

**PENGARUH PENGGUNAAN BENGKUNG PADA
PENURUNAN FUNDUS UTERI PADA IBU
PASCA MELAHIRKAN DI AYU
LESTARI MOMS AND
BABY CARE**



**NI KADEK ANGGA MARTINA
NIM. A1224047**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH PENGGUNAAN BENGKUNG PADA
PENURUNAN FUNDUS UTERI PADA IBU
PASCA MELAHIRKAN DI AYU
LESTARI MOMS AND
BABY CARE**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**NI KADEK ANGGA MARTINA
NIM. A1224047**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PENGGUNAAN BENKGUNG PADA PENURUNAN
FUNDUS UTERI PADA IBU PASCA MELAHIRKAN
DI AYU LESTARI *MOMS AND BABY CARE***

Diajukan Oleh:

**Ni Kadek Angga Martina
NIM. A1224047**

Badung, 20 Juni 2025

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I





Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes
NIDN. 0825068901

Pembimbing II



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb.,M.Keb
NIDN. 0822059601

**Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua**



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PENGGUNAAN BENGGKUNG PADA PENURUNAN
FUNDUS UTERI PADA IBU PASCA MELAHIRKAN
DI AYU LESTARI *MOMS AND BABY CARE***

Badung, 9 Juli 2025

Telah Disahkan Oleh Tim Penguji yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



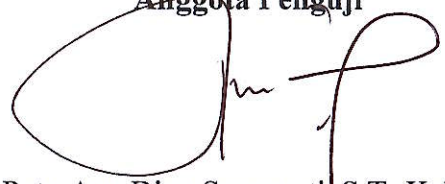
Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes
NIDN. 0821098803

Sekretaris Penguji



Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes
NIDN. 0825068901

Anggota Penguji



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb.,M.Keb
NIDN. 0822059601

**Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua**



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Kadek Angga Martina

NIM : A1224047

Jurusan : RPL Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Bengkung pada Penurunan Fundus Uteri pada Ibu Pasca Melahirkan di Ayu Lestari *Moms and Baby Care*

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 15 Juni 2025



(Ni Kadek Angga Martina)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Skripsi, Juni 2025

Ni Kadek Angga Martina

Pengaruh Penggunaan Bengkung pada Penurunan Fundus Uteri pada Ibu Pasca Melahirkan di Ayu Lestari *Moms and Baby Care*

xiv + 61 + 10 tabel + 17 gambar + 13 lampiran

ABSTRAK

Proses involusi uterus pada masa nifas menjadi salah satu parameter pengukuran pemulihan yang akan berdampak pada morbiditas dan mortalitas ibu. Penggunaan bengkung adalah salah satu upaya yang digunakan untuk mengencangkan otot perut dan membantu mempercepat pemulihan rahim ke bentuk semula. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penggunaan bengkung pada penurunan fundus uteri pada ibu pasca melahirkan di Ayu Lestari *Moms and Baby Care*. Metode penelitian ini menggunakan desain *pra-eksperiment* dengan menggunakan pendekatan *Intact-Group Comparison design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan teknik *purposive sampling*, dan jumlah sampel yang digunakan adalah 30 responden, terdiri dari 15 ibu nifas kelompok intervensi dan 15 ibu nifas kelompok kontrol. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Willcoxon Sign Rank Test* dan *Mann-Whitney*. Hasil statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* pada kelompok kontrol maupun intervensi didapatkan nilai p sebesar 0,001 ($p\text{-value} < 0,05$), dalam hal ini terdapat perbedaan pada hasil *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol maupun intervensi. Hasil uji *Mann-Whitney Test* diperoleh nilai $p\text{-value}$ 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan H_a diterima yaitu ada penggunaan bengkung pada penurunan fundus uteri pada ibu pasca melahirkan di Ayu Lestari *Moms and Baby Care*. Saran: bagi masyarakat khususnya ibu-ibu disarankan agar bisa menggunakan bengkung sebagai proses mengencangkan otot perut dan membantu mempercepat pemulihan rahim ke bentuk semula.

Kata kunci : **Bengkung, Masa Nifas, Penurunan Fundus Uteri**

Daftar Pustaka: 77 (2020-2025)

HEALTH INSTITUTION BINA USADA BALI BACHELOR DEGRE AND PROFESSIONAL OF MIDWIFERY PROGRAM

Thesis June 2025

Ni Kadek Angga Martina

The Effect of Bengkung Use on Uterine Fundal Height Reduction in Postpartum Mothers at Ayu Lestari Moms and Baby Care

xvi + 61 + 10 tables + 17 imaget + 13 appendices

ABSTRACT

The process of uterine involution during the postpartum period is one of the parameters for measuring recovery that will have an impact on maternal morbidity and mortality. The use of bends is one of the efforts used to tighten the abdominal muscles and help speed up the recovery of the uterus to its original shape. The purpose of this study was to determine the effect of the use of bending on the decrease of uterine fundus in postpartum mothers at Ayu Lestari Moms and Baby Care. This research method uses a pre-experimental design using the Intact-Group Comparison design approach. The sampling technique used was purposive sampling technique, and the number of samples used was 30 respondents, consisting of 15 postpartum mothers in the intervention group and 15 postpartum mothers in the control group. The statistical tests used are the Willcoxon Sign Rank Test and the Mann-Whitney test. The statistical results of the Wilcoxon Sign Rank Test in the control and intervention groups obtained a p value of 0.001 ($p\text{-value} < 0.05$), in this case there was a difference in the results of the pretest and posttest of the control and intervention groups. The results of the Mann-Whitney Test obtained a p-value of 0.000 ($p\text{-value} < 0.05$). Thus, it can be concluded that H_a is accepted, namely the use of bending in the reduction of uterine fundus in postpartum mothers at Ayu Lestari Moms and Baby Care. Suggestion: for the community, especially mothers, it is recommended to use bending as a process of tightening the abdominal muscles and helping to accelerate the recovery of the uterus to its original shape.

Keywords : *Bengkung, Postpartum Period, Uterine Fundal Height Reduction*
Bibliography : *77 (2020-2025)*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan rahmat-Nyalah skripsi dengan Judul “Pengaruh Penggunaan Bengkung Pada Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Ayu Lestari *Moms And Baby Care*” dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Sebagai salah satu persyaratan akademik dalam rangka memenuhi tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukan semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan, bimbingan serta pengarahan dari berbagai pihak, oleh karena ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M. M, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali yang memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.S.T.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak membantu dan mengarahkan selama pendidikan di STIKES Bina Usada Bali.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak membantu dan meluangkan waktunya untuk membimbing

dengan penuh kesabaran dalam memberi pengetahuan, masukan serta mengarahkan kelengkapan materi dalam menyusun skripsi ini.

4. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb.,M.Keb selaku pembimbing II yang telah banyak membantu baik dari isi materi maupun dalam sistematika penulis dan kelengkapan skripsi ini.
5. Seluruh staf Dosen STIKES Bina Usaha Bali yang telah membina, membimbing penulis sejak awal pendidikan hingga saat ini.
6. Seluruh responden yang telah ikut partisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
7. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, semoga dengan kekurangan ini menjadikan pembelajaran yang berguna bagi masa yang akan datang, oleh karena itu diharapkan masukan baik kritik maupun saran dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi penelitian ini bermanfaat bagi para pembaca.

Badung, 20 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Teori	7
B. Kajian Empiri	27
C. Kerangka Teori	30
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	33
A. Kerangka Konsep	33
B. Hipotesis.....	33
C. Definisi Operasional.....	34
BAB IV METODE PENELITIAN	35
A. Rancangan Penelitian	35

B. Populasi dan Sampel	35
C. Tempat Penelitian.....	37
D. Waktu Penelitian	37
E. Etika Penelitian	37
F. Alat Pengumpulan Data	40
G. Prosedur Pengumpulan Data	41
H. Pengolahan Data.....	42
I. Analisis Data	44
BAB V HASIL PENELITIAN	46
A. Tempat dan Waktu Penelitian	46
B. Analisis Univariat.....	46
C. Analisis Bivariat.....	49
BAB VI PEMBAHASAN.....	51
A. Interpretasi Penelitian.....	51
B. Keterbatasan Penelitian.....	58
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	58
BAB VII SIMPULAN DAN SARAN	59
A. Simpulan	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Perubahan Uterus Selama <i>Postpartum</i>	19
Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Penggunaan Bekung Pada Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Ayu Lestari <i>Moms And Baby Care</i>	34
Tabel 5.1	Karakteristik Ibu Nifas di Ayu Lestari <i>Moms and Baby Care</i>	47
Tabel 5.2	Rata-rata Tinggi Fundus Uteri pada Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum Diberikan Bengkung	48
Tabel 5.3	Rata-rata Tinggi Fundus Uteri pada Kelompok Kontrol dan Intervensi Setelah Diberikan Bengkung.....	48
Tabel 5.4	Kecepatan Involusi Uteri pada Kelompok Kontrol dan Intervensi saat Nifas Hari ke-7.....	49
Tabel 5.5	Uji Normalitas Data	50
Tabel 5.6	Perbedaan Rata-rata Tinggi Fundus Uteri pada Kelompok Kontrol	50
Tabel 5.7	Perbedaan Rata-rata Tinggi Fundus Uteri pada Kelompok Intervensi.....	51
Tabel 5.8	Analisis <i>Mann-Withney Test</i> Penggunaan Bengkung pada Penurunan Fundus Uteri pada Ibu Pasca Melahirkan di Ayu Lestari <i>Moms and Baby Care</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Pengaruh Penggunaan Bekung Pada Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Ayu Lestari <i>Moms And Baby Care</i>	30
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Pengaruh Penggunaan Bekung Pada Penurunan Fundus Uteri Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Ayu Lestari <i>Moms And Baby Care</i>	33
Gambar 4.1	Rancangan Penelitian.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Jadwal Penelitian
- Lampiran 2** Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3** Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4** Surat Keterangan Lolos Etik/EA
- Lampiran 5** Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6** Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 7** Pengantar Kusioner
- Lampiran 8** Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9** Lembar Observasi
- Lampiran 10** SOP Pengukuran TFU
- Lampiran 11** SOP Penggunaan Bengkung
- Lampiran 12** Hasi Output SPSS
- Lampiran 13** Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 14** Dokumentasi Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

- AKI : Angka Kematian Ibu
- PMB : Praktik Mandiri Bidan
- ASI : Air Susu Ibu
- KB : Keluarga Berencana
- KIE : Komunikasi Informasi Edukasi
- BAK : Buang Air Kecil
- BAB : Buang Air Besar
- SC : *Sectio Caesarea*
- IMD : Inisiasi Menyusu Dini
- TFU : Tinggi Fundus Uteri
- Ha : Hipotesis Alternatif
- H₀ : Hipotesis Nol
- SOP : Standar Operasional Prosedur
- KEPK : Komisi Etik Penelitian Kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilliani, R., & Magdalena, M. (2023). Efektivitas Senam Nifas Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri (Tfu) Pada Ibu Postpartum Normal 1-7 Hari Di Puskesmas Karangpawitan Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 4374–4386. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i10.1675>
- Girsang, B. M., Siregar, F. L., Nasution, D. L., Karo, E. I., Marbun, A. S., Mahdalena, J., & Barus, E. (2023). *Evidence Based Praticce Periode Nifas*. Deepublish.
- Hindriati, T. (2024). Faktor - faktor Yang Berhubungan Dengan Involusio Uteri Pada Ibu Nifas Di Rumah Bersalin Wilayah Kerja Puskesmas Rawasari. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 14(1), 90–94.
- Irnawati, I., Rukmaini, & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Penggunaan Bengkung terhadap Lingkar Perut Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggung Banten. *Jurnal Kebidanan*, 11(2).
- Krisnawati, R. (2021). Pengaruh Penggunaan Bengkung atau Stagen Terhadap Proses Involusi Uterus Ibu Nifas di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Ketahun Kabupaten Bengkulu Utara. In *Pharmacognosy Magazine* (Vol. 75, Issue 17).
- Krisnawati, R., Wahyuni, E., Yuniarti, & Andriani, L. (2022). Pengaruh Penggunaan Bengkung atau Stagen Terhadap Proses Involusi Uterus Ibu Nifasdi PMB Wilayah Kerja Puskesmas Ketahun Kabupaten Bengkulu Utara. *Jurnal Besurek Jidan*, 1(1).
- Notoadmodjo, S. (2015). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Qomariah, S., Herlina, S., & Sartika, W. (2024). Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Siak Hulu Ii. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 8(1), 28–37. <https://doi.org/10.36341/jomis.v8i1.4060>
- Rahayu, D. T. (2017). Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas di Desa Keling Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(2), 179–184.
- Rahayu, D. T. (2018). Pengaruh Pemakaian Bengkung Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Nifas di Desa Keling Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. *JURNAL ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 8(2), 179–184.
- Ramie, A., Mahdalena, M., & Marlinda, E. (2024). *Komplikasi Persalinan Berbasis Sosial Budaya dan Instrumen Pengukurannya*. Deepublish Digital.
- Saputri, E. M., & Yanti, J. S. (2024). Pelaksanaan Senam Nifas Terhadap Penurunantinggi Fundus Uteri (TFU) pada Ibu Nifas di Praktik Mandiri Bidan Deliana. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal*, 9(1), 258.
- Sitorus, E. Y., Martini, S., & Mahanani, Mulyaningrum, F. (2023). Correlation Between the Use of Bengkung Towards Uterine Involution in Postpartum Mothers. *Jurnal Profesi Bidan Indonesia (JPBI)*, 3(1), 2798–8856.
- Sumarni, S., & Nahira, N. (2022). Pengaruh Penggunaan Bengkung Terhadap Penurunan Lingkar Perut Ibu Post Partum di Puskesmas Kassi-Kassi. *Madu : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 80. <https://doi.org/10.31314/mjk.11.2.80-84.2022>