

Pengalaman Suku Batak Toba dalam Perawatan Ibu Masa Nifas di Desa Sianipar Sihail Hail Kec. Balige Kab.Toba Tahun 2024

Munarni Simatupang¹, Erita Saragih²

^{1,2} Akademi Keperawatan HKBP Balige

e-mail: arnysweet84@gmail.com¹, eritasaragih1212@gmail.com²

Abstrak

Masa nifas merupakan masa yang berhubungan dengan pemulihan kembali organ-organ reproduksi ke keadaan sebelum hamil. Pada kenyataannya, keadaan ini tidak hanya berkaitan dengan aspek biologis saja tetapi juga sosiokultural. Aspek sosiokultural ini menghasilkan respon yang bervariasi untuk setiap masyarakat yang mempengaruhi pilihan masyarakat terhadap pelayanan kesehatan misalnya dalam melakukan praktek perawatan kesehatan. Suku Batak Toba memiliki tradisi dalam melakukan perawatan kekhususan dalam masa nifas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengalaman suku Batak Toba dalam perawatan masa nifas. Desain penelitian ini yang digunakan adalah *kualitatif fenomenologi*. Jumlah partisipan adalah enam orang. Proses pengumpulan data melalui kuesioner data demografi sebagai data dasar dan wawancara mendalam dengan menggunakan alat perekam suara. Adapun hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah didapatkannya filosofi kesehatan suku Batak Toba tentang Perawatan ibu pada masa nifas yang menyatakan bahwa perawatan maupun pantangan perilaku yang dilakukan pada masa nifas berhubungan dengan keadaan di masa tua. Nilai-nilai yang mendasari praktek budaya yakni terdiri dari pantangan perilaku yaitu tidak boleh keluar rumah selama 40 hari, perilaku khusus yang dilakukan seperti keramas selama seminggu dan memakai pilis di kening, pantangan makanan seperti pantang makan pedas-pedas. Perilaku tersebut tidak sesuai dengan ilmu kesehatan. Berbeda halnya dengan pantangan mengkonsumsiangka, makanan yang pedas-pedas dan es yang sesuai dengan ilmu kesehatan. Ramuan tradisional seperti meminum bir hitam dicampur telur ayam kampung, kencur dan kunyit juga dikonsumsi oleh suku Batak Toba. Praktek perawatan nifas terdiri dari aktivitas seperti tidak boleh banyak bergerak dan bekerja, pemeliharaan kebersihan diri selesai mandi kita dirawat dengan menghangatkan diri dengan bara arang diletakan dibawah tempat tidur yang berkolong lalu si ibu dihangatkan dari bara arang yang dibawah kolong tempat tidur dan perawatan khusus seperti memakai air daun sirih untuk membersihkan vagina dan memakai bengkung, dan orang batak toba saat nifas diberikan konsumsi makan makanan soup daging dan sayuran daun bangun bangun dan sayuran rebus-rebusan. Hasil penelitian diharapkan akan dapat menjadi sumber ilmu pengetahuan dan informasi bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan kepada ibu selama masa nifas tanpa mengabaikan aspek biopsikososial, agar tingkat kesehatan masyarakat meningkat.

Kata kunci : *Pengalaman Suku Batak Toba, Perawatan Masa Nifas*

Abstract

The postpartum period is a period associated with the recovery of the reproductive organs to their pre-pregnancy state. In reality, this situation is not only related to biological aspects but also sociocultural. This sociocultural aspect produces varying responses for each community which influences people's choices regarding health services, for example in carrying out health care practices. The Toba Batak tribe has a tradition of carrying out special care during the postpartum period. The aim of this research is to determine the experience of the Toba Batak tribe in postpartum care. The research design used in this research was qualitative phenomenology. The number of participants was six people. The data collection process is through a demographic data questionnaire as basic data and in-depth interviews using a voice recording device. The results obtained from this research are the Toba Batak tribe's health philosophy regarding maternal care during the postpartum period, which states that care and behavioral restrictions carried out during the postpartum period are related to conditions in old age. The values that underlie cultural practices consist of behavioral taboos, namely not being allowed to leave the house for 40 days, special behaviors that are carried out, such as washing your hair for a week and wearing pilis on your forehead, dietary restrictions such as abstaining from eating chili or hot chili. This behavior is not in accordance with health science. This is different from the taboo on consuming jackfruit, spicy foods and ice which are in accordance with health science. Traditional concoctions such as drinking black beer mixed with free-range chicken eggs, galangal and turmeric are also consumed by the Toba Batak tribe. Postpartum care practices consist of activities such as not being allowed to move and work too much, maintaining personal hygiene after bathing, we are treated by warming ourselves with charcoal embers placed under the bed under the bed, then the mother is warmed from the charcoal embers under the bed and special care such as wearing betel leaf water to clean the vagina and use bengkung, and Toba Batak people during postpartum are given to eat soup, meat and vegetables, wake-up leaves and boiled vegetables. It is hoped that the research results will be a source of knowledge and information for nurses in providing nursing care to mothers during the postpartum period without ignoring biopsychosocial aspects, so that the level of public health increases.

Keywords: *Experience Of The Toba Batak Tribe, Postpartum Care*

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa setelah melahirkan selama 6 minggu atau 40 hari menurut hitungan awam. Masa ini hal yang sangat penting untuk diperhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia (Saleha, 2009). Diperkirakan 60% kematian ibu akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama (Ambarwati, 2009). Infeksi nifas merupakan penyebab tertinggi angka kematian ibu (AKI) (Bahiyatun, 2009). Menurut Suherni (2009), masa nifas disebut juga *puerperium* merupakan masa /waktu sejak bayi dilahirkan dan *plasenta* keluar lepas

dari rahim sampai enam minggu berikutnya disertai dengan pulihnya kembali organ-organ yang berkaitan dengan kandungan yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan.

Masa nifas adalah suatu rentang waktu yang amat penting bagi kesehatan ibu dan anak setelah melewati masa hamil dan melahirkan (Suherni, 2009). Masa ini merupakan bagian integral pada proses melahirkan dan harus dimanfaatkan sebagai suatu kesempatan untuk memberikan perawatan pada ibu dan bayinya (Sutomo, 2003). Masa nifas ini berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari merupakan waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat kandungan pada keadaan yang normal (Ambarwati, 2009).

Pada kenyataannya keadaan ini tidak hanya dapat mencakup dari aspek biologis saja tetapi juga sosiokultural. Hal ini dapat diketahui dari respon yang berbeda/bervariasi untuk setiap masyarakat yang memiliki cara-cara khusus seperti pengobatan, larangan, dan praktek budaya yang berbeda pula (Swasono, 1998). Hal ini terbukti dari penelitian Sari (2004) yang telah dilakukan beberapa suku di Indonesia misalnya masyarakat Karo yang menggunakan penurungi yaitu campuran sirih, pahing, merica, dan bawang putih untuk menyehatkan seluruh tubuh, memulihkan tenaga, dan memperlancar darah kotor dan dianjurkan mengkonsumsi bubur silada hitam, daun katu dan jantung pisang untuk memperkental dan memperlancar ASI.

Lain halnya dengan masyarakat Mandailing, selain mengkonsumsi jantung pisang dan daun katu, juga mengkonsumsi daun bakung untuk memperlancarkan ASI. Selain itu seorang ibu pada saat nifas tidak boleh memakai bantal kalau tidur yang bertujuan mencegah mata menjadi rabun, dan kepercayaan unruk mengikat paha bagian atas untuk merapatkan vagina dan menjaga luka *hecting* (Siregar, 2006).

Pada masyarakat etnis Tionghoa pada masa nifas dilarang memakan makanan sayuran yang menghasilkan angin (gas) dan bersifat dingin, air putih, dan daging bebek. Kebanyakan dari jenis sayuran yang menghasilkan angin seperti kol, buncis, jagung, terong juga tidak boleh dimakan karena sayuran bersifat dingin dan menghasilkan angin di dalam tubuh. Selain itu ada juga terdapat pantangan perilaku yang dilakukan pada masa nifas seperti keluar rumah selama satu bulan bisa menyebabkan tubuh masuk angin dan kepala sakit, pantangan mandi dan keramas selama satu bulan karena kondisi ibu yang dianggap dingin setelah melahirkan sehingga bila terpapar yang dingin lagi akan menyebabkan masuk angin, perut kembung dan akhirnya dimasa tua cepat sakit, serta aktivitas seksual (Mahriani, 2008).

Dalam pandangan budaya, perawatan nifas dilakukan dengan perilaku dan pengetahuan yang berbeda-beda. Di mana masyarakat memiliki respon terhadap kebudayaannya yang mengatakan bahwa terbentuknya janin, kelahiran dan pasca melahirkan merupakan sesuatu yang wajar dalam kelangsungan hidup manusia (Swasono, 1998).

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada seorang wanita/ibu suku Batak Toba yang sudah berpengalaman dan pernah menjalankan ritual kebudayaan Batak Toba dalam perawatan masa nifas, peneliti dapat mengetahui ada beberapa cara perawatan yang dilakukan setelah melahirkan (selama masa nifas) seperti pantangan perilaku yakni tidak boleh keluar rumah selama 40 hari, perilaku khusus yang dilakukan seperti keramas (

kebersihan diri), memakai pilis di kening, dan ada juga pantangan makanan seperti tidak boleh makan makanan pedas, es . Ada juga beberapa ramuan tradisional yang suku Batak Toba pakai seperti bir hitam dicampur dengan telur ayam kampung, pati jahe, pati kencur dan pati kunyit. Dari segi praktek perawatan seperti pemeliharaan kebersihan diri dalam suku Batak Toba wajib mandi dan perawatan khusus yang dilakukan seperti menggunakan daun sirih untuk membersihkan alat kemaluan dan memakai bengkung yang sebelumnya diolesi tapel dengan daun jarak atau daun mengkudu.

Dalam suku Batak Toba seorang ibu yang berada dalam masa nifas dilarang untuk banyak bergerak apalagi bekerja. Hal ini dikarenakan seorang ibu dalam masa ini butuh istirahat yang cukup untuk memulihkan kondisinya kembali. Tradisi mararang dipercaya sebagai perawatan pasca melahirkan yang memberikan manfaat bagi kesehatan, dimana ibu nifas merasa cepat pulih dari sakit pasca melahirkan, tulang punggung kembali kuat, badan hangat dan berkeringat dan memperlancar pengeluaran darah nifas. Informan mengetahui asap dari mararang berbahaya untuk pernafasan ibu dan bayi. Menurut para orangtua tradisi mararang ini harus dilakukan oleh ibu nifas sehingga membuat ibu nifas semakin yakin melakukan tradisi mararang.

Dalam hal ini sangat perlu diperhatikan, tidak semua perawatan yang dilakukan menurut kebudayaan tersebut dapat diterima sepenuhnya karena tidak semua dapat menguntungkan bagi ibu dan bayinya sehingga sangat perlu perhatian untuk mengatasinya (Swasono, 1998). Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian bagaimana pengalaman suku Batak Toba dalam perawatan masa nifas.

METODE

Penelitian ini dilakukan di desa Sianipar Sihail-hail Kecamatan Balige Kabupaten Toba. Alasan peneliti memilih tempat ini karena adanya populasi yang mencukupi untuk dijadikan partisipan dan di tempat ini juga belum pernah dilakukan penelitian yang sama dengan judul dari peneliti. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif fenomenologi. Penelitian kualitatif lebih menekankan pada proses kerja dan seluruh fenomena yang dihadapi, diterjemahkan dalam kegiatan sehari-hari terutama yang berkaitan langsung dengan masalah kebidanan (Danim, 2003). Fenomenologi adalah suatu ilmu yang memiliki tujuan untuk menjelaskan fenomena, penampilan dari sesuatu yang khusus, misalnya pengalaman hidup. Fokus utama fenomenologi adalah pengalaman nyata. Penelitian fenomenologi mencoba menjelaskan atau mengungkapkan makna konsep atau fenomena pengalaman yang didasari oleh kesadaran yang terjadi pada beberapa individu. Penelitian ini dilakukan dalam situasi yang alami sehingga tidak ada batasan dalam memaknai atau memahami fenomena yang dikaji (Saryono, 2010).

Tujuan penelitian fenomenologi adalah menjelaskan pengalaman apa yang dialami oleh orang dalam kehidupan ini, termasuk interaksi dengan orang lain (Danim, 2003). Hal ini sesuai dengan tujuan peneliti untuk mengidentifikasi pengalaman ibu terhadap perawatan masa nifas menurut budaya Batak Toba. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu suku Batak Toba yang pernah melakukan perawatan nifas sebanyak 102 orang. Tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu suatu tehnik penetapan sampel dengan cara memilih sampel

diantara populasi yang dikehendaki peneliti sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah ditetapkan sebelumnya (Nursalam, 2003). Sampel dalam penelitian ini sebanyak 6 partisipan. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah :

1. Ibu suku Batak Toba yang pernah melakukan perawatan nifas/ menyatakan masih melakukan praktek perawatan nifas yang diajarkan orang tua atau menurut tradisi.
2. Dapat berbahasa Indonesia.
3. Melahirkan secara spontan atau normal.
4. Bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Pada penelitian ini dilakukan pertimbangan etik yaitu memberi penjelasan kepada calon partisipan penelitian tentang makna dan tujuan penelitian. Apabila calon partisipan bersedia berpartisipasi dalam penelitian, maka partisipan dipersilahkan untuk menandatangani lembar persetujuan atau *informed concent* yang sebelumnya sudah dibaca oleh partisipan dan mengerti isinya. *Informed concent* merupakan bentuk perlindungan terhadap manusia sebagai objek peneliti yang berisi penjelasan tentang hak dan kewajiban sebagai objek penelitian serta perlindungan yang diberikan oleh peneliti.

Selanjutnya partisipan juga dijaga kerahasiaan identitasnya selama dan sesudah penelitian. Selama kegiatan penelitian nama partisipan tidak digunakan melainkan menggunakan kode partisipan. Lembar persetujuan data (*kuesioner*) diberi nomor kode yang hanya diketahui oleh peneliti sehingga kerahasiaan identitas semua informasi yang diberikan tetap terjaga. Penelitian ini menggunakan dua jenis instrument yaitu, kuesioner data demografi berisi tentang data umum partisipan dan panduan wawancara mendalam (*depth interview*).

Adapun prosedur pengumpulan data dilakukan dengan cara:

1. Pengumpulan data dilakukan setelah mendapat izin dari Direktur Akper HKBP Balige dan izin dari Kepala Desa Sianipar Sihail-hail Kecamatan Balige Kabupaten Toba.
2. Setelah data diperoleh, peneliti melakukan wawancara awal sebagai *pilot study* di mana hasil wawancara tersebut diperiksa oleh pembimbing untuk melihat proses wawancara yang dimulai dengan *probing* sampai menganalisis data sudah benar serta melanjutkan penelitiannya selanjutnya.
3. Setelah *pilot study* dilakukan, peneliti melakukan pendekatan kepada calon partisipan untuk mendapat persetujuan sebagai sampel penelitian.
4. Pada penelitian ini, partisipan yang diperoleh sebanyak 6 partisipan.
5. Untuk setiap partisipan, peneliti melakukan *prolonged engagement* kepada partisipan sebanyak 2-3 kali (setiap kunjungan lamanya 30 menit) kunjungan ke rumah masing-masing partisipan dan setelah kunjungan awal tersebut peneliti merasa cukup dekat dengan partisipan, kemudian peneliti membuat janji dengan partisipan mengenai waktu wawancara, maka wawancara dilakukan sesuai waktu yang telah disepakati.
6. Setelah peneliti merasa cukup dengan partisipan, peneliti memberikan kuesioner data demografi untuk diisi oleh partisipan dan panduan wawancara yang berisi beberapa pertanyaan untuk terlebih dahulu dipahami oleh partisipan.
7. Dalam melakukan wawancara, peneliti merekam hasil wawancara dengan menggunakan alat perekam atau *tape recorder* dengan merek soni.

8. Setelah selesai wawancara yang pertama, peneliti langsung membuat transkrip hasil wawancara, tanpa harus menunggu wawancara berikutnya kemudian melakukan analisis data.
9. Peneliti mengidentifikasi tindak lanjut hasil wawancara yang telah diperoleh.
10. Pengumpulan data selesai jika sudah mencapai saturasi data.
11. Setelah diperoleh saturasi data, maka peneliti melakukan member check.

Proses analisis data pada penelitian ini dilakukan oleh peneliti langsung setelah mengumpulkan data dari masing-masing partisipan. Setelah melakukan wawancara dengan partisipan dan dianggap sudah menjawab semua tujuan penelitian maka penelitian segera melakukan transkripsi hasil rekaman untuk selanjutnya dianalisis. Untuk memperoleh tingkat kepercayaan data hasil penelitian kualitatif, maka harus memenuhi beberapa kriteria, menurut Lincoln dan Guba (1985) dalam Danim (2003) tingkat kepercayaan hasil penelitian dapat dicapai jika peneliti berpegang pada empat prinsip yaitu : *credibility, dependability, confirmability, dan transferability*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Partisipan

Penelitian ini melibatkan enam orang partisipan dan seorang narasumber dari suku Batak Toba yang beragama Kristen. Keenam partisipan tersebut adalah wanita yang pernah melahirkan, yang mempunyai anak hidup, dan pada saat nifas dirawat oleh mertua atau pun ibu mereka sendiri. Narasumber dalam penelitian ini adalah wanita yang mempunyai pengetahuan banyak tentang adat istiadat dan ramuan tradisional yang sering dipakai dalam budaya Batak Toba. Berikut ini paparan masing-masing karakteristik partisipan dan narasumber :

1. Partisipan 1

Partisipan 1 adalah seorang wanita berusia 39 tahun. Beragama Kristen dan termasuk suku Batak Toba. Pendidikan terakhir beliau adalah Sekolah Dasar. Beliau memiliki dua orang anak terdiri dari seorang laki-laki dan seorang perempuan. Partisipan ini adalah seorang ibu rumah tangga dan memiliki pengalaman melahirkan dan mengasuh anak-anaknya ini serta merawatnya setelah melahirkan menurut budaya Batak Toba.

2. Partisipan 2

Partisipan 2 adalah seorang wanita berumur 56 tahun. Beragama Kristen dan termasuk suku Batak Toba. Pendidikan terakhir partisipan SMP. Partisipan adalah seorang ibu rumah tangga. Partisipan mempunyai empat orang anak yang terdiri dari satu orang laki-laki dan tiga orang perempuan. Selama masa nifas partisipan dirawat oleh mertuanya.

3. Partisipan 3

Partisipan 3 adalah seorang wanita yang berumur 61 tahun. Beragama Kristen dan pendidikan terakhir beliau SD. Partisipan adalah seorang ibu rumah tangga. Partisipan mempunyai lima orang anak yang terdiri dari tiga orang laki-laki dan dua orang perempuan. Selama masa nifas beliau dirawat oleh ibunya menurut tradisi mereka yaitu budaya Batak Toba.

4. Partisipan 4

Partisipan 4 adalah seorang wanita yang berusia 60 tahun. Beragama Kristen. Pendidikan terakhirnya adalah SMP. Partisipan adalah seorang ibu rumah tangga yang memiliki enam orang anak yang terdiri dari empat orang laki-laki dan dua orang perempuan.

5. Partisipan 5

Partisipan 5 adalah seorang wanita yang berusia 48 tahun. Beragama Kristen dan pendidikan terakhirnya adalah SMP. Partisipan adalah seorang ibu rumah tangga yang memiliki tiga orang anak yang terdiri dari dua orang laki-laki dan satu orang perempuan. Selama masa nifas beliau dirawat oleh ibu mertuanya menurut tradisi mereka yaitu budaya Batak Toba.

6. Partisipan 6

Partisipan 6 adalah seorang wanita yang berusia 58 tahun. Beragama Kristen dan pendidikan terakhirnya adalah SD. Partisipan ini adalah seorang ibu rumah tangga yang memiliki 4 orang anak yang terdiri satu anak laki-laki dan tiga orang anak perempuan. Ibu ini memiliki pengalaman melahirkan dan merawat anaknya menurut sukunya sendiri.

7. Narasumber

Narasumber adalah seorang ibu berusia 65 tahun. Beragama Kristen dan termasuk suku Batak Toba. Pendidikan terakhir beliau adalah sarjana. Beliau adalah pensiunan dari Guru. Narasumber mempunyai tujuh orang anak yang terdiri dari empat orang laki-laki dan tiga orang perempuan. Narasumber ini memiliki pengalaman tentang perawatan setelah melahirkan menurut suku Batak Toba.

Hasil Wawancara

Suku Batak Toba memiliki budaya tersendiri dalam melakukan perawatan masa nifas yang meliputi :

1. Persepsi kesehatan tentang perawatan ibu pada masa nifas

Persepsi kesehatan suku Batak Toba tentang perawatan ibu pada masa nifas diketahui berdasarkan hasil wawancara dari keenam partisipan yang menyatakan bahwa perawatan dan pantangan perilaku yang dilakukan dimasa nifas berhubungan dengan keadaan di masa tua. Bila pantangan yang telah dibuat dilanggar atau dilakukan oleh ibu maka akibatnya akan terlihat di masa tua yakni ibu mudah sakit. Hal ini terbukti dari pernyataan keempat partisipan :

“Pokoknya dijagalah kesehatan badan biar gak cepet sakit kalo udah tua”.

(Partisipan 3)

“Ya cepatlah kena penyakit kalo gak dari sekarang dijaga, waktu melahirkan kan capek jadi dijaga badan biar dihari tua nanti gak sakit-sakitan”. (partisipan 1)

“Apalagi perut kan bisa kembung, kan gak mau sakit kita” (Partisipan 5)

“Kalo pantangannya dilanggar ya bisa sakitlah”. (Partisipan 4)

2. Nilai –nilai yang mendasari praktik budaya selama masa nifas

a) Pantangan Perilaku

Menurut partisipan terdapat pantangan perilaku yang dilakukan selama masa nifas. Pantangan perilaku tersebut yakni pantangan keluar rumah selama 40 hari. Hal ini disebabkan tubuh si ibu akan masuk angin dan membuat kepala menjadi sakit.

Selain kondisi ibu yang belum pulih total akan mudah terserang penyakit dan ada juga yang mengatakan kalau ibu yang baru selesai melahirkan diganggu oleh roh jahat.

Berikut paparannya :

“Gak boleh keluar rumah, bisa kena sial karena baru selesai melahirkan”.(Partisipan 3)

“Badan kan masih lemah jadi kalo kena angin mudah sakitnya. Jadi gak bolehlah keluar rumah”.(Partisipan 4)

“Pantanganya jangan keluar rumah, bisa kena sial nanti apalagi masih punya bayi, trus anginnya diluar bisa buat masuk angin”.(Partisipan 6)

Seorang partisipan juga menyatakan bahwa ada juga ibu yang hendak keluar rumah yang tidak betah di rumah, maka ia harus menggunakan handuk atau kain yang menutupi area kepalanya supaya tidak masuk angin ke kepalanya.dan juga menggunakan kaos kaki.

“Kan ada juga ibu –ibu yang bandel, gak betah di rumah trus, jadi keluar rumah dia di ambilnya kain untuk menutupi kepalanya semualah”.(Partisipan 1)

b) Perilaku Khusus yang Dilakukan

Menurut empat dari enam partisipan menyatakan terdapat perilaku-perilaku yang dilakukan oleh ibu selama masa nifas. Perilaku tersebut antara lain seperti keramas serta memakai pilis di kening ibu.

Yang pertama perilaku yang dilakukan keramas setiap hari selama seminggu dan air bilasan terakhir diteteskan ke mata. Menurut keenam partisipan hal ini dilakukan supaya keputihan tidak naik ke mata dan mata ibu tidak kabur.

“Terus itu harus mandi keramas selama seminggu. Kepalanya dicuci”.(Partisipan 1)

“Biasanya pantangan kan gak boleh keramas tapi ini harus keramas selama seminggu. Biar gak keputihan”. (partisipan 3)

“Terus cuci kepala keramas, air bilasan terakhir kita teteskan kemata, katanya biar gak buta dan supaya gak keputihan”.(Partisipan 5)

“Harus gitulah keramas, kalo mandikan tanggung, biar gak ada keputihan, gak buta juga bisa”.(Partisipan 2)

3. Pantangan Makanan

Empat dari enam partisipan menyatakan ada beberapa makanan yang menjadi pantangan bagi ibu nifas seperti sayuran yang licin seperti nangka, es dan yang pedas-pedas.

Berikut paparannya.

(Partisipan 3)

“Ya pantanglah makan nangka, es dan makan pedas”.(Partisipan 2)

“pantang makan es, nangka, dan makanan yang pedas-pedas.” (Partisipan 5)

Yang kedua yang menjadi pantangan makanan yaitu makan ikan dan daging. Menurut empat dari enam partisipan tidak boleh makan ikan atau daging karena dapat menyebabkan perut menjadi sakit dan bisa juga menyebabkan perdarahan yang banyak karena makan daging.

“Ikan seperti gurami, lele gak boleh..”

*Ya bisa buat perut menjadi sakit, kan susah nanti". (Partisipan1)
"kan banyak pantangannya, ikan gak boleh trus daging juga gak boleh. Sakit nanti perut kalo dimakan".(Partisipan 2)*

*"Mujair, lele gak boleh, ya carilah makanan yang baik yang boleh dimakan jangan semua asal makan. Daging harus dihindari juga". (Partisipan 5)
"Kalo pun dilanggar, nanti berbahaya pula jadi gak bolehlah makan ikan, apalagi daging nanti perdarahan pula umi". (Partisipan 6)*

4. Ramuan Tradisional

Menurut tiga dari enam partisipan dan narasumber ada beberapa ramuan tradisional yang di minum oleh ibu selama masa nifas seperti pati kunyit, pati jahe dan pati kencur.

Yang pertama pati kunyit. Pati kunyit diminum oleh ibu setelah sisa darah melahirkan habis, biasanya diminum pada saat hari yang ke 21 dan diminum selama 3 hari.. Hal ini bertujuan untuk menghilangkan keputihan ibu dan ibu menjadi lebih segar. Hal ini sesuai dengan pernyataan ketiga partisipan.

"Iya, pati kunyit diminum biar segar, keputihan juga bisa hilang, tambah semangat juga". (Partisipan 2)

"Kalo pati kunyit tadi pun pahit, tambah aja madu. Bisa juga buat air susu makin banyak. Badan juga segar".(Partisipan 6)

"seperti minum jamulah, tapi dibuat sendiri. Dari kunyit misalnya dibuat pati kunyit untuk menambah air susu ibu dan makin segar setelah diminum. Makanya saya minum karena enak juga saya rasa". Dan minum bir dicampur telur ayam kampung." (Partisipan 5)

Adapun cara membuat pati kunyit adalah kunyit diparut kemudian ditambah air panas dan madu serta kuning telur ayam kampung. Lalu diminum oleh ibu. Pati kunyit diminum selama tiga hari setelah darah sisa melahirkan habis. Biasanya pada hari ke 21 dihitung setelah persalinan.

Yang kedua pati jahe dan kencur. Pati jahe dan kencur diminum oleh ibu yang selesai melahirkan selama lima hari. Setelah selesai minum pati kunyit kemudian diteruskan dengan pati jahe dan kencur.

Berikut paparannya :

"Kalo mau kita dan anak kita sehat minum jahe dan kencurlah. Badan terasa lebih hangat". (partisipan 1)

"Ya.. ikutilah apa kata orang tua dulu. Minum jahe katanya diminum, minum kencur katanya diminum. Kan lebih pengalaman mereka". (Partisipan 3)

"Supaya gak mudah sakit dan badan pun hangat terus gak kedinginan minum air jahe dan kencur saya. Kalo untuk kesehatan suka gak suka ya diminum lah". (Partisipan 6)

"Iyalah harus diminum air jahe yang udah diparut langsung, hangatkan tubuh kita supaya gak kedinginan". (Partisipan 4)

Menurut narasumber minum pati jahe dan kencur sangat bermanfaat bagi kesehatan ibu. Selain menghangatkan tubuh ibu, juga dapat membuat si ibu dan bayi sehat. Tidak hanya diminum oleh ibu yang selesai melahirkan tetapi yang lainnya juga bisa meminumnya.

“Gak ada ruginya minum air jahe dan kencur atau pun kunyit, malah makin sehat dibuatnya. Badan dihangatkan, makin segar lagi kita setelah minum itu”.
(Narasumber)

Pembahasan

Sejak hamil sampai sesudah melahirkan, seorang wanita perlu melakukan langkah-langkah perawatan agar pada saat hamil maupun setelah melahirkan berada dalam kondisi yang sehat (Muskibin, 2005). Perawatan pascapersalinan sangat penting dilakukan demi terjaminnya kesehatan ibu dan anak yang dilahirkannya. Walaupun persalinan berlangsung di pusat pelayanan kesehatan, RS atau klinik bersalin tidak jarang kembalinya ke rumah, para wanita yang baru melahirkan itu menjalani perawatan secara tradisional sesuai dengan kebudayaan atau kebiasaan yang masih mereka pertahankan sejak dahulu.

Hal ini juga bisa didapatkan pada suku Batak Toba yang masih mempertahankan tradisi leluhurnya walaupun tidak semua suku Batak Toba melakukan tradisi itu. Tetapi sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sianipar Sihail hail Kec Balige Kab Toba masih banyak masyarakat disana melakukan perawatan setelah melahirkan sesuai dengan tradisi mereka. Hal ini mereka lakukan temurun sesuai dengan apa yang mereka terima dari orang tuanya. Suku Batak Toba masih memegang erat paradigma tentang kesehatan dalam merawat ibu pascapersalinan sesuai dengan tradisinya.

Filosofi kesehatan suku Batak Toba tentang perawatan masa nifas diketahui berdasarkan hasil wawancara dari keenam partisipan yang menyatakan bahwa perawatan maupun pantangan perilaku yang dilakukan pada masa nifas berhubungan dengan keadaan ibu di masa tua. Berdasarkan hasil penelitian bahwa terdapat nilai-nilai yang mendasari praktek budaya suku Batak Toba pada masa nifas yang terdiri dari pantangan perilaku, perilaku khusus yang dilakukan, pantangan makanan, dan ramuan tradisional.

Interpretasi dan Hasil Diskusi

Nilai-nilai yang mendasari praktek budaya selama masa nifas.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat nilai-nilai yang mendasari praktek budaya selama nifas pada ibu suku Batak Toba.

1. Pantangan Perilaku

Pada masa nifas, terdapat pantangan perilaku yang harus ibu suku Batak Toba patuhi yaitu tidak boleh keluar rumah selama 40 hari. Menurut empat dari enam partisipan hal ini dilakukan untuk menjaga agar tubuh ibu tidak masuk angin dan membuat kepala tidak sakit. Selain itu ada juga alasan kepercayaan bahwa kondisi ibu yang belum pulih dan lemah apalagi masih kotor membuat si ibu mudah diganggu oleh roh jahat. Salah seorang partisipan menyatakan bahwa ada juga ibu yang bandel yang tidak tahan di rumah. Jika mereka hendak keluar rumah maka ia harus menggunakan kain atau handuk yang menutupi daerah kepalanya. Hal ini dilakukan agar angin tidak masuk ke kepala.

Dari alasan kepercayaan dikatakan bahwa ibu dan bayi tetap berada dalam keadaan tidak bersih selama beberapa minggu setelah melahirkan. Selama waktu ini, ibu harus tetap menyendiri dan tidak banyak melakukan aktivitas. (Bobak, 2005). Hal ini berbeda dengan pendapat Dian Warjanti (2010), yang mengatakan perilaku tersebut tidak diperlukan karena pada masa nifas, ibu dan bayi yang baru lahir harus periksa kesehatan sekurang-kurangnya 2 kali dalam bulan pertama yaitu umur 0-7 hari dan 8-30 hari guna pemberian imunisasi bagi si bayi tersebut.

2. Perilaku Khusus yang Dilakukan

Perilaku khusus yang dilakukan oleh ibu suku Batak Toba adalah keramas setiap hari selama seminggu dan air bilasan terakhir diteteskan ke mata. Menurut empat dari enam partisipan hal ini dilakukan supaya keputihan tidak naik ke mata dan mata ibu tidak kabur. mararang dan konsumsi bir hitam dicampurkan telur ayam kampung. Hal ini sejalan dengan pendapat Dian Warjanti (2010), yang mengatakan bahwa ibu keramas setiap pagi dengan tujuan agar badan si ibu merasakan kesegaran dan peredaran darah si ibu lancar. Berbeda halnya dengan ibu etnis Tionghoa yang melarang ibu nifas untuk mandi dan keramas selama satu bulan dengan alasan kondisi ibu dianggap masih dingin setelah melahirkan sehingga bila terpapar yang dingin lagi akan menyebabkan ibu masuk angin, perut kembung dan akhirnya di masa tua cepat sakit (Mahriani, 2008). Menurut Handayani (2003), seorang ibu yang melahirkan sering menderita demam dan pening. Gejala tersebut bisa berkurang jika peredaran darah berjalan lancar. Untuk memperlancar peredaran darah khususnya dibagian kepala bisa di kompres dengan pilis. Kepercayaan orang tua dulu penggunaan pilis bisa membuat mata tetap terang dan mencegah naiknya darah putih. Hal ini sejalan dengan pendapat Bony (2003), yang menyatakan bahwa pilis ramuan yang ditempelkan di kening berguna agar mata tidak sembab dan terlihat jernih kembali.

3. Pantangan Makanan

Berdasarkan hasil wawancara tiga dari enam partisipan bahwa selama masa nifas ibu suku Batak Toba mempunyai pembatasan- pembatasan dalam mengkonsumsi makanan yaitu sayuran-sayuran licin seperti kangkung dan genjer. Di dalam budaya Batak Toba tidak dibenarkan memakan sayur sayuran seperti kangkung dan genjer karena dianggap sayuran tersebut bisa membuat kemaluan ibu menjadi licin. Kangkung selain memiliki fungsi sebagai sayuran yang dapat diolah, ternyata juga memiliki fungsi lain yang juga baik untuk tubuh. Sayuran yang diketahui berasal dari India ini dipercaya memiliki fungsi untuk mengeluarkan racun dari dalam tubuh. Hal ini karena kangkung juga memiliki bermacam zat yakni, vitamin A, B1, dan C, juga mengandung protein, kalsium, fosfor. Selain itu kangkung juga bersifat anti racun (Dian, W, 2010). Selain itu suku Batak Toba juga tidak membenarkan ibu nifas untuk mengkonsumsiangka atau pun es serta makanan yang pedas-pedas. Hal ini disebabkan angka dapat menyebabkan perut ibu dan bayi menjadi kembung. Begitu juga dengan mengkonsumsi es. Menurut ilmu medis buah angka, cempedak dan durian dilarang dikonsumsi oleh ibu nifas karena dapat menghasilkan gas-gas dalam saluran pencernaan sehingga mengganggu lambung dan usus (Arif, N, 2009). Jadi perilaku suku Batak Toba tersebut sesuai dengan ilmu kesehatan.

4. Ramuan Tradisional

Menurut beberapa partisipan dan narasumber ada beberapa ramuan tradisional yang di minum oleh ibu selama masa nifas seperti bir hitam dicampur telur ayam kampung, pati kunyit, pati jahe dan pati kencur. Ramuan-ramuan tersebut bermanfaat untuk menghilangkan keputihan, membuat tubuh ibu menjadi hangat, tidak kedinginan dan sehat serta membuat ibu menjadi lebih segar. Seperti jahe, kunyit, dan kencur yang digunakan sebagai bumbu masak terutama berkhasiat untuk menurunkan tekanan darah karena rempah tersebut merangsang pelepasan hormon *adrenalin* dan memperlebar pembuluh darah, akibatnya darah mengalir lebih cepat dan lancar sehingga memperingan kerja jantung memompa darah. Khasiat lain yaitu menambah nafsu makan, memperkuat lambung, memperbaiki pencernaan karena jahe mengandung enzim pencernaan (Koswara, 2008). Tradisi ini juga dilakukan masyarakat Bandaneira dengan memberikan minuman yang terdiri dari campuran jeruk asam (jeruk nipis), jahe yang diparut dan lada yang semuanya dimasak. Tujuannya untuk menghangatkan ibu dan ibu juga menjadi lebih segar (Swasono, 1998).

Praktek perawatan nifas

Sesudah terjadinya persalinan seorang ibu suku Batak Toba menjalani perawatan nifas yang meliputi aktivitas, pemeliharaan kebersihan diri dan perawatan khusus.

1. Aktivitas

Menurut keenam partisipan pada masa nifas tidak boleh banyak beraktifitas/bergerak dikarenakan kondisi tubuh ibu masih lemah dan nanti mudah cepat lelah dan masa pemulihannya menjadi lama. Oleh karena itu dibutuhkan istirahat yang cukup sehingga kondisi ibu dapat pulih kembali. Persalinan merupakan peristiwa alamiah yang dapat terjadi secara normal atau dengan gangguan. Meskipun persalinan berlangsung secara normal dan lancar tetap menyebabkan kelelahan bagi ibu. Kelelahan fisik akibat menyangga beban bayi dalam perut ditambah dengan proses persalinan telah menguras tenaga ibu. Untuk memulihkan kondisi tubuhnya ibu yang baru melahirkan sebaiknya beristirahat atau tidur.sambil mararang, arang dijadikan bara dibuat dikolong bawah tempat tidur.

2. Pemeliharaan Kebersihan Diri

Sesuai dengan pernyataan keenam partisipan yang berkaitan dengan pemeliharaan kebersihan diri yaitu dikenal dengan mandi “wiladah” mandi seluruh tubuh dari kepala sampai ke kaki dengan air panas. Tujuannya supaya tubuh sehat, cepat pulih kembali, bersemangat dan tidak mudah capek. Sama halnya dengan mandi sauna akan menyegarkan dan menghilangkan keletihan setelah melahirkan. Sebaiknya mandi sauna dilakukan setelah ibu cukup sehat dan dapat beraktivitas secara normal. Selain itu mandi aroma juga dilakukan untuk memberikan kesegaran dan aroma wangi bagi tubuh. Wewangian bisa merangsang gairah ibu sehingga ibu lebih bersemangat merawat bayinya. Mandi sauna bisa membuka pori-pori kulit, memperlancar aliran darah dan pertukaran zat asam di seluruh jaringan tubuh serta menghilangkan bau keringat (Handayani, 2003).

3. Perawatan Khusus

Dari hasil wawancara keenam partisipan diketahui bahwa selama masa nifas ibu suku Batak Toba menggunakan air rebusan daun sirih yang digunakan dalam keadaan hangat. Menurut mereka dengan menggunakan air ini akan dapat menghilangkan bau di daerah kemaluan. Menjaga kebersihan vagina harus jadi perhatian utama, karena *vulva* yang dibersihkan akan meningkatkan resiko terjadinya infeksi. *Vulva* (bibir kemaluan) harus selalu dibersihkan dari depan ke belakang. Apabila terjadi pembengkakan dapat dikompres dengan es dan untuk mengurangi rasa tidak nyaman dapat dengan duduk berendam di air hangat setelah 24 jam pascapersalinan (Handayani, 2003). Perawatan tubuh untuk mengembalikan keindahan tubuh seperti semula telah dilakukan oleh berbagai kelompok masyarakat dengan aneka cara. Misalnya masyarakat Karo dan Bandaneira mempunyai cara yang hampir sama dalam mengembalikan keadaan tubuhnya yakni dengan menggunakan bengkung atau stargen panjang yang dililit di perut. Sama halnya dengan hasil wawancara dengan keenam partisipan yang menyatakan bahwa mereka menggunakan bengkung untuk mengembalikan keadaan tubuh mereka. Tindakan seperti memakai bengkong dilakukan dengan tujuan supaya perut ibu ketat, langsing dan perut tidak turun. Selain itu tujuan dilakukan perilaku ini adalah supaya rahim ibu kembali seperti semula. Karena adanya anggapan para ibu setelah selesai melahirkan tubuh akan menjadi kendur dan kelihatan jelek dan untuk memperketat daerah perut ibu di pakai bengkung yang sebelumnya ditapeli dengan daun jarak ataupun daun mengkudu. Hasil akhir perawatan yang diharapkan adalah bahwa ibu dan keluarganya dapat mengidentifikasi tindakan yang meningkatkan penyesuaian pribadi yang sehat pada periode pascapartum dan mempertahankan fungsi keluarga secara sehat berdasarkan norma budaya dan harapan pribadi. Namun, jika keyakinan tertentu diidentifikasi dapat membahayakan, perawat harus berhati-hati dalam menggali keyakinan tersebut pada pasien dan gunakan keyakinan tersebut dalam proses reduksi dan modifikasi (Bobak, 2005).

SIMPULAN

Hasil penelitian yang diperoleh peneliti dari keenam partisipan mengenai perawatan masa nifas yang umum dilakukan oleh ibu-ibu suku Batak Toba meliputi : pantangan perilaku, perilaku khusus yang dilakukan, pantangan makanan dan ramuan tradisional, aktivitas, pemeliharaan kebersihan diri dan perawatan khusus. Dari hasil pembahasan diperoleh bahwa, dalam kehidupan masyarakat suku Batak Toba masih banyak melestarikan budaya-budaya para pendahulunya. Di mana dampaknya masih mereka rasakan manfaatnya hingga saat ini. Misalnya pantangan perilaku, perilaku khusus yang dilakukan, pantangan makanan dan ramuan tradisional, aktivitas, pemeliharaan kebersihan diri dan perawatan khusus.

Dengan berbagai fenomena tata cara perawatan masa nifas tradisional tersebut, menurut beberapa persepsi ilmuwan medis modern saat ini justru tidak semua bisa diterima begitu saja. Contohnya ibu dilarang mengkonsumsi sayur-sayuran seperti kangkung, genjer dan sejenisnya karena dianggap dapat menyebabkan vagina menjadi licin. Sebaliknya dalam ilmu gizi, ibu hamil dianjurkan lebih banyak mengkonsumsi sayur-sayuran hijau untuk kebutuhan kesehatan ibu dan janinnya. Kemudian beberapa pantangan lain seperti dilarang

mengonsumsi ikan dan daging. Hal ini juga tidak selaras dengan persepsi ilmuwan medis yang menganjurkan ibu mengonsumsi ikan dan daging secukupnya untuk kesehatan ibu dan bayinya.

Kemudian ada juga perawatan khusus seperti memakai gurita yang sebelumnya diolesi tapel pada daerah perut ibu. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk membuat perut ibu menjadi ketat dan ramping. Lain halnya dengan teori kesehatan yang menyatakan bahwa hal ini tidak baik dilakukan karena dapat menghambat peredaran darah ke tungkai sehingga menyebabkan tungkai kaki menjadi bengkak/sakit.

Hasil penelitian ini diharapkan akan menjadi sumber pengetahuan dan strategi perawat/bidan dalam memberikan asuhan keperawatan atau asuhan kebidanan yang lebih komprehensif pada ibu selama masa nifas. Dalam implementasinya perawat atau bidan sebagai provider harus cepat tanggap terhadap berbagai pengaruh aspek budaya tradisional yang diyakini berbagai kalangan masyarakat dalam ruang lingkup praktek kerjanya, yaitu dengan memperhatikan faktor-faktor budaya setempat yang dapat dikembangkan tanpa meninggalkan nilai-nilai dasar budaya itu sendiri, dalam hal ini masyarakat yang terkait adalah masyarakat suku Batak Toba.

Pada penelitian kualitatif, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci. Oleh karena itu untuk dapat menjadi instrumen, maka peneliti harus memiliki kemampuan untuk melakukan wawancara mendalam. Pada penelitian ini, peneliti sebagai instrumen penelitian, tidak memiliki banyak pengalaman dalam melakukan wawancara, bahkan ini adalah pengalaman pertama bagi peneliti dalam melakukan wawancara sehingga secara tidak langsung mempengaruhi hasil dari penelitian ini karena dengan kemampuan wawancara yang sangat minim maka ada beberapa hal yang seharusnya dapat diketahui lebih banyak dari partisipan tidak tergal oleh peneliti sehingga hasil penelitian ini mungkin belum mencapai seluruh aspek yang diinginkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E.R. (2009). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press
- Arif, N. (2009). *Panduan Ibu Cerdas ASI dan Tumbuh Kembang*. Yogyakarta : Media Presindo
- Bahiyatun (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC
- Bobak, Lawdermik, & Jensen. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Ed.4. Jakarta: EGC
- Bony, D. (2010). *40 Hari Pascapersalinan Masalah dan Solusinya*. <http://puswaswara.com>.
- Dian, W. (2010). *Aspek Sosial Budaya dan Masa Nifas*. <http://blosqpot.com/2010>. diperoleh 10 Des 2010.
- Foster, G.M., & Anderson, B.G. (1986). *Antropologi Kesehatan*. Jakarta: UI Press
- Handayani, L. (2003). *Tanaman Obat Untuk Masa Kehamilan dan Pasca Melahirkan*, cet I Jakarta: Agromedia Pustaka
- Ibrahim, C.S. (1996). *Perawatan Kebidanan Jilid 3*. Jakarta: Bharata
- Indrawati, P. (2010). *Panduan Perawatan Kehamilan*. Yogyakarta: Atma Media Press
- Mulyana, D & Rahmat, J. (2003). *Komunikasi Antar Budaya*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

- Mulyadi,. (2010). *Maukah kita bercermin ke kota Medan*. [http : //et-ee.facebook.com](http://et-ee.facebook.com).
- Notoadmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam, (2003). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Panim, S. (2003). *Metode Penelitian Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Potter, D.F., & Hungler, B.P. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta: EGC
- Rahmat, J. (2005). *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Sari, N. (2004). *Perawatan Post Partum Menurut Perspektif Budaya Karo*. Medan: Universitas Sumatera Utara : Tidak dipublikasikan
- Saryono (2010). *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Nulia Medika
- Siregar, R.J. (2006). *Perawatan Post Partum Berdasarkan Perspektif Budaya Mandailing di Kecamatan Medan Tembung*. Medan: Sumatera Utara : Tidak Dipublikasikan
- Suherni, (2009). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitra Maya
- Sunaryo, (2004). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Suparyanto, (2010), *Pantangan Makanan di Masa Nifas*. <http://blogspot.com/2010/12> diperoleh 09 Desember 2010.
- Suryanto, (2009). *Riset Kebidanan Metodologi dan Aplikasi*. Yogyakarta: Mitra Cendikia
- Sutomo, A.H. (2003). *Pedoman Praktis Safe Motherhood Asuhan Ibu dan Bayi*. Jakarta: EGC
- Swasono, M.F. (1998). *Kehamilan, Kelahiran, Perawatan Ibu dan Bayi Dalam Konteks Budaya*. Jakarta: UI Press
- Tim Penyusun Program D-IV USU. (2010). *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Medan : Tidak dipublikasikan