

PERILAKU PEMELIHARAAN KESEHATAN IBU NIFAS DALAM PERSPEKTIF BUDAYA MELAYU DI KELURAHAN KAMPUNG MESJID KECAMATAN KUALUH HILIR

**Yulia Rahmadani¹, Reni Agustina Harahap², Zuhrina Aidha³, Dewi Agustina⁴,
Kasron Nasution⁵**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email : yuliarahmadani0011@gmail.com¹, reniagustina@uinsu.ac.id², zuhrinaaidha@uinsu.ac.id³,
dewiagustina@uinsu.ac.id⁴, kasron@uinsu.ac.id⁵

ABSTRAK

Masa nifas merupakan masa pemulihan setelah persalinan yang berlangsung selama kurang lebih 42 hari dan memerlukan perawatan yang optimal untuk mencegah terjadinya komplikasi. Dalam masyarakat Melayu, perilaku pemeliharaan kesehatan ibu nifas masih dipengaruhi oleh nilai-nilai budaya dan tradisi yang diwariskan secara turun-temurun. Berbagai praktik budaya seperti masa pantang, konsumsi jamu, penggunaan pilis, betangas, stagen atau gurita, pijat, serta pantangan makanan masih banyak dilakukan oleh ibu nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku pemeliharaan kesehatan ibu nifas dalam perspektif budaya Melayu di Kelurahan Kampung Mesjid Kecamatan Kualuh Hilir. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat Melayu di Kelurahan Kampung Mesjid masih mempertahankan berbagai praktik budaya dalam pemeliharaan kesehatan ibu nifas, seperti menjalani masa pantang selama 40–44 hari, mengonsumsi jamu tradisional, menggunakan pilis, melakukan betangas, memakai stagen atau gurita, menjalani pijat tradisional, serta membatasi konsumsi beberapa jenis makanan dan aktivitas tertentu. Praktik-praktik tersebut diyakini dapat membantu proses pemulihan ibu nifas, namun beberapa di antaranya berpotensi memengaruhi pemenuhan kebutuhan gizi dan kesehatan apabila dilakukan secara berlebihan. Oleh karena itu, diperlukan peran tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi agar praktik budaya yang dijalankan tetap sejalan dengan prinsip kesehatan.

Kata Kunci: Masa Nifas, Perilaku Pemeliharaan Kesehatan, Budaya Melayu, Ibu Nifas.

ABSTRACT

The postpartum period is a recovery phase after childbirth that lasts approximately 42 days and requires optimal care to prevent complications. In the Malay community, postpartum maternal health maintenance behaviors are still influenced by cultural values and traditions that have been passed down from generation to generation. Various cultural practices such as postpartum confinement, consumption of traditional herbal medicine, the use of pilis, betangas, abdominal binders (stagen or gurita), massage, and dietary restrictions are still commonly practiced by postpartum mothers. This study aimed to describe postpartum maternal health maintenance behaviors from the perspective of Malay culture in Kampung Mesjid Village, Kualuh Hilir District. This study employed a qualitative research method with a phenomenological approach. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation. The results showed that the Malay community in Kampung Mesjid Village still maintains various cultural practices in postpartum health maintenance, including a 40–44 day confinement period, consumption of traditional herbal medicine, the use of pilis, betangas, abdominal binders, traditional massage, and restrictions on certain foods and activities. These practices are believed to support the mother's recovery process; however, some of them may affect nutritional intake and maternal health if practiced excessively. Therefore, the role of health workers is needed to provide education so that these cultural practices remain in harmony with modern health principles.

Keywords: Postpartum Period, Health Maintenance Behavior, Malay Culture, Postpartum Mother.

PENDAHULUAN

Masa nifas atau puerperium merupakan periode yang dimulai segera setelah plasenta lahir dan berakhir ketika organ-organ reproduksi kembali mendekati kondisi sebelum kehamilan. Secara umum, masa nifas berlangsung sekitar enam minggu, meskipun pemulihan seluruh organ genital secara menyeluruh dapat mencapai waktu hingga tiga bulan. Periode ini merupakan fase penting dalam siklus reproduksi perempuan karena tubuh ibu sedang mengalami proses adaptasi dan pemulihan pascapersalinan.¹

Menurut World Health Organization (WHO), angka kematian ibu secara global masih tergolong tinggi. Pada tahun 2023, tercatat lebih dari 700 perempuan meninggal setiap hari akibat penyebab yang sebenarnya dapat dicegah dan berkaitan dengan kehamilan serta persalinan. Secara keseluruhan, sekitar 260.000 perempuan dilaporkan meninggal selama masa kehamilan maupun setelah persalinan pada tahun tersebut. Data ini menunjukkan bahwa komplikasi yang terjadi selama dan setelah proses persalinan, termasuk pada masa nifas, masih menjadi tantangan besar dalam upaya peningkatan kesehatan ibu di tingkat global.¹

Perawatan masa nifas merupakan bentuk perawatan lanjutan yang sangat dibutuhkan perempuan setelah melahirkan. Masa ini tergolong kritis, namun dalam praktiknya sering kali kurang mendapat perhatian yang memadai sebagai

bagian dari perawatan diri ibu nifas. Di negara berkembang diperkirakan sekitar 70% ibu nifas tidak memperoleh perawatan nifas yang memadai. Umumnya, perawatan baru diberikan ketika ibu berada dalam kondisi berisiko tinggi atau mendekati kematian. Tidak sedikit pula kasus kematian ibu yang terjadi saat berada di rumah dengan perawatan yang sangat minimal selama periode postpartum, di mana sekitar 11%–17% kematian terjadi saat persalinan dan 50%–71% lainnya terjadi pada masa postpartum.²

Di Indonesia, masalah kematian ibu masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan. Berdasarkan data Maternal Perinatal Death Notification (MPDN) Kementerian Kesehatan, pada tahun 2023 tercatat sebanyak 4.129 kasus kematian ibu, meningkat dibandingkan tahun 2022 yang mencapai 4.005 kasus. Angka Kematian Ibu (AKI) per 100.000 kelahiran hidup pada Januari 2023 berada di kisaran 305, yang menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan kasus AKI tertinggi di kawasan ASEAN. Data Kementerian Kesehatan tahun 2023 juga menunjukkan bahwa AKI di Indonesia masih berada di angka sekitar 205 per 100.000 kelahiran hidup. Angka tersebut belum mencapai target nasional yang telah ditetapkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), yaitu sebesar 183 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2024. Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya penurunan kematian ibu, termasuk pada masa nifas, masih memerlukan perhatian dan penguatan pelayanan kesehatan yang lebih optimal.³

Budaya memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan masyarakat, bahkan sebagian kepercayaan budaya diyakini kebenarannya dan dijadikan sebagai pegangan hidup. Di beberapa wilayah di Indonesia, masyarakat masih mempercayai berbagai mitos yang berkaitan dengan kehamilan dan perawatan pada masa nifas. Mitos-mitos tersebut telah diyakini secara turun-temurun karena dianggap memiliki pembuktian dari pengalaman yang terjadi di lingkungan sekitar. Demi keselamatan ibu dan bayinya, masyarakat bersedia melakukan berbagai praktik yang dipercaya dapat melindungi keduanya. Namun, pada kondisi tertentu, kepercayaan tersebut dapat bertentangan dengan prinsip kesehatan medis modern, sehingga justru berpotensi menimbulkan permasalahan kesehatan, baik pada ibu hamil maupun pada masa nifas.⁴

Wahyuni dan Cahyati (2021) menyatakan bahwa permasalahan kematian ibu tidak semata-mata disebabkan oleh faktor langsung maupun tidak langsung. Terdapat pula faktor lain yang bersifat nonteknis, seperti rendahnya status perempuan, ketidakberdayaan, serta tingkat pendidikan yang masih rendah. Selain itu, kondisi kemiskinan, tingginya biaya pelayanan, keterbatasan jangkauan, sulitnya akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas, serta minimnya penelitian terkait kesehatan perempuan turut memengaruhi kondisi kesehatan wanita. Faktor budaya juga berperan, di mana di masyarakat Indonesia masih dijumpai praktik-praktik budaya tertentu yang dapat membahayakan kesehatan ibu selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas.⁵

Penelitian sebelumnya Zhang et al (2021). menunjukkan bahwa Polycyclic Aromatic Hydrocarbon (PAH) merupakan senyawa kontaminan yang bersifat karsinogenik dan terbentuk akibat berbagai proses pengolahan termal seperti pembakaran, pengasapan, dan pemanggangan. PAH diketahui memberikan dampak merugikan yang signifikan terhadap kesehatan manusia, terutama berkaitan dengan proses mutasi genetik dan pembentukan kanker. Sejumlah studi epidemiologi terkini, baik pada manusia maupun hewan, menunjukkan bahwa paparan PAH berpotensi berkontribusi terhadap peningkatan risiko terjadinya kanker.⁶

Sejalan dengan fenomena tersebut, Nadeem et al. (2021) juga menyatakan bahwa pemanasan makanan berprotein tinggi seperti daging dan ikan pada suhu tinggi dapat memicu pembentukan senyawa karsinogenik lainnya, yaitu Heterocyclic Aromatic Amines (HAAs), khususnya melalui metode pemanggangan, pengasapan, dan penggorengan.⁷

Sejalan dengan penelitian tersebut, Hertaty (2023) juga menyebutkan bahwa pada masa nifas masih terdapat berbagai pantangan atau mitos yang sulit diubah meskipun tidak bersifat rasional. Salah satunya adalah larangan mengonsumsi ikan, telur, dan daging dengan alasan agar luka jahitan cepat sembuh. Anggapan tersebut kurang tepat karena ibu nifas justru memerlukan asupan protein yang cukup untuk membantu proses penyembuhan luka. Kekurangan protein dapat memperlambat pemulihan dan meningkatkan risiko infeksi. Selain itu, terdapat pula kepercayaan yang membatasi konsumsi cairan setelah melahirkan karena dikhawatirkan dapat membuat luka jalan lahir menjadi basah dan lama sembuh, padahal selama masa nifas ibu sangat membutuhkan asupan cairan yang cukup untuk mendukung proses pemulihan tubuh.⁸

Salah satu praktik tradisional lainnya yang masih dipertahankan oleh sebagian masyarakat adalah penggunaan gurita perut pada ibu nifas. Praktik ini diyakini dapat membantu mempercepat pemulihan kondisi fisik ibu setelah melahirkan, termasuk dalam mempercepat involusi uterus dan mengembalikan kekuatan otot perut. Penelitian yang dilakukan oleh Sitorus (2023) menunjukkan bahwa penggunaan gurita dapat memberikan dukungan struktural pada area lumbopelvik, membantu menstabilkan pelvis dan tulang belakang, serta berpotensi menurunkan keluhan nyeri punggung bawah, terutama apabila disertai dengan latihan fisik yang sesuai.⁹

Data Badan Pusat Statistik Kabupaten Labuhanbatu Utara menunjukkan bahwa angka kematian ibu dan anak masih menjadi masalah kesehatan. Pada periode 2016–2021, kasus kematian ibu dan bayi mengalami fluktuasi setiap tahun. Pada tahun 2023, tercatat 9 kematian ibu yang didominasi pada masa nifas (8 kasus), serta 21 kematian bayi dan 4 kematian balita. Kondisi ini menunjukkan bahwa masa nifas merupakan periode paling rentan bagi ibu, sementara angka kematian bayi masih tergolong tinggi. Permasalahan ini dapat dipengaruhi oleh akses dan kualitas pelayanan kesehatan serta praktik budaya masyarakat seperti bertangas, pantang makanan, dan konsumsi jamu yang belum tentu aman

secara medis. 10

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi dipilih untuk memahami secara mendalam pengalaman hidup (lived experiences) serta makna yang diberikan oleh subjek penelitian terhadap peristiwa yang dialaminya dalam konteks kehidupan sehari-hari. Dengan pendekatan ini, peneliti berupaya menggali perspektif subjektif informan mengenai fenomena yang diteliti secara komprehensif.¹¹ Penelitian ini terdiri dari 11 informan yaitu 5 ibu nifas, 3 dukun beranak, 2 bidan, dan 1 tokoh masyarakat dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Binjai Serbangan, Kecamatan Kualuh Hilir, Kabupaten Labuhanbatu Utara pada bulan Januari - Mei 2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Informan

No	Inisial	Usia	Status	Pekerjaan	Agama
1.	RZ (Ibu nifas 1)	32	Kawin	Pedagang	Islam
2.	LN (Ibu nifas 2)	48	Kawin	Ibu rumah tangga	Islam
3.	AN (Ibu nifas 3)	27	Kawin	Guru	Islam
4.	ER (Ibu nifas 4)	38	Kawin	Ibu rumah tangga	Islam
5.	FK (Ibu nifas 5)	27	Kawin	Ibu rumah tangga	Islam
6.	AP (Dukun beranak 1)	70	Kawin	Dukun beranak	Islam
7.	LG (Dukun beranak 2)	54	Kawin	Dukun beranak	Islam
8.	NR (Dukun beranak 3)	60	Kawin	Dukun beranak	Islam
9.	IH (Bidan 1)	46	Kawin	Bidan	Islam
10.	RT (Bidan 2)	52	Kawin	Bidan	Islam
11.	UJ (Tokoh Masyarakat)	53	Kawin	Tokoh Masyarakat	Islam

Praktik Budaya Melayu dalam Pemeliharaan Kesehatan Ibu Nifas

Tabel 2 Budaya melayu yang di lakukan ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1.	ER (Ibu nifas 4)	Udah seminggu aku baru bekusuk (pijat), kerna kan ibaratnya badan ni cape kerna mengeden ngeden tu kan. 3 pagi la di kusuk sama dukunnya. kalo pilis, stagen, barut ya pake sampe lopus edah. kalo jamu ya bikin sendiri, pertama kali ya dibikin kan nek ana (dukun beranak) dalam sminggu habislah pulak, di buat kan mamak kadang beli kalo ga sempat buat. nasi lado kemaren juga makan ibuk.
2.	AN (Ibu nifas 3)	Kalo budaya kami kan pertama itu namanya besongkak tiga hari, baru setelah itulah namanya kusuk panjang, aku biasanya bekusuk, pakai stagen, di baruti, pantangan makanan, terus kerjanya ga boleh berat-berat, istirahat yang cukup.
3.	NR (Dukun beranak 3)	<i>Dari awal besongkak 3 pagi, sesudah habis itu ada 10 hari baru kusuk panjang, siap bekusuk kami mengkairkan (menurunkan) anak. makan nasi lado la, sepuluh hari kito bekusuk sampe tiga belas hari siap bekusuk betangas (beganggang), pake pilis, pake param, stagen lah, minum jamu-jamu an. bikinlah setengah bulan, kalo nak sampe edah sampe edah (empat puluh empat hari)</i> Artinya : dari awal kusuk 3 pagi, setelah sepuluh hari baru pijat semua anggota tubuh. selesai pijat/kusuk kami menurunkan

No	Informan	Pernyataan
		(acara syukuran) anak. makan nasi lado, selesai kusus sampe 10 hari lanjut melakukan bertangas (terapi uap), pakai pilis, pakai param, stagen, jamu-jamuan. di lakukan selama setengah bulan atau kalau mau sampai lepas edah (44 hari).
4.	UJ (Tokoh Masyarakat)	Setelah melahirkan memanggil bidan kampung, di situlah di tuangkan budaya tadi. jadi oleh bidan kampung di buatnya lah rempah ratus, nasi lado, baru mengkairkan (menurunkan). menurut hemat kami manfaat bagus seperti nasi lado ini. budaya yang di laksanakan pada saat ibu melahirkan sangat baik dan bermanfaat baik dari segi dunia maupun agama.

Berdasarkan hasil wawancara diatas didapatkan bahwa budaya-budaya Melayu dalam pemeliharaan kesehatan tersebut masih dilakukan oleh semua informan ibu nifas. Pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa budaya yang dilakukan ibu nifas seperti; pemakaian pilis, param, minum jamu, stagenan, barut, bertangas, pantang makanan, kusus, dan budaya makan nasi lado setelah acara menurunkan (mengkairkan anak). Tokoh masyarakat mengatakan bahwa budaya di laksanakan pada saat ibu melahirkan sangat baik dan bermanfaat baik dari segi dunia maupun agama. selain daripada nasehat, penjagaan dan keselamatan bagi si ibu dan si anak.

Larangan dan Pantangan ibu nifas dalam budaya Melayu

Berdasarkan hasil wawancara tersebut didapatkan bahwa semua informan ibu nifas masih melakukan budaya pantang makan dengan berbagai jenis makanan. Seperti ikan, makanan pedas, bersantan dan berkuah. 3 ibu nifas tidak memberikan alasan mengapa ibu nifas tidak boleh memakan beberapa jenis makanan tersebut. dan 2 ibu nifas lainnya memberikan alasan singkat pantangan makanan itu dilakukan agar urat di kaki tidak timbul, makanan pedas dilarang agar tidak mengalami masalah perut seperti diare pada ibu nifas dan bayinya. Sedangkan IH (Bidan) mengatakan banyak masih dari masyarakat yang tidak mengkonsumsi sayur karena takut peranakannya berair. Sehingga hal tersebut membuat ibu nifas sering mengalami hal seperti sulit BAB.

Tabel 3 Larangan-larangan untuk ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1.	RZ (Ibu nifas 1)	Pantang makanan, engga boleh yang gatal-gatal, ikan betandik, tolur kami tak boleh (melahirkan normal) kalo operasi bisa.
2.	FK (Ibu nifas 5)	Ada, yang gatal-gatal udang, ikan kembung, ikan bertandik, yang bersantan, kalo sayuran yang menjalar-jalar pun tak berani memakannya kayak labu. Kalo makan pedas anaknya nanti mencret, kalo telur aku ga berani makan ga di kasi mamak juga
3.	AN (Ibu nifas 3)	Sebenarnya banyak yang tidak boleh di konsumsi, tapi yang boleh di makan ketika masa nifas itu aku biasanya aku makannya ikan panggang di suruh mertuaku, dan makanan yang tidak bisa di konsumsi itu contohnya santan, makanan berkuah, makanan pedas.
4.	NR (Dukun beranak 3)	Kok aku banyak lah pantangannyo, yang makannya merica pake ikan, ayam boleh, aruan/gabus, yang gatal-gatal gak boleh, yang gabisa ikan bertandik, nasi lado, pati rompah, jamu peluntur, tolur kami tak boleh tapi kalo operasi bisa, maula sakit porut dilanggar makanan yang laen-laen. bontan kalo lasak. Artinya: Banyak pantangannya. untuk makanan, boleh makan yang memakai merica dengan ikan, ayam juga boleh. ikan aruan/gabus juga boleh. yang tidak boleh adalah makanan yang bisa menyebabkan gatal-gatal. ada juga ikan tertentu yang tidak boleh dimakan seperti

No	Informan	Pernyataan
		ikan bertanduk. selain itu ada nasi lado, pati rempah, dan jamu peluntur yang biasa dikonsumsi. telur tidak boleh dimakan, tetapi kalau melahirkan secara operasi boleh. kalau melanggar pantangan makanan nanti bisa menyebabkan sakit perut atau muncul keluhan lain. bisa juga menyebabkan bentan
5.	IH (Bidan 1)	Banyak orang yang gak makan sayur kerna katanya berair, itulah yang banyak di kito ni bolum. di kasi penyuluhan pun tetap tak terima, selama nifas orangtua tak makan sayur maka terakhir payah BAB.

Manfaat Penerapan Budaya Melayu bagi Masyarakat

Tabel 4 Manfaat penerapan budaya melayu bagi ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1.	LN (Ibu nifas 2)	<i>Kalo abis minum jamu badan awak ringan, air susu banyak, badan awak copat sehat, enak begitu bangun pagi kan segar. kalau barut tak mudah masuk angin, perut awak kan kembang jadi copat kempes. kalo pilis akupun kurang tau, tapi kalo kato omaktu jangan naek darah putih.</i> Artinya: Kalau habis minum jamu, badan terasa ringan, ASI jadi banyak, badan cepat sehat, enak begitu bangun pagi terasa segar. kalau memakai barut, tidak mudah masuk angin, perut yang bengkak jadi cepat kempes. kalau pilis saya juga kurang tahu, tapi kata orang tua supaya darah putih tidak naik.
2.	AP (Dukun beranak 1)	<i>Kalo betangas itu supaya memulangkan pulih badan kembali, keluar keringat-keringat tu pulak kan di keluarkan dio. Kalo kusuk ya karena orang siap melahirkan karena badannya besakitan, jadi ondak membolo uratnyetu, supaya balik sembuh kembali.</i> Artinya: Kalau betangas itu supaya memulihkan badan kembali, mengeluarkan keringat-keringat juga. Kalau kusuk (pijat), karena orang setelah melahirkan badannya terasa sakit-sakit, jadi untuk membetulkan urat-uratnya supaya kembali sembuh
3.	LG (Dukun beranak 2)	Kalo menurut saya pertangasan masalah mengecilkan rahim, kedua mengeringkan Rahim, ketiga juga kalo bahasa kita itu kan harus kesehatan luar dalam.
4.	RT (Bidan 2)	Kalau manfaat pasti ada, kalau badan boleh-boleh aja lah kan kusuk bisa relaksasi ibu setelah melahirkan, tapi bukan untuk rahim ya. kalau budayanya masih nggak melanggar kesehatan ya nggak papa, baik-baik aja.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat dipahami bahwa berbagai praktik budaya tradisional diyakini memberikan dampak positif bagi kesehatan ibu pada masa nifas. Keyakinan tersebut turut diperkuat oleh keterangan informan yang bekerja sebagai bidan. Selain itu, seluruh ibu nifas yang diwawancarai menunjukkan pandangan yang serupa terkait manfaat dari praktik-praktik budaya tersebut.

Dampak dari Beberapa Budaya yang dilakukan

Tabel 5 Dampak dari budaya yang dilakukan

No	Informan	Pernyataan
1.	ER (Ibu nifas 4)	Ngga pernah gatal-gatal, paling sesak aja kalo masang stagen/barut nya ketat kali
2.	FK (Ibu nifas 5)	Kerna pakai kapur sama asam itu kan jadi gatal, jadi hitam juga perutnya.
3.	LN (Ibu nifas 2)	Sesak la kadang kalo pake stagen

No	Informan	Pernyataan
4.	IH (Bidan 1)	Kalo stagen itu boleh asal jangan ketat kali buat sesak dia, biar perutnya juga jangan plong kali dari segi makan nya juga terjaga. tapi yang ku bilang pun pakai stagen modern yang tinggal krek masang nya, bukan stagen panjang yang di lilit-lilit itu lagi.

Berdasarkan hasil wawancara, beberapa informan ibu nifas menyampaikan adanya dampak kurang nyaman dari penggunaan stagen/barut maupun bahan tradisional yang digunakan selama masa nifas. Keluhan yang dirasakan antara lain sesak saat menggunakan stagen yang terlalu ketat serta rasa gatal pada kulit akibat penggunaan campuran kapur dan asam. Selain itu, terdapat pula perubahan warna kulit perut menjadi lebih gelap setelah pemakaian bahan tersebut. Informan yang berprofesi sebagai bidan juga menjelaskan bahwa penggunaan stagen masih diperbolehkan selama tidak dipasang terlalu ketat agar tidak menimbulkan sesak dan gangguan kenyamanan pada ibu nifas. Bidan tersebut juga lebih menyarankan penggunaan stagen modern yang lebih praktis dan aman dibandingkan stagen panjang yang dililit berulang kali.

Faktor Utama Masyarakat Melakukan Suatu Budaya

Tabel 6 Faktor Utama Ibu Nifas melakukan Budaya Melayu

No	Informan	Pernyataan
1.	AN (Ibu nifas 3)	Dukun beranakku, di dampingi kedua orang tua terus juga ada suami
2.	ER (Ibu nifas 4)	Di suruh mamak la, udah dari anak pertama pun begitu
3.	LG (Dukun beranak 2)	Ya pertama suaminya yang jemput, itu udah pasti di suruh mamak nya atau mertuanya. jadi ya keluarga jadi faktor juga kenapa ibu nifas melakukan perawatan tradisional.

Peran tenaga Kesehatan

Tabel 7 Peran Bidan memelihara kesehatan ibu nifas

No	Informan	Pernyataan
1.	FK (Ibu nifas 5)	Rutin, karena bidan nya yang datang, nanti dia liat-liat keadaan bayinya. Terus juga kalo semisal bayinya kenapa-kenapa nanti bidannya di telpon langsung datang kemari dia.
2.	ER (Ibu nifas 4)	Bidan nya lah yang datang kemari 3 kali kunjungan nifas
3.	RZ (Ibu nifas 1)	Kontrol sampai habis nifas
4.	IH (Bidan 1)	Aktif, ada dari BKKBN dari TPK Kualuh Hilir. udah itu kan kalo siap melahirkan itukan kami kunjungi 3 x kunjungan.
5.	RT (Bidan 2)	0-7 hari itu kunjungan pertama, kunjungan kedua 7-14 hari, kunjungan ketiga 14-21 hari.

Berdasarkan pernyataan para informan di atas, dapat disimpulkan bahwa bidan memiliki peran aktif dalam melakukan pemantauan dan pendampingan terhadap ibu selama masa nifas. Bentuk peran tersebut terlihat dari adanya kunjungan rutin yang dilakukan bidan ke rumah ibu nifas serta pelaksanaan kontrol kesehatan hingga masa nifas selesai. Informan bidan juga menjelaskan bahwa pemantauan dilakukan melalui beberapa kali kunjungan setelah persalinan sebagai upaya untuk memastikan kondisi ibu dan bayi tetap terpantau dengan baik.

Pembahasan

Dari hasil wawancara terdapat berbagai praktik budaya yang dianjurkan pada ibu nifas, beberapa praktik budaya yang ditemukan adalah pemakaian pilis, minum jamu, parem, stagen, praktik lain seperti pantang makanan tertentu, konsumsi nasi lado, bertangas, serta praktik pijat ibu nifas yang dilakukan oleh dukun kampung.

Secara linguistik, nasi lado merupakan bentuk kompleks atau kata majemuk yang digunakan sebagai nama kuliner tersebut. Keeratan relasi sosialnya tampak dari dimensi sosiologis, yakni kebiasaan masyarakat yang hanya memasak hidangan ini ketika ada saudara atau kerabat yang baru saja melahirkan. Hal ini terjadi karena nasi lado memang dibuat dan diperuntukkan khusus untuk dikonsumsi oleh perempuan yang baru menjalani persalinan.¹²

Berdasarkan penelitian Misra et al. (2023), daun katuk (*Sauropus androgynus*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), dan kunyit (*Curcuma longa*) merupakan tanaman yang sering digunakan dalam ramuan jamu tradisional. Pemanfaatan ketiga tanaman tersebut didasarkan pada kandungan senyawa bioaktif yang berpotensi memberikan manfaat kesehatan, seperti mendukung penyembuhan luka, meningkatkan produksi ASI, dan membantu menjaga keseimbangan hormonal.¹³ Sama dengan pilis meminum jamu sangat di anjurkan setelah melahirkan. dari hasil wawancara informan mengatakan bahan yang di gunakan untuk membuat jamu adalah kunyit, asam jawa, gula merah, jahe, ketumbar dan gula putih. Jamu ini dapat di percaya bisa bikin badan cepat sehat dan air susu ibu jadi banyak.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Hasanatuludhhiyah et al. (2023) menunjukkan bahwa penggunaan jamu sebagai galactagogue masih menjadi perdebatan di kalangan peneliti. Meskipun banyak ibu melaporkan adanya peningkatan produksi ASI setelah mengonsumsi jamu, bukti ilmiah yang mendukung manfaat tersebut masih terbatas. Penelitian ini juga menyoroti bahwa kajian mengenai efektivitas dan keamanan penggunaan jamu selama masa nifas masih perlu dikembangkan. Oleh karena itu, peneliti merekomendasikan agar ibu nifas berkonsultasi dengan tenaga kesehatan atau ahli gizi sebelum mengonsumsi jamu untuk memastikan keamanan serta manfaatnya bagi kesehatan ibu dan kelancaran produksi ASI. ¹⁴

Betangas biasanya dilakukan di dalam rumah, pada ruang tertutup, dengan perlengkapan yang telah dipersiapkan sebelumnya. Praktik ini dipandang sebagai bentuk penyucian fisik sekaligus sarana relaksasi. Selain itu, prosesi betangas diyakini dapat membantu membersihkan tubuh atau mengeluarkan uap yang dianggap tidak baik dari dalam tubuh.¹⁵ Menurut informan yang berprofesi sebagai Dukun beranak pertangasan masalah mengecilkan rahim, kedua mengeringkan rahim, ketiga juga kalo bahasa kita itu kan harus kesehatan luar dalam.

Bagian tumbuhan yang sering dimanfaatkan sebagai bahan dasar jamu meliputi rimpang, daun, akar, kulit batang, bunga, buah, serta biji. Berbagai bagian tanaman tersebut mengandung senyawa metabolit sekunder yang telah dibuktikan melalui penelitian in vivo maupun in vitro memiliki manfaat bagi kesehatan. Tanaman yang umum digunakan dalam pembuatan jamu antara lain kunyit, temulawak, jahe, kencur, sereh, daun sirih, daun pepaya, dan daun katuk. Sementara itu, bahan jamu yang berasal dari hewan umumnya lebih sedikit digunakan, seperti madu, telur ayam kampung, dan empedu kambing. Campuran beberapa bahan alami tersebut dipercaya dapat memberikan sensasi hangat dan segar bagi orang yang mengonsumsinya.¹⁶

Penggunaan tanaman sebagai oabat-obatan ataupun alat bertahan hidup juga telah dijelaskan dalam Firman Allah pada QS. Asy-Syura ayat 7 :

أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الْأَرْضِ كَمْ أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ كَرِيمٍ ﴿٧﴾

Artinya : “Dan apakah mereka tidak memperhatikan bumi, betapa banyak Kami tumbuhkan di bumi itu berbagai macam (tumbuh-tumbuhan) yang baik?” Q.S. Asy-Syura ayat 7.

Kandungan ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT menciptakan berbagai jenis tumbuhan yang memiliki manfaat dan keunggulan masing-masing bagi kehidupan manusia. Beragam tumbuhan tersebut dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam bidang kesehatan. Pemanfaatan tumbuhan dapat memberikan manfaat apabila diolah dengan cara yang baik dan tepat. Dapat disimpulkan bahwa bahan- bahan pilis, atau jamu, dan param tidak mengandung bahaya untuk ibu nifas dan memiliki beberapa manfaat jika digunakan sesuai kebutuhan dan reaksi tubuh ibu nifas.

Tindakan lain yang dilakukan adalah pengurutan sebagai upaya pemulihan atau pengembalian kondisi tubuh ibu nifas. Praktik ini memiliki makna simbolis untuk membantu mengembalikan bentuk perut seperti semula, sekaligus bertujuan melemaskan otot-otot dan menjaga kesehatan ibu nifas. Pijat hanya boleh dilakukan pada bagian tubuh yang dapat digerakkan, seperti kaki, tangan, leher, dan punggung. Area rahim harus dihindari karena dapat membahayakan keselamatan ibu. Selain itu, pengurutan tidak boleh dilakukan terlalu sering dan hanya boleh dilakukan oleh orang yang ahli atau terlatih serta memahami kondisi dan proses kehamilan.⁸ Berdasarkan hasil wawancara di dapatkan semua ibu nifas melakukan pijat atau kusuk setelah melahirkan. Pijat menurut dukun beranak di lakukan secara bertahap bukan sekali saja, tergantung dukun beranak nya ada yang melakukan kusuk 3 setelah melahirkan, ada yang seminggu baru boleh di kusuk. Pijat di anggap dapat mengembalikan tenaga ibu setelah lelah mengedan sewaktu melahirkan.

Praktik budaya yang didapatkan pada penelitian adalah pemakaian stagen atau gurita didapatkan bahwa ibu nifas masih menerapkan budaya ini. Penggunaan stagen dan gurita memiliki sejumlah manfaat, di antaranya membantu mempercepat proses involusi uterus, mengembalikan tonus otot perut, serta mengurangi rasa nyeri. Selain itu, stagen berperan dalam menyangga punggung ibu nifas sehingga membantu pembentukan kembali postur tubuh dengan lebih baik dan lebih cepat.¹⁷ Dalam masyarakat, penggunaan stagen dipercaya dapat membantu mengecilkan perut, membentuk tubuh menjadi lebih langsing, serta mencegah masuk angin pada ibu nifas. Akan tetapi, dari sisi medis penggunaan stagen atau bekung tidak dianjurkan. Gurita menjadi pengganti stagen bagi beberapa ibu yang tidak menggunakan stagen. Gurita ini hampir mirip bentuknya dengan stagen, dengan melilitkannya ke bagian perut. hanya saja gurita lebih pendek dan punya tali-tali yang di kaitkan satu persatu dalam penggunaannya. Sebelum menggunakan gurita, perut ibu di oleskan asam dan kapur terlebih dahulu.

Disimpulkan bahwa, pijat, gurita dan barut tidak di anjurkan dan dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan maupun kenyamanan ibu nifas. Jika ibu nifas takut dan merasakan mudharatnya maka kegiatakn seperti ini sebaiknya di tinggalkan, namun sebaliknya jika ibu nifas tidak mengalami gejala yang buruk setelah melakukan praktik budaya, maka hal tersebut boleh di lakukan dengan melihat perkembangan kondisi ibu nifas.

Pantangan makanan merupakan kebiasaan, budaya, atau anjuran yang melarang konsumsi jenis makanan tertentu, seperti sayuran, buah, ikan, maupun makanan lainnya, karena diyakini dapat memengaruhi kesehatan. Pantangan ini umumnya berkaitan dengan kekhawatiran terhadap dampaknya, terutama pada bayi, khususnya ketika dialami oleh ibu hamil.¹⁸ Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sulastri dalam Selvianti (2023), yang menyatakan bahwa kepercayaan, tradisi, dan budaya masyarakat masih memiliki pengaruh yang kuat terhadap praktik perawatan ibu nifas. Berbagai kebiasaan yang diwariskan secara turun-temurun diyakini memberikan manfaat bagi kesehatan ibu setelah melahirkan. Beberapa praktik budaya yang masih dijumpai antara lain pembatasan konsumsi cairan, larangan mandi, serta pengaturan pola makan dengan hanya

mengonsumsi jenis makanan tertentu. Selain itu, ibu nifas sering kali dianjurkan untuk menghindari makanan seperti telur, ikan, dan daging karena dipercaya dapat menyebabkan luka perineum menjadi gatal, berbau amis, atau sulit sembuh. Tidak hanya itu, terdapat pula kepercayaan yang melarang ibu nifas tidur pada siang hari dan menganjurkan penggunaan obat tradisional atau jamu sebagai bagian dari proses pemulihan. Di beberapa masyarakat, masih ditemukan anggapan bahwa kolostrum tidak boleh diberikan kepada bayi baru lahir. Kepercayaan-kepercayaan tersebut menunjukkan bahwa nilai budaya masih berperan penting dalam menentukan praktik perawatan ibu nifas di lingkungan masyarakat.¹⁹ Dampak yang terjadi pada ibu nifas yang berpantang makanan, kebutuhan nutrisi akan berkurang sehingga mempengaruhi dalam proses penyembuhan luka perineum, berpantang makan dalam waktu lama dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan angka kesakitan ibu, kecukupan zat gizi sangat berperan dalam proses penyembuhan luka.²⁰

Selain berpantang makanan ibu nifas juga di larang melakukan kegiatan berpergian keluar rumah, menyapu, memasak dan bahkan meninggalkan tempat tidurnya. Ibu nifas di suruh untuk beristirahat yang cukup dan membatasi aktivitas. Hal ini di percaya agar ibu nifas tidak mengalami bentan.

Pada masa kehamilan, dikenal adanya upacara tujuh bulan yang disebut lenggang perut. Dalam kepercayaan yang berlaku, ibu hamil memiliki pantangan, salah satunya tidak diperbolehkan duduk di depan pintu karena diyakini dapat menyebabkan bayi sulit keluar melalui jalan lahir. Setelah melahirkan, khususnya dalam adat Bugis dan Melayu, seorang ibu juga tidak dianjurkan untuk berjalan jauh sendirian setidaknya selama satu minggu pertama. Setelah bayi lahir dengan selamat, orang tua biasanya mengadakan rangkaian upacara sebagai bentuk penyambutan kelahiran. Salah satu tahapan dalam rangkaian tersebut dilakukan ketika tali pusar bayi telah lepas, biasanya sekitar usia 15 hari. Pada tahap ini diadakan selamatan atau kenduri yang disertai dengan prosesi potong rambut bayi. Prosesi potong rambut diawali oleh kepala adat atau tokoh yang dituakan, kemudian dilanjutkan oleh ulama, cerdik pandai, serta para hadirin. Acara ini kemudian ditutup dengan doa secara Islam.²¹

Menanam atau mengubur ari-ari dengan berbagai ritual dan makna simbolik dalam praktiknya dalam persepsi budaya Melayu. Ari-ari memiliki ciri-ciri bentuk yang bundar jika dilihat seperti piringan tebal ber-diameter 15-20 cm, tebal 2,5-5 cm. Ari-ari adalah pembuluh darah asalnya dari tali pusar. Masyarakat menganggap bahwa ari-ari memiliki makna yang sakral dan memiliki keharusan untuk diistimewakan perlakuannya.

Di dalam keseharian ibu nifas, sering di jumpai membawa sumpit tangkal, atau mengikatkan beberapa benda seperti gunting kecil, peniti, rempah-rempah maupun paku. Hal ini di percaya masyarakat agar menjauhkan ibu nifas dari makhluk halus dan roh-roh jahat. Tapi dalam medis membawa hal-hal/ benda tajam seperti itu tak ada gunanya.

Penggunaan gelang dan kalung berwarna hitam masih menjadi salah satu tradisi yang diyakini oleh masyarakat Labura. Gelang maupun kalung tersebut biasanya dibuat dari benang hitam dan sering kali dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an, seperti Surah Al-Fatihah, Al-Ikhlâs, dan Al-Falaq. Sebagian masyarakat juga memasukkan potongan ayat suci ke dalam gelang atau kalung tersebut sebagai simbol perlindungan. Tradisi ini dipercaya dapat menjaga bayi dari gangguan makhluk gaib. Pemakaian gelang pada bayi umumnya dipasang di tangan kanan karena dianggap membawa kebaikan. Tidak hanya bayi, ibu hamil juga sering menggunakan gelang atau kalung hitam sebagai bentuk perlindungan dari gangguan yang tidak terlihat. Oleh karena itu, gelang dan kalung hitam dipandang bukan hanya sebagai hiasan, tetapi juga menjadi bagian dari tradisi dan kepercayaan yang diwariskan

secara turun-temurun oleh masyarakat Labura.²²

Adapun ayat Al-Qur'an yang menjelaskan tentang larangan berbuat syirikialah QS.Az-Zumar Ayat 38:

وَلَيْن سَأَلْتَهُمْ مَنْ خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ لَيَقُولُنَّ اللَّهُ قُلْ أَفَرَأَيْتُمْ مَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ إِنْ أَرَادَنِيَ اللَّهُ بِضُرٍّ هَلْ هُنَّ كَاشِفَاتُ ضُرِّهِ أَوْ أَرَادَنِيَ بِرَحْمَةٍ هَلْ هُنَّ مُمْسِكَتُ رَحْمَتِهِ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿٣٨﴾

Artinya:“Sungguh jika engkau (Nabi Muhammad) bertanya kepada mereka (kaum musyrik Makkah) siapa yang menciptakan langit dan bumi, niscaya mereka menjawab, “Allah.” Katakanlah, “Kalau begitu tahukah kamu tentang apa yang kamu sembah selain Allah jika Allah hendak mendatangkan bencana kepadaku, apakah mereka (sesembahan itu) mampu menghilangkan bencana itu atau jika Allah hendak memberi rahmat kepadaku, apakah mereka dapat mencegah rahmat-Nya?” Katakanlah “cukuplah Allah (sebagai pelindung) bagiku. Hanya kepadanya orang-orang yang bertawakkal berserah diri.”

Berdasarkan hal tersebut, penggunaan benda-benda seperti gelang atau kalung pelindung tidak dianjurkan untuk dipertahankan. Upaya yang lebih baik untuk menjaga kesehatan dan keselamatan ibu nifas serta bayinya dapat dilakukan dengan menjaga kondisi tubuh, mengonsumsi makanan bergizi, serta memohon perlindungan dan keselamatan kepada Allah Azza wa Jalla.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai budaya perawatan ibu nifas di Kelurahan Kampung Mesjid Kecamatan Kualuh Hilir yaitu, Budaya pemeliharaan kesehatan ibu pada masa nifas masih dipraktikkan oleh masyarakat Melayu di Kelurahan Kampung Mesjid Kecamatan Kualuh Hilir sebagai bagian dari tradisi yang diwariskan secara turun-temurun. Bentuk-bentuk budaya yang masih dilakukan meliputi betangas, mengonsumsi jamu tradisional, pijat atau kusuk nifas, penggunaan stagen, pilis dan param, pantang makanan, serta pelaksanaan tradisi seperti kenduri dan upah-upah. Praktik-praktik tersebut diyakini dapat membantu proses pemulihan ibu setelah melahirkan sekaligus menjadi bagian dari pelestarian budaya Melayu.

Praktik budaya dalam pemeliharaan kesehatan ibu pada masa nifas dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kepercayaan masyarakat terhadap manfaat budaya tradisional, pengaruh keluarga, dukun beranak, bidan, dan tokoh masyarakat sebagai pihak yang menjadi rujukan, kemudahan memperoleh bahan-bahan tradisional, serta dukungan lingkungan sosial. Meskipun demikian, sebagian masyarakat telah mulai memadukan praktik budaya dengan pelayanan kesehatan modern sebagai upaya menjaga kesehatan ibu selama masa nifas. Dalam penerapan perilaku budaya pemeliharaan kesehatan ibu nifas pada perspektif budaya Melayu, peneliti menemukan adanya dampak-dampak pada perilaku budaya tersebut, baik itu dampak negatif maupun juga dampak positif (manfaat).

Praktik budaya dalam pemeliharaan kesehatan ibu pada masa nifas memberikan beberapa (dampak positif) terhadap kesehatan ibu. Berdasarkan hasil penelitian, praktik seperti mengonsumsi jamu tradisional, pijat atau kusuk nifas, penggunaan stagen, serta betangas dipercaya oleh masyarakat dapat membantu mempercepat pemulihan kondisi tubuh setelah melahirkan, mengurangi rasa nyeri dan pegal, memberikan rasa nyaman, serta meningkatkan kebugaran ibu selama masa nifas. Selain itu, dukungan keluarga dalam pelaksanaan praktik budaya tersebut juga memberikan ketenangan psikologis yang mendukung proses pemulihan ibu.

Di sisi lain, beberapa praktik budaya juga berpotensi memberikan (dampak negatif) terhadap kesehatan ibu apabila dilakukan tanpa memperhatikan kondisi kesehatan dan anjuran tenaga kesehatan. Pantang makanan yang terlalu ketat dapat menyebabkan asupan gizi ibu menjadi tidak seimbang sehingga berisiko menghambat proses pemulihan dan produksi ASI. Selain itu, penggunaan jamu atau tindakan pijat yang tidak sesuai dengan kondisi ibu dapat menimbulkan risiko kesehatan. Kepercayaan yang berlebihan terhadap praktik tradisional juga berpotensi menyebabkan keterlambatan dalam memperoleh pelayanan kesehatan apabila terjadi komplikasi pada masa nifas.

Saran bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi kepada ibu nifas, keluarga, dan masyarakat mengenai praktik budaya yang aman serta menjelaskan potensi risiko dari praktik yang dapat berdampak pada kesehatan ibu. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan mampu membangun komunikasi dan kerja sama dengan dukun beranak serta tokoh masyarakat agar pelestarian budaya dapat berjalan berdampingan dengan pelayanan kesehatan yang berbasis bukti ilmiah.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai budaya perawatan ibu nifas di Kelurahan Kampung Mesjid Kecamatan Kualuh Hilir yaitu, Budaya pemeliharaan kesehatan ibu pada masa nifas masih dipraktikkan oleh masyarakat Melayu di Kelurahan Kampung Mesjid Kecamatan Kualuh Hilir sebagai bagian dari tradisi yang diwariskan secara turun-temurun. Bentuk-bentuk budaya yang masih dilakukan meliputi betangas, mengonsumsi jamu tradisional, pijat atau kusuk nifas, penggunaan stagen, pilis dan param, pantang makanan, serta pelaksanaan tradisi seperti kenduri dan upah-upah. Praktik-praktik tersebut diyakini dapat membantu proses pemulihan ibu setelah melahirkan sekaligus menjadi bagian dari pelestarian budaya Melayu.

Praktik budaya dalam pemeliharaan kesehatan ibu pada masa nifas dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kepercayaan masyarakat terhadap manfaat budaya tradisional, pengaruh keluarga, dukun beranak, bidan, dan tokoh masyarakat sebagai pihak yang menjadi rujukan, kemudahan memperoleh bahan-bahan tradisional, serta dukungan lingkungan sosial. Meskipun demikian, sebagian masyarakat telah mulai memadukan praktik budaya dengan pelayanan kesehatan modern sebagai upaya menjaga kesehatan ibu selama masa nifas. Dalam penerapan perilaku budaya pemeliharaan kesehatan ibu nifas pada perspektif budaya Melayu, peneliti menemukan adanya dampak-dampak pada perilaku budaya tersebut, baik itu dampak negatif maupun juga dampak positif (manfaat).

Praktik budaya dalam pemeliharaan kesehatan ibu pada masa nifas memberikan beberapa (dampak positif) terhadap kesehatan ibu. Berdasarkan hasil penelitian, praktik seperti mengonsumsi jamu tradisional, pijat atau kusuk nifas, penggunaan stagen, serta betangas dipercaya oleh masyarakat dapat membantu mempercepat pemulihan kondisi tubuh setelah melahirkan, mengurangi rasa nyeri dan pegal, memberikan rasa nyaman, serta meningkatkan kebugaran ibu selama masa nifas. Selain itu, dukungan keluarga dalam pelaksanaan praktik budaya tersebut juga memberikan ketenangan psikologis yang mendukung proses pemulihan ibu.

Di sisi lain, beberapa praktik budaya juga berpotensi memberikan (dampak negatif) terhadap kesehatan ibu apabila dilakukan tanpa memperhatikan kondisi kesehatan dan anjuran tenaga kesehatan. Pantang makanan yang terlalu ketat dapat menyebabkan asupan gizi ibu menjadi tidak seimbang sehingga berisiko menghambat proses pemulihan dan produksi ASI. Selain itu, penggunaan jamu atau tindakan pijat yang tidak sesuai dengan kondisi ibu dapat menimbulkan risiko kesehatan. Kepercayaan yang berlebihan terhadap praktik tradisional juga berpotensi menyebabkan keterlambatan dalam memperoleh

pelayanan kesehatan apabila terjadi komplikasi pada masa nifas.

Saran bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi kepada ibu nifas, keluarga, dan masyarakat mengenai praktik budaya yang aman serta menjelaskan potensi risiko dari praktik yang dapat berdampak pada kesehatan ibu. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan mampu membangun komunikasi dan kerja sama dengan dukun beranak serta tokoh masyarakat agar pelestarian budaya dapat berjalan berdampingan dengan pelayanan kesehatan yang berbasis bukti ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani A, Pritasari W. Literature Review: Jenis dan Manfaat Jamu di Indonesia. 2024;4(1).
- Aprianti NA, Kusteja NF, Nurfitriyani E, Adnani QES. Manfaat dan Tantangan Penggunaan Herbal pada Masa Nifas: Scoping Review. *j kesehat*. 2024;9(3):172. doi:10.22146/jkesvo.98887
- Bado B. Model Pendekatan Kualitatif: Telaah Dalam Metode Penelitian Ilmiah. 2021.
- Fathin Dhiya Amani, Tri Cahyanto. Tradisi Pemanfaatan Tumbuhan sebagai Jamu Tradisional Pascamelahirkan di Kampung Sindangreret, Cibiru Bandung. *Flora*. 2024;2(1):21-29. doi:10.62951/flora.v2i1.210
- Gustiningrum AS, Nurhayati T, Ibrahim B. Pengaruh metode pengemasan ikan tongkol asap guna menghambat kemunduran mutu pada suhu ruang: Packaging method effect of smoked skipjack tuna to inhibit quality deterioration at room temperature. *JPHPI*. 2025;28(3):254-269. doi:10.17844/jphpi.v28i3.61158
- Handayani D, Bella Hard RS. Leksikon Kuliner Melayu Tanjungbalai: Kajian Ekolinguistik. 2021;11. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2577851&val=24174&title=Leksikon%20Kuliner%20Melayu%20Tanjungbalai%20%20Kajian%20Ekolinguistik>
- Hanum Z, Raudhati S. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pemakaian Gurita Pada Ibu Nifas.
- Hertati D, Natalia V, Stefancia S. Pengaruh Praktik Budaya dan Kesehatan pada Ibu Masa Nifas di daerah Aliran Sungai (DAS) Tahun 2023: The Effect of culture and Health Practices on Postpartum Mother in the River Watershed Area (DAS) in 2023. *J Surya Medika*. 2024;9(3):190-202. doi:10.33084/jsm.v9i3.6488
- Hidayati Fajrin D. Pengaruh Media Leaflet Dalam Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia. 2021;1(1). <http://journal.umuslim.ac.id/index.php/jikia/issue/view/101>
- Jahratul Muna, Merlin Karinda, Syahrída Wahyu Utami. Asuhan Kebidanan Postpartum pada Ny. M P2A0 di TPMB Hj. Siti Saidah, S.Keb., Bdn Kota Banjarmasin. *JRIKUF*. 2025;3(4):138-145. doi:10.57213/jrikuf.v3i4.884
- Kecamatan Kualuh Hilir Dalam Angka 2023. Badan Pusat Statistik Kabupaten Labuhanbatu Utara; 2023. <https://labuhanbatuutarakab.bps.go.id/id/publication>
- Krisnawati R, Wahyuni E, Yuniarti, Andriani L. Pengaruh Penggunaan Bengkung Atau Stagen Terhadap Proses Involusi Uterus Ibu Nifas Di Pmb Wilayah Kerja Puskesmas Ketahun Kabupaten Bengkulu Utara. *jbesurek*. 2022;1(1):36-46. doi:10.33088/jbj.v1i1.194
- Muliana, Aiman U, Fazlaini R. Hubungan Pantang Makanan Dan Budaya Dengan Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. *Jikkn*. 2025;2(4):178-187. doi:10.62710/abbf2r91
- R R. Faktor Budaya (Adat Jawa) Dengan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Ibu Dalam Perawatan Pada Masa Nifas. *Jaman*. 2022;3(1):67-77. doi:10.30604/jaman.v3i1.410
- Saputri SPSR, Widyastuti W. Pengaruh Perawatan Masa Nifas Terhadap Masa Nifas di Puskesmas Penjaringan I Jakarta. *Mal Health Stu J*. 2025;5(3):1125-1134. doi:10.33024/mahesa.v5i3.16836
- Sari WP, Susetyo B. Betangas pada Adat Perkawinan Masyarakat Melayu-Palembang di Kecamatan Selangit, Kabupaten Musi Rawas. Published online 2022.

- Selvianti D, Widyaningsih S. Budaya Pantangan Mempengaruhi Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Pmb “M” Kota Bengkulu. *J Of Midwifery*. 2023;11(1):91-96. Doi:10.37676/Jm.V11i1.4207
- Sitorus IAP. Kepercayaan terhadap Jimat di Labuhan Batu Utara: Studi Kritis dalam Perspektif Hadis. 2025;6(1).
- Ulfa M, Norisa N, Julianti R, Zahara E. Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ibu R Dengan Penerapan Meditasi Dan Afirmasi Positif Untuk Mengurangi Kecemasan Persalinan. 2025;2(4).
- Vijayanti NN, Agusaputra H. Potensi Penurunan Haas (Carsinogenik) Dalam Proses Memasak Daging Sebagai Preventif Terhadap Kanker Kolon. 2025;2(1).
- Wagner L, Irawan Yatim D. Seksualitas Di Pulau Batam. Pustaka Sinar Harapan; 1997.
- Wahyuni S, Cahyati Y. Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Mendeteksi Tanda Bahaya Pada Kehamilan, Persalinan Dan Nifas. *ag abdimas galuh jurnal pengabdian kepada masy*. 2021;3(1):133. doi:10.25157/ag.v3i1.5043