

Rancangan Intervensi Keperawatan Berbasis Bukti Ilmiah untuk Mengatasi Diastasis Recti Abdominis pada Ibu Post Partum dengan Penggunaan Penyangga Perut (Bengkung) = Evidence-Based Nursing Intervention Design to Overcome Diastasis Rectus Abdominis on Postpartum Mother using Abdominal

Ainna Fisabila, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20515764&lokasi=lokal>

Abstrak

Dua dari tiga wanita mengalami diastasis recti abdominis selama kehamilan mereka. Beberapa hal dilakukan untuk membantu pengecilan rahim dan mengurangi diastasis recti abdominis setelah melahirkan, baik secara ilmiah maupun tradisional. Salah satunya adalah dengan menggunakan penyangga perut pasca melahirkan dan pengikat perut (bengkung) yang telah digunakan selama berabad-abad sebagai metode untuk menopang perut wanita. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis dari berbagai sumber literatur mengenai manfaat penggunaan penyangga perut dan juga membuat rekomendasi penelitian terkait standar operasional prosedur penggunaan penyangga perut untuk mengurangi diastasi recti abdominis pada ibu post partum. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan mengumpulkan artikel penelitian eksperimental terkait penggunaan penyangga perut pada ibu post partum 2 hari sampai 1 tahun. Desain penelitian ini yaitu studi literatur dengan melakukan pencarian artikel menggunakan database Internasional seperti Google Scholar, EBSCOhost, Proquest, dan Pubmed. Pada penelitian ini didapatkan 129 artikel penelitian dengan kata kunci “post partum”, “post natal”, “abdominal binding”, “belly binder”, “abdominal supporting belt”, “belly binding”, dan “diastasis recti abdominis”, “exercise”. Dalam penelitian ini didapatkan 6 artikel yang dianalisis sesuai dengan kriteria inklusi yaitu a) merupakan penelitian eksperimental mengenai penggunaan penyangga perut bagi ibu postpartum; b) penelitian dilakukan langsung kepada ibu post partum usia 2 hari –1 tahun; c) Ibu post partum memiliki diastasis recti lebih dari 2.5 cm ; d) literatur menggunakan bahasa inggris ataupun bahasa indonesia; dan e) literatur dipublikasikan dalam periode 10 tahun terakhir. Kriteria eksklusi yaitu jika literatur yang diterbitkan dalam database tidak lengkap hanya berupa abstrak dan penelitian dalam publikasi belum selesai dilakukan. Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, didapatkan bahwa penggunaan penyangga perut efektif sebagai pengurangan diastasis recti abdominis pada ibu post partum, namun harus disertai dengan latihan otot perut secara rutin. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk perawat dalam penanganan diastasis recti abdominis secara non-farmakologi pada ibu post partum.

.....Two out of three women experience diastasis rectus abdominis during their pregnancy. Several things are considered helpful to shrink the uterus and reduce diastasis rectus abdominis after labor, both scientifically and traditionally. One of the methods is to use abdominal binding (bengkung) that has been used for centuries to support women’s belly. The objectives of this research are to analyze the benefit of abdominal binding from several literatures and to propose nursing intervention recommendations regarding its standard operational procedure to reduce diastasis recti abdominis on postpartum mothers. The method used in this research is literature study by collecting experimental research articles regarding the use of abdominal binding on postpartum mothers from 2 days until 1 year after labor. The design of this research is literature study by doing literature search using International Database such as Google Scholar, EBSCOhost,

Proquest, and Pubmed. There are 129 research articles in this study using keywords: “post-partum”, “post-natal”, “abdominal binding”, “belly binder”, abdominal supporting belt”, “belly binding”, “diastasis rectus abdominis”, and “exercise”. There are 6 articles taken into analysis met the inclusion criteria, including a) Experimental study regarding the use of abdominal binding for postpartum mother; b) The study involved postpartum mother 2 days – 1 year after labor; c) Postpartum mother experiencing diastasis rectus more than 2,5 cm; d) The literatures use English or Bahasa Indonesia; and e) The literature is published on the last 10 years. The exclusion criteria in this study is that if the literature published in the database is incomplete it only contains abstracts and the research has not been finished yet. Based on studies conducted, the use of abdominal binding is effective to reduce diastasis recti abdominis on postpartum mothers, However, the use of this abdominal corset must be accompanied by regular abdominal muscle exercises. The results are expected to be useful for nurses to support postpartum mothers who have diastasis recti abdominis by non-pharmacologic treatment.