Journal of Aafiyah Health Research (JAHR) 2024. Vol. 5, No. 2. Page 88-98
https://doi.org/10.52103/jahr.v5i2.1631
P-ISSN: 2722-4929, E-ISSN: 2722-4945

JOURNAL OF AAFIYAH HEALTH RESEARCH (JAHR)

Publisher: *Postgraduate Program, Universitas Muslim Indonesia*
Journal Homepage:
http://pascaumi.ac.id/index.php/jahr/index

Original Article

Perbedaan Pengaruh *Ba'ukup* dan Tidak *Ba'ukup* Terhadap Tekanan Darah Ibu *Postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Luhu

M Rizal Payapo, *Andi Asrina, Fairus Prihatin Idris

Program Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

Article History
Received: 30 January 2024
Revised: 10 February 2024
Accepted: 25 February 2024

Keywords: *Postpartum*; *Ba'ukup*; Kondisi

Corresponding Author:
E-mail:
andi.asrina@umi.ac.id
Address: Jalan. Urip Sumeharjo, No. 5, 90231, Makassar, South Sulawesi, Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa nifas (*postpartum*) merupakan masa yang dihitung setelah hari pertama seorang ibu melahirkan hingga 6 minggu atau sekitar 42 hari. Ini menjadi tahapan kritis bagi kesehatan fisik dan mental sang ibu. Karena ibu akan mengalami berbagai perubahan fisik dan mental ketika mengandung bayi dan mengalami stres ketika melahirkan.
Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Perbedaan Pengaruh Tradisi *Ba'ukup* dan Tidak *Ba'ukup* Terhadap Tekanan Darah Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Luhu.
Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi komparatif. Populasi sebanyak 160 ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Luhu. Jumlah sampel penelitian sebanyak 32 ibu postpartum yang ada di wilayah kerja Puskesmas Luhu yang diambil dengan menggunakan metode *Accidental Sampling*.
Hasil: Hasil penelitian ini menunjukan bahwa terdapat perbedaan pengaruh tradisi *Ba'ukup* dan tidak *Ba'ukup* terhadap tekanan darah ibu postpartum pada kunjungan pertama (α=0,000). terdapat perbedaan pengaruh tradisi *Ba'ukup* dan tidak *Ba'ukup* terhadap tekanan darah ibu postpartum pada kunjungan kedua (α=0,000). Terdapat perbedaan pengaruh tradisi *Ba'ukup* tidak *Ba'ukup* terhadap tekanan darahi ibu postpartum pada kunjungan ketiga (α=0, 0,000).
Kesimpulan: Diharapkan tenaga kesehatan dapat memetakan ibu nifas yang melahirkan dengan riwayat komplikasi, resiko tinggi, ataupun persalinan dengan tindakan seksio caesar dan jahitan luka perineum dan melakukan pendampingan bagi ibu postpartum yang melaksanakan tradisi *Ba'ukup*.

ABSTRACT

Background: The postpartum period (postpartum) is the period calculated after the first day a mother gives birth, up to 6 weeks or around 42 days. This is a critical stage for the mother's physical and mental health. Because mothers will experience various physical and mental changes when carrying a baby and experience stress when giving birth.
Method: Type of quantitative research with a comparative study approach. The population is 160 postpartum mothers in the Luhu Community Health Center working area. The total research sample was 32 postpartum mothers in the Luhu Community Health Center working area, taken using the Accidental Sampling method.
Results: The results of this study show that there is a difference in the influence of Ba'ukup and non-Ba'ukup traditions on postpartum maternal blood pressure at the first visit (α=0.000). There is a difference in the influence of Ba'ukup and non-Ba'ukup traditions on postpartum maternal blood pressure at the second visit (α=0.000). There is a difference in the influence of the Ba'ukup and Ba'ukup traditions on postpartum mothers' blood pressure at the third visit (α=0, 0.000).
Conclusion: It is hoped that health workers will be able to map postpartum mothers who give birth with a history of complications, high risk, or give birth by caesarean section and perineal wound sutures and provide assistance to postpartum mothers who carry out the Ba'ukup tradition.

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

P-ISSN: 2722-4929, E-ISSN: 2722-4945

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) kematian ibu adalah kematian wanita saat hamil atau dalam 42 hari setelah penghentian kehamilan yang terlepas dari durasi dan lokasi kehamilan dari penyebab apapun yang terkait gangguan kehamilan atau penanganannya (1). Secara global pada tahun 2018 terdapat 47% kematian ibu akibat masalah persalinan atau kehamilan yang terjadi di negara berkembang. Pada tahun 2018 jumlah angka kematian ibu (AKI) di ASEAN adalah 16.000/100.000 kelahiran hidup. Salah satu dari penyebab utama dari kematian Ibu dan bayi adalah berbagai resiko baik dari kehamilan, persalinan, serta nifas (*Postpartum*) (2). Komplikasi pada masa nifas menjadi salah satu penyebab kematian ibu yaitu pada kasus infeksi masa nifas (3).

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 KH. Namun penurunan AKI tidak berhasil mencapai target *Millennium Development Goals* (MDGs) yaitu sebesar 102 per 100.000 KH. Pada tahun 2030, target *Sustainable Development Goals* (SDGs) mengurangi rasio angka kematian ibu hingga kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup. Dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Penyebab kematian ibu paling banyak terjadi pada masa nifas (*postpartum*), yaitu karena perdarahan setelah persalinan 28%, eklampsia 24%,infeksi 11%, kurang energy setelah melahirkan 11%, mastitis 16%, *postpartum* Blues 10% (4).

Berdasarkan hasil penelitian tentang *Disparity of Maternal Mortality in Indonesia*, didapatkan hasil bahwa 61,4% dari total kabupaten/kota di Indonesia yang cakupan kunjungan nifas (KF) rendah memiliki angka kematian maternal tinggi. Sedangkan 61,8% dari total kabupaten/kota yang cakupan kunjungan nifas (KF) tinggi memiliki angka kematian maternal rendah (5). Masa nifas terbagi menjadi beberapa tahapan. Tahapan pertama *immediate postpartum* yaitu tahapan yang dalam waktu 24 jam pertama setelah persalinan. Tahapan kedua *earaly postpartum* yaitu tahapan yang terjadi setelah 24 jam setelah persalinan sampai akhir minggu pertama. Tahapan ketiga *late postpartum* yaitu tahapan yang terjadi pada minggu kedua sampai minggu keenam setelah persalinan (6). Kunjungan pada masa *Postpartum* memiliki tujuan untuk menilai kondisi kesehatan ibu dan bayi, melakukan pencegahan terhadap kemungkinan adanya gangguan kesehatan ibu nifas dan bayi, mendeteksi adanya komplikasi atau masalah yang terjadi pada masa nifas dan menangani komplikasi atau masalah yang timbul/mengganggu kesehatan ibu nifas maupun bayinya (7).

Banyak masyarakat dalam melaksanakan pengobatan dan perawatan pada ibu hamil dan nifas masih memegang teguh kepercayaan dan keyakinannya, walaupun keyakinan tersebut tidak sejalan dengan nilai-nilai kesehatan namun banyak juga yang sejalan dengan kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian Mudatsur 2017 tentang faktor budaya dalam perawatan masa nifas yang mengungkapkan bahwa kepercayaan dan keyakinan budaya terhadap perawatan ibu *Postpartum*, masih banyak dijumpai dilingkungan masyarakat. Dari hasil penelitian didapatkan banyak kepercayaan dan keyakinan budaya perawatan ibu nifas, diantaranya pembatasan asupan cairan, makanan di batasi dan hanya boleh makan sayur-sayuran, tidak boleh mandi, diet makanan, tidak boleh keluar rumah, menggunakan alas kaki, tidak boleh tidur di siang hari bahkan mereka meyakini kolustrum tidak baik untuk anak (8).

Produk budaya yang berhubungan dengan kesehatan terwujud dalam bentuk obat tradisional dan cara tradisional yang digunakan masyarakat untuk mengatasi permasalahan mereka di bidang kesehatan (9). Begitu pun yang terjadi di Provinsi Maluku, salah satu kearifan lokal yang dimiliki masyarakat yaitu tradisi untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dkk.,2017 tentang faktor budaya dalam perawatan masa nifas, di Kecamatan Tanah Aceh Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara. Yang menjelaskan pengalaman ibu setelah melahirkan didapatkan kepercayaan dan keyakinan meliputi tradisi badapu yaitu memanaskan tubuh ibu pada pagi dan sore hari dengan nyala api tungku. Melakukan tradisi *madeung* dan *toet batee* merupakan perawatan budaya ibu nifas yang dipercayai dapat mempercepat pemulihan masa persalinan, membersihkan darah kotor, mengembalikan otot dan merampingkan tubuh (10).

Angka Kematian Ibu di Provinsi Maluku pada Tahun 2021 masih tinggi yaitu sebesar 114 /100.000 dengan jumlah 70 kasus Kematian Ibu. Saat ini akses ibu hamil, bersalin dan nifas terhadap pelayanan kesehatan sudah cukup baik, akan tetapi Angka Kematian Ibu masih cukup tinggi. Kondisi ini kemungkinan disebabkan antara lain karena kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil dan bersalin yang belum memadai, sistim rujukan maternal dan aenatal belum optimal, kondisi ibu hamil yang tidak sehat dan faktor determinan lainnya. Penyebab

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

utama kematian ibu yaitu hipertensi dalam kehamilan dan perdarahan *Postpartum*, selain itu penyebab karena lain-lain juga semakin meningkat.

Berdasarkan laporan kinerja bidang kesehatan masyarakat angka kematian ibu di Kabupaten Seram Bagian Barat 5 tahun terakhir yaitu pada tahun 2017 jumlah AKI sebanyak 3 kasus, pada tahun 2018 naik menjadi 6 kasus, ditahun 2019 jumlah kasus masih sama dengan tahun sebelumnya yaitu 6, tahun 2020 AKI mengalami kenaikan sebesar 1 kasus sehingga menjadi 7 kasus dan ditahun 2021 angka kematian ibu menurun menjadi 5 kasus (1). Perawatan Postpartum berbasis kearifan lokal yang masih dilestarikan oleh masyarakat di provinsi Maluku khususnya di Negeri Luhu yaitu tradisi *Ba'ukup* (sauna) yang diyakini banyak memberikan manfaat kesehatan pada ibu. *Ba'ukup* merupakan perawatan tradisional pada ibu postpartum yang menggunakan tehnik penguapan dari rebusah air yang mengandung rempah-rempah dan dilakukan secara tertutup. Aspek Kesehatan yang diterima pada ibu yaitu pengeluaran darah kotor dan darah putih menjadi lancar, tubuh menjadi ringan, melancarkan produksi ASI, menghilangkan bauh amis dan membuat ibu lebih rilex (12).

Di Wilayah kerja puskesmas Luhu sendiri banyak ditemukan perawatan *Postpartum* berbasis kearifan lokal, salah satunya yaitu tradisi *Ba'ukup* yang diyakini masyarakat Negeri Luhu dapat membantu pemulihan masa nifas. Apa yang dilakukan pada tradisi *Ba'ukup* ini beriringan dengan pengawasan dari tenaga kesehatan dalam hal ini bidan yang ada di wilayah tersebut untuk melihat kemajuan kesehatan dari ibu postpartum. Pada kunjungan nifas pertama dilakukan oleh tenaga kesehatan tetapi biasanya pada kunjungan berikutnya tidak lagi dilakukan atau dikunjungi, jika ada keluhan ibunya yang mengunjungi tenaga kesehatan sementara tradisi *Ba'ukup* ini tetap dilaksanakan selama 42 hari.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan yaitu kuantitatif dengan pendekatan studi komparatif. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Luhu Kecamatan Huamual Provinsi Maluku Pengumpulan data dimulai pada bulan Desember-Februari 2024. Populasi pada penelitian ini adalah 160 ibu postpartum dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Non Probability Sampling* (*sampling insidental)* dengan total responden sabanyak 32 yang dibagi kedalam 2 kelompok yaitu 16 ibu *postpartum* yang melaksanakan *ba'ukup* dan 16 ibu *postpartum* yang tidak melaksanakan *ba'ukup*. Teknik analisis data menggunakan uji normalitas. Setelah uji normalitas dan hasilnya tidak berdistribusi normal maka selanjutnya data diolah menggunakan Uji *Mann-Whitney* (Uji non-parametrik).

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di Wilayah Kerja Puskesmas Luhu

Karakteristik Responden	n	%
Kelompok Umur		
17-25 tahun	8	25,0
26-35 tahun	16	50,0
36-45 tahun	8	25,0
Tingkat Pendidikan		
SMA	27	84,4
S1	5	15,6
Jenis Pekerjaan		
Guru	1	3,1
Ibu Rumah Tangga	29	90,6
Wiraswasta	2	6,3
Jumlah Paritas		
≤3	26	81,2
>3	6	18,8
Jenis Penyakit		
Asam Lambung	1	3,1
Maag	1	3,1
Tidak Ada	30	93,8

Sumber: Data Primer, 2024

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 32 responden yang berumur 17-25 tahun sebanyak 8 orang (25,0%), yang berumur 26-35 tahun sebanyak 16 orang (50,0%), yang berumur 36-45 tahun sebanyak 8 orang (25,0%). Dari 32 responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 27 orang (84,4%), yang memiliki tingkat pendidikan S1 sebanyak 5 orang (15,6%). Dari 32 responden yang memiliki pekerjaan sebagai guru sebanyak 1 orang (3,1%), yang memiliki pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak 29 orang (90,6%), yang memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 2 orang (6,3%). Dari 32 responden yang memiliki paritas ≤3 sebanyak 26 orang (81,2%), yang memiliki paritas >3 sebanyak 6 orang (18,8%). Dari 32 responden yang memiliki penyakit asam lambung sebanyak 1 orang (3,1%), yang memiliki penyakit maag sebanyak 1 orang (3,1%) dan yang tidak memiliki penyakit sebanyak 30 orang (93,8%).

Tabel 2. Distribusi Pemeriksaan Tekanan Darah Kunjungan Nifas Kelompok *Ba'ukup* dan Tidak *Ba'ukup* di Puskesmas Luhu Kecamatan Huamual Tahun 2024

Responden (Ibu *Postpartum*)	Pemeriksaan Tekanan Darah											
	Ba'ukup						Tidak *Ba'ukup*					
	KF 1		KF 2		KF 3		KF 1		KF 2		KF 3	
	S	D	S	D	S	D	S	D	S	D	S	D
1	100	60	120	80	110	70	90	60	100	60	100	60
2	110	70	120	80	120	80	100	60	90	60	110	70
3	110	70	120	80	120	70	100	70	100	70	100	70
4	110	80	110	70	110	70	90	80	100	80	100	80
5	90	60	100	80	110	80	100	60	90	60	100	70
6	90	60	110	80	100	70	90	70	100	70	100	70
7	100	70	120	80	120	80	100	60	90	60	90	60
8	100	60	110	70	120	80	90	60	110	70	100	60
9	110	70	100	60	110	70	90	60	90	60	90	60
10	110	70	110	70	100	60	100	60	90	70	90	60
11	100	60	100	60	110	80	90	60	100	60	100	60
12	100	60	100	60	120	80	90	60	90	60	90	60
13	90	60	90	60	110	70	110	60	90	60	90	60
14	110	70	110	70	120	80	90	60	110	60	110	60
15	100	60	100	70	120	80	100	60	90	60	110	70
16	90	60	110	80	120	80	90	70	100	70	100	70

Sumber: Data Primer, 2024

Keterangan :
KF 1 : Kunjungan Nifas pertama
KF 2 : Kunjungan Nifas Kedua
KF 3 : Kunjungan Nifas Ketiga
S : Sistolik
D : Diastolik

Berdasarkan Tabel 2 menunjukan bahwa pada kunjungan nifas 1 untuk tekanan sistole pada kelompok *Ba'ukup* 4 responden dengan hasil pengukuran 90, 6 responden dengan hasil 100, dan 6 responden dengan hasil pengukuran 110. Untuk pengukuran tekanan darah diastole menunjukan sebanyak 9 responden dengan hasil 60, 6 responden dengan hasil 70 dan 1 responden dengan hasil 80. Pada kunjungan nifas 2 untuk pengukuran tekanan darah siastole menunjukan 1 responden dengan hasil 90, 5 responden dengan hasil 100, 6 responden dengan hasil 110 dan 4 responden dengan hasil 120. Untuk tekanan darah diastole 4 responden dengan hasil 60, 5 responden dengan hasil 70 dan 7 responden dengan hasil 80. Kunjungan 3 pada kelompok *Ba'ukup* untuk pengukuran tekanan darah diastole menunjukan hasil pengukuran sebanyak 2 responden dengan hasil 100, 6 responden dengan hasil 110 dan 8 responden dengan hasil 120.

Kunjungan 1 pengukuran tekanan darah sistole pada kelompok tidak *Ba'ukup* didapatkan sebanyak 9 responden dengan hasil 90, sebanyak 6 responden dengan hasil 100 dan 1 responden dengan hasil 110. Untuk

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

tekanan darah diastole sebanyak 12 responden dengan hasil 60, sebanyak 3 responden dengan hasil 70 dan 1 responden dengan hasil 80. Kunjungan nifas 2 pada pengukuran tekanan darah sistole menunjukan hasil pengukuran sebanyak 8 responden dengan hasil 90, sebanyak 6 responden dengan hasil 100 dan 2 responden dengan hasil 110. Untuk tekanan darah diastole sebanyak 10 responden dengan hasil 60, 5 responden dengan hasil 70 dan 1 responden dengan hasil 80. Kunjungan nifas 3 pada pengukuran tekanan darah sistole menunjukan hasil pengukuran sebanyak 5 responden dengan hasil 90, 8 responden dengan hasil 100 dan 3 responden dengan hasil 110. Untuk tekanan darah diastole sebanyak 9 responden dengan hasil 60, 6 responden dengan hasil 70 dan 1 responden dengan hasil 80.

Tabel 3. Distribusi Perbedaan Tekanan Darah Kunjungan Nifas Kelompok *Ba'ukup* dan Tidak *Ba'ukup* di Puskesmas Luhu Kecamatan Huamual Tahun 2024

Pemeriksaan	Tekanan Darah	Kelompok	*Mean Reank*	*Sum of ranks*	*Asymp. Sig. (2-tailed)*
Kunjungan 1	Sistolik	*Ba'ukup*	24.50	392.00	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	8.50	136.00	
	Diastolik	*Ba'ukup*	24.50	392.00	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	8.50	136.00	
Kunjungan 2	Sistolik	*Ba'ukup*	24.47	391.50	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	8.53	136.50	
	Diastolik	*Ba'ukup*	24.50	392.00	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	8.50	136.00	
Kunjungan 3	Sistolik	*Ba'ukup*	24.50	392.50	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	8.50	136.00	
	Diastolik	*Ba'ukup*	24.50	392.00	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	8.50	136.00	

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 3 menunjukan hasil uji *mann-wittney* tekanan darah sistolik pada kunjungan ke 1 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.000 < 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat perbedaan antara tekanan darah sistolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan pertama. Pada pengukuran tekanan darah diastolik kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* menunjukan hasil 0.000< 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat perbedaan antara tekanan darah diastolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan pertama (6jam-2hari) pasca persalinan.

Berdasarkan tabel 3 menunjukan hasil uji *mann-wittney* tekanan darah sistolik pada kunjungan ke 2 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.000 < 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat perbedaan antara tekanan darah sistolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan kedua (3-7hari) pasca persalinan. Pada pengukuran tekanan darah diastolik kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* menunjukan hasil 0.000< 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat perbedaan antara tekanan darah diastolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan kedua (3-7hari) pasca persalinan.

Berdasarkan tabel 3 menunjukan hasil uji *mann-wittney* tekanan darah sistolik pada kunjungan ke 3 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.000 < 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat perbedaan antara tekanan darah sistolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan ketiga (8-28 hari) pasca persalinan. Pada pengukuran tekanan darah diastolik kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* menunjukan hasil 0.000< 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat perbedaan antara tekanan darah diastolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan ketiga (8-28 hari) pasca persalinan.

Tabel 4. Distribusi Pengaruh Tekanan Darah Kunjungan Nifas Kelompok *Ba'ukup* dan Tidak *Ba'ukup* di Puskesmas Luhu Kecamatan Huamual Tahun 2024

Pemeriksaan	Tekanan Darah	Kelompok	*Mean Reank*	*Asymp. Sig. (2-tailed)*
Kunjungan 1	Sistolik	*Ba'ukup*	101.25	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	96.88	
	Diastolik	*Ba'ukup*	65.00	0.000

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

		Tidak *Ba'ukup*	65.75	
Kunjungan 2	Sistolik	*Ba'ukup*	108.13	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	72.50	
	Diastolik	*Ba'ukup*	96.25	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	64.38	
Kunjungan 3	Sistolik	*Ba'ukup*	113.75	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	98.75	
	Diastolik	*Ba'ukup*	75.00	0.000
		Tidak *Ba'ukup*	65.50	

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4 penelitian menunjukan hasil uji *wilcoxon* tekanan darah sistolik pada kunjungan nifas 1 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.000 < 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara tekanan darah sistolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan pertama (6jam-2hari) pasca persalinan. Pada pengukuran tekanan darah diastolik kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* menunjukan hasil 0.000< 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara tekanan darah diastolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan pertama (6jam-2hari) pasca persalinan.

Berdasarkan tabel 4 penelitian menunjukan hasil uji *wilcoxon* tekanan darah sistolik pada kunjungan nifas 2 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.000 < 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara tekanan darah sistolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan kedua (3-7hari) pasca persalinan. Pada pengukuran tekanan darah diastolik kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* menunjukan hasil 0.000< 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara tekanan darah diastolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan kedua (3-7hari) pasca persalinan.

Berdasarkan tabel 4 penelitian menunjukan hasil uji *wilcoxon* tekanan darah sistolik pada kunjungan nifas 3 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu 0.000 < 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara tekanan darah sistolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan ketiga (8-28hari) pasca persalinan. Pada pengukuran tekanan darah diastolik kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* menunjukan hasil 0.000< 0.05 maka Ha diterima dan Ho ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara tekanan darah diastolik pada kelompok ibu *postpartum ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* kunjungan ketiga (8-28hari) pasca persalinan.

PEMBAHASAN

Tradisi Ba'ukup

Tradisi *Ba'ukup* yang dilakukan pada masyarakat di Negeri Luhu untuk membantu pemulihan pada ibu nifas dilakukan dengan menggunakan teknik penguapan dari ramuan yang mengandung rempah-rempah yang diambil dari tumbuhan berkhasiat dan dilakukan dalam keadaan tertutup dengan jangka waktu 10-20 menit. Hal ini sejalan dengan penelitian tentang "perilaku pengunaan obat tradisional pada ibu pasca melahirkan di Desa Kailolo Kabupaten Maluku Tengah" yang mengungkapkan *Ba'ukup* adalah air yang direbus dicampur dengan minyak kayu putih dan benalu yang menjalar pada batang pohon kelapa. Uap yang dihasilkan inilah yang digunakan sebagai sumber perawatan ibu nifas melalui melalui sauna (13).

Bahan dan alat yang diperlukan untuk proses pelaksanaan *Ba'ukup* meliputi bahan ramuan yaitu air, daun kayu putih (*Melaleuca cajuput*), daun cengkih (*Syzygium aromaticum*), serai (*Cymbopogon citratus*), daun jarak (*Jatropha curcas*), daun sirsak (*Annona muricata*), daun pala (*Myristica fragrans*) dan daun pisang kering (*Musa x paradisiaca L*). Sedangkan alat yang diperlukan yaitu tikar tradisional, bangku, kain, panci, kompor dan pengaduk. Berdasarkan observasi tikar digunakan untuk membuat ruangan yang berbentuk silinders, kain digunakan untuk menutup atas tikar yang terbuka, panci digunakan sebagai wadah untuk memasak ramuan, kompor digunakan untuk mendidihkan ramuan serta pengaduk agar ibu nifas atau keluarga mengaduk ramuan tersebut.

Takaran yang digunakan untuk meracik ramuan *Ba'ukup* yaitu dengan menggunakan lembar untuk daun dan helai untuk serai. Berdasarkan hasil observasi takaran yang dominan yaitu penggunaan daun kayu putih dan cengkih sedangkan yang sedikit yaitu serai dan daun jarak. Tradisi *Ba'ukup* pada ibu nifas yang dilakukan pada

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

masyarakat Negeri Luhu juga dilaksanakan pada masyarakat di desa Neniari Provinsi Maluku. Penelitian mengenai "Praktik Tradisional Pada Perawatan Masa Nifas" mengungkapkan bahwa cara melakukan *Ba'ukup* yaitu rempah yang telah disiapkan dimasak hingga mendidih, kemudian diangkat. Ketika masih panas segera seorang ibu duduk di sebuah bangku, dimana ramuan tadi telah di letakkan tepat di depan. Kemudian di tutup dengan tikar di sekelilingnya, dimana tikar tersebut hanya beruang pas badan. Kemudian bagian atas dari tikar tersebut ditutup dengan kain selimut (14).

Kunjungan 1 (6jam-2hari)

Postpartum menjadi masa yang paling rentan bagi ibu dikarenakan penyumbang kematian ibu yang paling besar dalam masa nifas. Dengan demikian, pada masa ini dibutuhkan pengawasan dan perawatan yang tepat dan cepat dari tenaga kesehatan agar tidak terjadi kesakitan dan kematian. Perawatan nifas merupakan perawatan lebih lanjut bagi wanita sesudah melahirkan. masa nifas yang tepat menjadi salah satu upaya untuk dapat membantu dan mempercepat proses pulihnya alat-alat reproduksi, kebutuhan nutrisi, pencegahan infeksi serta dapat memulihkan kesehatan emosi ibu.

Tekanan darah adalah tekanan dimana darah beredar dalam pembuluh darah. Tekanan darah pada dasarnya merupakan ukuran tekanan atau gaya di dalam arteri yang harus seimbang dengan denyut jantung. Melalui denyut jantung tersebut, darah akan dipompa melalui pembuluh darah dan kemudian dibawa ke seluruh tubuh. Pengukuran tekanan darah menghasilkan dua nilai yaitu tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. Tekanan darah sistolik adalah besarnya tekanan pada arteri ketika jantung menguncup dan kemudian darah didorong ke dalam aorta, sedangkan tekanan darah diastolik adalah sisa tekanan yang ada pada arteri antara dua denyut jantung ketika otot jantung mengembang dan mengisi darah. Ketika melakukan pengukuran tekanan darah, suara denyutan yang terdengar pertama kali adalah tekanan darah sistolik dan suara denyutan terakhir menghilang adalah tekanan darah diastolik.

Berdasarkan hasil pemeriksaan kondisi ibu *postpartum* terkait tekanan darah pada kunjungan 1 (6jam-2hari) pasca persalinan menunjukan terdapat perbedaan pengaruh tekanan darah pada kelompok ibu *postpartum* yang *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup*. Hasil pemeriksaan pada kunjungan pertama menunjukan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik dalam keadaan normal yaitu untuk tekanan darah sistolik 90-110 dan tekanan darah diastolik 60-80, Kementrian Kesehatan mengungkapkan orang dewasa dengan kondisi tubuh sehat umumnya memiliki tekanan darah normal sekitar 90/60 mmHg hingga 120/80 mmHg. Angka 90 dan 120 menunjukkan tekanan ketika jantung memompa darah ke seluruh tubuh atau biasa disebut tekanan sistolik. Sementara itu, angka 80 dan 60 menunjukkan tingkat tekanan saat jantung beristirahat sejenak sebelum kembali memompa darah lagi, atau disebut juga tekanan diastolik. Hal ini sejalan dengan teori (Novieastari Enie, dkk, 2019) bahwa tanda-tanda vital atau tanda-tanda dasar salah satunya meliputi pemeriksaan tekanan darah systole kurang dari 130 dan diastole kurang dari 85 (15).

Terdapat perbedaan pengaruh pada kunjungan pertama dikarenakan pada ibu yang melaksanakan tradisi *ba'ukup* banyak mengeluaran keringat. Pengeluaran keringat adalah salah satu proses alami dalam tubuh yang bermanfaat untuk menjaga kesetabilan metabolisme yaitu membuang sisa kelebihan cairan di dalam tubuh setelah kehamilan (16). Mandi uap membantu mengeluarkan keringat dan memiliki manfaat mengurangi stress, memperbaiki syaraf, sistem detoksifikasi serta memelihara kadar gula dalam darah (17). Penelitian sebelumnya mengenai pelaksanaan mandi uap menjelaskan bahwa memberikan efek rileks dan tekanan darah yang rendah dapat diperbaiki dengan terapi tersebut (18).

Pada kelompok *ba'ukup* dominan menunjukan hasil pemeriksaan untuk tekanan darah sitole ≥ 100, dan diastole dominan 60. Hal ini karena sauna (terapi uap) secara tidak langsung berpengaruh terhadap sistem autoimun dan endokrin serta keseimbangan elektrolit. Hubungan adrenalin dan steroid dalam darah merupakan hal penting yang berpengaruh dalam keberhasilan hydroterapi ini. Penelitian di Manado mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan setelah sauna 20 menit (19).

Pada kelompok tanpa *ba'ukup* menunjukan hasil pemeriksaan tekanan darah sistole dominan 90 dan diastole 60. Hal ini juga dianggap normal pada ibu *postpartum* karena pada saat persalinan terjadi perdarahan walaupun dalam kategori perdarahan normal sehingga membuat tekanan darah ibu *postpartum* menjadi rendah. Hal ini didukung oleh penelitian Walyani dan Purwoastuti tentang asuhan kebidanan masa nifas di Yogyakarta

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

pada tahun 2017 yang mengungkapkan setelah partus, tekanan darah dapat sedikit lebih rendah dibandingkan pada saat hamil karena terjadinya perdarahan pada proses persalinan (20).

Kunjungan Nifas 2 (3-7 hari)

Berdasarkan hasil penelitian pemeriksaan kondisi ibu *postpartum* terkait tekanan darah pada kunjungan 2 (3-7hari) pasca persalinan menunjukan terdapat perbedaan pengaruh tekanan darah pada kelompok ibu postpartum yang *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup*. Hal ini karena ibu *postpartum* melaksanaan salah satu perawataan masa nifas yaitu dengan *ba'ukup*. *Ba'ukup* atau mandi uap dengan menggunakan rempah-rempah memiliki beragam manfaat membantu pemulihan kesehatan pasca persalinan salah satunya peredaran darah menjadi lancar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti dkk, 2021 tentang Pengaruh Terapi Spa Dengan Ramuan Dasemon (Daun Serai Lemon) Terhadap Produksi Asi Dan Kualitas Hidup Ibu *Post Partum* yang mengungkapkan kesehatan ibu dapat dipertahankan bahkan ditingkatkan dengan berbagai cara, salah satunya adalah terapi komplementer spa. Spa adalah suatu upaya kesehatan tradisonal dengan pendekatan holistik, berupa perawatan menyeluruh menggunakan kombinasi keterampilan hidroterapi, pijat, aromaterapi, dan ditambahkan pelayanan makanan, minuman sehat, serta olah aktvitas fisik.

Manfaat spa adalah menghilangkan stress pada tubuh dan pikiran. Aliran darah yang menjadi lancar memberikan efek tenang dan membuat tubuh merasa lebih nyaman dan otot-otot tegang menjadi kendur. Manfaat lain yaitu sebagai detoks, karena mengeluarkan racun lewat keringat dan urin, meningkatkan kualitas tidur, dan menghilangkan rasa sakit pada kaki dan tulang belakang serta memanjakan diri sendiri (21). Hasil pengukuran tekanan darah pada kunjungan kedua baik untuk kelompok *ba'ukup* maupun tidak *ba'ukup* menunjukan hasil tekanan darah yang normal untuk tekanan darah sistolik 90-120 dan diastole 60-80. Jika dibandingkan dengan kunjungan pertama pada kelompok *Ba'ukup* maka dapat dilihat perbedaan dengan menunjukan 15 ibu *postpartum* yang tekanan darahnya sudah ≥100 dan 1 ibu *postpartum* masih <100.

Ba'ukup (sauna) dapat membantu melancarkan aliran darah sehingga tekanan darah pun bisa normal hal ini karena ketika berada didalam ruangan yang dikelilingi uap panas akan membuat denyut jantung meningkat dan pembuluh darah pun melebar. Hal ini didukung oleh (Gresty 2017) yang mengungkapkan penyakit tekanan darah tinggi, diantaranya adalah dengan terapi nutrisi, herbal, pijat refleksi, aromaterapi dan terapi rendam kaki dengan air hangat. salah satunya terapi merendam kaki dengan air hangat yang bertemperatur 39 - 40°C. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung serta faktor pembebanan didalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligament yang mempengaruhi sendi tubuh (22).

Sedangkan pada 1 ibu *postpartum* pada kelompok *ba'ukup* yang menunjukan hasil pemeriksaan < 100, merupakan ibu dengan paritas 1 dan usia 23 tahun, dan pada saat pemeriksaan beliau tanpak pucat dan sedikit lemas. Keadaan pucat dan sedikit lemas karena pola tidur sang ibu yang tidak baik, dimana pada malam hari dia terbangun jikalau anaknya menangis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al. 2020) tentang Intervensi Non Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur *Postpartum*" yang mengungkapkan sebagian besar gangguan tidur pada ibu nifas disebabkan karena sering terbangun pada malam hari, kelelahan fisik karena aktivitas mengasuh, menyusui, serta tangisan bayi (23). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Harahap dkk, 2017) tentang "Kualitas Tidur Dan Pola Tidur Sebagai Prediposisi *Postpartum Blues* Pada Primipara" yang mengungkapkan kurang tidur pada ibu nifas akan mengakibatkan kurangnya suplai ASI, memperlambat proses involusi uterus dan menyebabkan ketidakmampuan merawat bayi serta depresi. Selain itu, kurang tidur pada ibu nifas bisa berkembang menjadi insomnias kronis, juga mengakibatkan rasa kantuk disiang hari, mengalami penurunan kognitif, kelelahan dan cepat marah. Kualitas tidur yang buruk berkontribusi terhadap terjadinya *postpartum blues* (24).

Pada kelompok tidak *Ba'ukup* dari hasil pengukuran tekanan darah masih banyak atau 8 ibu postpartum yang tekanan darahnya < 100 dan 8 lainnya ≥ 100 namun belum ada yang menunjukan hasil pemeriksaan tekanan darah 120. hal ini dipengaruh kualitas tidur, dimana ibu sering terbangun pada malam hari dan tidak bisa tidur kembali, selain itu pada siang hari juga beliau tetap memperhatikan anaknya walaupun kebanyakan ibu postpartum dibantu oleh mertua atau orang tuanya, tidur yang tidak berkualitas dapat menyebabkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis. Menurut Potter dan Perry (2011), kebutuhan fisiologis dasar manusia terdiri atas *hygiene*, nutrisi, tidur, kenyamanan, oksigenasi, dan eliminasi. Kebutuhan dasar yang paling mudah terpenuhi adalah kebutuhan tidur (25).

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

Manfaat tidur akan terasa ketika seseorang mencapai tidur yang berkualitas. Kualitas tidur seseorang akan menghasilkan kesegaran dan kebugaran disaat terbangun. Dampak fisiologis yang muncul akibat buruknya kualitas tidur meliputi menurunnya aktivitas sehari-hari, timbul rasa lelah, lemah, kondisi neuromuscular yang buruk, daya tahan tubuh rendah, dan gangguan tanda vital. Selain itu dampak psikologis dari gangguan tidur meliputi rasa tidak nyaman, emosional, stress, depresi, cemas, dan tidak konsentrasi. Penurunan kualitas tidur pada wanita nifas, mengakibatkan tidak terjadinya proses detoksifikasi organ-organ tubuh, terutama pada malam hari. Hal ini menyebabkan kondisi kesehatan ibu nifas menurun, emosional gampang meledak, tidak semangat melakukan aktifitas, menghambat fungsi hormonal, depresi dan stress yang dapat berdampak buruk pada dirinya. Selain itu, stress yang juga dialami oleh ibu nifas akan mempengaruhi produksi ASI (Hani, dkk, 2015 dalam Apriani dkk, 2021) (26).

Kunjungan 3 (8-28 hari)

Berdasarkan hasil penelitian pada kunjungan ke 3 pemeriksaan tekanan darah baik sitolik maupun diastolik menunjukan terdapat perbedaan pengaruh tekanan darah antara kelompok *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup*. Dari hasil pengukuran semua ibu *postpartum* menunjukan hasil tekanan darah yang normal untuk kelompok *Ba'ukup* tekanan darah sistolik 100-120 dan tekanan diastolik 60-80. Jika dilihat dari hasil pemeriksaan tekanan darah kelompok *ba'ukup* memiliki tekanan yang lebih baik, hal ini bisa saja karena manfaat dari ramuan *ba'ukup* yang mengandung khasiat. Bahan yang digunakan dalam ramuan *ba'ukup* yaitu daun kayu putih (*Melaleuca cajuput*), daun cengkih (*Syzygium aromaticum*), serai (*Cymbopogon citratus*), daun jarak (*Jatropha curcas*), daun sirsak (*Annona muricata*), daun pala (*Myristica fragrans*) dan daun pisang kering (*Musa x paradisiaca L*).

Cengkih (*Syzygium aromaticum*) adalah tanaman asli Indonesia yang memiliki bermacam-macam manfaat bagi kesehatan karena kandungan berbagai senyawa kimia. Cengkih kaya akan kandungan senyawa antioksidan dan polifenol. cengkih memiliki aktivitas antioksidan yang juga tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai *Oxidative Radical Absorbance Capacity* (ORAC) sebesar 290283 µmol TE/100 gr cengkih (15). Nilai ORAC ini lebih tinggi dibandingkan sumber antioksidan lain, seperti apel dan tomat yaitu 2589 dan 486 µmol TE/100 gr. *Eugenol*, salah satu jenis antioksidan, merupakan komponen terbesar yang terdapat dalam cengkih yaitu sekitar 72-90% dan diketahui memiliki manfaat menurunkan tekanan darah melalui efek *vasorelaksan* (10). Selain *eugenol*, cengkih mengandung antioksidan lain seperti *βkariofilen* (17,4%), *α-humulene* (2,1%), dan *eugenil asetat* (1,2%) (8-10). Cengkih juga mengandung sejumlah senyawa fitokimia aktif seperti *tanin, triterpenoid, quercetin, farnesol, carvacrol, cinnamaldehyde*, dan *limonen* serta kalium, kalsium, dan magnesium yang berperan dalam menurunkan tekanan darah (27).

Oukup/*ba'ukup* bekerja dengan cara meningkatkan berbagai sistem dalam tubuh mulai dari sistem kekebalan tubuh, persarafan dan ginjal, memperbaiki metabolisme sel dan sistem pencernaan, melancarkan aliran darah, melemaskan ketegangan otot, mengatasi kaku persendian atau rasa sakit, menyegarkan badan dan stamina serta memberikan efek relaksasi (28). Manfaat yang diperoleh tersebut berdasarkan mekanisme termoregulasi, farmakokinetik dan respon imun yang terjadi dalam sistem tubuh baik dari reaksi senyawa daun cengkeh (*Syzygium aromaticum*) serta pala (*Myristica fragrans*) yaitu *eugenol, flavonoid, betacaryophyllene, mirisetin, tanin, alkaloid*, dan *saponin* yang memberikan antimikroba dan antiinflamasi (29).

Sedangkan pada kelompok tanpa *ba'ukup* menunjukan hasil pemeriksaan 90-120 tekanan darah sistolik dan diastole 60-80. Masi ada 4 ibu dengan tekanan darah 90/60 hal ini dipengaruhi pola tidur yang terganggu karena mengurus bayinya, hasil penelitian ini didukung oleh (Sari et al. 2020) tentang "Intervensi Non Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur *Postpartum*" yang mengungkapkan sebagian besar gangguan tidur pada ibu nifas disebabkan karena sering terbangun pada malam hari, kelelahan fisik karena aktivitas mengasuh, menyusui, serta tangisan bayi (23). Hasil studi tersebut selaras dengan penelitian Alfi, dkk (2018) yang menyatakan bahwa kualitas tidur memiliki hubungan yang kuat dengan kondisi tekanan darah pasien, ditunjukkan dengan nilai koefisien kontingensi sebesar 0,649 (30).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menemukan terdapat perbedaan pengaruh tradisi *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* terhadap kondisi kesehatan ibu *postpartum* pada kunjungan 1 (6jam-2 hari) pasca persalinan dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* 0.000 < 0,05. Terdapat perbedaan pengaruh tradisi *ba'ukup* dan tidak *ba'ukup* terhadap kondisi kesehatan

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

ibu *postpartum* pada kunjungan 2 (3-7hari) pasca persalinan dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* 0.000 < 0,05. Terdapat perbedaan pengaruh tradisi *ba'uku*p dan tidak *ba'ukup* terhadap kondisi kesehatan ibu *postpartum* pada kunjungan 3 (8-28 hari) pasca persalinan dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* 0.000 < 0,05.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. 2015. Trends in maternal mortality: 1990 to 2015. Geneva.
2. World Health Organization. 2018. World health statistics : Monitoring health for the SDGs. 2018: 227–249
3. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. "Kondisi Covid-19 Di Indonesia." In Jakarta: Badan Pengembangan dan Pemberdayaan SDM Kesehatan
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil kesehatan Indonesia tahun 2020. Hardhana B, Sibuea F, Widiantini W, editors. Jakarta: Kemenkes RI; 2021:99-100
5. Nurrizka AR, Wahyono TYM. Disparity of Maternal Mortality in Indonesia: Ecological Study with Spatial Analysis. Jurnal MKMI, 2018 Juni Vol (14) No 2.
6. Azizah, N. and Rosyidah, R. (2021) 'Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui', Umsida Press, (0), pp. 1–209. doi: 10.21070/2019/978-602-5914-78-2.
7. Walyani dan Purwoastuti. 2017. Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Yogyakarta
8. Mudatsir, M. (2017). Faktor Budaya Dalam Perawatan Ibu Nifas. Jurnal Ilmu Keperawatan,5(1), 36–49
9. Lesmana, H., Alfianur, A., Utami, P. A., Retnowati, Y., & Darni, D. (2018). Pengobatan tradisional pada masyarakat tidung kota Tarakan: study kualitatif kearifan lokal bidang kesehatan. Medisains, 16(1), 31. https://doi.org/10.30595/medisa ins.v16i1.2161
10. Rahayu, I. S., Mudatsir, & Hasballah, K. (2017). Faktor Budaya Dalam Perawatan Ibu Nifas. Jurnal Ilmu Keperawatan, 5(1), 39.
11. Dinkes Provinsi Maluku, Laporan Kinerja Bidang Kesehatan Masyarakat, Dinas Kesehatan Provinsi Maluku Tahun 2021
12. Asrina, A., Payapo, R., Idris, F. C., Palutturi, S., & Mallongi, A. (2023). Health Behavior and Social Support in Postpartum Mothers Treatment in Ba'ukup Tradition in Maluku. *Pharmacognosy Journal*, *15*(3https://www.researchgate.net/publication/372056221_Health_Behavior_and_Social_Support_in_Postpartum_Mothers_Treatment_in_Ba'ukup_Tradition_in_Maluku
13. Usemahu, kalsum M., Racman, W. A., & Natsir, S. (2013). Perilaku Penggunaan Obat Tradisional Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Desa Kailolo Kabupaten Maluku Tengah Traditional MedicineBehavior onMaternal Postpartum in the Village of Kailolo Central of Maluku Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku FKM Universita. CORE
14. Pattinasarany, G. M., Nusawakan, A. W., & Probowati, H. (2020). Praktik Tradisional Pada Perawatan Masa Nifas. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 5(1), 324.
15. Elza, E. F., Andriyani, R., & Megasari, M. (2023). Pemberian Konseling Pada Ibu Nifas Hari Ke 29-42 Menggunakan ABPK di PMB Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, *3*(1).
16. Rini, S., & D, F. K. (2017). Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice. Yogyakarta: Deepublish.
17. Rengganis, D. (2017). Book Of Sauna : Ungkep Simur Kurung. Yogyakarta.
18. Batubara, R. P., Ervizal, A. M. Z., Hermawan, R. A., & Umanggor, dan R. T. (2017). Nilai Guna SpesiesTumbuhan Dalam Oukup (Mandi Uap) Masyarakat Batak Karo (Use Value Of Plant Spesies ForSteam Bath Oukup , Karo). Media Konservasi, 22(1), 79–86.
19. Stromme SB, Boushel,et al. Cardiovascular and Respiratory Aspects of Exercise Endurance Training. Blackwell Publishing; P 11-173; United Kingdom: 2013.
20. Walyani dan Purwoastuti. 2017. Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Yogyakarta
21. Astuti, M., Nurfurqoni, F. A., & Wahyuni, S. (2021). Pengaruh Terapi SPA dengan Ramuan Dasemon (Daun Serai Lemon) Terhadap Produksi ASI dan Kualitas Hidup Ibu Post Partum. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, *13*(2), 427-435.
22. Gresty N. M. Masi Julia V. Rottie, 2017. Pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di puskesmas bahu manado. ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1, 10 Februari 2017

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

23. Sari, Ratrika, dan Anggorowati Anggorowati. 2020. "Intervensi Non Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Postpartum: Kajian Literatur." Holistic Nursing and Health Science 3(2):59–69. doi: 10.14710/hnhs.3.2.202-0.59-69
24. Harahap, Wahyuni, dan M. G. Adiyanti. 2017. "Kualitas Tidur Dan Pola Tidur Sebagai Prediposisi Postpartum Blues Pada Primipara." Jurnal Kesehatan Reproduksi 4(1):50–55.
25. Potter, A dan Anne G Perry. (2005). Fundamental Keperawatan Buku 1. Jakarta: Salemba Medika..... (2010). Fundamental Keperawatan Buku 2 Edisi 7..Jakarta : Salemba Medika
26. Aprina, A., Rilyani, R., & Parosaliantika, M. (2021). *Pengaruh Postnatal Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Postnatal Di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara* (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarag).
27. Cortés-Rojas DF, Souza CRFd, Oliveira WP. Clove (Syzygium aromaticum): a precious spice. Asian Pac J Trop Biomed. 2014;4(2):90--6.
28. Syahdar, S., Tamalene, M., & Hasan, S. (2019). Bakera: Tradition of medicinal plants utilization for therapy, prevention and recovery of diseases in Jailolo Sultanate custom society, Indonesia. Asian Journal Of Ethnobiology, 2(2), 51–57. https:// doi.org/10.13057/asianjethnobiol/ y020201
29. Abdullah, S. S., Putra, P. P., & Antasionasti, I. (2021). Analisis Sifat Fisikokimia, Farmakokinetik Dan Toksikologi Pada Pericarpium Pala (Myristica Fragransa) Secara Artificial Intelligence. Chemistry Progress, 14(2), 81–92. https://doi.org/10.35799/ cp.14.2.2021.37112
30. Alfi WN, Yuliwar R. 2018. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah PasienHipertensi Di Puskesmas MojolanguKota Malang. Jurnal BerkalaEpidemiologi. 6(1): 25-36

The Author(s). This Open Access article is distributed under a creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license