



## **PERAWATAN IBU POSTPARTUM DENGAN PEMANFAATAN TUMBUHAN HERBAL SESUAI KEBIASAAN MASYARAKAT DI KOTA LHOKSEUMAWE**

**Yusri<sup>1</sup>, Mariyati<sup>2\*</sup>, Liza wahyuni<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Gizi, STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe;

<sup>2</sup>Prodi Ilmu Keperawatan, STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe;

<sup>3</sup>Prodi Ners, STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe;

yusriabati@gmail.com, mariyati280282@gmail.com, lizawahyuni2@gmail.com

---

### **Abstrak**

Penggunaan tumbuhan herbal bagi ibu postpartum dilakukan berdasarkan tradisi masyarakat yang diturunkan secara turun-temurun. Masyarakat mempercayai, menggunakan tumbuhan herbal dapat mempercepat proses pemulihan. Penggunaan tumbuhan herbal dapat menjadi salah satu alternatif dalam perawatan selama masa postpartum yang berbiaya murah, mudah dan akrab dengan masyarakat, sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan perempuan. Tujuan penelitian untuk mengetahui bagaimana pemanfaatan tumbuhan herbal selama masa postpartum. Penelitian ini jenis kualitatif dan dilakukan di wilayah kota Lhokseumawe dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara mendalam dan analisa data dilakukan melalui analisis konten. Responden penelitian dikumpulkan dengan teknik *snowball sampling*. Hasil penelitian menemukan enam tema yaitu: tujuan penggunaan tumbuhan herbal, jenis tumbuhan yang digunakan, sumber pengolahan, manfaat, efek samping dan penyedia ramuan tersebut. Penggunaan tumbuhan herbal selama masa postpartum dapat memberikan manfaat yang besar jika dikelola dengan bijak dan benar. Saran diberikan bagi petugas kesehatan.

**Kata kunci:** herbal; pengobatan tradisional; keperawatan; maternitas; postpartum

---

### **Abstract**

*The utilization of herbal plants in postpartum care is rooted in familial and hereditary traditions and is believed to expedite the recovery process. Local customs support the use of these herbal plants as a cost-effective, readily accessible, and culturally familiar alternative for postpartum care, aimed at enhancing women's health. This study aims to investigate the utilization of herbal plants during the postpartum period. Employing a qualitative methodology, the study was conducted in the city of Lhokseumawe, utilizing a phenomenological approach. Data collection was executed through in-depth interview techniques, and data analysis was performed using content analysis. Respondents were selected using snowball sampling techniques. The primary data processing and analysis revealed six key themes, namely: purposes for utilizing herbal plants, varieties of plants utilized, sources of processing, benefits, adverse effects, and providers of the medicinal herbs treatment. The use of herbal plants during the postpartum period can provide great benefits if managed wisely and correctly. Recommendations for health professionals include providing counseling on the use of herbal plants.*

**Keywords:** herbal; traditional medicine; nursing; maternity; postpartum

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

---

\* Corresponding author :

Address : Purwokerto, Indonesia

Email : nurisnaini@ump.ac.id

## PENDAHULUAN

Sejak beberapa periode, peningkatan kesehatan ibu dan anak telah menjadi prioritas utama pembangunan global, salah satunya ditandai dengan penurunan jumlah kematian pada ibu dan anak<sup>1</sup>. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), tahun 2022, secara global terdapat sebesar 18,1%/1.000 ibu *postpartum* atau sekitar 10.259 ibu *postpartum* pada setiap harinya<sup>2</sup>. Secara nasional, pada tahun 2022 jumlah ibu *postpartum* mencapai 4,45 juta jiwa, meningkat 0,22% dari tahun 2021<sup>3</sup>. Angka cakupan K1 (kunjungan pertama, usia kehamilan 16 minggu) di wilayah Aceh pada tahun 2022, sebanyak 10.751, sedangkan cakupan K4 (Kunjungan keempat Usia Kehamilan 36 Minggu Sampai Lahir) adalah 9.674 jiwa<sup>4</sup>. Postpartum adalah masa yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika organ reproduksi kembali semula seperti sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 (enam) minggu atau 42 (empat puluh dua) hari<sup>5</sup>. Selama masa pemulihan tersebut, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidak nyamanan pada awal postpartum dan tidak menutup kemungkinan akan menjadi patologis bila tidak diikuti dengan perawatan yang baik.

Asuhan keperawatan *postpartum* dilakukan dengan tujuan menjaga kesehatan ibu dan bayi serta mencegah atau mendeteksi komplikasi yang timbul pada masa setelah melahirkan. Dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu *postpartum*, perawat perlu mengembangkan ilmu dan kiat keperawatan yang salah satunya adalah dengan mengintegrasikan model konseptual dalam perawatan yang diberikan sehari-hari khususnya dalam pemberian asuhan keperawatan maternitas. Pada masa *postpartum* terdapat tiga proses perubahan penting yaitu masa involusi uterus (kembalinya ukuran uterus seperti sebelum hamil), penyembuhan luka perineum dan laktasi atau menyusui<sup>6</sup>.

Penggunaan obat herbal sebagai obat tradisional masih diterapkan oleh sebagian masyarakat modern. Obat herbal sebagai bahan baku yang berasal dari tumbuhan diyakini tidak memiliki efek samping dan bermanfaat bagi kesehatan. Obat herbal bisa digunakan secara langsung maupun dengan pengolahan terlebih dahulu. Obat herbal tidak hanya digunakan di Indonesia tapi juga banyak dikembangkan di negara maju. Pemanfaatannya diyakini dapat meningkatkan usia harapan hidup, adanya kegagalan penggunaan obat modern, dan semakin meluasnya akses informasi obat herbal diseluruh dunia<sup>7</sup>. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Risksdas) Nasional tahun 2018 menunjukkan sebesar 31,4% masyarakat memanfaatkan pelayanan Kesehatan tradisional dan 12,9% melakukan upaya Kesehatan tradisional sendiri. Sebanyak 48% Kesehatan tradisional yang dimanfaatkan berupa ramuan jadi dan 31,8% berupa ramuan buatan

sendiri<sup>8</sup>. Hasil Risksdas provinsi Aceh tahun 2018 menunjukkan sebesar 15,88% masyarakat Aceh memanfaatkan pelayanan Kesehatan tradisional, persentase tertinggi di kabupaten Bener Meriah sebesar 36,46%, diikuti kabupaten Nagan Raya pada posisi terbanyak kedua yaitu 30,09% dan Kota Lhokseumawe berada pada posisi tertinggi ketiga penggunaan pelayanan kesehatan tradisional sebesar 26,30%. Secara keseluruhan 8,26% melakukan upaya Kesehatan tradisional sendiri. Sebanyak 36,97% Kesehatan tradisional yang dimanfaatkan berupa ramuan jadi dan 60,30% berupa ramuan buatan sendiri<sup>9</sup>. Obat herbal atau pelayanan kesehatan tradisional tidak hanya dimanfaatkan oleh orang yang sedang sakit, tetapi juga digunakan untuk pemulihan kesehatan pada kondisi-kondisi tertentu, seperti pada masa *postpartum*<sup>10</sup>. Tumbuhan herbal yang digunakan oleh ibu *postpartum* seperti madu, cengkeh, jahe, kunyit, temulawak, temu itam, ketumbar dan lainnya. Tumbuhan tersebut diyakini dapat membantu proses penyembuhan luka perineum, menurunkan berat badan, mengencangkan otot-otot jalan lahir dan memulihkan stamina ibu<sup>11</sup>. Secara keseluruhan terdapat 46 spesies tumbuhan yang biasa digunakan untuk merawat ibu pasca melahirkan, dimana bagian yang paling banyak digunakan oleh suku Aceh adalah bagian daun dengan cara penggunaan terbanyak dengan cara ditumbuk (dihaluskan)<sup>12</sup>.

Perawatan tradisional yang dilakukan oleh ibu *postpartum* di Aceh tidak hanya penggunaan ramuan herbal, meliputi pula massage, pantangan makan, pantangan dalam beraktivitas dan melakukan kompres di perut dengan menggunakan batu yang dipanaskan. Selanjutnya, ada banyak pantangan dan anjuran yang tidak boleh dilakukan oleh wanita Aceh selama masa hamil dan nifas, dimana larangan tersebut tidak hanya ditujukan untuk ibu namun juga anggota keluarga lainnya terutama suami. Beberapa larangan yang dipatuhi oleh masyarakat seperti larangan untuk makan buah nenas, larangan untuk keluar pada malam hari dan larangan bagi suami untuk menyakiti binatang. Adapun anjuran yang dipatuhi oleh masyarakat seperti minum air kelapa muda secara rutin, membawa bawang putih saat melakukan perjalanan di malam hari dan membaca surah Maryam dalam kitab suci Al-Qur'an<sup>13</sup>. Penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana nilai-nilai kearifan local yang berlaku dimasyarakat Aceh dalam merawat ibu *postpartum* khususnya dalam pemanfaatan tumbuhan herbal. Berdasarkan pemaparan diatas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana cara ibu *postpartum* memanfaatkan tumbuhan herbal untuk perawatan selama *postpartum* sesuai kebiasaan disekitarnya.

## METODE

Penelitian kualitatif jenis fenomenologis

merupakan sebuah pedekatan yang memberikan deskripsi, refleksi dan interpretasi guna menemukan intisari dari pengalaman yang dialami oleh individu yang diteliti<sup>14</sup>. Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan jenis fenomenologi deskriptif. Populasi dalam penelitian ini terbagi pada dua kategori, yaitu ibu postpartum pengguna tumbuhan herbal selama masa postpartum dan pemberi jasa layanan perawatan herbal selama masa postpartum atau biasa dikenal dengan tukang pijat bayi dan ibu bersalin. Pemilihan partisipan pada penelitian ini menggunakan teknik *Snowball sampling*, yaitu pemilihan sampel yang dilakukan secara bergulir dari partisipan pertama dan seterusnya. Pada penelitian ini partisipan pertama dan ketiga ditetapkan oleh peneliti, sedangkan partisipan selanjutnya berdasarkan informasi dari partisipan sebelumnya, pemilihan partisipan dan pengumpulan data terus bergulir hingga peneliti menganggap data yang dikumpulkan sudah mencapai reduksi (tidak ada informasi baru lagi).

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu pedoman wawancara, perekam suara dan lembar *field note*. Pengumpulan data dilakukan kurang lebih selama enam minggu, mulai pertengahan Juli hingga Agustus 2024. Pengumpulan data sedikit lebih lama dari yang dijawalkan karena jumlah ibu yang menggunakan tumbuhan herbal pada masa postpartum tidak tercatat. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam secara perorangan dengan mendatangi masing-masing rumah partisipan. Kunjungan dilakukan sebanyak 2-3 kali. Pertemuan pertama merupakan perkenalan, penjelasan inform consent dan pengumpulan data karakteristik responden, pertemuan kedua merupakan pengumpulan data utama terkait tujuan penelitian dengan berpedoman pada pedoman

wawancara, dan pertemuan ketiga dilakukan untuk menkonfirmasi ulang hal-hal yang dianggap perlu setelah peneliti mendengarkan rekaman wawancara sebelumnya dan membaca salinan transkrip wawancara.

Analisa data dilakukan dengan menggunakan *content analysis* dari isi transkrip wawancara. Langkah-langkah analisis terdiri dari mengklasifikasikan pesan-pesan yang ditemukan dalam komunikasi, menyusun klasifikasi dalam kriteria tertentu dan melakukan analisa lanjut untuk memunculkan prediksi<sup>15</sup>. Langkah-langkah dalam analisa data penelitian ini menggunakan teknik analisa yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman<sup>16</sup> yang terdiri dari, reduksi data, penyajian data display/Model data, 3). verifikasi atau penarikan kesimpulan. Teknik yang digunakan untuk menilai keabsahan data pada penelitian kualitatif yaitu melalui kredibilitas, transferabilitas, defendabilitas dan konfirmabilitas<sup>17</sup>.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Karakteristik responden

Karakteristik responden terbagi menjadi responden yang menggunakan tumbuhan herbal (ibu Postpartum) dan orang yang memberikan atau menyediakan jasa untuk menyiapkan tumbuhan herbal tersebut (tukang pijat wanita khusus ibu bersalin dan anak). Seluruh pengguna tumbuhan herbal berada pada rentang usia WUS (Wanita Usia Subur) dan dalam kriteria usia yang aman untuk melahirkan. Sebagian besar memiliki jenis persalinan normal dan jenjang pendidikan yang paling tinggi yaitu magister. Penjabaran lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik responden

Pengguna tumbuhan herbal					
No	Umur	Suku	Pekerjaan	Jenis persalinan	Pendidikan terakhir
P1	23 thn	Aceh	Tenaga Honorer	Sectio caesaria	Diploma-III
P2	26 thn	Aceh	IRT	Sectio caesaria	SMA
P3	23 thn	Aceh	Karyawan Swasta	Normal	Diploma-III
P4	34 thn	Aceh	Karyawan swasta	Normal	Sarjana
P5	35 thn	Batak	PNS	Normal	Magister
P6	28 thn	Aceh	IRT	Normal	Sarjana
P7	30 thn	Aceh	Menjahit Pakaian	Normal	SMA
P8	30 thn	Jawa	Karyawan Laundry	Normal	SMA
Pemberi/penyedia jasa rawatan tradisional untuk ibu postpartum					
No	Umur	suku	Pekerjaan	Lama Bekerja	Pendidikan terakhir
P9	58 thn	Melayu	Tukang Pijat wanita	lebih dari 30 tahun	SMP
P10	43 thn	Aceh	Tukang Pijat Wanita	lebih dari 15 tahun	SMA

### B. Tema

Terdapat enam tema sebagai hasil penelitian, penjabaran lebih lanjut terkait subtema dan kategori, dapat dilihat pada tabel berikut:

Gambar 2. Tema

No	Tema	Sub Tema	Kategori
1	Tujuan penggunaan tumbuhan herbal	Memulihkan kondisi kesehatan	Mengurangi rasa letih Mempercepat penyembuhan luka Menghilangkan Nyeri Mengurangi perut kembung Melancarkan peredaran darah Menghilangkan <i>stretch mark</i> Menjaga Berat Badan Mencerahkan kulit Menghilangkan bau badan Menghilangkan bau pada area genital Melancarkan ASI (Air Susu Ibu) Mengikuti arahan orang tua/mertua/keluarga
2	Jenis tumbuhan yang digunakan	Perawatan diri Mematuhi tradisi	Kayu manis Bunga lawang Merica Bawang Putih Jahe merah Halia (Jahe biasa) Induk Kunyit Manjakani Boh Mee (Asam Jawa) Jeruk Purut Pandan Sereh wangi Pala Cengkeh Kapulaga Jeruk nipis Kapur sirih Daun sirih Temu lawak Daun Inai Daun Katuk Minyak Zaitun
3	Sumber pengolahan	Pabrikan Rumahan Campuran	Pil Jamu Lulur oles Rempah Kering Esensial oil Pil Jamu Olesan Rempah Kering Pil Jamu Lulur oles Rempah kering
	Manfaat	ada	Badan terasa lebih segar

			Tidur lebih nyenyak
			Luka jahitan cepat sembuh
			Tidak merasa nyeri pada luka jahitan
	Efek samping	Ada	
	5 Penyedia ramuan herbal	Tidak ada	Pusing
		Keluarga	Gatal-gatal
		Orang lain	Suami
			Orang tua /mertua
			Sanak saudara
			Tukang pijat wanita khusus ibu bersalin
			digunakan oleh masyarakat kota

### Pembahasan

Asuhan keperawatan postpartum dilakukan dengan tujuan menjaga kesehatan ibu dan bayi serta mencegah atau mendeteksi komplikasi yang timbul pada waktu pasca persalinan. dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu postpartum, perawat perlu mengembangkan ilmu dan kiat keperawatan yang salah satunya adalah dapat mengintegrasikan model konseptual dan kearifan lokal yang berlaku di masyarakat tersebut. Penggunaan tumbuhan herbal sering kali berfokus pada pemenuhan kebutuhan kesehatan tertentu, seperti pada masa postpartum. Pada masa postpartum, tubuh ibu membutuhkan pemulihan yang optimal setelah proses melahirkan. Penggunaan tumbuhan herbal dalam perawatan tradisional bertujuan untuk membantu proses pemulihan tubuh, mempercepat penyembuhan luka, mengurangi peradangan, serta meningkatkan kualitas ASI (Air Susu Ibu).

Aceh, sebagai salah satu provinsi dengan tradisi budaya yang kaya, memiliki banyak praktik pengobatan tradisional yang diwariskan turun-temurun, termasuk dalam perawatan ibu postpartum. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tujuan penggunaan tumbuhan herbal yaitu untuk memulihkan kondisi kesehatan pasca persalinan, perawatan diri dan mematuhi tradisi. Penggunaan tumbuhan herbal juga bertujuan untuk membantu penyembuhan luka perineum, menghindari bendungan ASI dan memperlancar proses laktasi<sup>18</sup>. Penggunaan ramuan herbal salah satunya dengan minum jamu yang bertujuan untuk memperlancar sirkulasi darah, memperbaiki elastisitas kulit dan menurunkan berat badan<sup>19</sup>.

Berdasarkan hasil Analisa data, terdapat 22 jenis tumbuhan yang biasa

Lhokseumawe, sebagai bahan ramuan herbal yang digunakan dalam merawat ibu postpartum. Tumbuhan yang digunakan antara lain, boh mee atau asam jawa, induk kunyit, jahe dan lainnya. Induk kunyit merupakan tumbuhan yang paling banyak digunakan, baik sebagai pengobatan herbal yang dikonsumsi maupun dioleskan. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan di kabupaten Aceh utara yang berdekatan dengan kota Lhokseumawe, dimana hasil yang didapatkan oleh peneliti, ibu postpartum mengkonsumsi jamu yang terbuat dari perasan kunyit. Cara menyiapkan yaitu kunyit dihaluskan kemudian disaring, airnya diminum setiap pagi dibarengi dengan makan tape, tujuannya untuk membersihkan darah nifas dan mengurangi bau badan<sup>20</sup>. Pengolahan jamu kunyit ini sedikit berbeda dengan yang umum dilakukan oleh masyarakat kota Lhokseumawe. Ibu postpartum di Kota Lhokseumawe menambahkan air rendaman boh mee atau asam jawa dan sedikit gula merah dalam perasan air kunyit tersebut.

Kunyit digunakan di seluruh daerah di Indonesia sebagai obat tradisional untuk penyembuhan luka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kunyit mengandung minyak atsiri, curcumin, turmeon, dan zingiberene yang bermanfaat sebagai agen anti bakteri, antioksidan, dan anti radang. Pada jamu pasca melahirkan ini kunyit digunakan untuk melancarkan pengeluaran ASI dari tubuh ibu melalui kinerja hormon prolaktin sehingga intensitas ibu untuk menyusui semakin meningkat, selain itu kunyit juga dapat mempercepat proses penyembuhan luka laserasi perineum karena mengandung senyawa curcumin yang mampu mempercepat proses penyembuhan luka. Bahan-bahan lain yang paling sering

digunakan untuk membuat jamu racikan adalah temulawak, jahe, temu hitam, temu putih, temu kunci, daun dan bunga pepaya, kencur, bangle, kedawung, kayu manis, daun jambu, daun mengkudu, daun sirih, daun belimbing wuluh<sup>21</sup>.

Selain menggunakan pengobatan tradisional dengan tumbuhan asli Indonesia, salah satu responden dalam penelitian ini juga menggunakan ramuan herbal cina yang didapatkan dari toko obat tradisional cina sebagai rangkaian perawatan selama masa nifas. Sejarah pengobatan herbal Tiongkok di Indonesia dimulai sejak kedatangan komunitas Tionghoa di abad ke-13 melalui jalur perdagangan. Para pedagang Tionghoa membawa serta pengetahuan mereka tentang pengobatan herbal, yang kemudian diterima dan dipraktikkan oleh masyarakat lokal. Di Aceh, meskipun pengaruh Islam sangat kuat, pengobatan tradisional cina memiliki tempat tersendiri, terutama bagi WNI keturunan yang sudah lama menetap di wilayah tersebut, praktik pengobatan tradisional tersebut lalu berasimilasi dengan budaya setempat. Kota Lhokseumawe merupakan kota kecil dengan jumlah penduduk sebanyak 196.067 jiwa<sup>22</sup>. Pengamatan peneliti, kota Lhokseumawe memiliki keberagaman suku termasuk keturunan etnis tionghoa yang sudah menetap lama, Terdapat satu wilayah di kota Lhokseumawe yang sebagian besar dihuni oleh warga keturunan tionghoa, disertai satu kelenteng atau vihara. Di wilayah tersebut juga terdapat beberapa toko yang khusus menjual obat-obat tradisional cina.

Ramuan tradisional meskipun tergolong aman, namun pada beberapa individu dapat menimbulkan efek samping, seperti yang dirasakan oleh beberapa responden, dimana responden tersebut merasa pusing setiap kali menggunakan pilis. Pilis adalah ramuan tradisional yang banyak digunakan oleh ibu postpartum, pilis wangi ditempelkan di dahi dan digunakan untuk meningkatkan kempuan visus atau penglihatan yang terasa buram setelah melahirkan<sup>23</sup>. Pilis sendiri terbuat dari bahan alami seperti kencur, kunyit, pala, cengkeh, halia, jeruk nipis, jintan putih dan jintan hitam. Bahan-bahan tersebut masing-masing memiliki manfaat tersendiri seperti kencur yang mengandung zat yang bersifat

anti nyeri, menurunkan tekanan darah, kunyit bermanfaat untuk mengurangi nyeri serta memberikan rasa sejuk. Cara pembuatannya semua bahan dihaluskan kemudian dibulatkan seperti kelereng, selanjutnya dijemur sampai kering. Jika hendak dipakai, bulatan pilis dicampurkan dengan air lalu dioleskan pada dahi<sup>19</sup>. Peneliti belum menemukan penelitian lain yang menunjukkan efek samping penggunaan pilis, namun demikian dari hasil studi literasi didapatkan bahwa rempah aromatic yang digunakan untuk membuat pilis memiliki aroma yang kuat, dan pada sebagian orang aroma tersebut dapat menimbulkan rasa pusing. Rasa gatal yang diderita responden dapat disebabkan karena reaksi alergi dari bahan yang digunakan.

## SIMPULAN

Penggunaan tumbuhan herbal dalam perawatan ibu postpartum memberikan manfaat yang besar jika dikelola dengan bijak dan benar. Hasil penelitian ini menemukan enam tema utama terkait perawatan tradisional pada ibu postpartum di Kota Lhokseumawe. Penggunaan tumbuhan herbal bertujuan membantu pemulihan, meningkatkan kesehatan ibu postpartum dan melancarkan ASI. Kunyit, boh mee (asam jawa) dan daun inai merupakan tumbuhan herbal paling umum digunakan. Terdapat responden yang mengalami efek samping pusing dan gatal. Penyuluhan kesehatan mengenai manajemen pemanfaatan tumbuhan herbal perlu dilakukan, selain itu masyarakat perlu memperhatikan kebersihan dalam mengolah ramuan tradisional yang akan dikonsumsi. Peneliti mengucapkan terima kasih Kemendikbud Ristekdikti yang telah membiayai dan STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe yang memfasilitasi penelitian ini. Peneliti memastikan tidak ada konflik kepentingan terhadap hasil penelitian dan luaran yang dihasilkan.

## DAFTAR PUSTAKA

World Health Organization (WHO). World health statistics 2024: Monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals. [Internet]. 2024 [cited 2024 Nov 5]. Available from: <http://www.who.int.com>

- World Health Organization (WHO). Progress toward achieving the fight Millennium Development Goals. [Internet]. 2022 [cited 2024 Nov 5]. Available from: <http://www.who.int>
- Kemenkes R.I. Angka Kejadian AKI di Indonesia. Jakarta: Ditjen Kesehatan Indonesia; 2022.
- Dinkes Aceh. Angka Kejadian AKI di Aceh. Banda Aceh: Provinsi Aceh; 2022.
- Bobak M, Lowdermilk DL, Jensen MD. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC; 2012.
- Richter S, Ismaili I. Hubungan karakteristik dengan perilaku ibu nifas dalam pencegahan infeksi luka perineum di RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Prosiding Seminar Nasional & Internasional; 2019.
- Hidayat S. Kitab Tumbuhan Obat. Jakarta: Agriflo; 2019.
- Kemenkes R.I. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2019.
- Kemenkes R.I. Laporan Provinsi Aceh Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2019.
- Kurniati CH, Azizah AN. Identifikasi pemanfaatan obat herbal pada ibu nifas. JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan). 2021;8(2):59-65.
- Lestari HM. Tanaman Obat untuk Masa Kehamilan & Pasca Melahirkan. Depok: AgroMedia; 2003.
- Novirda S, Utomo AP, Priantri I. Etnobotani tumbuhan yang dimanfaatkan untuk ibu pasca melahirkan di berbagai suku di Indonesia. Jurnal Artikel Ilmiah. 2015;3(1):1-17.
- Maryati, Tumansery G. Perawatan diri berbasis budaya selama masa nifas pada ibu postpartum. Jurnal Ilmu Keperawatan. 2018;6(1):1-10.
- Polit DF, Beck CT. Essentials of Nursing Research: Appraising evidence for nursing practice. 8th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2014.
- Bungin B. Analisis data penelitian kualitatif: Pemahaman filosofis dan metodologis ke arah penguasaan model aplikasi. Jakarta: Raja Grafindo Persada; 2012.
- Emzir. Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data. Yogyakarta: Muha Medika; 2014.
- Creswell JW. Penelitian Kualitatif dan Desain Riset: Memilih diantara lima pendekatan. 3rd ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2013.
- Hidayat SS, Susanti S. Terapi komplementer terhadap kesehatan mental ibu nifas di Klinik Pratama Medical Center. Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum. 2024;2(2):245-255.
- Rahmawati S, Abrilliant PS, Sulistiyowati TI. Etnokonservasi tanaman obat di Pulau Jawa pada masa perawatan pasca bersalin. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran. 2024 Feb;3(1):102-111.
- Rahayu IS, Mudatsir M, Hasballah K. Faktor budaya dalam perawatan ibu nifas. Jurnal Ilmu Keperawatan. 2017;5(1):36-49.
- Asta RA, Azizah KN, Arifianto R, Fa'jri YD, Angelia C, Natalie R, et al. Ramuan tradisional pasca melahirkan suku Madura di wilayah Kabupaten Pamekasan. JFARM-Jurnal Farmasi. 2023;1(1):19-29.
- BPS Kota Lhokseumawe. Jumlah penduduk (jiwa) 2022-2023. [Internet]. 2023 [cited 2024 Dec 7]. Available from: <https://lhokseumawekota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjkjMg==/jumlah-penduduk.html>
- Safari FRN, Sinaga EB. Pemanfaatan pilis wangi dan jamu pasca melahirkan sebagai terapi tradisional perawatan nifas di wilayah kerja Klinik Anugrah Binjai Tahun 2022. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA). 2022;4(2):39-45.