

Studi Etnomedisin Penggunaan Tanaman Obat untuk Perawatan Pasca Melahirkan pada Suku Madura di Kelurahan Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo

Nur Mufidah Alfi^{1*}, Tutik Ekasari², Iit Ermawati³

^{1,2,3} Sarjana Kebidanan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Probolinggo, Jawa Timur, Indonesia

*e-mail: nurmufida7@gmail.com

Abstrak

Perawatan pada masa nifas bertujuan untuk mencegah, mendiagnosis, dan mengobati komplikasi pada ibu nifas sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis ibu dan bayi. Perawatan pasca melahirkan dapat menggunakan obat tradisional. Penelitian dilakukan pada suku Madura di Desa Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo untuk mengumpulkan data pemanfaatan tanaman obat untuk perawatan nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep sehat dan sakit menurut suku Madura di Desa Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo. Hal ini juga bertujuan untuk mengetahui tumbuhan obat yang banyak dimanfaatkan, cara pengolahannya, dan cara pemanfaatan obat tradisional untuk perawatan nifas di Desa Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo. Metode dalam penelitian ini yaitu wawancara bebas, terbuka, dan mendalam yang ditentukan melalui teknik purposive sampling dan snowball sampling. Data dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan Relative Frequency of Citation (RFC) dan Family Importance Value (FIV), kemudian hasilnya ditampilkan dalam bentuk tabel disertai dengan uraian penjelasan. Penelitian menemukan 37 responden yang memberikan informasi mengenai 15 spesies tanaman yang termasuk dalam 8 famili. Tanaman yang paling banyak digunakan adalah kunyit (*Curcuma longa* Linn). Cara pengolahan tanaman obat yang paling banyak digunakan adalah dengan diparut. Sementara itu, cara penggunaan yang paling sering dilakukan adalah dengan cara diminum.

Kata Kunci: *Etnomedisin, Perawatan pasca persalinan, Suku madura, Tanaman obat.*

Pendahuluan

Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir. Kelahiran adalah proses dimana janin dan ketuban didorong keluar melalui jalan lahir (Amelia & Cholifah, 2019). Persalinan dapat terjadi dengan normal, namun dapat juga mengalami gangguan sehingga harus dilakukan proses melalui operasi. Persalinan yang berlangsung normal dan lancar menyebabkan kelelahan fisik bagi ibu karena proses persalinan yang menguras tenaga. Pada proses persalinan juga memungkinkan ibu mendapatkan luka di jalanlahir bayi.

Masa nifas adalah pemulihan seorang ibu setelah melahirkan. Pada saat ini kondisi rahim mengalami pengerutan hingga berukuran seperti saat sebelum hamil. Pada masa nifas dapat timbul berbagai masalah baik yang berupa komplikasi fisik maupun komplikasi psikologis. Perawatan masa nifas dapat mendeteksi lebih cepat adanya kemungkinan munculnya masalah dan komplikasi (Azizah & Rosyidah, 2019). Perawatan pasca melahirkan tersebut dilakukan untuk

membantu memperbaiki organ-organ reproduksi agar pulih seperti semula (Fuadi et al., 2019). Selain itu, kelancaran air susu ibu (ASI) juga diperlukan dalam perawatan pasca melahirkan karena ASI adalah sumber makanan pokok bagibayi yang baru lahir.

Indonesia merupakan negara kepulauan yang kaya akan keanekaragaman hayati, memiliki hutan tropika terbesar kedua di dunia, dan dikenal sebagai salah satu negara megabiodiversity kedua setelah Brazil (Ningsih, 2016). Terdapat kurang lebih 40.000 jenis tumbuhan dan dari jumlah tersebut sekitar 1.300 diantaranya digunakan sebagai obat tradisional (Kurniawan & Jadid, 2019). Obat tradisional dimanfaatkan oleh sebagian masyarakat secara turun temurun dan sampai sekarang banyak yang terbukti secara ilmiah berkhasiat obat.

Selain itu, Indonesia terkenal memiliki keragaman jenis suku/etnis bangsa dari sabang sampai merauke dengan pengetahuan tradisional dan budaya yang berbeda dalam pemanfaatan tumbuh-tumbuhan yang menunjang kebutuhan sehari-hari (Kurniawan & Jadid, 2019). Salah satu suku yang masih menjaga budaya dan tradisinya adalah suku Madura di Jawa Timur. Tradisi pengobatan tradisional di masyarakat suku Madura masih tetap terjaga sampai sekarang, ditunjukkan dengan banyaknya resep pengobatan tradisional dan tumbuhan obat yang digunakan (Batoro et al., 2017). Tanaman obat yang didapatkan dari penelitian (Indriyani et al., 2019). yaitu sebanyak 98 jenis/spesies tanaman obat yang diketahui dan digunakan masyarakat Tengger di kawasan TNBTS. Tanaman obat tersebut digunakan untuk mengobati masalah kesehatan yang bersifat ringan, seperti luka luar (luka bacok), sakit perut (kembung), batuk pilek, pegal linu (rematik), keseleo, penurunan panas, diare, masuk angin, sakit kepala, minuman setelah melahirkan, dan lain-lain (Indriyani et al., 2019).

Masa modernisasi saat ini, generasi muda mulai mengadopsi kebudayaan dari luar yang membuat semakin luntur pengetahuan lokal pada komunitas tertentu, sedangkan cara-cara pengobatan tradisional tidak dicatat dengan baik karena teknik pengobatannya diajarkan secara lisan sehingga perlu dilakukan sebuah pendokumentasian. Studi etnomedisin merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk mendokumentasikan pemanfaatan tumbuhan oleh etnis dengan metode penelitian yang dapat diterima secara ilmiah (Silalahi et al., 2020). Etnomedisin merupakan cara dokumentasi pengetahuan lokal dalam memanfaatkan tumbuhan dan secara tidak langsung berperan dalam konservasi atau pelestarian sumber daya alam hayati. Dengan demikian, pendokumentasian pengobatan tradisional dapat dilakukan dengan pendekatan etnomedisin (Ssenku et al., 2022).

Penggunaan tanaman obat untuk perawatan pasca melahirkan masih dilakukan saat ini, seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Mualim di Desa Ngadas Kabupaten Malang, yaitu penggunaan tumbuhan obat yang digunakan selama kehamilan sampai periode *postpartum* paling banyak berasal dari familia Zingiberaceae dan cara pengolahan tumbuhan obat yang paling sering digunakan adalah pengolahan cengan cara perebusan (Mualim, 2016). Akan tetapi penelitian mengenai penggunaan tanaman obat untuk perawatan pasca melahirkan oleh suku Madura di Desa Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo masih belum dilakukan. Oleh karena itu, berdasarkan kondisi di Desa Kandangjati Kulon yang masih dihuni oleh masyarakat suku Madura, maka peneliti ingin menggali informasi mengenai tanaman obat apa saja yang digunakan, cara pengolahan, dan cara penggunaan yang dilakukan oleh suku Madura di Desa Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo untuk perawatan pasca melahirkan. Peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Metode deskriptif dilakukan dengan melakukan wawancara langsung dan dokumentasi. Metode pemilihan responden dilakukan dengan teknik *purposive sampling* dan *snowball sampling*. Kemudian, data hasil penelitian dilakukan analisis kuantitatif dan kualitatif yang sesuai dan ditampilkan dalam bentuk tabel yang disertai dengan deskripsi penjelasan data hasil penelitian.

Adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat suku Madura dalam

mendokumentasikan secara tertulis tanaman obat yang dapat digunakan untuk perawatan pasca melahirkan sehingga keberadaannya tidak hilang seiring berjalannya waktu.

Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif. Metode deskriptif dilakukan melalui wawancara langsung dan dokumentasi. Pengumpulan data dilakukan di Desa Kandangjati Kulon, Kecamatan Kraksaan, Kabupaten Probolinggo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2024 hingga Mei 2025. Kajian pustaka dilakukan sebelum, selama, dan setelah pengumpulan data lapangan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi kuesioner, alat dokumentasi, dan sumber literatur. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: anggota masyarakat asli Madura, individu yang memiliki ayah atau ibu keturunan Madura, atau individu yang telah tinggal di Desa Kandangjati Kulon, Kecamatan Kraksaan, Kabupaten Probolinggo selama minimal 10 tahun; perempuan yang pernah melahirkan; serta mereka yang menggunakan tanaman obat untuk perawatan masa nifas. Kriteria eksklusi meliputi: responden dengan gangguan kognitif seperti amnesia dan demensia; responden dengan gangguan kemampuan komunikasi dalam berbicara dan mendengar; serta responden yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

Wawancara dilakukan secara tatap muka oleh peneliti dengan responden. Wawancara berlangsung antara Desember 2024 hingga Mei 2025 di Desa Kandangjati Kulon. Sebelum melakukan wawancara, peneliti menjelaskan topik dan isi penelitian agar responden dapat memberikan persetujuan setelah mendapatkan penjelasan (informed consent). Teknik wawancara yang diterapkan adalah wawancara tidak terstruktur, terbuka, dan mendalam (pertanyaan terbuka), yang memungkinkan responden menyampaikan jawaban secara bebas dan rinci.

Analisa data kuantitatif digunakan untuk menentukan spesies tanaman obat yang paling sering digunakan oleh masyarakat Madura di Desa Kandangjati Kulon, Kecamatan Kraksaan, Kabupaten Probolinggo untuk perawatan masa nifas, berdasarkan nilai Relative Frequency of Citation (RFC). Sementara itu, analisis kualitatif digunakan untuk mengidentifikasi famili tanaman yang paling sering disebutkan oleh responden dengan menggunakan nilai Family Importance Value (FIV).

Hasil

Tabel 1. Konsep Sehat dan Sakit Masyarakat Suku Madura

Characteristics	N	%
Sehat		
Memiliki tubuh bugar	8	21.6
Tidak menderita penyakit	6	16.2
Dapat beraktivitas	13	35.2
Dapat melakukan kerja	10	27.0
Sakit		
Menderita penyakit	4	10.8
Tubuh merasa lemas	10	27.0
Lesu	4	10.8
Badan nyeri	3	8.1
Badan capek	4	10.8
Tidak dapat bekerja	5	13.5
Mengganggu/tidak dapat beraktivitas	7	19.0

Hasil wawancara mengenai konsep sehat dan sakit secara umum diperoleh informasi bahwa pandangan masyarakat suku Madura terhadap sehat dan sakit adalah bervariasi. Konsep sehat menurut masyarakat suku Madura yaitu: memiliki tubuh bugar, tidak menderita penyakit, dapat beraktivitas, dan dapat melakukan kerja. Sedangkan konsep sakit menurut masyarakat suku Madura yaitu: menderita penyakit, tubuh merasa lemas, lesu, badan nyeri, badan capek, tidak dapat bekerja, dan mengganggu atau tidak bisa beraktivitas. Adapun penyebab seseorang sakit menurut masyarakat suku Madura adalah karena kecapekan, kurang tidur, banyak pikiran, banyak aktivitas, banyak pekerjaan, daya tahan tubuh lemah, ataupun makanan tidak sehat.

Tabel 2. Konsep Perawatan Pasca Melahirkan Masyarakat Suku Madura

Characteristics	n	%
Mengurangi rasa nyeri	2	5,4
Menyegarkan tubuh	17	45,9
Melancarkan nifas	6	16,2
Melancarkan air susu ibu	2	5,4
Merawat/memulihkan tubuh	16	43,2
	37	100

Hasil wawancara mengenai perawatan pasca melahirkan menurut masyarakat suku Madura yaitu perawatan untuk ibu setelah melahirkan. Adapun tujuan perawatan pasca melahirkan menurut masyarakat suku Madura yaitu untuk: mengurangi rasa nyeri (5,4%), menyegarkan tubuh (45,9%), melancarkan nifas (16,2%), melancarkan air susu ibu (5,4%), dan merawat/memulihkan tubuh (43,2) setelah melahirkan.

Tabel 3. Ramuan Obat Tradisional Digunakan Masyarakat Suku Madura

Respon den	Bahan yang Digunakan	Khasiat	Cara Pengolahan	Cara Penggunaan
1	3-7 lembar daun binahong, 400 ml air	Mengurangi rasa nyeri	Daun binahong dan air direbus hingga tersisa setengahnya	Diminum 1 kali sehari
2, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16,	100-250 gram kunyit, 10-50 gram asam jawa, 250- 1000 ml air, gula/madu, garam	Menyegarkan tubuh, melancarkan nifas, memperlancar ASI	Kunyit diparut/dirajang, ditambahkan air dan asam jawa, disaring, lalu ditambahkan gula/madu dan garam	Diminum 1-3 kali sehari

17, 18, 19, 20, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 37			Kunyit dirajang/diparut, ditambahkan air dan asam jawa, ditambahkan garam dan gula, rebus hingga mendidih, lalu didinginkan dan disaring	
3, 4	15 gram bubuk kopi, 1 telur ayam kampung, gula, 100-200 ml air	Menyegarkan tubuh, melancarkan nifas	Kopi dan gula diseduh dengan air panas, lalu tambahkan telur	Diminum 1 kali sehari pada pagi hari
6	500 gram kunyit, 25 gram jahe, 50 gram asam jawa, 50 gram daun beluntas, 3 liter air	Menyegarkan tubuh, melancarkan nifas	Kunyit dan jahe dirajang, tambahkan asam jawa dan daun beluntas, direbus hingga tersisa setengahnya, lalu disaring	Diminum 3 kali sehari pada pagi, siang, dan malam hari
9	250 gram kunyit, 250 gram temulawak, 250 gram jahe, 250 gram temu ireng, 15 lembar daun sirih, 10 lembar daun beluntas, 50 gram asam jawa, 1 liter air	Menyegarkan tubuh, memperlancar ASI	Kunyit, temulawak, jahe, dan temu ireng dirajang, ditambahkan air dan asam jawa, direbus hingga air mengental, lalu ambil airnya saja	Diminum 3 kali sehari pada pagi, siang, dan malam hari
21	250 gram kencur, 3 sendok makan beras, gula, 1250 ml air	Menyegarkan tubuh	Kencur dan beras diblender dan ditambahkan air, lalu diperas dan ditambahkan gula	Diminum 3 kali sehari pada pagi, siang, dan malam hari
23	200 gram kunyit, 50 gram temulawak, gula, garam, 600 ml air	Menyegarkan tubuh, melancarkan nifas	Kunyit dan temulawak diparut, ditambahkan air, disaring, ditambahkan gula dan garam	Diminum 2 kali sehari pada pagi dan sore hari

25	10 ruas kunyit, 10 ruas jahe, 10 ruas kunci, 10 sereh, 200 gram asam jawa, 10 lembar daun sirih, 10 lembar daun mengkudu, 10 buah bawang merah, gula jawa, garam, 3 liter air	Menyegarkan tubuh	Kunyit, jahe, kunci, sereh, asam jawa, daun sirih, daun mengkudu, dan bawang merah ditumbuk, ditambahkan air, gula dan garam, direbus 30 menit, disaring	Diminum 3 kali sehari pada pagi, siang, dan malam hari
32, 33, 34	1-3 ruas kunyit, 1-3 ruas jahe, 3-9 lembar daun sirih, 500-1500 ml air	Meningkatkan daya tahan tubuh, menyegarkan tubuh, mempercepat pemulihan, memperlancar ASI	Kunyit dan jahe diparut, ditambahkan air dan daun sirih, rebus 15-30 menit, disaring	Diminum 1 hari sekali pada siang hari atau diminum 3 kali sehari pada pagi, siang, dan malam hari
36	3 ruas kunyit, 3 lembar daun sirih, 50 gram asam jawa, 500 ml air	Memperlancar nifas	Kunyit dan daun sirih dirajang, ditambahkan asam jawa dan air, rebus 20 menit, disaring	Diminum 1 kali sehari pada siang hari
24, 35	50-250 gram kunyit, gula/madu, garam, 500 ml - 1,5 liter air	Menyegarkan tubuh, mempercepat pengeringan luka	Kunyit diparut, ditambahkan air, disaring, ditambahkan gula/madu dan garam, lalu direbus selama 15 menit	Diminum 2-3 kali sehari

Hasil wawancara 37 responden masyarakat suku Madura di Kelurahan Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan yang pernah melahirkan diperoleh informasi 11 ramuan obat yang digunakan untuk perawatan pasca melahirkan.

Tabel 4. Tanaman Obat yang Digunakan oleh Masyarakat Suku Madura

Familia	Nama Ilmiah	Nama Lokal	FC	RFC	FC Familia	FIV (%)
Amaryllidaceae	<i>Allium cepa</i> L. var. aggregatum	Bawang merah	1	0,03	1	2,70

Asteraceae	<i>Pluchea indica</i> L.	Beluntas	2	0,05	2	5,41
Basellaceae	<i>Anredera cordifolia</i> (Ten.) Steenis	Binahong	1	0,03	1	2,70
Fabaceae	<i>Tamarindus indica</i> L.	Asam jawa	26	0,70	27	72,97
Piperaceae	<i>Piper betle</i> L.	Sirih	6	0,16	6	16,22
Poaceae	<i>Cymbopogon citratus</i>	Sereh	1	0,03	2	5,41
	<i>Oryza sativa</i> L.	Padi	1	0,03		
Rubiaceae	<i>Coffea</i> L.	Kopi	2	0,05	3	8,11
	<i>Morinda citrifolia</i> L.	Mengkudu	1	0,03		
Zingiberaceae	<i>Boesenbergia rotunda</i> (L.) Mansf.	Kunci	1	0,03	34	91,89
	<i>Curcuma longa</i> Linn.	Kunyit	33	0,89		
	<i>Curcuma xanthorrhiza</i> Roxb.	Temulawak	2	0,05		
	<i>Curcuma aeruginosa</i> Roxb.	Temu ireng	1	0,03		
	<i>Kaempferia galanga</i> Linn.	Kencur	1	0,03		
	<i>Zingiber officinale</i> Rosc.	Jahe	6	0,16		

Nilai *Frequency of Citation* (FC) adalah jumlah responden yang menyebutkan spesies tumbuhan tertentu, sedangkan nilai *Relative Frequency of Citation* (RFC) didapatkan dari nilai FC dibagi dengan total keseluruhan jumlah responden. Diketahui pada Tabel 4 bahwa nilai RFC yang didapatkan berkisar antara 0,03 hingga 0,89. Semakin besar nilai RFC menunjukkan spesies tersebut digunakan oleh banyak responden. Beberapa spesies yang banyak digunakan diantaranya yaitu *Curcuma longa* Linn. (RFC = 0,89), *Tamarindus indica* L. (RFC = 0,73), *Zingiberofficinale* Rosc. (RFC = 0,16), dan *Piper betle* L. (RFC = 0,16). Keempat tanaman tersebut banyak digunakan karena mudah tumbuh dan mudah untuk didapatkan. Beberapa responden mengatakan bahwa kunyit dan asam banyak digunakan sebagai ramuan obat tradisional turun-temurun untuk perawatan setelah melahirkan.

Tabel 5. Data Praklinik dan Klinik Tanaman Obat

No	Nama Ilmiah	Nama Lokal	Bagian yang Digunakan	Data Praklinik dan Klinik
1	<i>Allium cepa</i> L. var. aggregatum	Bawang merah	Umbi	Mengandung <i>allylcysteine sulfoxide</i> yang menghasilkan rasa panas dan memicu rasa nyaman pada ibu sehingga rasa nyeri bisa berkurang (Nurjanah et al., 2021)
2	<i>Pluchea indica</i> L.	Beluntas	Daun	Kandungan senyawa fitoestrogen genistein dan resveratrol yang dapat meningkatkan kadar hormon pertumbuhan (GH) sehingga produksi ASI meningkat (Syarif et al., 2021).
3	<i>Anredera cordifolia</i> (Ten.) Steenis	Binahong	Daun	Mengandung saponin yang memacu pembentukan kolagen yang berperan dalam proses penyembuhan luka, asam askorbat pada binahong dapat meningkatkan daya tahan terhadap infeksi, memelihara membran mukosa dan mempercepat penyembuhan luka (Umi et al., 2019)
4	<i>Tamarindus indica</i> L.	Asam jawa	Buah	Sebagai anti-inflamasi dan antibakteri yang sangat bagus untuk pemulihan luka. Kandungan minyak atsiri dan flavonoid sebagai analgetik (Putri et al., 2018)

5	<i>Piper betle L.</i>	Sirih	Daun	Mengandung saponin yang berperan dalam proses penyembuhan luka, chavicol dan chavibetol yang mempunyai khasiat antiseptik (Aprita & Husanah, 2023)
6	<i>Cymbopogon citratus</i>	Sereh	Batang	Mempercepat masa nifas, menghilangkan rasa sakit dan bengkak setelah melahirkan (Wardhina et al., 2019)
7	<i>Oryza sativa L.</i>	Padi	Biji	Mengandung protein untuk perbaikan sel-sel yang rusak akibat luka, dan gula sebagai sumber energi utama bagi tubuh (Hernawan & Meylani, 2016)
8	<i>Coffea L.</i>	Kopi	Biji	Mengandung asam chlorogenic sebagai antioksidan (Sinaga et al., 2023). Membut badan hangat dan tidak lemah hingga darah dan darah beku dapat cepat keluar (Suprabowo, 2016)
9	<i>Morinda citrifolia L.</i>	Mengkudu	Daun	Mengandung fenol, anthraquinon, karbohidrat, asam organik, alkohol, vitamin, flavonoid, iridoid, keton, lignan, triterpenoid, nukleosid, sterol, asam lemak, dan karotenoid berkhasiat untuk mengurangi rasa sakit setelah persalinan (Wijaya & Dewi, 2020)
10	<i>Boesenbergia rotunda (L.) Mansf.</i>	Kunci	Rimpang	Digunakan untuk pemacu keluarnya air susu ibu (ASI) dan detoksi pasca melahirkan. Kunci mengandung minyak atsiri yaitu metilsinamat, kamper, sineol, dan terpen. Selain itu juga mengandung saponin dan flavonoid. Flavonoid memiliki aktivitas antioksidan, antiinflamasi, antialergik, dan antiviral (Akmalia et al., 2021)

11	<i>Curcuma longa</i> Linn.	Kunyit	Rimpang	Mengandung kurkumin dan antioksidan yang bermanfaat untuk menetralkan radikal bebas mempercepat penyembuhan luka (Andanawarih & Ulya, 2021)
12	<i>Curcuma xanthorrhiza</i> Roxb.	Temulawak	Rimpang	Mengandung laktagogum yang mampu meningkatkan hormon prolaktin dan produksi ASI (prastiwi, 2018). Kandungan alkaloid, saponin, dan flavonoid mampu membersihkan darah dan memperlancar ASI di masa nifas (Dzakiyah et al., 2019)
13	<i>Curcuma aeruginosa</i> Roxb.	Temu ireng	Rimpang	Memperlancar melahirkan dan pembersih darah (Sudarsana, 2016). Meredakan nyeri, membersihkan darah paska melahirkan, menyuburkan kandungan, menyembuhkan luka (Zulfiah, 2020). Mengandung flavonoid berfungsi sebagai imunomodulator yang dapat meningkatkan mekanisme pertahanan tubuh (Suriani, 2019)
14	<i>Kaempferia galanga</i> Linn.	Kencur	Rimpang	Mengandung saponin, streoid, flavonoid, dan polifenol yang bermanfaat untuk menjaga kesehatan ibu setelah melahirkan dan memperlancar peredaran darah (Suwasih et al., 2022)
15	<i>Zingiber officinale</i> Rosc.	Jahe	Rimpang	Mengandung minyak atsiri yang bermanfaat untuk menghilangkan nyeri, antiinflamasi dan anti bakteri (Sulistyaningsih T, Harjunowibowo D, Wulandari R et al., 2021)

Nilai *Family Important Value* (FIV) adalah persentasi jumlah responden yang menyebutkan famili tertentu dibagi dengan jumlah total responden. Nilai FIV menunjukkan kelompok famili tanaman obat yang paling banyak disebutkan oleh responden. Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa famili tanaman yang cukup penting untuk perawatan pasca

melahirkan adalah zingiberaceae (6 spesies dengan FIV = 91,89%). Famili berikutnya adalah fabaceae (1 spesies dengan FIV = 72,97%). Famili Zingiberaceae banyak digunakan oleh masyarakat di Indonesia sebagai bahan makanan, rempah-rempah, pewarna, parfum, perawatan kecantikan dan obat herbal (Widyowati dan Agil, 2018). Famili ini diketahui mengandung banyak senyawa berkhasiat obat seperti phenol, flavonoid, dan diduga senyawa-senyawa tersebut berperan besar dalam proses penyembuhan suatu penyakit khususnya yang berhubungan dengan perawatan ibu dan anak pasca persalinan seperti menghentikan pendarahan pasca persalinan ataupun menurunkan demam pada bayi (Pradita et al., 2021).

Tabel 6. Tabel cara pengolahan dan penggunaan tanaman obat

Characteristics	n	%
Direbus	1	2,7
Diseduh	2	5,4
Diparut	19	51,4
Diparut dan direbus	8	21,6
Dirajang dan direbus	7	18,9
	37	100

Bedasarkan hasil wawancara mengenai cara pengolahan dan penggunaan tanaman obat menunjukkan persentase dari masing-masing cara pengolahan tanaman obat yang dilakukan masyarakat suku Madura, baik untuk tanaman tunggal maupun campuran. Cara pengolahan yang mendominasi adalah diparut yaitu sebanyak 19 responden dengan persentasi 51,4%. Cara pengolahan lainnya yaitu 21,6% diparut dan direbus, 18,9% dirajang dan direbus, 5,4% diseduh, dan 2,7% direbus.

Pembahasan

Konsep Sehat dan Sakit

Menurut WHO, sehat adalah keadaan utuh fisik, jasmani, mental, dan sosial dan bukan hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Undang-undang Nomor 36 tahun 2009 mendefinisikan kesehatan adalah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Sedangkan sakit adalah berasa tidak nyaman di tubuh atau bagian tubuh karena menderita sesuatu (demam, sakit perut, dan lain-lain) (Harmida, Sarno et al., 2017). Setiap masyarakat tentu memiliki pemahaman yang berbeda-beda tentang keadaan sehat dan keadaan sakit. Pemahaman tersebut sangat bergantung pada kebudayaan tiap masyarakat (Rakhmawatie et al., 2023). Konsep sehat dan sakit masyarakat suku Madura jika dibandingkan dengan konsep sehat dan sakit secara umum dapat dilihat bahwa masyarakat suku Madura lebih fokus pada kondisi fisik dan sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep sehat dan sakit pada masyarakat suku Madura bersifat subjektif dan berorientasi pada kemampuan fungsional individu. Masyarakat memaknai sehat sebagai kondisi tubuh yang bugar, tidak mengalami penyakit, serta mampu melakukan aktivitas dan pekerjaan sehari-hari. Sebaliknya, sakit dipahami sebagai kondisi tubuh yang lemah, lesu, nyeri, dan tidak mampu beraktivitas. Penelitian ini sejalan dengan konsep dalam Antropologi Kesehatan yang menyatakan bahwa sehat dan sakit merupakan konstruksi sosial yang dipengaruhi oleh budaya (Ningsih, 2016).

Selain itu, persepsi masyarakat mengenai penyebab sakit seperti kecapekan, kurang tidur, banyak pikiran, dan pola makan yang tidak sehat menunjukkan adanya pemahaman empiris

terhadap faktor risiko kesehatan. Hal ini didukung oleh penelitian Hanim (2024) yang menyatakan bahwa *“perceived causes of illness in traditional communities are often linked to fatigue, stress, and imbalance in daily life patterns”*. Dengan demikian, masyarakat Madura memiliki pemahaman dasar mengenai hubungan antara gaya hidup dan kesehatan (Hanim, 2024).

Secara kritis, konsep sehat yang hanya didasarkan pada kemampuan beraktivitas dan persepsi subjektif dapat menimbulkan bias dalam mengenali kondisi patologis. Antropologi kesehatan menjelaskan bahwa konsep sehat-sakit bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh budaya, sehingga seseorang dapat merasa “sehat” meskipun secara klinis masih memerlukan penanganan (Fajira et al., 2024). Hal ini berpotensi menyebabkan keterlambatan dalam deteksi komplikasi nifas, seperti infeksi atau perdarahan. Di sisi lain, konsep sehat-sakit berbasis budaya juga memiliki kelebihan, yaitu meningkatkan kepercayaan diri ibu dan memberikan rasa nyaman selama masa pemulihan. Praktik seperti penggunaan tanaman obat, pijat, dan ramuan tradisional memberikan efek psikologis positif yang turut mendukung proses penyembuhan.

Konsep Perawatan Pasca Melahirkan

Perawatan pasca melahirkan atau perawatan masa nifas adalah suatu upaya yang dilakukan ibu nifas dengan harapan tidak terjadi hal yang berbahaya selama masa nifas yang dapat mengganggu kesehatan ibu. Masa nifas dimulai setelah persalinan dan berakhir setelah kondisi ibu dalam keadaan normal seperti alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil (Aprilia & Mukhlisah, 2023). Beberapa perawatan pasca melahirkan dilakukan karena memiliki tujuan untuk menghilangkan rasa sakit diperut, mengembalikan stamina, mengeluarkan sisa-sisa darah kotor setelah melahirkan, mengembalikan otot, dan merampingkan tubuh (Marceilina et al., 2020). Selain itu, perawatan pasca melahirkan juga bertujuan untuk membantu memperlancar produksi air susu ibu (Rati Pratama et al., 2023).

Secara teori dalam Ilmu Kebidanan, masa nifas merupakan periode pemulihan organ reproduksi dan kondisi fisiologis ibu setelah melahirkan yang berlangsung sekitar 6 minggu. Pada masa ini, perawatan berfokus pada pemulihan fisik, pencegahan komplikasi, serta dukungan laktasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian, di mana sebagian besar responden menyatakan bahwa tujuan utama perawatan adalah untuk menyegarkan tubuh (45,9%) dan memulihkan kondisi tubuh (43,2%). Tingginya persentase tujuan “menyegarkan tubuh” dan “memulihkan tubuh” menunjukkan bahwa masyarakat lebih menekankan aspek kebugaran dan keseimbangan tubuh setelah melahirkan. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Alfinda et al., 2021) yang menyatakan bahwa *“postpartum care in traditional communities focuses on restoring body balance and energy after childbirth”*. Dengan demikian, konsep perawatan pasca melahirkan pada masyarakat Madura cenderung bersifat holistik.

Selain itu, tujuan melancarkan nifas (16,2%) menunjukkan adanya pemahaman masyarakat terhadap pentingnya pengeluaran lochea sebagai bagian dari proses pemulihan. Hal ini didukung oleh penelitian (prastiwi, 2018) yang menyebutkan bahwa *“smooth lochia discharge is perceived as an indicator of good postpartum recovery”*. Dalam konteks medis, pengeluaran lochea yang normal memang menjadi salah satu indikator involusi uterus berjalan dengan baik.

Sementara itu, tujuan mengurangi nyeri (5,4%) dan melancarkan ASI (5,4%) menunjukkan bahwa sebagian masyarakat juga memperhatikan aspek kenyamanan dan fungsi laktasi, meskipun persentasenya relatif lebih rendah. Padahal, dalam standar pelayanan kesehatan menurut World Health Organization (2022), perawatan pasca melahirkan mencakup manajemen nyeri, dukungan menyusui, serta pemantauan kondisi ibu dan bayi secara menyeluruh.

Jika dibandingkan dengan penelitian lain, misalnya pada masyarakat Jawa dan Bali, ditemukan kesamaan bahwa perawatan pasca melahirkan bertujuan untuk mengembalikan

kondisi tubuh dan memperlancar ASI melalui penggunaan ramuan tradisional dan pijat (Putri et al., 2018). Namun, pada beberapa daerah lain, fokus perawatan lebih banyak pada aspek spiritual dan pantangan, sedangkan pada masyarakat Madura dalam penelitian ini lebih menekankan aspek fisik dan kebugaran.

Secara kritis, lebih besar tujuan “menyegarkan tubuh” menunjukkan bahwa persepsi masyarakat terhadap perawatan pasca melahirkan masih berorientasi pada kenyamanan dan kebugaran, bukan pada pencegahan komplikasi. Padahal, masa nifas merupakan periode yang berisiko tinggi terhadap komplikasi seperti perdarahan dan infeksi. Jika perawatan hanya difokuskan pada pemulihan subjektif, maka tanda bahaya dapat terabaikan. Selain itu, rendahnya perhatian terhadap aspek laktasi dan nyeri menunjukkan adanya kesenjangan antara praktik masyarakat dan standar medis. Hal ini dapat berdampak pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif serta kualitas pemulihan ibu.

Namun demikian, praktik perawatan yang bertujuan untuk memulihkan tubuh dan menjaga kebugaran memiliki nilai positif karena dapat meningkatkan kesejahteraan ibu secara fisik dan psikologis. Hal ini menjadi potensi bagi tenaga kesehatan untuk mengintegrasikan praktik tradisional dengan pendekatan medis yang berbasis bukti.

Penggunaan Tanaman Obat

Berdasarkan hasil penelitian spesies dengan nilai RFC tertinggi dalam penelitian ini adalah *Curcuma longa* Linn. (RFC = 0,89) dan *Tamarindus indica* L. (RFC = 0,73). Tingginya nilai RFC pada kedua tanaman ini menunjukkan bahwa kunyit dan asam merupakan komponen utama dalam ramuan tradisional perawatan pasca melahirkan pada masyarakat suku Madura. Hal ini sejalan dengan pernyataan responden bahwa kedua bahan tersebut telah digunakan secara turun-temurun.

Secara ilmiah, *Curcuma longa* Linn mengandung senyawa yang berkhasiat obat, yang diketahui mengandung kurkumin yang memiliki efek antiinflamasi, antioksidan, dan analgesik yang berperan dalam mempercepat pemulihan jaringan dan mengurangi nyeri setelah persalinan. Penelitian oleh (Kusbiantoro & Purwaningrum, 2018) menyatakan bahwa “*curcumin exhibits significant anti-inflammatory and antioxidant properties beneficial for recovery processes*”. Sementara itu, *Tamarindus indica* L. memiliki kandungan asam organik dan senyawa fenolik yang berfungsi sebagai antioksidan serta membantu meningkatkan metabolisme tubuh (Andanawarih & Ulya, 2021).

Tanaman lain yang juga digunakan adalah *Zingiber officinale* Rosc. (RFC = 0,16) dan *Piper betle* L. (RFC = 0,16). Meskipun nilai RFC-nya lebih rendah, kedua tanaman ini tetap memiliki peran penting dalam perawatan pasca melahirkan. Jahe diketahui memiliki efek analgesik dan antiinflamasi yang dapat membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan sirkulasi darah, sedangkan daun sirih memiliki sifat antiseptik yang bermanfaat dalam menjaga kebersihan dan mencegah infeksi pada luka pasca persalinan. Hal ini didukung oleh penelitian (Sulistyaningsih T, Harjunowibowo D, Wulandari R et al., 2021) yang menyatakan bahwa “*ginger has significant anti-inflammatory effects and is useful in pain management*”.

Tingginya penggunaan keempat tanaman tersebut juga dipengaruhi oleh faktor ketersediaan dan kemudahan akses. Tanaman seperti kunyit, asam, jahe, dan daun sirih mudah tumbuh di lingkungan sekitar rumah masyarakat, sehingga menjadi pilihan utama dalam pengobatan tradisional. Dalam perspektif Etnomedisin, faktor ekologis dan ekonomi sangat memengaruhi pola pemanfaatan tanaman obat dalam suatu komunitas. Jika dibandingkan dengan penelitian lain, hasil ini konsisten dengan studi yang dilakukan oleh (Aprita & Husanah, 2023) yang menemukan bahwa kunyit dan jahe merupakan tanaman yang paling sering digunakan

dalam perawatan ibu nifas di Jawa. Demikian pula, penelitian oleh (Wijaya & Dewi, 2020) menunjukkan bahwa daun sirih banyak digunakan sebagai antiseptik alami dalam perawatan luka perineum. Kesamaan ini menunjukkan adanya pola umum dalam pemanfaatan tanaman obat di berbagai daerah di Indonesia, meskipun terdapat variasi pada jenis dan komposisi ramuan.

Namun demikian, secara kritis perlu diperhatikan bahwa tingginya nilai RFC tidak selalu mencerminkan efektivitas klinis yang telah teruji secara ilmiah. Dalam kajian Farmakologi, diperlukan uji klinis lebih lanjut untuk memastikan keamanan, dosis, dan interaksi antar senyawa dalam ramuan herbal. Selain itu, penggunaan tanaman obat yang tidak terstandarisasi berpotensi menimbulkan variasi efek terapeutik pada setiap individu. Tanaman dengan nilai RFC tinggi seperti kunyit dan asam dapat dipertimbangkan sebagai kandidat utama dalam pengembangan obat herbal berbasis bukti untuk perawatan pasca melahirkan. Namun, integrasi antara pengetahuan tradisional dan penelitian ilmiah tetap diperlukan untuk memastikan keamanan dan efektivitas penggunaannya.

Cara Pengolahan dan Penggunaan Tanaman Obat

Tanaman obat yang diolah oleh responden didapatkan dengan cara yang beragam, mulai dari menanam sendiri di pekarangan rumah atau di kebun milik sendiri, hingga membelinya di warung sekitar rumah. Tanaman obat yang akan diolah dipilah terlebih dahulu, kemudian dibersihkan dan diolah sesuai dengan cara masing-masing responden. Cara pengolahan yang dilakukan oleh masyarakat Madura di Kelurahan Kandangjati kulon Kecamatan Kraksaan pada umumnya diparut, dirajang, dan direbus banyak digunakan karena bagian tanaman yang banyak dipakai adalah rimpang yang cenderung keras dan besar sehingga perlu proses pengecilan ukuran, lalu proses perebusan sebagai proses lanjutan. Kemudian, responden pada setiap pengolahan tanaman obat menjadi obat tradisional menambahkan garam, gula pasir, gula aren, atau madu yang disesuaikan sesuai selera untuk meningkatkan aseptabilitas dari obat tradisional yang dibuat. Dalam kajian Farmakologi, aspek organoleptik seperti rasa dan aroma sangat berpengaruh terhadap kepatuhan konsumsi obat, terutama pada terapi berbasis herbal (prastiwi, 2018). Dalam perspektif Etnobotani, teknik pengolahan seperti memarut dan merajang merupakan bentuk adaptasi masyarakat terhadap karakteristik morfologi tanaman, khususnya rimpang yang memiliki tekstur keras dan ukuran besar. Proses pengecilan ukuran ini bertujuan untuk memperluas permukaan bahan sehingga senyawa aktif lebih mudah diekstraksi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Wardhina et al., 2019).

Proses perebusan yang banyak digunakan dalam penelitian ini merupakan metode ekstraksi sederhana yang umum dalam pengobatan tradisional. Perebusan memungkinkan senyawa aktif seperti flavonoid, alkaloid, dan fenol larut dalam air sehingga mudah dikonsumsi. Dalam kajian Fitokimia, suhu tinggi dalam perebusan dapat meningkatkan pelepasan senyawa bioaktif, meskipun pada beberapa kasus juga berpotensi merusak senyawa yang sensitif terhadap panas (Mukarromah & Hayati, 2023).

Penggunaan metode kombinasi, seperti diparut kemudian direbus atau dirajang lalu direbus, menunjukkan adanya pemahaman lokal bahwa satu metode saja belum cukup untuk menghasilkan ramuan yang optimal. Kombinasi ini secara tidak langsung meningkatkan efisiensi ekstraksi senyawa aktif. Hal ini juga ditemukan dalam penelitian (Pradita et al., 2021) yang menunjukkan bahwa kombinasi perlakuan mekanik dan termal dapat meningkatkan kandungan senyawa bioaktif dalam ramuan herbal.

Secara kritis perlu diperhatikan bahwa variasi cara pengolahan yang tidak terstandarisasi dapat menyebabkan perbedaan konsentrasi zat aktif dalam setiap ramuan. Hal ini berpotensi memengaruhi efektivitas dan keamanan penggunaan tanaman obat. Proses perebusan yang terlalu lama atau penggunaan suhu tinggi dapat merusak senyawa aktif tertentu, sehingga

menurunkan manfaat terapeutik (Wijaya & Dewi, 2020). Di sisi lain, praktik pengolahan yang sederhana dan berbasis rumah tangga ini memiliki kelebihan, yaitu mudah dilakukan, tidak memerlukan teknologi khusus, serta sesuai dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat. Hal ini memperkuat peran pengobatan tradisional sebagai alternatif yang efektif dan berkelanjutan. Cara pengolahan tanaman obat pada masyarakat suku Madura menunjukkan adanya keseimbangan antara pengetahuan tradisional dan kebutuhan praktis. Namun, diperlukan upaya standarisasi dan edukasi dari tenaga kesehatan agar proses pengolahan dapat menghasilkan ramuan yang lebih aman, efektif, dan memiliki kualitas yang konsisten.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Studi Etnomedisin Penggunaan Tanaman Obat untuk Perawatan Pasca Melahirkan pada Suku Madura di Kelurahan Kandangjati Kulon Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo” yang diikuti oleh 37 responden, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sehat adalah keadaan tubuh yang memiliki tubuh bugar, tidak menderita penyakit, dapat beraktivitas, dan dapat melakukan kerja. Sedangkan sakit adalah keadaan tubuh dimana menderita penyakit, merasa lemas, lesu, nyeri, capek, tidak dapat bekerja, dan mengganggu atau tidak bisa beraktivitas.
2. Terdapat 15 spesies tanaman obat yang masuk ke dalam 8 kelompok familiadigunakan oleh masyarakat suku Madura di Kelurahan Kandangjati Kulon untuk perawatan pasca melahirkan. Tanaman yang paling banyak digunakan adalah *Curcuma longa* Linn.
3. Cara pengolahan tanaman obat yang paling banyak digunakan yaitu dengan cara diparut. Sedangkan cara penggunaan tanaman obat yang paling banyak digunakan adalah diminum setelah diolah.

Referensi

- Akmalia, R. A., Hajrah, & Rijai, L. (2021). Aktivitas Antiinflamasi Ekstrak Rimpang Temu Kunci (*Boesenbergia pandurata*) Secara In-Vitro. *Prosiding Seminar Nasional Kefarmasian Ke-4*, 32(3), 167–186.
- Alfinda, S., Rahmawati, A., Andalas, E. F., Malang, U. M., Probolinggo, K., Probolinggo, K., & Timur, J. (2021). Asal usul upacara yadnya kasada sebagai dasar kehidupan kebudayaan masyarakat tengger probolinggo. *Lingua Franca: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 7(2), 110–120.
- Amelia, P., & Cholifah. (2019). Konsep Dasar persalinan. In *Umsida press*.
- Andanawarih, P., & Ulya, N. (2021). Efektifitas Jamu Kunyit Asam terhadap Penyembuhan Laserasi Perineum di Kota Pekalongan. *Journal of TSCNers*, 6(1), 30–37.
- Aprilia, L., & Mukhlisah, N. R. I. (2023). Artikel review: Perawatan tradisional Indonesia bagi ibu pada masa nifas. *Sasambo Journal of Pharmacy*, 4(1), 24–29. <https://doi.org/10.29303/sjp.v4i1.206>
- Aprita, P., & Husanah, E. (2023). Rebusan Daun Sirih untuk Penyembuhan Luka Perineum di PMB Dince Ssfrina Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Bidan*, IV(2), 16–24. <https://www.neliti.com/id/publications/267044/>
- Azizah, N., & Rosyidah, R. (2019). Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. In *Umsida press*. <https://doi.org/10.21070/2019/978-602-5914-78-2>
- Batoro, J., Setiadi, D., Chikmawati, T., & Purwanto, Y. (2017). Pengetahuan Fauna (Etnozoologi) Masyarakat Tengger di Bromo Tengger Semeru Jawa Timur. *Biota : Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Hayati*, 1–10. <https://doi.org/10.24002/biota.v17i1.128>
- Dzakiyah, N. U., Kalsum, U., & Indahwati, L. (2019). Pengaruh Pemberian Infusa Temulawak

- (Curcuma xanthorrhiza Roxb.) Terhadap Berat Uterus Pada Tikus Putih (*Rattus norvegicus*) Postpartum. *Journal Of Issues In Midwifery*, 3(2), 16–24. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2019.003.02.2>
- Fajira, E., Nurdin, A., Fitia, U., Dinen, K. A., & Reza, K. (2024). Antropologi Kesehatan Dan Praktik Perawatan Tradisional Oleh Masyarakat Aceh. *Public Health Journal*, 1(2), 1–8. <https://teewanjournal.com/index.php/phj/article/view/250%0Ahttps://teewanjournal.com/index.php/phj/article/download/250/232>
- Fuadi, T. M., Suryadarma, I. G. P., & Hanum, F. (2019). Madeung and Sale: Ethnomedicine for Mothers' Postnatal Care in Aceh, Indonesia. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 129(August 2019), 111–126. <https://doi.org/10.33832/ijast.2019.129.10>
- Hanim, M. A. F. A. T. (2024). Indonesian Journal of Anthropology Hegemoni Tubuh Ideal: Siasat Perempuan Jawa Mempertahankan Tubuhnya Pasca Melahirkan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(October), 76–89. <http://jurnal.unpad.ac.id/umbara>
- Harmida, Sarno, Y., Lahat, K., & Data, P. (2017). Studi Etnofitomedika di Desa Lawang Agung Kecamatan Mulak Ulu Kabupaten Lahat Sumatera Selatan. *Jurnal Penelitian Sains*, 14(1(D)), 42–46.
- Hernawan, E., & Meylani, V. (2016). Analisis karakteristik fisikokimia beras putih , beras L . indica), Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 15.
- Indriyani, S., Batoro, J., & Ekowati, G. (2019). Etnobotani Tanaman Obat Masyarakat Tengger, Taman Nasional Bromo Tengger Semeru. *Natural B*, 1(3), 222–228.
- Kurniawan, E., & Jadid, N. (2019). Nilai Guna Spesies Tanaman sebagai Obat Tradisional oleh Masyarakat Tengger di Desa Ngadisari Kecamatan Sukapura, Kabupaten Probolinggo □“ Jawa Timur. *Jurnal Sains Dan Seni ITS*, 4(1), 1–4.
- Kusbiantoro, D., & Purwaningrum, Y. (2018). Pemanfaatan kandungan metabolit sekunder pada tanaman kunyit dalam mendukung peningkatan pendapatan masyarakat Utilization of secondary metabolite in the turmeric plant to increase community income. *Jurnal Kultivasi*, 17(1), 544–549.
- Marceilina, P. G., Weynand, N. A., & Probowati, H. (2020). Praktik Tradisional Pada Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 2020.
- Mualim, B. (2016). Tumbuhan Obat yang digunakan Selama Kehamilan sampai Periode Postpartum Oleh Suku Tengger Desa Ngadas Kabupaten Malang. *Jurnal Herbal Indonesia*, 7(2), 1–23.
- Mukarromah, M., & Hayati, A. (2023). Studi Etnobotani Famili Zingiberaceae Dalam Pemanfaatannya Sebagai Tumbuhan Obat Di Desa Ketindan, Dusun Tegalrejo Lawang, Malang. *Jurnal Biosains Medika*, 1(1), 28–34.
- Ningsih, I. Y. (2016). Studi Etnofarmasi Penggunaan Tumbuhan Obat Oleh Suku Tengger Di Kabupaten Lumajang Dan Malang, Jawa Timur. *Pharmacy*, 13(01), 10–20.
- Nurjanah, L., Ekacahyaningtyas, M., & Vioneery, D. (2021). Pengaruh Kompres Bawang Merah (*Allium Ascalonicum* L.) Terhadap Tingkat Nyeri Saat Menstruasi Pada Remaja. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 000, 1–11.
- Pradita, S., Mariani, Y., Wardenaar, E., & Yusro, F. (2021). Pemanfaatan Tumbuhan Obat oleh Suku Dayak Paus dan Melayu untuk Perawatan Ibu dan Anak Pasca Persalinan di Desa Pengadang (The Utilization of Medicinal Plants by Dayak Paus and Malay Tribes for Post-Partum Care on Mother and Child in Pengadang Village, Sa. *Jurnal Biologi Dan Pembelajarannya*, 16(1), 93–110.
- prastiwi, ratih sakti. (2018). Pengobatan Tradisional (Jamu) Dalam Perawatan Kesehatan Ibu Nifas Dan Menyusui Di Kabupaten Tegal. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik*

- Tegal, 7(1), 263–267. <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i1.745>
- Putri, E. C., Wildan, M., & Karnasih, I. G. A. (2018). Efektivitas Ramuan Asam Jawa (*Tamarindus Indica L.*) dan Garam pada Ibu Menyusui dengan BENDUNGANendungan ASI di Puskesmas Mumbulsari. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 4(2), 148–153.
- Rakhmawatie, M. D., Marfu'ati, N., & Ratnaningrum, K. (2023). Pembuatan Simplisia dan Teknik Penyiapan Obat Tradisional Jahe Merah dan Daun Pepaya untuk Standardisasi Dosis. *Berdikari: Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 11(1), 12–24. <https://doi.org/10.18196/berdikari.v11i1.16717>
- Rati Pratama, E., Fiona Pitaloka, M., Wulandari, M., Annisa, N., Anggun Pratiwi, S., Suhermi, W., & Indri, Y. (2023). Perawatan Payudara (Breast Care) Di Ruang Rawat Kebidanan Rumah Sakit Islam Yarsi Bukittinggi. *ALtafani: Jurnal Abdimas*, 1(1), 12–16. <https://journal.umnyarsi.ac.id/index.php/ABDIMAS>
- Silalahi, M., Khairiah, A., & Nisyawati. (2020). Ethnomedicinal plants and practices related to pregnancy, childbirth, and postpartum healthcare of minangkabau ethnic group, West Sumatra, Indonesia. *Biodiversitas*, 21(10), 4597–4605. <https://doi.org/10.13057/biodiv/d211018>
- Sinaga, Eliza, B., Ningsih, & Fifi, R. (2023). Pemanfaatan Lulur Kopi Perawatan Pada Ibu Nifas Untuk Memudahkan Strech Mark Di Pmb Bd. Eliza Bestari Sinaga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 5(2), 42–46. <https://doi.org/10.51933/jpma.v5i2.1057>
- Ssenku, J. E., Okurut, S. A., Namuli, A., Kudamba, A., Tugume, P., Matovu, P., Wasige, G., Kafeero, H. M., & Walusansa, A. (2022). Medicinal plant use, conservation, and the associated traditional knowledge in rural communities in Eastern Uganda. *Tropical Medicine and Health*, 50(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s41182-022-00428-1>
- Sulistyaningsih T, Harjunowibowo D, Wulandari R, U. A., Putri IR, R., & AW, R. F. (2021). Tanaman herbal (Jahe, Katuk). In *Tahta Media Group*.
- Suprabowo, E. (2016). Praktik Budaya dalam Kehamilan, Persalinan dan Nifas pada Suku Dayak Sanggau. *Kesmas: National Public Health Journal*, 1(3), 112. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v1i3.305>
- Suriani, S. (2019). Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Rimpang Temu Hitam (*Curcuma Aeruginosa*) Terhadap Peningkatan Immunoglobulin G (Igg) Pada Tikus Putih Jantan. *Jurnal Herbal Indonesia*, 1(1), 33–42.
- Suwasih, E., Barkinah, T., & Isnaniah. (2022). Hubungan Pendidikan Kesehatan dengan Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Postnatal Breast care di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul tahun 2018. *Femina Jurnal Kebidanan (FJK)*, 1(12), 2439–2450.
- Umi, N., Zakiyyah, M., & Iit, E. (2019). Pengaruh Pemberian Daun Binahong (*Anredera Cordifolia* (Ten) Steenis) Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 1–6.
- Wardhina, F., Fakhriyah, & Rusdiana. (2019). Perilaku Penggunaan Obat Tradisional pada Ibu Nifas di Desa Sungai Kitano Kecamatan Martapura Timur Kabupaten Banjar Analisis Faktor Internal dan Eksternal dengan Antenatal Care(ANC) K4 di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Dalam Kota Banjarmasin. *Jurkessia*, 9(2), 68–75.
- Wijaya, N. R., & Dewi, T. F. (2020). Keanekaragaman Spesies Tumbuhan Obat untuk Perawatan Sebelum dan Sesudah Persalinan pada Beberapa Suku di Maluku Utara. *Buletin Plasma Nutfah*, 26(2), 145. <https://doi.org/10.21082/blpn.v26n2.2020.p145-156>
- Zulfiah. (2020). Uji Toksisitas Ekstrak Rimpang Temu Hitam (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) terhadap Larva Udang (*Artemia salina* Leach) dengan Metode Brine Shrimp Lethality Test (BSLT). *Jurnal Farmasi Sandi Karsa (JFS)*, 6(37), 83–87.