, Vitamin B1, B2, B3, B5, B6, B9, C, Fito kimia zat anti oksidan yang dapat menangkalkan radikal bebas, menekan LDL, tanin dapat menyegarkan mulut mencegah kerusakan gigi dan penyakit gusi, Flavonoid dapat membantu menurunkan risiko kanker dan menyehatkan sistem pencernaan. (Juahary, 2016).

Karenanya, zat gizi yang terdapat pada apel baik untuk membantu pemulihan fisik, involusi uterus, dan serat baik untuk pencernaan.

3. Jamu atau ramuan tradisional yang digunakan selama masa nifas

Penggunaan jamu ada yang digunakan dengan (1) Direbus dan diminum, (2) Diparut dan diperas, (3) direbus dan digunakan untuk membasuh kemaluan (dioles).

Bahan tradisional yang digunakan dan hasil penelusuran jurnal kami yaitu :

a. Daun sirih, daun sembung, dan daun binahong digunakan dengan cara rebus dan diminum

Daun Sirih (*Piper betle*) mengandung kavikol yang bisa dimanfaatkan untuk perawatan tradisional, diantaranya untuk mematikan kuman, antioksidasi, fungisida dan anti jamur. Hasil penelitian ini menemukan bahwa kadar kavikol tertinggi terdapat pada perebusan air rebusan daun sirih dengan waktu 20 menit dan dari hasil didapatkan data bahwa luka jahitan perineum pada ibu nifas sembuh dan mengering pada hari ke 3-4 post partum serta tidak ada tanda-tanda infeksi. Hasil yang didapatkan dari hasil uji T

dari penelitian ini adalah tingkat signifikansi sebesar 0,000 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa air rebusan daun sirih (*Piper betle*) efektif terhadap kecepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. (Christina, Ari., Kurniyati MA, 2014).

Kandungan daun sirih juga telah diteliti di Malaysia, yang juga memiliki varietas ini di negaranya, dengan hasil penelitian bahwa dari empat varietas daun sirih yang ditemukan, kesemuanya menunjukkan aktivitas yang signifikan terhadap bakteri *Vibrio cholerae* ogawa, *Staphylococcus aureus*, *Diplococcus pneumoniae* dan *Klebsiella aerogenes*. (Fadzil, F., et.al. 2015).

b. Koneng Bodas (Temulawak), digunakan dengan cara diparut dan diperas lalu diminum air perasannya.

Pemberian infusa temulawak dapat menurunkan berat uterus pada konsentrasi temulawak 10%, namun secara statistik tidak terdapat perbedaan bermakna antar kelompok (Nuha dkk, 2019). Namun dalam penggunaannya pada ibu postpartum, terbukti ekstrak temulawak dapat meningkatkan produksi ASI dan menongkatkan kadar prolaktin, sehingga direkomendasikan untuk dikonsumsi oleh ibu nifas (Desbriyani C, et al., 2017). Meskipun demikian, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut yang menjelaskan efek temulawak pada komposisi ASI yang dihasilkan.

c. Daun Handeleumsieum, digunakan dengan cara direbus dan uapnya didekatkan ke bagian tubuh yang bengkak (wasir), dan di jika sudah agak dingin bisa di oleskan pada luka.

Banyak penelitian daun ini dilakukan untuk menyembuhkan wasir (Peristiwa, 2018), namun ternyata berdasarkan penelitian handeleum memiliki juga kegunaan lain sesuai dengan kandungan yang dimilikinya. Kaitannya dengan ibu nifas, ekstrak handeleum dapat digunakan juga untuk merangsang kontraksi, karena memiliki efek oksitosin. Kontraksi yang diharapkan terjadi dapat membantu proses involusi, dan merangsang pembentukan ASI, namun diperlukan penelitian lebih lanjut untuk membuktikan hal tersebut (Listjani, 2005).

4. Pola istirahat dan tidur

Terdapat tradisi yang dilakukan oleh ibu yaitu tidak boleh tidur siang karena takut darah putih naik kemata, atau tidur siang harus sambil duduk dan kedua jempol kaki diikat, dengan tujuan merapatkan kemaluan ibu.

Secara ilmiah tidak ada penelitian yang membuk-

tikan bahwa tidak tidur siang akan menaikkan darah putih ke mata, Kebiasaan ini dianggap merugikan, karena membatasi kenyamanan ibu nifas, dan berdasarkan hasil penelusuran jurnal ibu nifas membutuhkan mobilisasi agar melancarkan pembuluh darah, yang juga dapat difasilitasi dengan melakukan senam nifas.

Tumit yang dirapatkan juga tidak memiliki dasar ilmiah, karena pergerakan justru memudahkan luka bekas jahitan untuk cepat pulih.

Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Smeltzer (2001), mobilisasi dini dilakukan oleh semua ibu post partum, baik ibu yang mengalami persalinan normal maupun persalinan dengan tindakan. Adapun manfaat dari mobilisasi dini antara lain dapat mempercepat proses pengeluaran lochea dan membantu proses penyembuhan luka perineum.

5. Pakaian dan perawatan ibu

Terdapat kebiasaan penggunaan stagen (bengkung), melakukan perendaman kaki di air hangat, dan pemijatan tubuh ibu.

a. Pemakaian stagen

Pemakaian stagen adalah hal yang merugikan, karena sebagian kulit ibu, biasanya menjadi alergi yang disebabkan oleh penumpukan keringat dan bahan kain yang tidak cocok dengan kulit ibu. Penggunaan stagen yang terlalu kuat juga menyebabkan ketidaknyamanan ibu, karena menghambat pola nafas dan gerak ibu. Beberapa keluhan karena pemakaian bengkung atau stagen yang salah yaitu ibu nifas mengatakan kakinya bengkak (37,5 %), ibu nifas mengatakan mengalami gatal-gatal di kulit (41,67%), orang ibu nifas merasakan sesak nafas (12,5%) (Dewi,2018). Penggunaan bengkung berdasarkan penelitian Siyoto dan Shandu (2019) menyatakan bahwa tidak ada perbedaan antara ibu yang menggunakan bengkung atau gurita dengan yang tidak menggunakan baik dari involusi uterus, pengeluaran lochea maupun nyeri punggung pada ibu post partum.

b. Melakukan perendaman air hangat

Sebuah penelitian di China, mencatat bahwa perendaman air hangat dalam tanaman herba disertai dengan pemijatan kaki (*sole massage and feet bathing chinese medicinal herbs*), dapat meningkatkan pemulihan wanita setelah operasi caesar. (Guizhi, Peng., et.al, 2008). Namun untuk titik mana yang dipijat, memerlukan pe-

nelusuran dan penelitian lebih lanjut.

c. Pemijatan tubuh ibu

Melakukan message atau terapi pijat merupakan salah satu perawatan diri yang dilakukan ibu postpartum, massage dilakukan oleh dukun bayi. Ibu dengan riwayat persalinan normal diberikan massage seluruh badan sejak hari kedua pasca salin. Terapi pijat diyakini memberikan banyak manfaat pada ibu postpartum, namun demikian pijat tradisional yang dipraktikkan selama ini masih belum memiliki bukti empiris (Mariyati, Gloria Silvana,2018)

6. Budaya perawatan bayi dan upacara adat.

Indonesia adalah negara yang memiliki kekayaan ragam budaya. Dalam memahami hubungan antara spiritual dan agama perlu dikemukakan terlebih dahulu mengenai dualitas aspek kehidupan manusia Hal ini penting sebagaimana yang dikemukakan Harold G Koenig (2008) dalam Sudarma (2017) manusia terbagi kedalam dua entitas yaitu jiwa dan raga. Ahli sosiologi dan antropologi bagi kehidupan manusia itu dalam dua aspek yaitu aspek aspek yang berkaitan dengan masalah keduniaan (*profan*) aspek-aspek yang berkaitan dengan masalah suci (*Sacre*). Agama diposisikan sebagai aspek yang suci dan sakral kedua aspek itu tidak bisa dipisahkan aspek sakral dalam konteks tertentu akan tampak bersinggungan dengan aspek-aspek keduniaan.

Pemahaman tradisional masih menjadi pemahaman kebanyakan orang Harold G Koenig (2008) sendiri menyebutnya pemahaman tradisional. Dalam tradisi kita atau pemahaman masyarakat pada umumnya memandang bahwa spiritual adalah sebagian dari agama dan kedua hal itu agama dan spiritual bisa dibedakan dari hal-hal yang sifatnya dunia Pemahaman pertama ini spiritual adalah bagian kecil dari agama. Agama sebagai pranata sosial memiliki aspek-aspek ritual dan spiritual, oleh karena itu aspek spiritual adalah sesuatu yang tidak bisa dipisahkan dari agama (Sudarma, Monon,2017).

Kepercayaan (*belief*) merupakan kesadaran masyarakat terhadap nilai aturan norma kehidupan. Kepercayaan-kepercayaan ini bisa bermula dari agama dan bisa pula bersumber dari adat atau budaya terkait dengan kepercayaan ini kemudian akan lahir mengenai pantangan atau anjuran (Sudarma, 2017).

Dalam perawatan atau mengurus bali/plasen-

ta tradisi yang dilakukan menggunakan rempah rempah, pendil (wadah yang biasa digunakan menyimpan plasenta) yang biasa dikerjakan oleh paraji (dukun bersalin)

a. Khitan Perempuan

Terdapat silang pendapat di kalangan para ulama tentang hukum khitan bagi wanita. Sebagian mengatakan khitan bagi wanita hukumnya wajib, sebagian lagi mengatakan hukumnya sunnah (dianjurkan).

Terdapat Peraturan Menteri Kesehatan tentang khitan bagi wanita yaitu Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 1636/Menkes/Per/XI/2010 tentang Sunat Perempuan. Dijelaskan bahwa khitan perempuan adalah tindakan menggores kulit yang menutupi bagian depan klitoris, tanpa melukai klitoris. Khitan perempuan hanya dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan tertentu, yaitu dokter, bidan, dan perawat yang telah memiliki surat izin praktik atau surat izin kerja. Yang melakukan khitan pada perempuan diutamakan adalah tenaga kesehatan perempuan.

Adanya Permenkes ini bisa digunakan sebagai standar operasional prosedur (SOP) bagi tenaga kesehatan apabila ada permintaan dari pasien atau orangtua bayi untuk melakukan khitan pada bayi perempuannya. Dalam melaksanakan khitan perempuan, tenaga kesehatan harus mengikuti prosedur tindakan antara lain cuci tangan pakai sabun, menggunakan sarung tangan, melakukan goresan pada kulit yang menutupi bagian depan klitoris (frenulum klitoris) dengan menggunakan ujung jarum steril sekali pakai dari sisi mukosa ke arah kulit, tanpa melukai klitoris. Dengan demikian, tidak akan timbul luka atau perdarahan pada organ reproduksi perempuan jika prosedur tersebut dilaksanakan sesuai petunjuk yang tercantum dalam Permenkes 1636/2010. Jadi khitan perempuan yang diatur dalam Permenkes tersebut bukan mutilasi genital perempuan (*female genital mutilation* = FGM) yang dilarang oleh WHO (Vissandjée, 2014)

Istilah Aqiqah atau marhabaan biasanya dilakukan pada hari ke tujuh atau empat puluh yaitu mencukur rambut bayi, menimbang rambut, sedekah, memotong kambing 2 ekor untuk bayi laki laki dan satu ekor kambing untuk bayi perempuan.

b. Tindik Telinga bagi Perempuan

Munculnya tindik berasal dari keinginan manusia sebagai salah satu cara untuk menghiasi tubuh dan penampilannya. Berhias disukai dan diminati oleh

manusia karena berhias berarti keindahan dan jiwa manusia cenderung kepada keindahan. Kecenderungan ini dimiliki oleh perempuan dan laki-laki. Pada perempuan memiliki kecenderungan berhias, sedangkan laki-laki cenderung menikmati perhiasan (Al Bujairomi, Sulaiman Bin Muhammad bin Umar. Tuhfatu Al Habib Ala Syahri Al Khotib, Bairut: Daar Al Kutib Al Ilmiyah, Cet 1, juz 2 dalam Sya'bani, 2009).

Menurut kepercayaan dalam agama Islam, hukum tindik di telinga bagi wanita adalah jaiz (boleh). Sedangkan bagi laki-laki hukumnya haram. Hal ini karena tindik wanita adalah untuk berhias. Hukum bolehnya tindik telinga dalam Islam juga diambil dari sebuah hadist yang meriwayatkan kisah di zaman nabi yang nabi bersikap tidak mengingkari (tindik di telinga) hal tersebut, yaitu :

“Dari Ibnu Abbas ra, sesungguhnya Nabi Muhammad SAW melaksanakan shalat Ied dua rakaat dan tidak melakukan sholat lagi sebelum maupun sesudahnya. Kemudian beliau disertai Bilal ra, mendatangi jamaah wanita, lalu memerintahkan mereka untuk bersadaqah. Kemudian para wanita tersebut melemparkan anting-anting mereka (HR. Bukhari) (Sya'bani, 2009)

KESIMPULAN

Kebiasaan konsumsi apel selama masa nifas, pijatan tubuh ibu, perendaman air panas dengan pijatan kaki, penggunaan daun binahong, penggunaan temulawak, handeuleum, pijat bayi, menunjukkan adanya manfaat pada ibu dan bayi selama masa nifas.

SARAN

Penelitian lebih lanjut yang berkolaborasi dengan fitofarmasi dan etnomedicine dibutuhkan untuk membuktikan beberapa penggunaan obat-obatan tradisional yang belum ditemukan jurnal pendukungnya. Penelitian lanjutan terkait dengan dosis yang tepat pada penggunaan beberapa bahan tradisional juga dibutuhkan agar masyarakat dapat menggunakan tumbuhan tersebut dengan tepat guna.

DAFTAR PUSTAKA

Adelia Bastian, Syarifah, Tukiman. Pijat Bayi Oleh Pijatan Bayi Tradisional Di Kecamatan Medan Area Tahun 2014. (Baby Massage By Traditional Massage In District Field Area 2014). Tersedia di: <https://jurnal.usu.ac.id/index.php/kpkb/article/>

- download/10217/4813
- AM Kurniati, et al. Paediatrica Indonesiana. Associations of maternal body composition and nutritional intake with fat content of Indonesian mothers' breast milk. p-ISSN 0030-9311; e-ISSN 2338-476X; Vol.56 No.5(2016) p.298-304; doi: 10.14238/pi56.5.2016.298-304
- Ambar Rini Kuntoro, Umi Laelatul Qomar. Penerapan air rebusan daun binahong untuk Penyembuhan luka perineum. STIKes Muhammadiyah Gombong. 2018. Terdapat di elib.stikesmuhgombong.ac.id
- Ari Chistiana, Mijan ArikurniantiJ . Efektifitas air rebusan daun sirih dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. jurnal ilmiah kesehatan media husada volume 02/ nomor 02/ maret 2014
- Azis, Viesa, Hilma. Standarisasi bahan obat alam. Yogyakarta; Graha ilmu, 2011
- Christina, Ari., Kurniyati MA, Efektifitas Air Rebusan Daun Sirih Dalam Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum. Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada Vol.02/Nomor 02/Maret 2014. Dapat diakses di: <https://doi.org/10.33475/jikmh.v2i2.115>
- Damayanti, Dian. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Bandung; Refika Aditama. 2014
- Desbriyani C, et al. Belitung Nursing Journal. Effect Of Consuming Temulawak (Curcuma Xanthorrhiza Roxb.) Extract On Breast Milk Production In Postpartum Mothers. Published 2017 October;3(5):603-611 Accepted: 13 March 2017 tersedia di: <http://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/>
- Dewi Taurisiawati Rahayu. Pendidikan Komunitas Tentang Pemakaian Bengkung Pada Ibu Nifas Di Desa Keling Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri Volume 1 No. 1 Mei 2018. <http://ejournal.uniramalang.ac.id/attamkin/>
- Ellyzabeth, Wahyunita, Indah. Farmakologi kebidanan. Jakarta: Trans info media. 2018
- Fadzil, F., et al. Traditional Postpartum Practice Among Malaysian Mothers: A Review, The Journal of Alternative and Complementary Medicine Volume 19, Number 0, 2015, pp.1-6 . DOI: 10.1089/acm.2013.0469, dapat dikases di : https://www.researchgate.net/profile/Sharifa_Ezat_Ezat/publication/280060065_Traditional_Postpartum_Practices_Among_Malaysian_Mothers_A_Review/links/570e4ba008aed4bec6fdd424.pdf
- Gulsen Vural , Sezer Kisa . Umbilical Cord Care: A Pilot Study Comparing Topical Human Milk, Povidone Iodine, and Dry Care. Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing Volume 35, Issue 1, January–February 2006, Pages 123-128. Tersedia di: <https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.2006.00012.x>
- Guizhi, Peng., et.al. Effect of Sole Massage and Feet bathing with Traditional Chinese Medicine on Postpartal Recovery of Women After Cesarean Section. Jaournal of Nursing Science, 2008 dapat diakses di : http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFDTotal-HLXZ200804003.htm
- Haisya, Nisa, Asfi, RL Riris, PS, 2013. Sembung Rambat (Mikania micrantha HBK) as Natural alternatif anti bacterial and its study against bacterial common as causative agent in cattle mastitis in Indonesia, vol 6, No 73, hal 2, diakses 17 Nopember 2013. <http://cisak.perpika.kr/wpcontent/uploads/2013/07/2013-73.pdf>
- Hayani, E., 2006. Analisis Kandungan Kimia Rimpang Temulawak, Temu Teknis Nasional Tenaga Fungsional Pertanian, Pusat Penelitian dan Pengembangan Peternakan, Bogor, p. 311.
- Ihsan, Yusfiati, Titrawani. Efek Ekstrak Etanol Daun Pelawan (Tristaniopsis obvata R. Br.) Terhadap Struktur Uterus Tikus Putih (Rattus norvegicus Berkenhout, 1769) Betina Galur Wistar Setelah Melahirkan, JRB, 2016, 1 (2) : 173-179. ISSN 1684–5315 © 2009 Academic Journals
- Jauhary Hamidah. Sehat tanpa obat dengan Apel. Yogyakarta: Andi; 2016
- Jelka Zupan , Paul Garner, Aika AA Omari. Topical Umbilical Cord Care at Birth, Cochrane database of Systematic Reviews. published at 19 July 2004. Tersedia di: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001057.pub2>
- Listijani Suhargo. Efek Estrogenik Ekstrak Daun Handeuleum {Graptophyllum Pictum (L.) Griff)} Pada Histologi Uterus Mencit Betina Ovariektomi. Berk. Penel. Hayati: 10 (107–110), 2005 . Tersediadi: https://www.researchgate.net/publication/267706685_Efek_estrogenik_ekstrak_daun_handeuleum_Graptophyllum_pictum_L_Griff_pada_histologi_uterus_mencit_betina_ovarietomi.
- Mariyati, Gloria Silvana Tumansery. Perawatan diri berbasis budaya selama masa nifas pada ibu postpartum. Jurnal Ilmu Keperawatan (2018) 6:1 ISSN: 2338-6371, e-ISSN 2550-018X <http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/JIK/article/down->

- load/12203/9505
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 1636/Menkes/Per/XI/2010 tentang Sunat Perempuan.
- Sya'abani, M.L. Hukum Tindik Di telinga dan selain di telinga perspektif hukum Islam. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.2009
- Nelis Imanningsih. Penelitian Gizi Makan, 35(1): 13-22 Profil gelatinisasi beberapa formula tepung-tepungan untuk pendugaan sifat masakan 2012. Tersedia di: <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/>
- Ningrum, Elsa Kusuma (2019) *Pengaruh Berbagai Konsentrasi Ekstrak Daun Sembung Rambat (Mikania Micrantha) Terhadap Jumlah Koloni Bakteri Streptococcus Mutans (Dimanfaatkan Sebagai Sumber Belajar Biologi)*, dipublikasi : 10 Jul 2019 ,terdapat di : <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/46939>
- Nuha 'Uliya Dzakiyah¹, Umi Kalsum², Lilik Indahwati. Pengaruh Pemberian Infusa Temulawak (Curcuma xanthorrhiza Roxb.) Terhadap Berat Uterus Pada Tikus Putih (Rattus norvegicus) Postpartum Agustus 2019 – November 2019
- Peristiwa Ridha Widhi Astana, Ulfatun Nisa. Analisis Ramuan Obat Tradisional untuk Wasir di Pulau Jawa; Studi Etnofarmakologi RISTOJA 2015. JURNAL ILMU KEFARMASIAN INDONESIA, Oktober 2018, hlm. 115-123 Vol. 16, No. 2. ISSN 1693-1831
- Rahardjo M., 2010. Penerapan SOP Budidaya untuk Mendukung Temulawak Sebagai Bahan Baku Obat Potensial, Badan Penelitian Tanaman Obat dan Aromatik, Bogor, p. 78.
- Riksani, Ria..Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi..Jakarta Timur :Dunia Sehat: 2012
- Roesli, U.. Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 bulan. Jakarta : Trubus Agriwidya.2008
- Roesli, Utami. Pedoma Pijat Bayi, cetakan kesepuluh Edisi Revisi. Jakarta : PT. Trubus Agriwidya 2013.
- Roosita K., Kusumorini N., Manalu W., Kusharto C. M., 2003. Efek Jamu Bersalin Galohgor Terhadap Involusi Uterus dan Gambaran Darah Tikus (Rattus sp.), Media Gizi & Keluarga, p. 52-53.
- Smeltzer et al. 2001. Keperawatan Medikal Bedah, Edisi 8. Jakarta: EGC.
- Stella O. Olagbende-Dada, Grace E. Ukpo, Herbert A. B. Coker and Samuel A. Adesina African Journal of Biotechnology Vol.8 (21) pp. 5979-5984, 2 November, 2009/. Tersedia di <http://www.academicjournals.org/AJB>.,
- Sudarma, Momon. Ilmu Sosial Budaya Dasar. Buku ajar Kebidanan. Jakarta: Salemba medika. 2017
- Syaukani Aulia, Petunjuk Praktis Pijat, Senam dan Yoga Sehat Untuk Bayi agar Tumbuh Kembang Maksimal. Yogyakarta, Araska. 2015.
- Siyoto dan Shandu. Indian journal of public health research and development. April 2019 vol 10 issue 4, p 313-318. Ebscohost.
- Tim TPC. 2012. Modul Tanaman Obat Herba Berbakar Rimpang, SEAFAST Center Institut Pertanian Bogor, Bogor, p. 20.
- Vissandjée, B., Denetto, S., Migliardi, P. et al. Female genital cutting (FGC) and the ethics of care: community engagement and cultural sensitivity at the interface of migration experiences. BMC Int Health Hum Rights 14, 13 (2014) doi:10.1186/1472-698X-14-13 Published :24 April 2014. Tersedia: <https://doi.org/10.1186/1472-698X-14-13>