

PERSEPSI IBU NIFAS TERHADAP BUDAYA POSTPARTUM CARE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAARA DESA BANGGAI

Postpartum Mother's Perceptions of Postpartum Care Culture in The Waara Community Health Center Work Area, Banggai Village

Hikmah Hidayah¹, Mika Sugarni¹, dan Sitti Nurlyanti Sanwar¹

¹Universitas Karya Persada Muna, Program Studi DIII Kebidanan

Correspondent Author

Nama: Hikmah Hidayah

Email: hh2471580@gmail.com

Abstract

Introduction: The postpartum period is a crucial time for maternal recovery. In the Muna ethnic group, traditional postpartum care like hot water bathing and food taboos are still implemented, but not all align with modern medical perspectives. This study aims to explore postpartum mothers' perceptions of these practices in Banggai Village, Muna Regency. Methods: This research employed a qualitative phenomenological approach. Data was obtained through in-depth interviews with informants. Data analysis involved reduction, presentation, and conclusion drawing. Results: Most mothers perceive hot water bathing positively, believing it accelerates recovery and reduces fatigue. Food taboos are also observed to maintain maternal and infant health, yet excessive restriction risks nutritional deficiencies. Health workers provide education to ensure safe cultural practices alongside modern health care. Conclusion: These cultural practices remain integral, requiring a collaborative approach between health professionals and the community to harmonize cultural values with modern health principles.

Keywords; Postpartum; cultur; hot water bathing; food taboos; maternal perception

Abstrak

Pendahuluan: Masa nifas adalah periode penting pemulihan, namun di Suku Muna, praktik perawatan tradisional seperti mandi air panas dan pantangan makanan masih diterapkan, yang tidak seluruhnya sejalan dengan prinsip medis modern. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi ibu nifas terhadap budaya mandi air panas dan pantangan makanan pada masa nifas di Desa Banggai, Kabupaten Muna, Sulawesi Tenggara. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap informan. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil: Sebagian besar ibu nifas memiliki persepsi positif terhadap mandi air panas karena dianggap mempercepat pemulihan dan mengurangi pegal. Pantangan makanan juga dipatuhi untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi, meskipun berlebihan dapat menyebabkan kekurangan gizi. Tenaga kesehatan memberikan edukasi agar praktik budaya tetap berjalan tanpa menimbulkan risiko kesehatan. Kesimpulan: Budaya ini tetap integral, sehingga diperlukan pendekatan kolaboratif antara tenaga kesehatan dan masyarakat untuk menyeimbangkan nilai budaya dan prinsip kesehatan modern.

Kata kunci; Masa nifas, budaya, mandi air panas, pantangan makanan, persepsi ibu

PENDAHULUAN

Masa nifas (*puerperium*) merupakan masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu. Dalam masa ini alat-alat

genitalia interna dan eksterna berangsur-angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan alat-alat genitalia ini dalam keseluruhan seperti sebelum hamil (Mauluddina, 2023).

Setiap daerah mempunyai cara perawatan tradisional tersendiri terhadap ibu pasca persalinan, baik itu perawatan dari luar maupun yang dari dalam. Perawatan pasca persalinan sangat penting dilakukan demi terjaminnya kesehatan ibu dan anak yang dilahirkannya. Walaupun persalinan berlangsung di pusat pelayanan kesehatan, Rumah Sakit (RS), Bidan Praktik Mandiri (BPM) atau klinik bersalin, kebiasaan masyarakat pada umumnya sekembalinya ke rumah para wanita yang baru melahirkan itu akan melakukan perawatan secara tradisional sesuai dengan kebudayaan masing-masing (Aziz & Zakir, 2022).

Masa nifas adalah periode kritis bagi pemulihan kesehatan ibu, yang rentan terhadap gangguan kesehatan dan memerlukan kondisi optimal. Di berbagai budaya, perawatan tradisional menjadi cara untuk mendukung pemulihan, namun praktik ini sering kali berbenturan dengan ketentuan medis modern. Contohnya, adanya kebiasaan berpantang makanan tertentu di mana larangan konsumsi diyakini menghindari ancaman dapat menyebabkan gangguan atau keterlambatan penyembuhan luka perineum (Oktarina & Wardhani, 2020). Sebaliknya, ibu yang tidak melakukan tradisi mandi air panas pada masa nifas meyakini dirinya akan cepat kelelahan, mengalami proses penyembuhan yang lambat, dan berpotensi menghadapi komplikasi kesehatan yang lebih berat. Adat istiadat, meskipun bagian dari perilaku sosial, tanpa disadari dapat menjadi penghambat pola hidup sehat, terutama terkait pemenuhan nutrisi pada ibu nifas (Perawatan et al., 2023).

Di ASEAN Angka Kematian Ibu pada tahun 2016 adalah sekitar 235 per 100.000 kelahiran hidup (*ASEAN Sustainable Development Goals Indikator*, 2020). Jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2022 terdapat 3.572 per 143.950 kelahiran hidup, penyebab angka kematian ibu terbanyak pada tahun 2022 adalah hipertensi 801 kasus, perdarahan 741 kasus, jantung 232 kasus, dan penyebab lain-lain 1.504 kasus. Walaupun terjadi penurunan angka kematian ibu, masih diperlukan upaya dalam percepatan penurunan AKI untuk mencapai target SDGs yaitu sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2023 (Susanti, 2025).

Indonesia memiliki keanekaragaman budaya luhur, termasuk dalam praktik pengobatan dan perawatan tradisional yang diwariskan turun-temurun. Dalam beberapa kebudayaan khas, seperti yang diteliti oleh Marwati dan Amidi (2018), ibu nifas akan dimandikan dengan air panas oleh *sandro* (dukun) setiap pagi selama tujuh hari, yang dipercaya dapat menyembuhkan luka organ reproduksi dan menghilangkan pegal-pegal. Bersamaan dengan itu, ibu juga diwajibkan berpantang makan dan hanya mengonsumsi makanan yang diperbolehkan oleh orang tua atau *sandro* (Marwati dan Amidi, 2018). Pemberian nutrisi yang tepat pada masa nifas sangat penting untuk pemulihan, meningkatkan kualitas ASI, dan mencegah infeksi. Jika ibu kekurangan protein akibat pantangan berlebihan, proses penyembuhan luka akan terhambat, yang

mana seringkali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan adanya kepercayaan yang bertolak belakang dengan ketentuan kesehatan (Oktarina & Wardhani, 2020).

Penelitian terdahulu di Indonesia mencatat bahwa ibu nifas yang merasa tertekan atau dipaksa menjalani perawatan tradisi yang tidak mereka pahami, memiliki risiko mengalami gejala depresi *postpartum* dua kali lebih tinggi dibandingkan ibu yang memperoleh dukungan psikologis serta kebebasan memilih perawatan. Fenomena ini diperkuat oleh studi Hartaty et al. (2023), yang menyatakan bahwa praktik budaya *postpartum* memiliki efek ganda: di satu sisi memberikan rasa tenang karena adanya dukungan sosial, namun di sisi lain dapat menjadi pemicu stres jika dijalankan secara kaku dan tanpa empati terhadap kondisi ibu. Dalam masyarakat patriarki, pengalaman emosional ibu nifas sering kali diabaikan karena suara mereka cenderung dipinggirkan (Hartaty, D., Vita, N., & Stefanica., 2023).

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Waara, khususnya di Desa Banggai, ditemukan bahwa mayoritas ibu nifas di wilayah ini masih mempraktikkan budaya perawatan tradisional pasca persalinan, seperti mandi air panas dan pantangan makanan. Tetapi tidak dilakukan jika pada ibu yang melahirkan secara *sectio caesarea* (operasi sesar). Praktik ini dijalankan secara turun temurun dan didukung kuat oleh lingkungan, keluarga dan masyarakat setempat.

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui persepsi ibu nifas terhadap budaya mandi air panas dan pantangan makanan pada masa nifas di Desa Banggai, Kabupaten Muna, Sulawesi Tenggara.

METODE

Jenis penelitian kualitatif dengan desain fenomenologi diterapkan untuk menggali secara mendalam persepsi ibu nifas terhadap budaya *postpartum care* di Desa Banggai, Wilayah Kerja Puskesmas Waara, pada tanggal 9-25 Juli 2025. Populasi adalah ibu nifas di desa tersebut, dan sampel informan dipilih secara purposif (*purposive sampling*), yaitu ibu yang menjalankan tradisi mandi air panas dan pantangan makanan. Teknik pengumpulan data utama dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*). Data yang terkumpul dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dipastikan melalui triangulasi sumber dan metode, serta *member checking* untuk menjamin kredibilitas temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Informan

Subyek penelitian pada penelitian ini diambil secara *purposive sampling* yang dipilih berdasarkan tujuan atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan. Berikut ini karakteristik informan di gambarkan melalui tabel karakteristik informan di bawah ini untuk memudahkan pembaca memahami karakteristik partisipan dalam penelitian ini.

Tabel 1. Karakteristik Informan Utama Ibu Nifas

No	Nama (Inisial)	Jenis Kelamin	Umur	Pendidikan	Pekerjaan
1.	Ny "J"	Perempuan	39 tahun	SMA	IRT
2.	Nn "M"	Perempuan	24 tahun	SMA	IRT

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1, didapatkan dua informan utama dalam penelitian ini yang semuanya berjenis kelamin perempuan. Informan pertama adalah Ny. "J" yang berusia 39 tahun dengan riwayat pendidikan terakhir SMA dan memiliki pekerjaan sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga). Informan kedua, Nn. "M", berusia lebih muda, yaitu 24 tahun, dengan riwayat pendidikan terakhir yang sama, yaitu SMA, dan juga bekerja sebagai IRT. Karakteristik informan utama ini menunjukkan bahwa mereka adalah ibu nifas yang memiliki latar belakang pendidikan menengah atas dan peran utama sebagai pengurus rumah tangga.

Tabel 2. Karakteristik Informan Pendukung Ibu Nifas

No	Nama (Inisial)	Jenis Kelamin	Umur	Pendidikan	Pekerjaan
1.	Ny "W"	Perempuan	56 tahun	SMP	Dukun
2.	Nn "S"	Perempuan	33 tahun	D3	Bidan

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 2 menyajikan karakteristik dua informan pendukung yang juga berjenis kelamin perempuan. Informan pertama, Ny. "W", merupakan informan tertua dengan usia 56 tahun, memiliki pendidikan terakhir SMP, dan berprofesi sebagai dukun. Kehadiran dukun sebagai informan pendukung menunjukkan adanya peran pengobatan tradisional atau kearifan lokal dalam perawatan ibu nifas di lokasi penelitian. Informan pendukung kedua, Nn. "S", berusia 33 tahun, memiliki latar belakang pendidikan tinggi D3, dan berprofesi sebagai Bidan. Keikutsertaan Bidan memberikan perspektif profesional medis dan kontras dengan perspektif tradisional, yang berpotensi memperkaya data penelitian.

Persepsi Ibu Nifas Tentang Budaya Perawatan Mandi Air Panas

Hampir seluruh informan ibu nifas di masyarakat Muna secara rutin melaksanakan praktik mandi air panas setiap pagi dan sore, meyakini manfaatnya untuk pemulihan fisik, mengurangi pegal, mempercepat keluarnya *lochia*, serta memberikan efek bugar dan ringan. Sebagaimana disampaikan informan:

"Kalau tidak mandi air panas, badan terasa dingin dan sakit semua. Tapi kalau sudah dimandikan sama sandro pakai air panas, terasa segar, cepat pulih, dan darah nifas juga cepat berhenti." (Wawancara, Informan J, 2025).

Secara fenomenologis, praktik ini memiliki dimensi psikologis dan sosial yang kuat; ibu nifas merasakan kenyamanan, dukungan keluarga, dan ketenangan batin. Hal ini sejalan dengan penelitian Usman (2018) yang menyoroti makna sosial dan spiritual dalam tradisi pasca melahirkan. Secara fisiologis, mandi air hangat terbukti

memfasilitasi relaksasi, vasodilatasi, dan melancarkan sirkulasi (Anisa dan Lismayanti, 2022). Tradisi mandi air hangat masih dilakukan masyarakat karena sudah menjadi anjuran keluarga dan tenaga kesehatan yang bertujuan agar organ-organ vital setelah melahirkan cepat sembuh dan kering. Dalam pandangan kesehatan berendam dibak mandi dengan air hangat setelah melahirkan bisa menjadi semacam terapi. Air yang hangat bisa menenangkan otot yang tegang, membantu pemulihan episiotomi, dan mengurangi pembengkakan di daerah anus dan mencegah infeksi (Bone, 2022). Sando/dukun menegaskan praktik ini sebagai bentuk tanggung jawab dan penghormatan terhadap adat leluhur:

"Kami mandikan dengan air panas supaya ibu cepat pulih. Itu sudah adat dari dulu, kalau tidak dilakukan nanti dianggap tidak menghormati orang tua." (Wawancara, Sando, 2025).

Meskipun bidan menekankan perlunya pengawasan suhu air untuk keselamatan (Hertaty, 2023), ibu nifas melaksanakan praktik ini secara sukarela berdasarkan keyakinan dan pengalaman turun-temurun, tanpa paksaan:

"Tidak ada yang paksa, saya juga mau karena sudah kebiasaan dan terasa manfaatnya." (Wawancara, Informan, Ny. J 2025).

Jika di bandingkan dengan penelitian Ramadhani (2024) pada etnis Bajo di kota Kendari, terdapat persamaan yakni mandi air panas di pandang sebagai keharusan yang tidak bisa ditinggalkan karena diyakini memberi manfaat kesehatan. Namun, perbedaan terletak pada sisi pengawasan kesehatan, dimana pada masyarakat Bajo tidak ditemukan adanya arahan dari tenaga kesehatan terkait batas keamanan suhu air, sedangkan di Desa Banggai petugas kesehatan sudah berusaha memberi edukasi meski belum sepenuhnya diikuti masyarakat. Hal ini menegaskan bahwa persepsi ibu nifas tentang mandi air panas sangat erat dipengaruhi oleh keyakinan budaya, tekanan sosial, serta sejauh mana tenaga kesehatan berperan dalam memberikan pemahaman.

Praktik ini memberikan sensasi kenyamanan yang beragam, mulai dari merilekskan otot tegang hingga tidur yang lebih nyenyak:

"Awalnya panas, tapi setelah itu badan terasa ringan, tidak kaku, dan rasanya nyaman sekali seperti baru bangun tidur yang enak." (Wawancara, Informan, Ny. A).

Dengan demikian, mandi air panas dipahami sebagai pengalaman bermakna yang memperkuat *well-being* dan identitas ibu nifas, menegaskan bahwa perubahan perilaku kesehatan memerlukan pendekatan yang mempertimbangkan nilai budaya dan psikologis yang mengakar.

Persepsi Ibu Nifas Tentang Pantangan Makanan Pada Masa Nifas

Hampir seluruh informan ibu nifas masih melaksanakan pantangan makanan ketat, terutama dalam 40 hari pertama. Pantangan meliputi makanan laut (ikan asin, udang), pedas, santan, dan makanan yang dianggap "dingin" (mentimun, semangka). Kepercayaan ini didasari oleh kekhawatiran bahwa makanan tersebut dapat memperlambat penyembuhan luka atau memengaruhi kualitas ASI.

Teori mengatakan bahwa gizi sangat diperlukan oleh ibu nifas karena gizi dapat mempengaruhi ASI, pemulihan masa nifas, serta pengaruh lainnya terhadap

keberlangsungan ibu nifas tersebut. Jika ibu nifas mengalami malnutrisi maka ibu nifas tersebut dapat menderita penyakit seperti anemia. Kejadian tersebut berdampak pada kesehatan ibunya (Awalia, S.F, 2019).

Sebagaimana disampaikan informan:

"Saya tidak makan ikan laut dan cabai selama nifas, kata orang tua nanti luka lama sembuh dan ASI jadi panas. Jadi lebih aman makan nasi, ikan bakar, dan sayur rebus saja." (Wawancara, Informan M, 2025).

Kepatuhan terhadap pantangan ini dimaknai sebagai kepatuhan tradisi dan penghormatan terhadap orang tua/lingkungan sosial. Secara medis, praktik pembatasan ini berisiko menurunkan asupan gizi, khususnya protein, yang krusial untuk regenerasi jaringan luka (Darminal et al., 2019). Temuan ini konsisten dengan penelitian Indriyani (2022) yang menemukan bahwa ibu nifas menjalankan pantangan karena adanya tekanan sosial meskipun memahami gizi seimbang. Dengan demikian, persepsi ibu terhadap pantangan makanan merupakan hasil internalisasi nilai budaya dan sosial, bukan hanya tingkat pengetahuan. Oleh karena itu, tenaga kesehatan harus mengadopsi edukasi berbasis budaya (*culture-based health education*) yang menghargai nilai lokal, dengan memfokuskan pada penyesuaian pantangan agar tetap aman dan setara nutrisinya.

Gizi seimbang pada ibu nifas harus meliputi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Dari makanan yang berkuah, sayuran, buah-buahan. Pada masa nifas kebutuhan zat besi dan vitamin A sangat penting untuk pemulihan ibu masa nifas. Konsumsi 1 tablet Fe setiap malam selama 42 hari, adapun manfaat Fe untuk ibu nifas yaitu untuk mencegah terjadinya defisiensi zat besi (*anemia*), dapat meningkatkan energi, meningkatkan imunitas tubuh, mempercepat proses penyembuhan luka perineum, meningkatkan konsentrasi, meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, mencukupi kebutuhan zat besi dalam tubuh. Contoh makanan yang mengandung zat besi: bayam, kerang, hati atau jeroan sapi, kacang kacangan (kacang tanah, legum, lentil, buncis, kacang polong, kedelai, kacang hitam, kacang navy, kacang merah), daging merah (sapi), biji quinoa, daging kalkun, brokoli, tahu, dark coklat, ikan, sereal (Amanda, 2018).

Makanan yang dipantang melalui makanan laut, makanan pedas, dan berlemak biasanya merupakan makanan yang dihindari dalam budaya panatang (Rosita & Rahmayani, 2022). Namun nyatanya, makanan tersebut memiliki unsur penting seperti protein, vitamin, dan mineral yang membantu proses penyembuhan luka. Penting untuk di ingat bahwa setiap budaya memiliki adat dan kepercayaanya masing-masing tentang tidak makan selama beberapa waktu setelah melahirkan, dan sebelum menerapkan praktik pantangan makanan tertentu, setiap individu harus mempertimbangkan untuk mendapatkan panduan dan menemui praktisi medis (Sebayang, 2021).

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa budaya perawatan masa nifas pada masyarakat Suku Muna merupakan perwujudan dari dualitas keyakinan antara tradisi lokal dan anjuran kesehatan modern. Praktik mandi air panas secara rutin dipertahankan karena diyakini mempercepat pemulihan dan secara fisiologis terbukti memberikan relaksasi, sementara pantangan makanan dijalankan karena tekanan sosial dan kepercayaan keselamatan, meskipun berisiko menurunkan asupan gizi. Adanya pengaruh Bidan menunjukkan bahwa ibu nifas telah memulai proses seleksi budaya, yaitu mengadaptasi tradisi agar tidak bertentangan dengan kebutuhan gizi dan standar keamanan medis. Oleh karena itu, intervensi kesehatan di wilayah ini harus menggunakan pendekatan yang sensitif budaya untuk menjembatani keyakinan tradisional dengan praktik kesehatan yang optimal.

Peneliti berasumsi bahwa praktik perawatan masa nifas yang bersifat tradisional, seperti mandi air panas dan pantangan makanan di kalangan masyarakat Suku Muna, akan terus dipertahankan secara kuat. Asumsi ini didasarkan pada temuan bahwa kedua praktik tersebut telah terinternalisasi sebagai nilai budaya dan sosial yang mengakar, diwariskan oleh tokoh adat dan keluarga, serta memberikan makna simbolik yang mendalam, yaitu rasa nyaman, dukungan, dan penghormatan terhadap leluhur. Namun, peneliti juga berasumsi bahwa dengan meningkatnya akses terhadap edukasi kesehatan dan intervensi yang dilakukan oleh Bidan, akan terjadi pergeseran perilaku selektif (seperti yang terlihat pada praktik pantangan makanan), di mana ibu nifas akan mulai mengadaptasi praktik tradisional agar selaras dengan prinsip keselamatan medis dan kebutuhan nutrisi modern.

KESIMPULAN

Budaya perawatan masa nifas Suku Muna di Desa Banggai masih kuat dalam praktik mandi air panas dan pantangan makanan, di mana mandi air panas dipercaya mempercepat pemulihan dan memberikan rasa nyaman (dengan manfaat fisiologis jika suhu aman), sementara pantangan makanan dianggap penting untuk keselamatan ibu dan bayi. Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan adanya pergeseran persepsi di mana ibu nifas mulai terbuka terhadap edukasi bidan untuk menyeimbangkan keyakinan budaya dengan kesehatan modern. Oleh karena itu, penelitian ini menyimpulkan bahwa intervensi kesehatan harus menggunakan pendekatan sensitif budaya (*culture-sensitive approach*) untuk meningkatkan efektivitas edukasi dan kepercayaan masyarakat. Disarankan agar institusi membimbing mahasiswa meneliti lebih lanjut budaya kesehatan lokal di Sulawesi Tenggara, tempat penelitian (misalnya Puskesmas) memberikan pendidikan kesehatan yang membimbing ibu nifas terkait kedua praktik tersebut, dan mahasiswa didorong untuk mendalami dan meneliti lebih lanjut praktik perawatan ibu nifas pada suku-suku dengan budaya kental seperti Suku Muna.

DAFTAR PUSTAKA

Anisa, R., & Lismayanti, D. (2022). Pengaruh mandi air hangat terhadap relaksasi dan peredaran darah pada ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 10(2), 45-52.

- Arnanda, R. (2018). *Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Ibu Nifas Dalam Perspektif Budaya Jawa (Studi Pada Masyarakat Jawa Di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman)*.
- Awalia Syifa, and Fauziah. (2019). Penerapan Kelas Ibu Nifas Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Gizi Dan Mitos Makanan Pada Periode Pasca Partum. *Prosiding University Research Colloquium*, Oct. 2019, pp. 282-7
- Aziz, A., & Zakir, S. (2022). *Indonesian Research Journal on Education: Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2(3), 1030–1037.
- Bone, U. K. (2022). *Jurnal Suara Kesehatan*. 8(1), 1–8.
- Darminal, A., et al. (2019). Pengaruh pantangan makanan terhadap pemenuhan gizi ibu nifas. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(2), 88–95.
- Hertaty, R., et al. (2023). Tekanan sosial dalam praktik budaya postpartum. *Jurnal Antropologi Kesehatan*, 11(2), 90–104.
- Indriyani, S. (2022). Budaya perawatan masa nifas pada masyarakat Bone. *Jurnal Kebidanan Sulawesi*, 5(1), 14–22.
- Mauluddina, F. (2023). *Pengaruh Pemberian Konseling Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas*. 15(1).
- Mudatsir. (2020). Pengaruh faktor sosial budaya terhadap perilaku ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 55–63.
- Oktarina, O. O., & Wardhani, Y. F. (2020). Perilaku pemenuhan gizi pada ibu menyusui di beberapa etnik di indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 22(4), 236–244.
- Perawatan, S., Nifas, M., Samatan, D., Proppo, K. E. C., Pamekasan, K. A. B., Kebidanan, D., Kesehatan, F., & Madura, U. I. (2023). *Hubungan Budaya Dengan Proses Penyembuhan Kesehatan Dan Kekuatan Ibu Nifas, Meningkatkan Kualitas Dan Kuantitas Asi, Dan Mencegah Keterlambatan Dalam Proses Penyembuhan Luka (Komala, 2017). Adat Istiadat Merupakan Bagian Kebiasaan Pada Masyarakat Itu*. 4(2), 67–72.
- Ramadhani, R. (2024). Praktik mandi air panas pada etnis Bajo di Kendari. *Jurnal Antropologi Indonesia*, 18(2), 45–60.
- Rosita, D., & Rahmayani. (2022). Pantangan makanan dan kesehatan ibu postpartum. *Jurnal Nutrisi Ibu dan Anak*, 3(2), 29–36.
- Sebayang, R. (2021). Telaah budaya pantangan makanan ibu postpartum di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Budaya*, 4(1), 56–65.
- Susanti, T. (2025). *Kata Kunci: Asuhan, Nifas, Putting Susu Lecet*. 9(1).
- Usman, A. (2018). Tradisi pidaho wemusodo pada perempuan Buton Utara. *Jurnal Antropologi dan Kesehatan*, 3(1), 44–55.
- Usman, A., & Sapril. (2018). Tradisi posoropu dan praktik mandi air panas postpartum. *Jurnal Budaya Kesehatan*, 2(4), 88–96.