

**PENGALAMAN IBU NIFAS YANG MENJALANI PERAWATAN  
TRADISIONAL BAPASOA DI KELURAHAN MAMBORO  
BARAT PROVINSI SULAWESI TENGAH**

**SKRIPSI**



**SINTA GINTU  
WN10123264**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA  
PALU  
2024**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul Pengalaman Ibu Nifas Yang Menjalani Perawatan Tradisional Bapasoa Di Kelurahan Mambooro Barat Provinsi Sulawesi Tengah adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan ke dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Universitas Widya Nusantara.

Palu, 04 November 2024



Sinta Gintu

WN10123264

**PENGALAMAN IBU NIFAS YANG MENJALANI PERAWATAN  
TRADISIONAL BAPASOA DI KELURAHAN MAMBORO  
BARAT PROVINSI SULAWESI TENGAH**

Sinta Gintu, Tigor H. Situmorang, Ni Nyoman Udiani  
Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Masa nifas merupakan masa pemulihan setelah melahirkan yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung selama 6-8 minggu. Sebagian masyarakat Suku Kaili Kelurahan Mamboro Barat masih percaya pada *sando mpoana* (dukun beranak) karena merasa terjaga saat melakukan perawatan setelah melahirkan di *Sando*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam tentang Pengalaman Ibu Nifas yang menjalani Perawatan Tradisional Bapasoa di Kelurahan Mamboro Barat Provinsi Sulawesi Tengah. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengambilan data menggunakan *in-depth interview* yang bertujuan untuk mendapatkan data serta gambaran tentang tradisi ibu nifas yang melakukan perawatan setelah melahirkan. **Hasil Penelitian:** Hasil Penelitian ini didapatkan 10 tema yaitu: 1) Perubahan di lingkungan keluarga, 2) Manfaat bapasoa, 3) Efek samping, 4) Upaya mencegah efek samping, 5) Upaya mencapai kesembuhan, 6) Jenis dukungan, 7) Sumber dukungan, 8) Hambatan saat akan bapasoa, 9) Upaya mengatasi hambatan, 10) Harapan. **Simpulannya:** Pengalaman ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional bapasoa mampu beradaptasi dalam menjalani perawatan tradisional bapasoa serta memerlukan dukungan baik dari diri sendiri, orang lain dan petugas kesehatan untuk mengatasi hambatan yang dilalui. **Saran:** Bagi tenaga medis setempat penelitian ini dapat menjadi dasar untuk melakukan promosi kesehatan dan pendampingan berkelanjutan terhadap ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional bapasoa.

Kata Kunci : Tradisional, Pengalaman, Ibu Nifas, Kualitatif

**THE EXPERIENCES OF POSTPARTUM WOMEN WHO UNDERGOING  
BAPASOA TRADITIONAL CARE IN MAMBORO BARAT VILLAGE,  
CENTRAL SULAWESI PROVINCE**

**ABSTRACT**

**Background:** The postpartum is a recovery period after deliver that begins after placenta discharge until the uterus organ recover to pre-pregnancy condition within 6-8 weeks. Some of the Kaili tribe people of Mamboro Barat Village still trust to sando mpoana (traditional birth attendants) because they feel save when doing postpartum care at Sando. This study aims to find out in depth about the experiences of postpartum women who undergo Bapasoa traditional care in Mamboro Barat Village, Central Sulawesi Province.

**Methods:** This type of research is qualitative with a phenomenological approach. Data collection by using in-depth interviews aims to obtain data and an overview of the traditions of postpartum women care after giving birth.

**Results:** This study obtained 10 themes, such of: 1) Changes in the family environment, 2) Benefits of bapasoa, 3) Side effects, 4) Efforts to prevent the side effects, 5) Efforts to achieve recovery, 6) Types of support, 7) Source of support, 8) Obstacles when going to bapasoa, 9) Efforts to overcome obstacles, 10) Expectations.

**Conclusion:** The experience of postpartum women who undergo bapasoa traditional care is able to adapt to undergoing bapasoa traditional care and requires support from themselves, others and health workers to overcome the obstacles.

**Suggestions:** For local medical personnel, this research can be the basis for conducting health promotion and continuous assistance to postpartum women who undergo bapasoa traditional care.

*Keywords: Traditional, Experience, Postpartum Women, Qualitative*



**PENGALAMAN IBU NIFAS YANG MENJALANI  
PERAWATAN TRADISIONAL BAPASOA DI KELURAHAN  
MAMBORO BARAT PROVINSI SULAWESI TENGAH**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi  
Ilmu Keperawatan  
Universitas Widya Nusantara Palu



**SINTA GINTU  
WN10123264**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA  
PALU  
2024**

**PENGALAMAN IBU NIFAS YANG MENJALANI  
PERAWATAN TRADISIONAL BAPASOA  
DI KELURAHAN MAMBORO BARAT  
PROVINSI SULAWESI TENGAH**

**SKRIPSI**

**SINTA GINTU  
WN10123264**

Skripsi Ini Telah Diujikan Tanggal 04 November 2024

**Ns. Suaib,S.Kep.,M.Kes  
NIK.20220901139**

(.....)

**Dr. Tigor H. Situmorang,MH.,M.Kes  
NIK.20080901001**

(.....)

**Ns. Ni Nyoman Udiani,S.Kep.,M.Kep  
NIK.202008022**

(.....)

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Kesehatan  
Universitas Widya Nusantara**



**Arhan SST,Bd.,M.Keb  
NIK. 20090901010**

## PRAKATA

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat-Nya, sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan dan suami, anak serta kedua orang tua yang selalu memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan baik moral dan material kepada penulis.

Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan September 2024 sampai Oktober 2024 ini adalah **“Pengalaman Ibu Nifas yang menjalani Perawatan Tradisional Bapaso di Kelurahan Mamboro Barat Provinsi Sulawesi Tengah”**.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, bantuan, dorongan, arahan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Widyawati Situmorang, M.Sc selaku Ketua Yayasan Widya Nusantara.
2. Bapak Dr. Tigor H Situmorang, MH.,M.Kes selaku Rektor Universitas Widya Nusantara serta selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Arfiah SST., Bd., M.Keb selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara.
4. Bapak I Made Rio Dwijayanto, S.Kep, Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Ners Universitas Widya Nusantara.
5. Ibu Ni Nyoman Udiani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam perbaikan skripsi ini
6. Bapak Suaib, S.Kep., Ns., M.Kes selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
7. Seluruh staf pengajar di lingkungan Universitas Widya Nusantara, terima kasih sudah membimbing dan membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan.
8. Dokter, perawat, bidan dan staf Puskesmas Mamboro, atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.

9. Seluruh Responden yang sudah berpartisipasi dalam kelancaran penelitian ini.
10. Ayu Riski, S.Tr.Kep dan Ika Gintu, S.Kep., Ns yang sudah mendampingi dalam proses penelitian di lapangan.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan Program Studi Keperawatan Universitas Widya Nusantara kelas Non Regular yang selalu kompak, saling memberikan semangat serta motivasi selama ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang ilmu keperawatan.

Palu, November 2024



Sinta Gintu  
WN10123264

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
ABSTRAK BAHASA INDONESIA	iii
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	iv
HALAMAN JUDUL	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Ruang Lingkup	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Hasil Penelitian	6
B. Kerangka Pikir	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	26
B. Pengelolaan Peran Sebagai Peneliti	26
C. Lokasi Penelitian	27
D. Penentuan Informan	27
E. Sumber Data	28
F. Tehnik Pengumpulan Data	29
G. Tehnik Analisis Data	29
H. Pengecekan Validitas Temuan	31
I. Tahap-tahap Penelitian dan Jadwal	32
J. Etika Bagi Penelitian dan Penulis	32

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	34
B. Hasil Penelitian	34
C. Pembahasan	49
D. Keterbatasan Penelitian	57
BAB V PENUTUP	58
A. Simpulan	58
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Involusi Uteri	22
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Daun Pandan	12
Gambar 2.2 Sereh	13
Gambar 2.3 Melatih Putih	14
Gambar 2.4 Tulasi	14
Gambar 2.5 Pala	15
Gambar 2.6 Kayu Manis	16
Gambar 2.7 Tanaman Mangkokan/Daun Mangko	16
Gambar 2.8 Daun Jeruk	17
Gambar 2.9 Cengkeh	18
Gambar 2.10 Daun Cakar Ayam (Santa Madia)	18
Gambar 2.11 Proses Involusi	21
Gambar 2.12 Alur Pikir Penelitian Kualitatif	26
Gambar 3.1 Macam-macam Tehnik Pengumpulan Data	30
Gambar 3.2 Analisis Fenomenologi	32
Gambar 4.1 Analisis Tema: Proses Adaptasi	36
Gambar 4.2 Analisis Tema: Sistem Pendukung	43
Gambar 4.3 Analisis Tema: Hambatan	46
Gambar 4.4 Analisis Tema: Harapan	48
Gambar 4.5 Analisis Tema Secara Keseluruhan	49

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal penelitian
2. Lembar persetujuan kode etik
3. Surat permohonan pengambilan data awal
4. Surat balasan pengambilan data awal
5. Surat permohonan turun penelitian
6. Permohonan menjadi responden (*Informed Consent*)
7. Pedoman wawancara
8. Persetujuan menjadi responden
9. Surat balasan selesai penelitian
10. Dokumentasi penelitian dilengkapi keterangan di bawah foto
11. Riwayat hidup
12. Lembar bimbingan skripsi

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Enam minggu setelah kelahiran bayi, saat plasenta terpisah dari rahim dikenal sebagai fase paska persalinan, kadang-kadang dikenal sebagai masa nifas. Pemulihan organ-organ yang berhubungan dengan kehamilan terjadi pada masa ini, dan organ-organ tersebut mengalami perubahan seperti luka dan proses terkait kelahiran lainnya. Untuk mengembalikan organ reproduksi ke keadaan sebelum hamil, dilakukan perawatan paska melahirkan. Perlakuan yang diberikan sudah sesuai dengan apa yang diharapkan pada saat kunjungan nifas pada ibu. Meskipun demikian, sebagian masyarakat terus mempraktikkan terapi tersebut secara turun temurun karena keragaman budaya yang dimiliki Indonesia (Sartina, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kematian ibu mencapai 211 per 100.000 kelahiran hidup di seluruh dunia tercatat. Menurut perkiraan, 50% kematian ibu nifas terjadi dalam 24 jam pertama setelah melahirkan, sedangkan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan. Ibu pada masa ini biasanya mengalami permasalahan penyakit kejiwaan, suplai ASI, involusi, dan gangguan pemulihan kesehatan (Kayani et al., 2023). Berdasarkan rekomendasi perawatan nifas yang dikeluarkan Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019, kesulitan atau komplikasi mungkin timbul pada 15–25% kelahiran dan masa nifas yang berjalan sesuai rencana (Sartina, 2023). Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah tahun 2024, ibu bersalin pada tahun 2021 jumlah ibu bersalin 50.905 jiwa, tahun 2022 sebanyak 52.082 jiwa dan pada tahun 2023 sebanyak 51.066 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Sulteng, 2024).

Masih adanya masyarakat yang menerapkan prosedur perawatan tradisional menjadi salah satu unsur budaya yang mempengaruhi upaya yang dilakukan masyarakat setelah melahirkan. Berdasarkan Data Riset

Kesehatan Dasar tahun 2013, 30,4% keluarga Indonesia memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional terampil tanpa menggunakan teknologi, artinya 77,8% keluarga mengonsumsi bahan-bahan. Hal ini menandakan masih terdapatnya keluarga di Indonesia yang menggunakan pelayanan kesehatan tradisional. Selain itu, berbagai adat istiadat budaya yang diturunkan dari nenek moyang mempengaruhi cara pengasuhan ibu dan bayi pasca melahirkan. Penelitian yang dilakukan oleh Agustina Regina Yufuai pada tahun 2013 juga menyatakan bahwa pengalaman, adat istiadat, kepercayaan yang diwariskan dalam masyarakat yang diturunkan dari generasi ke generasi mendorong penggunaan pengobatan tradisional termasuk pijat, minuman berbahan dasar daun, makanan pantangan dan aktivitas tertentu. Ritual atau doa dimulai secara rutin pada usia kehamilan sembilan bulan dan berlanjut hingga proses melahirkan selesai (Pattinasarany et al., 2020).

Menurut UU RI No 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan mengklaim bahwa prosedur dan pengobatan yang digunakan dalam terapi atau perawatan didasarkan pada pengalaman dan kemampuan turun-temurun yang dapat dijelaskan secara ilmiah dan digunakan sesuai dengan standar sosial. Pilihan masyarakat terhadap pengobatan tradisional dipengaruhi oleh budaya lokal yang berdampak signifikan terhadap perubahan pola pikir masyarakat dan sangat mempengaruhi perilaku masyarakat secara umum termasuk perilaku kesehatan. Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa budaya berdampak pada perilaku masyarakat yang berhubungan dengan kesehatan (Pattinasarany et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif menurut Pattinasarany et al. (2020) menyebutkan tentang implementasi tradisional pada perawatan masa nifas. Diketahui bahwa setiap anggota suku Alifuru yang berusia di bawah empat puluh tahun yang telah melewati masa nifas telah menggunakan pengobatan tradisional yaitu mengonsumsi campuran atau rebusan rempah-rempah tertentu seperti ukup dan rahu. Agar tubuh ibu di masa nifas lebih kuat dan tidak melemah, peserta dimotivasi untuk menggunakan pengobatan tradisional karena sudah digunakan secara turun

temurun, digunakan oleh orang tua, dan diyakini mempunyai manfaat. Ibu paska melahirkan tersebut dapat melanjutkan aktivitas sehari-harinya sendiri segera setelah tiga atau empat hari setelah melahirkan.

Suku Kaili merupakan suku bangsa yang mendiami wilayah Kabupaten Donggala, Sigi, dan Kota Palu di Sulawesi Tengah. Selain itu Suku Kaili juga menyebar hingga ke Kabupaten Poso dan wilayah Parigi Moutong. Perawatan tradisional *bapasoa* adalah salah satu perawatan yang digunakan oleh masyarakat suku Kaili yang dipercayai dapat bermanfaat untuk merelaksasikan tubuh dan sekaligus membuat tubuh jadi harum, mengembalikan peranakan, vagina menjadi rapat, kekebalan tubuh meningkat, dapat membantu tubuh memproduksi sel darah putih dari sebagai macam bakteri dan virus pembawa penyakit. Perawatan ini dapat digunakan untuk calon pengantin dan ibu nifas.

Data yang didapatkan dari Puskesmas Mamboro (2024) jumlah ibu bersalin pada tahun 2023 yaitu 347 jiwa, tahun 2022 sebanyak 316 jiwa, sedangkan pada tahun 2021 sebanyak 309 jiwa, diperkirakan adanya peningkatan jumlah ibu nifas tiap tahunnya. Menurut petugas kesehatan setempat ada beberapa ibu nifas datang kembali untuk berobat dengan keluhan nyeri payudara karena adanya bendungan ASI disertai demam, sakit kepala tidak tertahankan, nyeri perut karena ada satu luka jahitan yang terbuka. Saat kunjungan ke rumah ibu nifas, masih ada juga yang kurang menerapkan *vulva hygiene*, bahkan ada juga ibu nifas dengan perasaan mudah marah, gelisah, panik, serta sedih dalam jangka waktu yang lama.

Hasil wawancara singkat dengan 2 ibu yang sudah pernah melakukan perawatan *bapasoa* pada tanggal 6 bulan Juli tahun 2024, dengan ungkapan:

P2: “...*badan terasa segar, nyaman, sehat kembali kita rasa...*”

“...*sudah tradisi bapasoa itu turun-temurun...*”

P3: “...*sehat, ba kase ringan badan, ba kase kembali kita punya keperawanan...*”

“...*dari turun-temurun...*”

Hasil wawancara singkat dengan *sando mpoana* pada tanggal 9 bulan Juli tahun 2024, dengan ungkapan:

P1: “...selama 40 hari memang kita dipasoa, supaya tidak bantahan, kering yang luka, untuk yang lahir normal...”

“...untuk mengeringkan yang sana itu, vagina rapatlah karna kering...”

Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan cara melakukan wawancara mendalam terhadap pengalaman ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa* di kelurahan Mamboro Provinsi Sulawesi Tengah.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana pengalaman ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa* di Kelurahan Mamboro Barat Provinsi Sulawesi Tengah?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara mendalam bertujuan untuk mengetahui pengalaman ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa* di kelurahan Mamboro Barat Provinsi Sulawesi Tengah.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Terdeskripsi proses adaptasi ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa*.
- b. Tereksplorasinya sistem pendukung ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa*.
- c. Terdeskripsikannya hambatan yang dilalui ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa*.
- d. Tereksplorasi harapan ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional *bapasoa*.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

##### 1. Bagi Ilmu Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan bacaan dan wawasan bagi mahasiswa tentang pengalaman ibu nifas yang menjalani perawatan tradisional bapasoa sehingga materi yang diperoleh dapat bermanfaat bagi mahasiswa.

##### 2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini nantinya dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti berikutnya dengan variabel yang berbeda dan pembahasan yang lebih lengkap.

##### 3. Bagi Institusi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini nantinya bisa dijadikan acuan bagi Puskesmas Mambooro untuk membantu menjaga kualitas hidup ibu nifas dan menciptakan lingkungan yang lebih peduli dan inklusif.

#### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mambooro Kelurahan Mambooro Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa, M. R., & Meiyanti, M. (2021). Pemanfaatan obat tradisional di Indonesia: distribusi dan faktor demografis yang berpengaruh. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 130–138. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2021.v4.130-138>
- Aprilia, L., & Mukhlisah, N. R. I. (2023). Artikel review: Perawatan tradisional Indonesia bagi ibu pada masa nifas. *Sasambo Journal of Pharmacy*, 4(1), 24–29. <https://doi.org/10.29303/sjp.v4i1.206>
- Asih, Y., & Risneni. (2016). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta. Trans Info Media.
- Azizah, N. (2020). Struktur dan Kultur Budaya dalam Keluarga di Era Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) di Lingkungan Keluarga Kota Bandung. *Az-Zahra: Journal of Gender and Family Studies*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.15575/azzahra.v1i1.9474>
- Dedi, B. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Keperawatan* (R. N. Fawwazaniq (ed.); cet. 1). Jakarta. Katalog Dalam Terbitan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulteng. (2024). *Data Ibu Nifas tahun 2021 sampai 2023*. Palu
- Doli Tine Donsu, J. (2019). *METODOLOGI PENELITIAN KEPERAWATAN*. Yogyakarta. PT. PUSTAKA BARU.
- Fitri, I. (2017). *Sistem Reproduksi Wanita* (Cet. 1). Yogyakarta. Gosyen Publishing.
- Hidayat, S. (2015). *Kitab Tumbuhan Obat* (F. Ai Nurrohman (ed.); Cet.1). Jakarta. Agriflo.
- Kayani, Ningrum, N. P., & Hidayatunnikmah, N. (2023). Hubungan budaya tomboro (mandi uap) suku buton dengan pemulihan masa nifas di wilayah kerja puskesmas watorumbe bata. 2692–2698.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K. R. (2016). *Maternity & Women's Health Care* (E. F. Olshansky (ed.); 11th editi). St.Louis. Elsevier Health Sciences.
- Pattinasarany, G. M., Nusawakan, A. W., & Probowati, H. (2020). Praktik Tradisional Pada Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 324. <https://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/4485/4270>
- Pelupessy, N., Buamona, S. A. M. U., & Wakano, M. (2024). Pengaruh Oukup pada Ibu Nifas terhadap Involusi Uteri di Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 19(1), 1–5.
- Puskesmas Mamboro, P. (2024). *Data Ibu Nifas mulai dari tahun 2021 sampai sekarang*. Mamboro.

- Revis Asra, Anita Rahmadhani Batubara, & Ahmad Sazali. (2023). ETNOBOTANI MARSIDUDU PADA MASYARAKAT SUB ETNIS BATAK MANDAILING DI PASAR SANGKUMPAL BONANG KOTA PADANGSIDIMPUAN [Ethnobotanical Of Marsidudu In Sub ethnic Batak Mandailing Communities At Sangkumpal Bonang Market Padangsidimpuan City]. *Berita Biologi*, 22(3), 271–281.  
<https://doi.org/10.55981/beritabiologi.2023.1065>
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati (ed.); Cet. 1). Jogjakarta. PENERBIT KBM INDONESIA.
- Sari, E. P., & Rimandini, K. D. (2014). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care)*. Jakarta. Trans Info Media, 2014.
- Sartina, S. (2023). Karakteristik Ibu Nifas Yang Melakukan Perawatan Budaya Mandi Air Hangat. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6869–6875.  
<https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.22371>
- Sarumi, R. (2023). *JURNAL*. 6(4), 631–635.
- Siwi Walyani, E., & Purwoastuti, T. E. (2015). *Konsep dan Asuhan Kebidanan Maternal dan Neonatal* (Cet. 1). Yogyakarta. PT. PUSTAKA BARU.
- Sugiono, & Puspanthani, M. E. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan* (Y. Kamasturyani (ed.). Yogyakarta. Alfabeta, CV.
- Tumanggor, R. D., & Saragih, M. S. (2022). Perawatan Postpartum Suku Simalungun: Studi Fenomenologi. *Tropical Public Health Journal*, 2(2), 78–89. <https://doi.org/10.32734/trophico.v2i2.8793>
- Wahyuni, N. P. S. (2021). Penyelenggaraan Pengobatan Tradisional di Indonesia. *Jurnal Yoga Dan Kesehatan*, 4(2), 149.  
<https://doi.org/10.25078/jyk.v4i2.2234>
- Yanti, P. A., Triratnawati, A., & Astuti, D. A. (2021). Peran Keluarga pada Ibu Pasca Bersalin. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 18.  
<https://doi.org/10.22146/jkr.58017>