



Pemberdayaan Mama Biang Melalui Literasi Kesehatan Perawatan Nifas Integratif di Pulau Ternate

Nurdiana Lante, **Triany L Pelu**

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Email Korespondensi : nurdianalante@gmail.com

History Artikel

Received: 03-12-2025

Accepted: 29-06-2026

Published: 30-09-2026

Kata kunci

Literasi;
Mama biang;
Perawatan nifas.

ABSTRAK

Perawatan masa nifas merupakan periode krusial dalam menjaga kesehatan ibu pasca persalinan. Di Pulau Ternate, praktik perawatan nifas tradisional masih kuat dipertahankan, dengan peran sentral mama biang (dukun bayi) dalam pelaksanaannya. Namun, sebagian praktik tradisional berpotensi menimbulkan risiko kesehatan bila tidak diimbangi pengetahuan medis modern. Kondisi ini melatarbelakangi pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang bertujuan memberdayakan mama biang melalui peningkatan literasi kesehatan serta integrasi praktik tradisional dan modern dalam perawatan nifas. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juni 2024 dengan jumlah peserta 20 orang di Kecamatan Pulau Ternate dengan sasaran utama para mama biang, melalui: (a) edukasi dan pelatihan literasi kesehatan berbasis budaya, (b) pendampingan praktik integratif sesuai prinsip kesehatan modern tanpa meniadakan nilai lokal, serta (c) penyusunan dan distribusi booklet edukasi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku mama biang dalam memberikan perawatan nifas yang lebih aman, bersih, dan berbasis bukti ilmiah. Selain itu, dihasilkan media edukasi literasi kesehatan integratif yang dapat dimanfaatkan berkelanjutan di wilayah lain. Program ini memperkuat sinergi antara kearifan lokal dan praktik kesehatan modern guna meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi di daerah kepulauan

Keywords:

Literacy;
Traditional birth
attendant;
Postpartum care.

ABSTRACT

Postpartum care is a crucial period in maintaining maternal health after childbirth. On Ternate Island, traditional postpartum care practices are still strongly maintained, with traditional birth attendants (mama biang) playing a central role in their implementation. However, some traditional practices can pose potential health risks if not balanced with modern medical knowledge. This situation underpins the implementation of a community service program aimed at empowering mama biang by improving health literacy and integrating traditional and modern practices in postpartum care. The program, conducted in June 2024, involved 20 participants in the Ternate Island District, primarily targeting mama biang. This program included: (a) education and training in culture-based health literacy, (b) mentoring in integrative practices in accordance with modern health principles without negating local values, and (c) the development and distribution of educational booklets. The results demonstrated increased knowledge and behavioral changes among mama biang in providing safer, cleaner, and evidence-based postpartum care. Furthermore, integrative health literacy education materials were produced that can be sustainably used in other regions. This program strengthens the synergy between local wisdom and modern health practices to improve maternal and infant health in island regions.



PENDAHULUAN

Kesehatan ibu pasca persalinan merupakan salah satu aspek penting dalam menurunkan angka kematian ibu di Indonesia. Masa nifas (puerperium) merupakan periode kritis di mana ibu rentan mengalami komplikasi seperti perdarahan, infeksi, maupun gangguan psikologis. Menurut data World Health Organization (WHO), sekitar 60% kematian ibu terjadi pada masa nifas, terutama dalam enam minggu pertama setelah persalinan. Kondisi ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap praktik perawatan nifas yang aman dan efektif (Abdul Ghani & Salehudin, 2018; Kassie et al., 2022; Sanchez-Garcia et al., 2022).

Di Indonesia, termasuk di wilayah Maluku Utara, praktik perawatan nifas tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan medis, tetapi juga oleh nilai-nilai budaya dan tradisi lokal yang diwariskan secara turun-temurun. Pada masyarakat etnik Ternate, perawatan nifas masih banyak dipercayakan kepada *mama biang* atau dukun bayi. Mereka memiliki peran kuat dalam menentukan pola perawatan ibu nifas, mulai dari praktik perawatan dengan uap panas api, uap panas air, pemberian ramuan tradisional, pijat, hingga pantangan makanan. Meskipun sebagian praktik tradisional memberikan manfaat, beberapa praktik lainnya berpotensi menimbulkan risiko kesehatan bila tidak disesuaikan dengan prinsip medis modern (Astri & Alhadar, 2018; Mariyati & Tumansery, 2018).

Mama biang memiliki posisi sosial yang tinggi, sehingga pendekatan yang meniadakan peran mereka sering kali tidak efektif. Pendekatan yang lebih strategis adalah dengan memberdayakan mama biang melalui peningkatan literasi kesehatan dan integrasi antara pengetahuan tradisional dan modern. Literasi kesehatan merupakan kemampuan memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat (Wagner et al., 2020). Pendekatan ini juga sejalan dengan teori *Culture Care* Leininger, yang menekankan pentingnya penghormatan terhadap nilai budaya lokal dalam pelayanan kebidanan (Coast et al., 2016; Safitri et al., 2020; Saptandari, 2016).

Pemerintah melalui berbagai kebijakan telah menekankan pentingnya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam bidang kesehatan reproduksi. Dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024, peningkatan literasi kesehatan masyarakat menjadi salah satu strategi utama dalam percepatan penurunan angka kematian ibu dan bayi. Literasi kesehatan bukan hanya kemampuan membaca informasi kesehatan, tetapi juga kemampuan memahami, menilai, dan menerapkan informasi tersebut dalam pengambilan keputusan yang tepat bagi kesehatan individu dan keluarga. (Ehrari et al., 2022)

Literasi kesehatan merupakan kemampuan individu memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat. (Asmuji. & Diyan, 2014), Dengan meningkatkan literasi kesehatan *mama biang*, diharapkan praktik tradisional dapat diadaptasi menjadi perawatan yang lebih aman tanpa menghilangkan nilai budaya. Pendekatan integratif ini sejalan dengan teori *Culture Care* Leininger yang menekankan pentingnya penghormatan terhadap nilai budaya lokal dalam pelayanan kesehatan. Kegiatan ini menjadi penting tidak hanya untuk meningkatkan keselamatan ibu dan bayi, tetapi juga sebagai upaya memperkuat peran sosial *mama biang* sebagai mitra tenaga kesehatan dalam pelayanan kebidanan berbasis budaya. Dengan demikian, pemberdayaan *mama biang* melalui literasi kesehatan diharapkan dapat menjadi model intervensi yang aplikatif, berkelanjutan, dan sesuai dengan konteks sosial budaya masyarakat kepulauan (Reiza, 2018); (Kersh & Workowski, 2020).

Kegiatan ini merupakan bentuk implementasi hasil penelitian yang sebelumnya menemukan rendahnya literasi kesehatan ibu nifas dan kuatnya dominasi praktik tradisional yang tidak selalu aman. Melalui kegiatan edukasi dan pendampingan kepada *mama biang*, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku menuju perawatan nifas yang integratif yakni menggabungkan kearifan lokal dengan prinsip kesehatan modern tanpa menghilangkan nilai budaya.

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada bulan Juni 2024 di Kecamatan Pulau Ternate, Kota Ternate Maluku Utara. Peserta kegiatan adalah 20 orang *mama biang* aktif di wilayah kerja puskesmas setempat, dengan dukungan dari bidan dan perangkat kelurahan sebagai mitra. Adapun metode pelaksanaan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Tim melakukan survei lapangan dan wawancara awal untuk mengidentifikasi praktik tradisional yang masih dijalankan. Data digunakan untuk menyusun materi literasi kesehatan yang relevan dengan konteks budaya lokal.

b. Tahap Edukasi dan Pelatihan

Kegiatan pemberian materi edukasi dan penyuluhan interaktif kepada peserta sebanyak 20 orang *mama biang* aktif yang terdata di wilayah kerja Puskesmas jambula tentang:

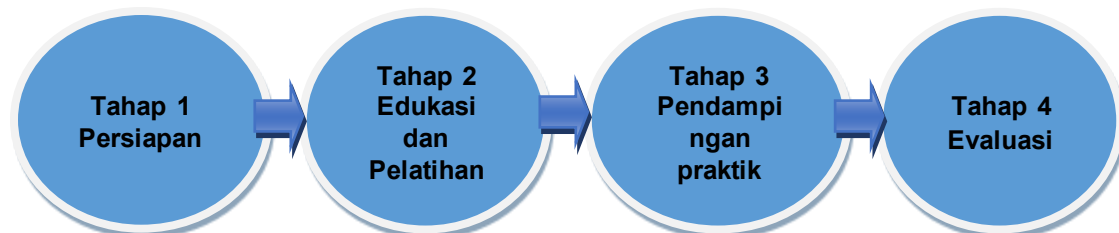
- 1) Konsep dasar masa nifas,
- 2) Tanda bahaya pada ibu nifas dan pentingnya rujukan,
- 3) Nutrisi dan kebersihan,
- 4) Praktik tradisional yang aman dan dapat diintegrasikan dengan perawatan modern.

Metode penyuluhan menggunakan bahasa lokal, cerita rakyat, dan diskusi kelompok agar lebih mudah dipahami.

c. Tahap Pendampingan praktik setelah pelatihan, tim melakukan kunjungan rumah bersama *mama biang* untuk mendampingi proses perawatan ibu nifas. Pendampingan dilakukan secara partisipatif, melibatkan bidan desa untuk memberikan masukan langsung mengenai praktik yang sesuai standar kesehatan adapun mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah perangkat kelurahan setempat.

d. Tahap Evaluasi

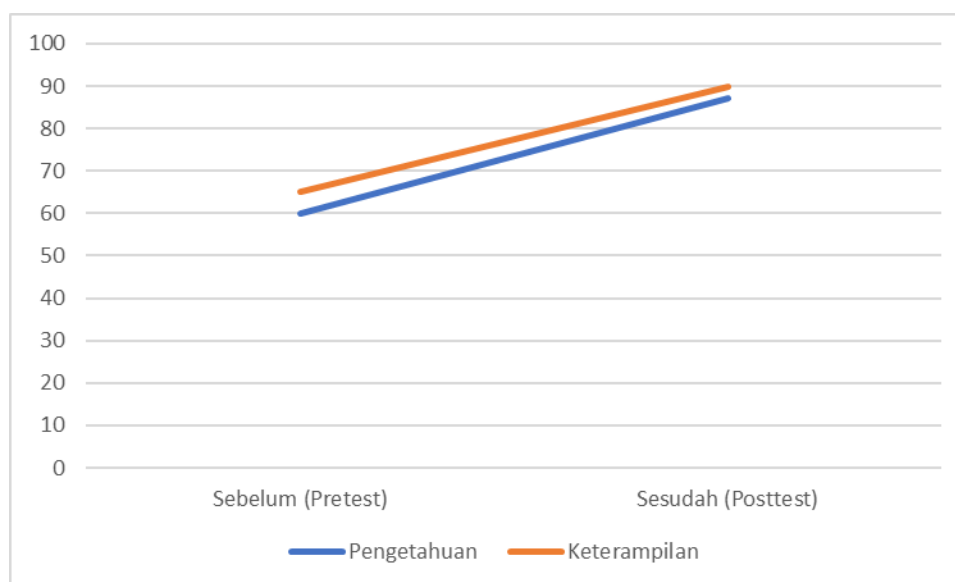
Evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Instrumen evaluasi menggunakan kuesioner pengetahuan berjumlah 15 pertanyaan pilihan ganda dan lembar observasi keterampilan berisi 10 indikator praktik perawatan nifas yang aman. observasi perilaku tersebut dilakukan untuk menilai perubahan cara *mama biang* dalam memberikan perawatan.



Gambar 1. Bagan Alir Kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian kegiatan utama dilaksanakan di Aula Puskesmas Jambula Kecamatan Pulau Ternate. Pretest dilakukan sebelum sesi edukasi dimulai, Posttest dilakukan pada akhir sesi pelatihan hari kedua. Adapun evaluasi keterampilan dilakukan selama pendampingan lapangan (2 minggu setelah pelatihan). Hasil kegiatan dilapangan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan *mama biang* dalam mengenali tanda bahaya pada ibu nifas, menjaga kebersihan peralatan, menjelaskan cara menjaga kebersihan luka perineum, memahami pentingnya rujukan medis bila diperlukan serta mengarahkan ibu untuk memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan jika ditemukan keluhan tertentu. Berdasarkan hasil evaluasi pre-post test, terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan sebesar 45% dan perubahan perilaku positif pada aspek kebersihan tangan, penggunaan alat dan air bersih, serta kolaborasi dengan bidan setempat. Hasil peningkatan pengetahuan dan keterampilan *mama biang* dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Grafik Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Hasil PKM

Perbandingan skor pretest dan posttest pada setiap indikator disajikan pada Tabel 1 dan Tabel 2 untuk memberikan gambaran transparan mengenai perubahan yang terjadi.

Tabel 1. Perbandingan Skor Pengetahuan Mama Biang Sebelum dan Sesudah Pelatihan

No.	Indikator Pengetahuan	Skor Pretest (%)	Skor Posttest (%)	Peningkatan (%)
1.	Pengertian Pengetahuan	55	85	30
2.	Tanda Bahaya Perdarahan	45	90	45
3.	Tanda Infeksi Nifas	50	88	38
4.	Kebersihan Luka Perineum	48	86	38
5.	Pentingnya Rujukan Medis	60	92	32
6.	Nutrisi Ibu Nifas	52	87	35

7.	Praktik Tradisional Yang Aman	58	89	31
8.	Pencegahan Infeksi	47	85	38

Tabel 2. Perbandingan Keterampilan Praktik Mama Biang

No.	Indikator Keterampilan	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1.	Cuci Tangan Sebelum Tindakan	40	85
2.	Penggunaan Air Bersih	50	88
3.	Edukasi Tanda Bahaya	45	82
4.	Anjuran kontrol Ke Faskes	55	90
5.	Pemeriksaan Luka Perineum	38	80

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan pada indikator yang diukur setelah pelatihan. Peningkatan paling tinggi terlihat pada pemahaman tanda bahaya perdarahan dan infeksi nifas, yang merupakan aspek krusial dalam pencegahan komplikasi masa nifas. Hal ini menunjukkan bahwa materi literasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan kesadaran mama biang terhadap kondisi yang memerlukan perhatian medis segera.

Sementara itu, pada Tabel 2 terlihat adanya perbaikan keterampilan praktik perawatan nifas, terutama pada aspek kebersihan tangan, penggunaan air bersih, dan anjuran rujukan ke fasilitas kesehatan. Perubahan ini menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan pemahaman kognitif, tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang aplikatif dalam praktik lapangan.

Dari total 15 item pengetahuan dan 10 indikator keterampilan yang diukur, tabel diatas menampilkan indikator utama yang paling relevan dengan tujuan intervensi dan menunjukkan perubahan paling signifikan. Skor rata-rata keseluruhan dihitung berdasarkan seluruh item instrumen. Secara keseluruhan, temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan literasi kesehatan berbasis budaya efektif dalam meningkatkan kapasitas mama biang baik pada aspek pengetahuan maupun keterampilan praktik perawatan nifas yang aman.

a. Peningkatan Literasi Kesehatan

Sebelum pelatihan, sebagian besar *mama biang* mengandalkan pengalaman dan warisan leluhur sebagai dasar praktiknya. Setelah kegiatan, peserta menunjukkan pemahaman baru tentang konsep kesehatan berbasis bukti. Mereka dapat menghubungkan praktik tradisional seperti pemijatan dan penggunaan ramuan alami dengan aspek keamanan medis, misalnya menjaga sterilitas alat dan bahan.

b. Perubahan Perilaku Perawatan

Hasil observasi menunjukkan perubahan nyata dalam perilaku perawatan. *Mama biang* mulai menerapkan prinsip kebersihan tangan, penggunaan air bersih, dan penghindaran penggunaan bahan yang dapat menimbulkan infeksi. Mereka juga lebih terbuka untuk berkolaborasi dengan bidan, terutama dalam situasi yang memerlukan rujukan cepat.

c. Penguatan Kolaborasi Budaya dan Kesehatan

Kegiatan ini menciptakan ruang dialog antara tenaga kesehatan dan *mama biang* tanpa meniadakan nilai budaya. Pendekatan *cultural safety* menjadi kunci, karena menghormati identitas budaya sekaligus memperkenalkan standar medis. Kolaborasi ini mendorong kepercayaan masyarakat terhadap pelayanan kesehatan formal.

d. Pengembangan Booklet Edukasi dan HKI

Booklet edukasi berjudul “*Literasi Masa nifas Suku Ternate*” dikembangkan secara partisipatif, memadukan ilustrasi lokal dengan informasi ilmiah sederhana. Alat peraga dan booklet tersebut telah didaftarkan sebagai Hak Kekayaan Intelektual (HKI) oleh tim pengabdian. Luaran ini menjadi media pembelajaran berkelanjutan bagi *mama biang* di wilayah Pulau Ternate dan sekitarnya.

e. Luaran Kegiatan

Luaran utama dari kegiatan ini adalah:

- 1) Peningkatan literasi kesehatan *mama biang*,
- 2) Perubahan perilaku perawatan nifas ke arah lebih aman,
- 3) Terbentuknya booklet “Perawatan Nifas Aman dan Berbudaya”,
- 4) Pendaftaran HKI atas media edukasi tersebut.

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan mitra yang diuraikan pada bagian sebelumnya, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada pemberdayaan *mama biang* (dukun bayi) di Kecamatan Pulau Ternate melalui peningkatan literasi kesehatan dan pendampingan praktik perawatan nifas yang mengintegrasikan unsur tradisional dan modern. Kegiatan edukasi literasi kesehatan menggunakan metode penyuluhan interaktif dan diskusi kelompok.

Tim pengabdian dari Poltekkes Kemenkes Ternate juga menyusun media edukasi yaitu booklet berbasis budaya Ternate sebagai panduan dalam pendampingan. Booklet ini berisi materi mengenai prinsip dasar perawatan nifas modern, bahaya praktik berisiko (seperti penggunaan ramuan yang tidak steril atau pembatasan makanan bergizi), serta strategi mengintegrasikan pengetahuan lokal dalam pelayanan kebidanan. Booklet tersebut dirancang secara komunikatif menggunakan bahasa lokal Ternate agar mudah dipahami oleh *mama biang*. Booklet edukasi literasi kesehatan integratif ini juga sebagai media pembelajaran bagi masyarakat dan tenaga kesehatan di wilayah kepulauan.

Tahapan berikutnya adalah pendampingan lapangan, di mana tim pengabdian bersama bidan desa mendampingi para *mama biang* saat memberikan perawatan kepada ibu nifas di rumah. Pendampingan dilakukan selama 2 minggu untuk memantau penerapan hasil pelatihan serta memberikan bimbingan teknis mengenai praktik perawatan modern seperti pemeriksaan luka perineum, pemantauan tanda bahaya, dan edukasi menyusui eksklusif. Kegiatan proses pelatihan dan pendampingan *mama biang* dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 3. Proses Pelatihan dan Pendampingan Mama Biang

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini mendukung teori Leininger (2002) bahwa pelayanan kebidanan yang menghargai budaya akan lebih diterima oleh masyarakat. Peningkatan literasi kesehatan terbukti mampu mengubah perilaku secara konstruktif

tanpa menghilangkan nilai-nilai tradisional (Bazzano et al., 2020; Rahayu., S., I, Mudatsir, Hasballah., 2017).

Kegiatan edukasi dan pendampingan yang dilakukan menunjukkan bahwa pendekatan berbasis literasi kesehatan mampu menjadi sarana efektif untuk meningkatkan pemahaman *mama biang* tanpa meniadakan nilai-nilai budaya lokal. Hal ini sejalan dengan konsep *health literacy based empowerment* yang dikemukakan oleh Nutbeam (2008), bahwa peningkatan literasi kesehatan bukan sekadar transfer informasi, tetapi proses pemberdayaan individu agar mampu mengambil keputusan yang tepat terhadap kesehatannya berdasarkan pemahaman, kepercayaan, dan nilai sosial yang dianut (Barnes et al., 2022; Coutinho et al., 2019).

Integrasi antara praktik tradisional dan modern dalam konteks Ternate menunjukkan hasil positif. Misalnya, praktik pijat tradisional tetap dipertahankan karena memiliki nilai terapeutik dan sosial, namun dilakukan dengan memperhatikan prinsip kebersihan tangan dan peralatan. Beberapa *mama biang* juga mulai mengadopsi praktik pemeriksaan tanda bahaya nifas sederhana menggunakan panduan visual dari booklet pelatihan.

Pendampingan lapangan memberikan pengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku, karena dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas (El Ayadi et al., 2022; Ramulondi et al., 2021). Strategi ini efektif sebagaimana dijelaskan dalam teori *Community-Based Health Promotion*, bahwa keberhasilan promosi kesehatan di masyarakat sangat ditentukan oleh partisipasi aktif kelompok sasaran dan adaptasi terhadap konteks sosial budaya setempat (Bennardo, 2018; Sellevold et al., 2022). Selain perubahan perilaku individu, kegiatan ini juga berdampak pada penguatan jejaring antara tenaga kesehatan dan *mama biang*. Kolaborasi ini menjadi dasar bagi terbangunnya sistem pelayanan kebidanan berbasis budaya (*culture-based midwifery*) yang lebih berkelanjutan. Hasil luaran berupa modul edukasi integratif dan pencatatan HKI menjadi wujud nyata dari transfer pengetahuan yang aplikatif dan dapat direplikasi di wilayah lain di Maluku Utara. Dengan demikian, program pemberdayaan *mama biang* melalui literasi kesehatan ini tidak hanya meningkatkan kapasitas individu, tetapi juga memperkuat sistem sosial dan budaya dalam mendukung praktik kesehatan ibu yang aman dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Program pemberdayaan *mama biang* melalui peningkatan literasi kesehatan berhasil meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan perilaku aman dalam perawatan nifas di Pulau Ternate. Pendekatan integratif yang menggabungkan kearifan lokal dengan prinsip kesehatan modern mampu memperkuat kolaborasi antara tenaga kesehatan dan tokoh budaya, serta membangun sistem pelayanan kebidanan berbasis budaya yang berkelanjutan. Adapun saran yaitu Program sejenis perlu diperluas ke wilayah kepulauan lain di Maluku Utara, *Mama biang* perlu terus dilibatkan dalam pelatihan dan sertifikasi dasar perawatan nifas yang aman dan booklet edukasi sebaiknya dijadikan media pembelajaran rutin di puskesmas dan kegiatan posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Ghani, R., & Salehudin, S. (2018). Traditional Belief and Practice on Postpartum Recovery among Mothers in East Coast of Peninsular Malaysia. *MATEC Web of Conferences*, 150. <https://doi.org/10.1051/matecconf/201815005067>

- Asmuji., & Diyan, Indriyani. (2014). Model Edukasi Postnatal Melalui Pendekatan FCMC. *Keperawatan*, 5(2), 128–141.
- Astri, H., & Alhadar, F. (2018). Rorano Ramuan Percepat Proses Persalinan Pada Etnik Ternate. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(1), 25. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i1.3134>
- Barnes, L. A. J., Rolfe, M. I., Barclay, L., McCaffery, K., & Aslani, P. (2022). Demographics, health literacy and health locus of control beliefs of Australian women who take complementary medicine products during pregnancy and breastfeeding: A cross-sectional, online, national survey. *Health Expectations*, 25(2), 667–683. <https://doi.org/10.1111/hex.13414>
- Bazzano, A. N., Stolor, J. A., Duggal, R., Oberhelman, R. A., & Var, C. (2020). Warming the postpartum body as a form of postnatal care: An ethnographic study of medical injections and traditional health practices in Cambodia. *PLoS ONE*, 15(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228529>
- Bennardo, G. (2018). Cultural Models Theory. *Anthropology News*, 59(4), e139–e142. <https://doi.org/10.1111/an.919>
- Coast, E., Jones, E., Lattof, S. R., & Portela, A. (2016). Effectiveness of interventions to provide culturally appropriate maternity care in increasing uptake of skilled maternity care: A systematic review. *Health Policy and Planning*, 31(10), 1479–1491. <https://doi.org/10.1093/heapol/czw065>
- Coutinho, E., Amaral, S., Parreira, M. V. B. de C., Chaves, C. B., Amaral, O., & Nelas, P. (2019). Nurses-puerperal mothers interaction: Searching for cultural care. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72(4), 910–917. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0216>
- Ehrari, H., Tordrup, L., & Müller, S. (2022). The Digital Divide in Healthcare: A Socio-Cultural Perspective of Digital Literacy. *Proceedings of the 55th Hawaii International Conference on System Sciences*, 7, 4097–4106. <https://doi.org/10.24251/hicss.2022.499>
- El Ayadi, A. M., Duggal, M., Bagga, R., Singh, P., Kumar, V., Ahuja, A., Kankaria, A., Basavarajappa, D. H., Kaur, J., Sharma, P., Gupta, S., Pendse, R. S., Weil, L., Swendeman, D., & Diamond-Smith, N. G. (2022). A Mobile Education and Social Support Group Intervention for Improving Postpartum Health in Northern India: Development and Usability Study. *JMIR Formative Research*, 6(6), 1–17. <https://doi.org/10.2196/34087>
- Kassie, B., Ahmed, B., & Degu, G. (2022). Predictors of time to recovery from postpartum hemorrhage in Debre Markos comprehensive specialized hospital, Northwest, Ethiopia, 2020/21. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04834-5>
- Kersh, E. N., & Workowski, K. A. (2020). Evidence Review for Centers for Disease Control and Prevention Guidance Development on Laboratory Testing to Detect *Treponema pallidum* Infection (Syphilis). *Clinical Infectious Diseases*, 71, S1–S3. <https://doi.org/10.1093/cid/ciaa348>
- Mariyati, & Tumansery, G. S. (2018). Perawatan Diri Berbasis Budaya Selama Masa Nifas Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 47–56.
- Rahayu., S., I, Mudatsir, Hasballah., K. (2017). Faktor Budaya Dalam Perawatan Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 36–49.
- Ramulondi, M., de Wet, H., & Ntuli, N. R. (2021). Traditional food taboos and practices during pregnancy, postpartum recovery, and infant care of Zulu women in northern KwaZulu-Natal. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 17(1), 1–19. <https://doi.org/10.1186/s13002-021-00451-2>
- Reiza, Y. (2018). Budaya Nifas Masyarakat Indonesia, Perlu Tidak Dipertahankan? *eJournal Kedokteran Indonesia*, 6(1), 1–3. <https://doi.org/10.23886/ejki.6.8060>.
- Safitri, F., Rahmi, N., Melati, K., & Marniati, M. (2020). Perilaku Ibu Terhadap Tradisi Perawatan Masa Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kota Banda Aceh.

- Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 538.
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v6i1.864>
- Sanchez-Garcia, J. C., Aguilar-Cordero, M. J., Montiel-Troya, M., Marín-Jiménez, A. E., Cortes-Martin, J., & Rodriguez-Blanque, R. (2022). Quality of Life in the Postpartum Recovery of Women Who Practice Hypopressive Exercise: Randomized Clinical Trial. *Journal of Clinical Medicine*, 11(19), 5592. <https://doi.org/10.3390/jcm11195592>
- Saptandari, P. (2016). Nilai-Nilai dan Praktek Budaya Tentang Pemenuhan Kesehatan Perempuan Bawean. *BioKultur*, V No. 1(1), 36–60.
- Sellevoid, V. L., Hamre, L. L., & Bondas, T. E. (2022). A meta-ethnography of language challenges in midwifery care. *European Journal of Midwifery*, 6(July), 1–13.
<https://doi.org/10.18332/ejm/147994>
- Wagner, T., Stark, M., & Raines Milenkov, A. (2020). What About Mom? Health Literacy and Maternal Mortality. *Journal of Consumer Health on the Internet*, 24(1), 50–61.
<https://doi.org/10.1080/15398285.2019.1710980>