

Makna Dan Praktik Tradisi Tontholo Dalam Perawatan Ibu Postpartum (Studi Fenomenologi Di Desa Taluduyunu Utara Kabupaten Pohuwato)

Finriati Latip¹, Zuriati Muhamad², Ani Retni³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email: finriatilatip19@gmail.com¹, zuriatimuhamad@umgo.ac.id², aniretni@umgo.ac.id³

Abstrak

Latar Belakang : Meskipun akses layanan kesehatan modern tersedia, keterikatan masyarakat Gorontalo terhadap tradisi Tontholo cukup tinggi karena diyakini sebagai bentuk ritual adat pemulihan fisik dan batin ibu postpartum. Kepercayaan yang kuat ini menunjukkan perlunya eksplorasi mendalam terhadap makna dan praktik tersebut guna mewujudkan pelayanan kesehatan yang peka terhadap budaya lokal. Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi makna, pengalaman, dan praktik tradisi Tontholo dalam perawatan ibu postpartum. Metode : Penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi ini menggunakan teknik snowball sampling untuk memilih 3 orang informan utama (ibu postpartum) dan 6 orang informan kunci di Di Desa Taluduyunu Utara Kabupaten Pohuwato. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi. Analisis data menggunakan teknik tematik. Hasil penelitian : menunjukkan bahwa Tontholo dimaknai subjektif sebagai warisan leluhur yang wajib dijalankan karena bermanfaat secara fisik, dan pelaksanaannya diniatkan sebagai bentuk rasa syukur kepada Allah SWT dan tidak melanggar syariat. Dari perspektif kesehatan, Tontholo dimaknai sebagai metode pemulihan fisik alami yang berfungsi mempercepat involusi uterus, melancarkan sirkulasi darah melalui terapi uap/panas, dan sebagai relaksasi otot pascapersalinan. Pengalaman informan menunjukkan bahwa penggunaan ramuan herbal dalam Tontholo memberikan efek relaksasi yang meningkatkan pemulihan dan menurunkan kecemasan, sehingga berperan dalam pencegahan postpartum blues. Kesimpulan : Tradisi Tontholo merupakan praktik perawatan masa nifas yang mengintegrasikan aspek budaya, spiritualitas, dan kesehatan fisik dan secara klinis, terbukti mendukung pemulihan fisik yang efektif. Saran : Perlu adanya sinergi antara tenaga kesehatan dan praktisi tradisional untuk memastikan keamanan bahan ramuan tanpa menghilangkan unsur budaya dan tradisi adat Gorontalo.

Kata kunci : Budaya, Nifas, Postpartum, Tontholo, Tradisi.

Abstract

Background: Despite the availability of modern health services, the Gorontalo community's attachment to the Tontholo tradition is quite strong because it is believed to be a form of traditional ritual for the physical and spiritual recovery of postpartum mothers. This strong belief indicates the need for in-depth exploration of the meaning and practice in order to realize health services that are sensitive to local culture. Objective: This study aims to explore the meaning, experience, and practice of the Tontholo tradition in postpartum maternal care. Method: This qualitative study with a phenomenological approach used a snowball sampling technique to select 3 main informants (postpartum mothers) and 6 key informants in Taluduyunu Utara Village, Pohuwato Regency. Data collection was carried out through in-depth interviews, observations, and documentation studies. Data analysis used thematic techniques. Results of the study: showed that Tontholo is subjectively interpreted as an ancestral heritage that must be carried out because it is physically beneficial, and its implementation is intended as a form of gratitude to Allah SWT and does not violate sharia. From a health perspective, Tontholo is interpreted as a natural physical recovery method that functions to accelerate uterine involution, improve blood circulation through steam/heat therapy, and as a postpartum muscle relaxant. Informants' experiences indicate that the use of herbal concoctions in Tontholo provides a relaxing effect that enhances recovery and reduces anxiety, thus playing a role in preventing postpartum blues. Conclusion: The Tontholo tradition is a postpartum care practice that integrates aspects of culture, spirituality, and physical health and has been clinically proven to support effective physical recovery. Recommendation: Synergy is needed between health workers and traditional practitioners to ensure the safety of herbal ingredients without eliminating elements of Gorontalo culture and traditions.

Keywords: Culture, Postpartum, Postpartum, Tontholo, Tradition.

1. PENDAHULUAN

Postpartum, periode yang paling penting setelah melahirkan, adalah ketika ibu memerlukan perhatian dan rasa nyaman untuk proses involusi secara fisik dan psikis. Jika ibu tidak siap secara fisik, psikis, mental, atau spiritual, hal itu dapat menyebabkan postpartum yang tidak normal atau bahkan kematian (Pattinasarany et al., 2020). Proses involusi dan laktasi yang berhasil adalah parameter kesuksesan postpartum. Faktor risiko involusi dan laktasi sangat besar. Beberapa faktor termasuk mobilitas, nutrisi, laktasi, lingkungan, budaya, dan keluarga. Pijat pasca persalinan, pijat oksitosin, dan pijat nifas adalah beberapa cara untuk memastikan proses tersebut berjalan lancar. (Pattinasarany et al., 2020).

Menurut World Health Organization (WHO, 2023), jumlah ibu yang baru melahirkan di seluruh dunia pada tahun 2022 meningkat. sekitar 15 juta pertahun dengan cakupan kunjungan ibu postpartum sebanyak 57,06% dan yang mengalami komplikasi pada masa postpartum karena kurangnya perawatan postpartum sebesar 11%.

Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi isu cakupan kunjungan nifas di Indonesia umumnya menunjukkan tren positif dengan peningkatan signifikan setiap tahunnya, mencapai sekitar 90% pada tahun 2022, namun isu utama tetap pada ketidaklengkapan kunjungan (KF lengkap) dan faktor-faktor seperti jarak ke fasilitas kesehatan yang menghambat optimalisasi cakupan, serta risiko komplikasi dan kesakitan ibu yang masih tinggi dan adanya variasi praktik budaya yang telah diluhurkan dari nenek moyang terdahulu ikut mempengaruhi praktik perawatan ibu nifas dan bayi baru lahir. Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia (2023), tahun 2024 diproyeksikan mencapai sekitar 5,3 juta orang, dengan rata-rata 442.148 ibu per bulan. Jumlah ibu postpartum dihitung dari ibu yang telah melahirkan, sehingga angkanya akan berfluktuasi dan sebagian merupakan bagian dari angka kelahiran yang terjadi pada tahun tersebut.

Faktor-faktor yang berbeda memengaruhi upaya yang dilakukan masyarakat pasca melahirkan, salah satunya adalah faktor budaya: masyarakat menggunakan praktik kesehatan tradisional. Budaya dan tradisi tradisional yang dilakukan dalam perawatan nifas sudah dilakukan diturunkan dari generasi ke generasi oleh masyarakat atau kelompok budaya, yang mencakup perawatan fisik dan mental ibu setelah melahirkan melalui berbagai tindakan (Marwati & Amidi, 2022).

Praktik budaya dan tradisi dalam perawatan nifas di Gorontalo sendiri dikenal dengan "Tontholo", sebuah kebiasaan Gorontalo yang dilakukan oleh Hulango, atau dukun beranak, pada ibu hamil mulai dari Mohepo (memijat) menggunakan minyak kelapa kemudian Molihu (mandi) dengan air hangat menggabungkan rempah dan daun, dilanjutkan dengan Molapo (ratus vagina), dan ditutup dengan menyediakan makanan Gorontalo khas seperti kuah asam jantung pisang dan ikan gabus. Tontholo biasa dilakukan pada ibu dihari ke-8 postpartum, hal ini dimaksudkan dimana pada hari ke-8 pasca persalinan masih termasuk dalam Postpartum awal, di mana pemulihan organ reproduksi dan kesehatan ibu terus berlanjut (Claudia, dkk, 2021).

Selain ibu postpartum, tradisi harus dipahami oleh tokoh adat dan agama karena mereka adalah penjaga, penafsir, dan penyebar nilai-nilai luhur dalam tradisi, berperan sebagai jembatan penghubung antara masyarakat dan warisan nenek moyang, serta memastikan bahwa tradisi tetap relevan dan harmonis dengan nilai-nilai agama dan kebutuhan zaman. Pemahaman yang benar dari kedua tokoh ini krusial untuk melestarikan identitas budaya dan mengajarkan nilai-nilai positif kepada generasi berikutnya (Marwati & Amidi, 2022).

Penelitian Claudia et al. (2021) menemukan bahwa budaya tontholo memengaruhi involusi dan laktasi ibu pascapartum. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Pattinasarany et al. (2020) mengemukakan bahwa paham praktik tradisional ibu nifas yang dijalankan di Desa Dirung Bakung Provinsi Kalimantan Tengah dimana masyarakat Dayak menggunakan air hangat yang dicampur dengan 4 jenis tanaman. Dari hasil wawancara dengan seluruh partisipan

disimpulkan bahwa perawatan tradisional ini membuat tubuh ibu nifas menjadi lebih kuat, tidak lemas dan bisa segera beraktifitas Selain itu, dalam literatur review yang dilakukan oleh Aprilia, dkk (2023) tentang Perawatan Tradisional Indonesia bagi Ibu pada Postpartum memberikan gambaran bahwa praktik kesehatan tradisional yang diwariskan turun temurun oleh masyarakat di Kota Tegal, Aceh, Banjar, Jayapura, Talengan dan Buton Utara memiliki alasan dan tujuan yang sama yakni pemulihan kondisi segera bagi ibu nifas.

Seiring berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi budaya tradisional seringkali dihilangkan karena masyarakat sekarang lebih memilih perawatan modern seperti salon dan terapi. Ini membutuhkan banyak pengeluaran biaya dan tidak semua kalangan masyarakat dengan ekonomi rendah mampu untuk melakukan perawatan modern tersebut. Oleh sebab itu, kita sebagai generasi muda bisa memanfaatkan kembali budaya Tontholo karena perawatan ini lebih mudah untuk dijangkau dan biayanya lebih murah daripada obat modern, membuatnya lebih terjangkau bagi umum. Indikator tambahan adalah bahan yang digunakan mudah ditemukan di lingkungan, proses pembuatan dan peralatan yang digunakan lebih sederhana, dan penggunaan bahan kimia mengurangi dampak negatif. (Marwati & Amidi, 2018).

Menurut survei awal peneliti di Desa Tadulunu Utara Kabupaten Pohuwato, didapatkan peningkatan jumlah ibu postpartum selama dua tahun terakhir, dimana pada tahun 2024 sejumlah 26 orang dan tahun 2025 sejumlah 32 orang, dengan rata – rata usia postpartum berada pada rentan usia dewasa awal atau 25 tahun sampai dengan dewasa akhir 45 tahun.

Berdasarkan hasil wawancara yang di lakukan oleh peneliti pada 5 ibu Desa Tadulunu Utara Kabupaten Pohuwato, 3 mengatakan bahwa tidak lagi melakukan perawatan nifas tradisional tontholo, hal ini dikarenakan saat setelah persalian terdapat komplikasi postpartum yang tidak memungkinkan ibu untuk dilakukan mandi serta pijat dibagian tertentu, seperti komplikasi robekan jalan lahir, dan menjaga jahitan pasca operasi caesar, 1 lainnya mengatakan pelaksanaan tontholo tidak memiliki bukti ilmiah membantu pemulihan pasca partum sehingga lebih memilih untuk mengunjungi klinik maupun puskesmas terdekat untuk melakukan perawatan serta pemulihan postpartum, pada 1 orang lainnya mengatakan melakukan tradisi tontholo namun ada beberapa modifikasi pelaksanaan tontholo dimana ibu mandi air hangat saja dengan tidak menggunakan bahan campuran seperti daun dan rempah, melewati bagian pelaksanaan malopo atau uap vagina menggunakan tempat bara (polotube).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi. Studi fenomenologi bertujuan untuk mengetahui dunia dari sudut pandang orang yang mengalaminya secara langsung atau terkait dengan sifat alami pengalaman manusia. Ilmu ini menggambarkan apa yang diterima, dirasakan, dan diketahui oleh seseorang melalui kesadaran dan pengalaman langsung mereka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1) Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Taluduyunu Utara adalah sebuah desa yang terletak di Kecamatan Buntulia, Kabupaten Pohuwato, Provinsi Gorontalo, Indonesia. Desa ini memiliki area persawahan yang luas. Baru-baru ini, terdapat program normalisasi saluran irigasi untuk mendukung pengairan ribuan hektar sawah di wilayah Taluduyunu. Desa Taluduyunu utara memiliki batasan administrasi sebagai berikut : Sebelah Utara berbatasan dengan desa Karya Indah, Sebelah Timur berbatasan dengan desa Bulangita, Sebelah Selatan berbatasan dengan desa Balayo, Sebelah selatan berbatasan dengan desa Taluduyunu. Berdasarkan data profil desa, visi dan misi Desa Taluduyunu Utara, Kecamatan Buntulia, Kabupaten Pohuwato, umumnya difokuskan pada peningkatan tata kelola pemerintahan yang transparan, pemberdayaan ekonomi masyarakat, dan pembangunan

infrastruktur desa yang berkelanjutan. Fokus utamanya mencakup sektor pertanian dan peningkatan kesejahteraan warga, sejalan dengan dukungan sarana irigasi, dengan visi “Menciptakan Desa Taluduyunu Utara yang mandiri, sejahtera, dan berkarakter” dan misi diantaranya meningkatkan pelayanan publik yang cepat dan transparan, mengembangkan potensi pertanian dan ekonomi desa, serta membangun infrastruktur desa yang merata.

2) Hasil Penelitian Berdasarkan Karakteristik Informan

Peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang dilaksanakan di Desa Taluduyunu Utara yang merupakan sebuah desa di Kecamatan Buntulia, Kabupaten Pohuwato, Provinsi Gorontalo. Peneliti melakukan penelitian pada partisipan sejumlah 3 orang ibu postpartum yang merupakan informan utama, dan terdapat beberapa informan kunci diantaranya 1 orang bidan desa, 1 orang tokoh masyarakat, 1 orang tokoh adat, 2 orang tokoh agama, dan 1 orang kepala desa. Di desa Taluduyunu Utara Kabupaten Pohuwato, dimana Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah snowball sampling. snowball sampling dipilih atau ditentukan berdasarkan informasi dari responden sebelumnya. Berikut Karakteristik informan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Informan Utama (Ibu Post Partum)

NO	Insial	Usia (Tahun)	Pendidikan	Pekerjaan
1	Ny. A (IU1)	34	SMA	IRT
2	Ny. S (IU2)	32	SMA	IRT
3	Ny. I (IU3)	35	S1	Wiraswasta

Tabel 2. Karakteristik Informan Kunci (Bidan Desa, Tokoh Masyarakat, Tokoh Adat, Tokoh Agama, Kepala Desa)

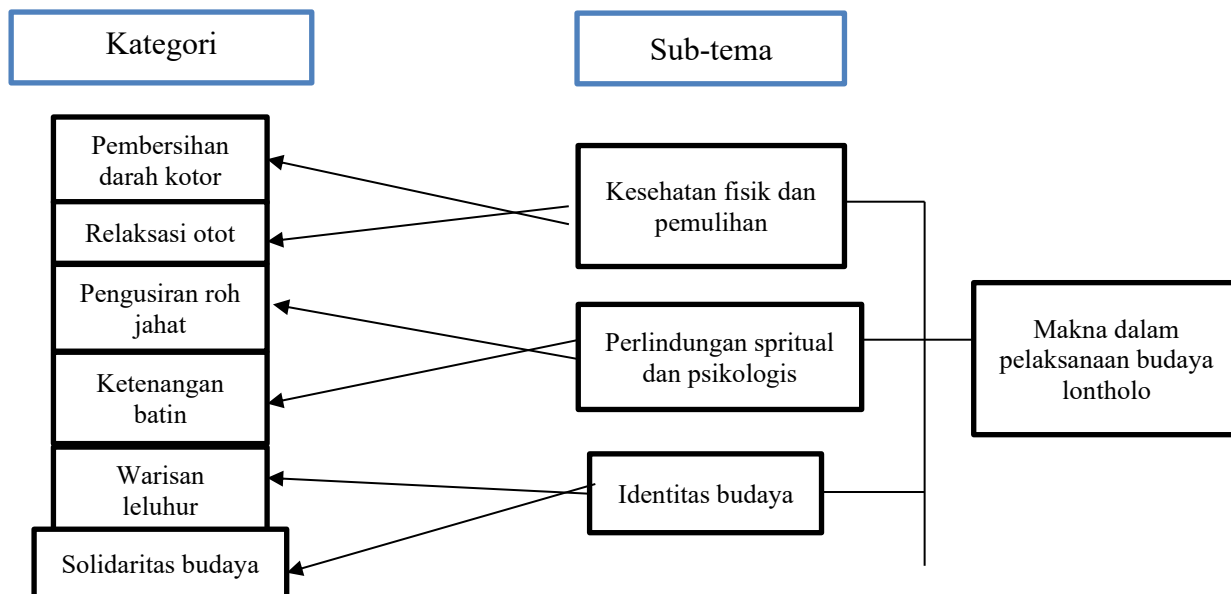
No	Insial	Usia	Jabatan	Lama Bekerja	Pendidikan
1.	Ny R. (IK1)	38	Bidan desa taluduyunu utara	5 tahun 6 bulan	DIII
2.	Tn. A(IK2)	33	Tokoh Masyarakat	2 tahun 4 bulan	SMA
3.	Tn R(IK3)	39	Tokoh adat	5 tahun	SMA
4.	Tn. K(IK4)	34	Tokoh agama	5 tahun	SMA
5.	Tn. Y(IK5)	32	Tokoh agama	8 tahun	S1
6.	Tn. Y(IK6)	42	Kepala desa	4 tahun 3 bulan	S1

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa informan berada pada rata – rata usia > 30 tahun – 45 Tahun (Dewasa Akhir) dengan mayoritas pendidikan adalah SMA sejumlah 5 orang, S1 Sejumlah 3 orang dan DIII kebidanan sejumlah 1 orang. Pada status pekerjaan, rata – rata bekerja sebagai swasta dan wiraswasta masing – masing sejumlah 2 orang, IRT sejumlah 2 orang, dan Bidan, PNS dan kepala desa masing – masing sejumlah 1 orang.

3) Analisis Tematik

Analisa tematik menjelaskan secara dini berbagai tema yang teridentifikasi dari hasil pengumpulan data. Dalam penelitian ini teridentifikasi beberapa tema yang menggambarkan makna dan praktik perawatan tontholo di Desa Taluduyunu Utara, diantaranya makna, nilai kesehatan, nilai agama, serta peran tenaga kesehatan dan tokoh adat dalam mempertahankan tradisi tontholo.

a) Makna yang berkaitan dengan pengalaman Ibu Post Partum dalam pelaksanaan tontholo.



Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tiga informan utama dan enam informan kunci diperoleh hasil bahwa terdapat berbagai makna yang ditafsirkan dalam pengalaman ibu post partum melakukan tradisi tontholo diantaranya adalah yang memaknai bahwa tradisi tontholo sebagai kesehatan fisik dan pemulihan tubuh pasca post partum, perlindungan spiritual dan psikologis serta merupakan identitas budaya secara turun – temurun.

Sebagian informan utama mengungkapkan bahwa makna dalam pelaksanaan adat tontholo, adalah identitas budaya yang merupakan warisan leluhur secara turun – temurun, sehingga hal ini wajib dilakukan. Hal ini tergambar dari pernyataan beberapa informan berikut:

“Perawatan ini saya so lakukan turun – temurun dari masih saya pe nene kamari” (Perawatan ini sudah saya lakukan turun-temurun dari sejak zaman nenek saya dulu) (IU1)

“setelah bersalin kurang lebih 1 minggu bagitu so adat di keluarga molakukan tradisi tontholo ini” (Setelah melahirkan kurang lebih satu minggu, sudah menjadi adat di keluarga saya untuk melakukan tradisi tontholo ini) (IU2)

“tradisi tontholo ini tidak bisa dihilangkan pa saya pe keluarga, karena tradisi wajib yang harus mo iko setelah bersalin” (Tradisi Tontholo ini tidak bisa dihilangkan di keluarga saya, karena ini merupakan tradisi wajib yang harus diikuti setelah melahirkan) (IU3)

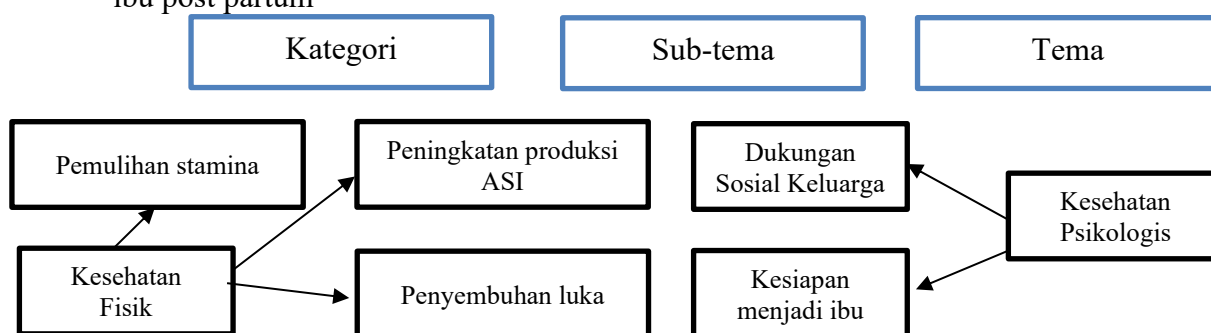
Informan kunci juga memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa ibu post partum yang melaksanakan tradisi ini rata – rata dikarenakan tradisi tontholo sudah dilakukan dan kepercayaan turun – temurun.

“ Tradisi tontholo ini dorang so lakukan turun -temurun diwariskan dari dorang pe keluarga sebelumnya ke keluarganya selanjutnya, tanpa adanya intervensi dari pihak manapun (Tradisi Tontholo ini sudah mereka lakukan secara turun-temurun, diwariskan dari keluarga sebelumnya ke keluarga selanjutnya, tanpa adanya campur tangan dari pihak mana pun) (IK4)”
 48

“Pelaksanaan tontholo ini dilakukan secara turun – temurun dan sukarela oleh beberapa ibu pasca bersalin yang so kental sekali dengan budaya ini, ini juga selalu dorang lakukan untuk penghormatan kepada leluhur sebelumnya (Pelaksanaan Tontholo ini dilakukan secara turun-temurun dan sukarela oleh beberapa ibu pasca-melahirkan yang sudah sangat kental dengan budaya ini; hal ini juga selalu mereka lakukan sebagai bentuk penghormatan kepada para leluhur terdahulu) (IK5)

Selain karena tradisi tontholo merupakan tradisi turun – temurun, terdapat juga informan yang menyebutkan bahwa tontholo merupakan solidaritas budaya “ Kalau torang biasa menganggap tradisi tontholo ini kayak momen untuk mempererat tali silaturahmi antara keluarga yang menyelenggarakan dan tetangga yang datang ba bantu - bantu, baru kalau pelaksanaan tontholo ini depe huyula kantal skali, jadi warga sekitar itu data secara sukarela membantu dalam persiapan tempat, konsumsi, sampe prosesi acara tanpa mengharapkan imbalan materi (Kami biasanya menganggap tradisi Tontholo ini sebagai momen untuk mempererat tali silaturahmi antara keluarga penyelenggara dan tetangga yang datang membantu. Selain itu, dalam pelaksanaan Tontholo ini, semangat gotong royongnya sangat kental; warga sekitar datang secara sukarela untuk membantu persiapan tempat, konsumsi, hingga prosesi acara tanpa mengharapkan imbalan materi) (IK2)”

b) Nilai Kesehatan yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tontholo dalam perawatan ibu post partum



Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tiga informan utama dan enam informan kunci diperoleh hasil bahwa terdapat berbagai nilai kesehatan yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu postpartum, yang dilihat dari sudut pandang manfaat secara fisik dan psikologis pada ibu post partum. Informan utama mengungkapkan nilai kesehatan dalam pelaksanaan adat tontholo, dapat memulihkan stamina. Hal ini tergambar dari pernyataan beberapa informan berikut.

“setelah prosesi tontholo selesai, saya rasa enteng skali badan, macam segar begitu”(Setelah prosesi Tontholo selesai, badan saya terasa sangat ringan dan segar sekali) (IU1)

“ya, dapa rasa pulih kembali tenaga, tidak lemas seperti sebelumnya, baru saya pe nyeri olo berkurang, tubuh jadi rileks, pokonya somo enak kasana saya mo ba aktivitas setelah itu”(Ya, tenaga saya terasa pulih kembali dan tidak lemas seperti sebelumnya. Selain itu, rasa nyeri saya pun berkurang dan tubuh menjadi rileks. Pokoknya, setelah itu saya merasa jauh lebih nyaman untuk kembali beraktivitas)(IU2)

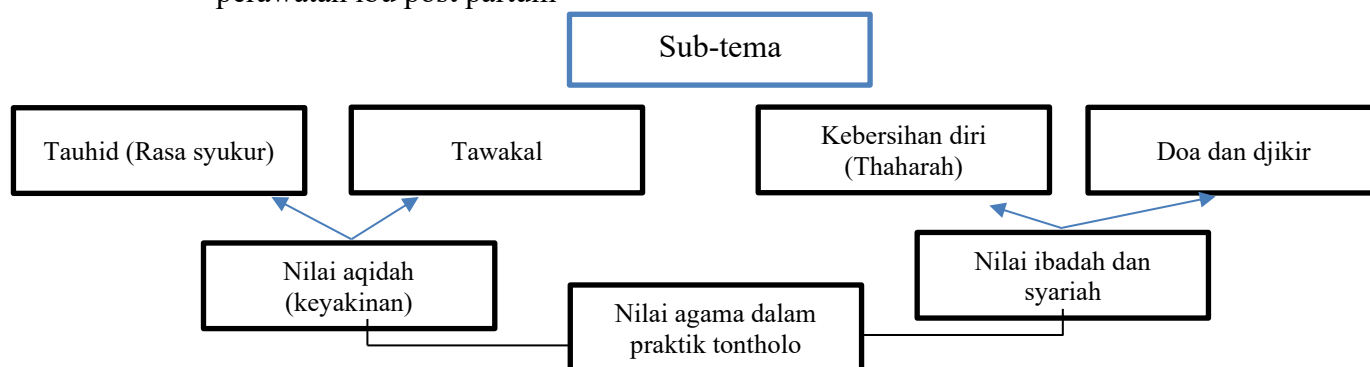
“tontholo itu kan dia kase pijat, baru saya pe nyeri berkurang, saya pe tenaga kembali bugar, baru saya so tidak banyak mengeluh saki”(Karena Tontholo itu mencakup pemijatan, rasa nyeri saya berkurang dan tenaga saya kembali bugar dan dsaya pun sudah tidak banyak mengeluh sakit lagi) (IU3)

Informan kunci juga memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa tradisi tontholo dapat memulihkan stamina pada ibu pasca bersalin. “Saat melakukan tradisi tontholo itu ada yang namanya mohepo atau pemijatan dengan minyak kelapa nah itu dia lakukan pijat dari punggung hingga kaki untuk merelaksasi otot yang menegang selama persalinan dan memperlancar sirkulasi darah, selain itu pada saat proses selanjutnya molihu dia kase mandi dengan air hangat, itu juga salah satu terapi yang dapat meningkatkan stamina maupun energi ibu (IK1)

“ya, tontholo ini memang banya sekali depe manfaat, tapi selalu yang paling sering saya lia ba efek itu dorang pe kondisi umum setelah prosesi lebih semangat deng bugar bagitu, intinya dapa lia fresh (Ya, tradisi Tontholo ini memang memiliki banyak sekali manfaat, tetapi yang paling sering saya perhatikan pengaruhnya adalah kondisi umum mereka setelah prosesi menjadi lebih bersemangat dan bugar; intinya, mereka terlihat segar kembali) (IK2)

Selain itu terdapat beberapa informan yang merasakan nilai kesehatan dari segi peningkatan produksi ASI dan penyembuhan luka yang lebih cepat setelah pelaksanaan tradisi tontholo “sebelumnya saya pe ASI susah keluar, baru besoknya saat setelah saya lewati kasana itu tontholo, saya pe ASI lancar sekali keluar, saya pe toto tidak nyeri lagi” (Sebelumnya ASI saya susah keluar, tetapi keesokan harinya setelah saya menjalani prosesi Tontholo itu, ASI saya keluar dengan sangat lancar dan payudara saya tidak terasa nyeri lagi) (IU2) “biasa saya yang saya pe ASI keluar sasadiki, ini so jadi banya deng lancar”(Biasanya ASI saya hanya keluar sedikit-sedikit, sekarang sudah menjadi banyak dan lancar) (IU3).

c) Nilai agama yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu post partum



Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tiga informan utama dan enam informan kunci diperoleh hasil bahwa terdapat berbagai nilai agama yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu postpartum, yang dilihat dari sudut pandang nilai keyakinan dan nilai ibadah dan syariah Informan utama mengungkapkan nilai agama dalam pelaksanaan adat tontholo, berkaitan dengan keyakinan agamanya yaitu islam yang selalu menganjurkan untuk melakukan hal tauhid atau bersyukur serta bertawakal kepadanya. Hal ini tergambar dari pernyataan beberapa informan berikut.

“ya, pada saat saya melakukan prosesi tontholo banyak ayat – ayat alquran yang ada baca, semata – mata ini bagi saya dan keluarga untuk mengucapkan rasa syukur memohon kesehatan dan keselamatan hanya kepada Allah SWT (Ya, pada saat saya menjalani prosesi Tontholo, banyak ayat Al-Qur'an yang dibacakan. Bagi saya dan keluarga, hal ini semata-mata dilakukan untuk mengucapkan rasa syukur serta memohon kesehatan dan keselamatan hanya kepada Allah SWT)(IU1)”

“tontholo ini bagi saya juga salah satu proses tawakal berserah kepada Allah SWT untuk saya pe bayi dengan saya pe kesehatan (Bagi saya, Tontholo ini juga merupakan salah satu proses tawakal dan berserah diri kepada Allah SWT demi kesehatan saya dan bayi saya)(IU3)”

“salah satu jalan saya ba ikhtiar dengan melakukan ini tontholo, selanjutnya saya pasrahkan saya pe kondisi pa Allah SWT (Melakukan tradisi Tontholo ini adalah salah satu jalan saya untuk berikhtiar, selanjutnya saya pasrahkan kondisi saya kepada Allah SWT)(IU2)”

Temuan ini, didukung oleh pernyataan informan kunci bahwa tradisi tontholo merupakan wujud dari rasa syukur serta tawakal kepada Allah SWT. ”tontholo kalau dari sudut pandang agama, itu tradisi yang dilakukan dengan adat yang puncaknya pada Syara', Syara' Berpuncak pada Kitabullah" dimana ini tontholo bisa dikatakan sebagai ibadah dan penyerahan

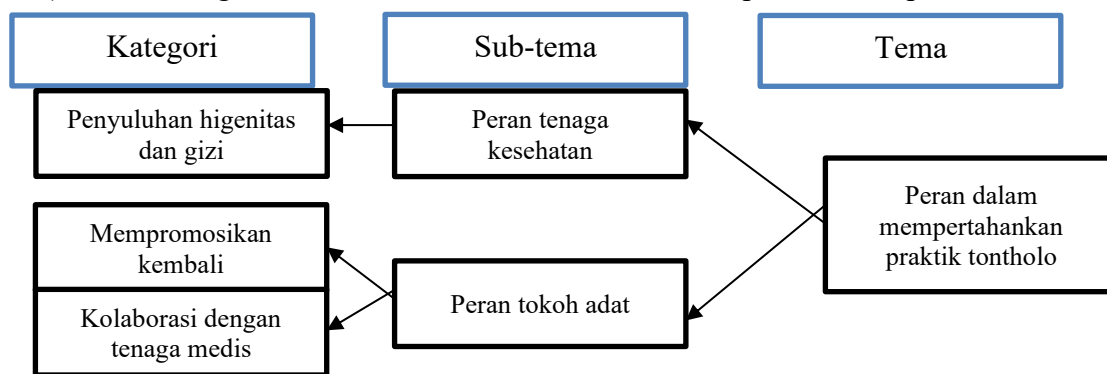
diri oleh si yang melakukannya atau meyakinkannya, kalau dalam konteks tauhid berarti mensyukuri nikmat adalah kewajiban yang dapat menambah keberkahan dalam hidup. (IK4)

“Islam kan mengajarkan bahwa tawakal harus didahului oleh usaha. Tontholo adalah upaya manusiawi (ikhtiar) untuk memulihkan 60 kesehatan ibu menggunakan bahan alami ciptaan Allah. Dengan merawat tubuh, sang ibu sedang menjalankan amanah untuk menjaga kesehatan pascapersalinan, setelah itu ini tradisi mo tutup dengan doa selamat, yang menegaskan bahwa selayaknya torang manusia hanya berencana, namun hasil akhirnya diserahkan sepenuhnya kepada Allah SWT (Islam mengajarkan bahwa tawakal harus didahului oleh usaha. Tontholo adalah upaya manusiawi (ikhtiar) untuk memulihkan kesehatan ibu menggunakan bahanbahan alami ciptaan Allah. Dengan merawat tubuh, sang ibu sedang menjalankan amanah untuk menjaga kesehatan pascamelahirkan. Setelah itu, tradisi ini ditutup dengan doa selamat, yang menegaskan bahwa selayaknya kita sebagai manusia hanya bisa berencana, namun hasil akhirnya diserahkan sepenuhnya kepada Allah SWT) (IK5)

Selain itu terdapat informan yang menyatakan bahwa tradisi tontholo merupakan salah satu usaha untuk meningkatkan ibadah serta menjaga kebersihan pasca bersalin ”selama masa nifas torang tidak bisa sholat maupun mengaji, tapi saat pelaksanaan tontholo ini torang malah dianjurkan untuk ikut melafazkan surah – surah dan doa keselamatan yang depe hulango ada baca saat bakase mandi dengan ba pijat seluruh badan”(Selama masa nifas kami tidak diperbolehkan salat maupun mengaji, tetapi saat pelaksanaan Tontholo ini kami justru dianjurkan untuk ikut melafazkan surah-surah dan doa keselamatan yang dibacakan oleh bidan kampung saat memandikan dan memijat seluruh badan)(IU1)

“kalau dalam islam kan torang selalu dianjurkan untuk menjaga kebersihan diri dalam kondisi apapun, pokonya kalau tontholo ini dia ba kase bersih skali badan dari mulai pijat, mandi, sampe mo bakera (Dalam ajaran Islam, kita selalu dianjurkan untuk menjaga kebersihan diri dalam kondisi apa pun. Intinya, tradisi Tontholo ini benar-benar membersihkan seluruh badan, mulai dari proses pemijatan, mandi, hingga prosesi bakera (penguapan badan) (IU2)

d) Peran tenaga Kesehatan dan tokoh adat dalam mempertahankan praktik tontholo



Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tenaga kesehatan dalam hal ini informan utama dan kunci yaitu bidan dan dua tokoh agama untuk menilai bagaimana perannya dalam mempertahankan adat dan tradisi tontholo dapat dilihat pada hasil wawancara dibawah ini. “saat saya ba iko posyandu kehamilan, dpe bidan jaga ba sarankan untuk melakukan tontholo karena banyak sekali depe manfaat untuk kebersihan, baru disitu juga disarankan mo makan ikan gabus tinggi protein sama pisang yang bakase cepat luka mo sembuh” ”(Saat saya 63 mengikuti Posyandu kehamilan, bidannya selalu menyarankan untuk melakukan Tontholo karena banyak sekali manfaatnya untuk kebersihan. Selain itu, disarankan juga untuk mengonsumsi ikan gabus yang tinggi protein serta pisang agar luka cepat sembuh) (IU1)

“saya ini tiap dorang mo datang akan dirumah, selalu disarankan mo beken kasana itu tradisi, karena bagus sekali untuk kebersihan dengan saya pe kebutuhan nutrisi katanya (Setiap kali mereka datang ke rumah, saya selalu disarankan untuk menjalankan tradisi tersebut, karena katanya sangat bagus untuk kebersihan dan kebutuhan nutrisi saya) (IU3)

Hasil diatas, didukung oleh temuan dimana informan kunci yaitu bidan memper adat dan tradisi tontholo dengan memberikan edukasi maupun konseling dalam bentuk penyuluhan higienitas dan gizi dalam tradisi tontholo. “Menurut saya, tradisi tersebut sebenarnya tidak apa-apa untuk dilakukan, selama tidak membahayakan kondisi ibu. Namun, pelaksanaannya tetap harus memperhatikan aspek kesehatan dan keselamatan ibu, agar tidak menimbulkan dampak negatif. pelestarian tradisi ini sudah dilakukan dari segi pemberian edukasi atau penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan pasca melahirkan serta meningkatkan gizi dengan mengonsumsi makanan yang mengandung protein tinggi salah satunya ikan gabus agar supaya menyembuhkan luka episiotomi lebih cepat” (IK1)

Selanjutnya, peran tokoh adat dalam melestarikan tradisi tontholo dengan melestarikan lewat mempromosikan kembali tradisi tontholo kepada masyarakat serta kolaborasi dengan tenaga medis “Jadi untuk mempertahankan budaya ini kami para tokoh adat sepakat untuk selalu mempromosikan tradisi tontholo ini sebagai salah satu tradisi simbol penghormatan terhadap peran ibu khususnya setelah 64 melahirkan, identitas unik warga gorontalo yang memegang teguh slogan “adat bersendikan syara dan syara bersendikan kitabullah” dimana adat tontholo ini berjalan selaras dengan anjuran dalam agama mayoritas di gorontalo yaitu islam, sehingga perlu untuk dilestarikan, selain itu kolaborasi dengan bidan untuk memperluas cakupan edukasi tentang pentingnya tradisi tontholo pada ibu hamil juga sudah dilakukan”(IK3)

Pembahasan

1) Makna yang berkaitan dengan pengalaman Ibu Post Partum dalam pelaksanaan tontholo.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tiga informan utama dan enam informan kunci diperoleh hasil bahwa terdapat berbagai makna yang ditafsirkan dalam pengalaman ibu post partum melakukan tradisi tontholo diantaranya adalah yang memaknai bahwa tradisi tontholo sebagai kesehatahan fisik dan pemulihan tubuh pasca post partum, perlindungan spiritual dan psikologis serta merupakan identitas budaya secara turun – temurun, dimana sebagian informan utama mengungkapkan bahwa makna dalam pelaksanaan adat tontholo, adalah warisan leluhur secara turun – temurun, sehingga hal ini wajib dilakukan.

Temuan ini sejalan dengan (Claudia, dkk, 2021) yang menyatakan bahwa Tradisi Tontholo bagi masyarakat Gorontalo bukan sekadar teknik pengobatan, melainkan warisan filosofis yang mengandung makna mendalam tentang pemuliaan sosok ibu. Selain itu tontholo secara turun temurun diyakini memiliki cara mandiri untuk meningkatkan penyembuhan fisik dan psikologi ibu. Selain karena tradisi tontholo merupakan tradisi turun – temurun, terdapat juga informan yang menyebutkan bahwa tontholo merupakan solidaritas budaya.

Budaya Tontholo dikenal oleh masyarakat Gorontalo. Tontholo dianggap sakral dan penting untuk dilakukan karena dalam tradisi Gorontalo, ketika ibu melahirkan, semua kekuatan stamina harus dikembalikan dengan cara tontholo atau pemulihan yang terjadi harus bersifat berkelanjutan sampai ibu mengalami pemulihan sepenuhnya. Hulango, yang dikenal sebagai dukun beranak, serangkaian ritual tontholo yang dapat meningkatkan penyembuhan fisik dan psikologis ibu post partum seperti dengan pijat (mohepo) dimana seorang ibu mungkin mengalami ketidaknyamanan karena kelelahan dan kelelahan selama masa nifas, sehingga tres dapat menyebabkan proses menyusui yang tidak optimal karena ketidaknyamanan ini. (Marwati & Amidi, 2022).

Pada tahap selanjutnya ibu dimandikan dengan dengan air hangat. sehingga dapat meningkatkan pemulihan dimana sirkulasi darah lancar karena terjadi vasodilatasi pembuluh darah dengan mandi dengan air hangat. darah dan sebagai perbaikan mood karena pelepasan hormone endorphin, untuk membuat ibu lebih santai dan nyaman, kemudian penggunaan daun dan rempah. Dalam budaya tontholo, air yang digunakan ibu untuk mandi terdiri dari campuran berbagai jenis daun (tanaman adat) seperti daun bintalo (jarak/belacai), dimaksudkan untuk dapat mengeringkan luka yang berada pada bagian perineum yang memiliki kandungan fenol, alkaloid, dan saponin dan terbukti secara klinis (Rachmayati, 2023).

Selain itu, terdapat beberapa informan yang memaknai tradisi tontholo sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan fisik dan membersihkan sisa darah nifas (darah kotor). Sejalan dengan pendapat yang mengemukakan bahwa tradisi membersihkan "darah kotor" (lokhia) pada masa nifas merupakan bagian dari kearifan lokal di berbagai daerah di Indonesia yang sering kali diteliti dari sudut pandang kesehatan dan antropologi. Dalam konteks medis, darah nifas sebenarnya akan bersih secara alami dalam waktu 4–6 minggu. Namun, secara kultural, masyarakat sering melakukan praktik tertentu untuk mempercepat proses ini atau memastikan tubuh ibu benar-benar "bersih", dimana tradisi tontholo merupakan praktik perawatan nifas tradisional asal Gorontalo yang dipercaya masyarakat setempat dapat membantu membersihkan "darah kotor" (lokhia) dan mempercepat pemulihan ibu setelah melahirkan.

Secara klinis, tradisi Tontholo dapat membantu "membersihkan" lokhia (darah nifas) berkaitan erat dengan penggunaan tanaman obat yang memiliki sifat Uterotonika dan Emmenagogue. Pembersihan lokhia sangat bergantung pada proses involusi uteri (pengerutan rahim), dimana beberapa rempah yang sering digunakan dalam perawatan pasca-melahirkan (seperti jenis rimpang-rimpangan atau daun-daunan tertentu) mengandung senyawa yang bersifat uterotonika dalam artian senyawa ini merangsang otot polos rahim (miometrium) untuk berkontraksi dan berdampak pada kontraksi yang adekuat akan menekan pembuluh darah di dinding rahim, mempercepat pelepasan sisa jaringan desidua (lokhia), dan mencegah perdarahan postpartum berlebih, selain itu efek Vasodilatasi dan termoterapi saat mandi uap dengan dengan rempah menyebabkan vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah) dan relaksasi otot panggul sehingga berdampak ke aliran darah ke area panggul menjadi lebih lancar, yang memfasilitasi pengeluaran darah nifas secara lebih teratur sehingga tidak terjadi retensi (penahanan) lokhia yang bisa menyebabkan infeksi atau bau tidak sedap (Rahayu et al., 2020).

Lantunan ayat-ayat suci Al-Qur'an dan doa-doa perlindungan yang dibacakan selama prosesi bekerja layaknya obat penenang bagi pikiran. Bagi seorang ibu yang mungkin merasa cemas, takut akan gangguan gaib, atau merasa sendirian, suara doa-doa ini memberikan rasa aman yang luar biasa. Secara psikologis, ibu merasa sedang dijaga oleh Allah SWT, sehingga kekhawatiran yang menghantui pikirannya hilang berganti dengan keyakinan dan kedamaian hati. Selain itu kehadiran keluarga, orang tua, dan tokoh adat dalam prosesi ini menegaskan bahwa ibu tidak sendirian dalam menjalani peran barunya. Ritual ini menjadi simbol dukungan nyata bahwa keluarga besar siap mendampingi dan menjaganya. Rasa dihargai dan diperhatikan sangat penting untuk membangun kepercayaan dan ketenangan batin ibu (Rachmayati, 2023).

Dalam tradisi Tontholo di Gorontalo, pembacaan ayat-ayat suci Al-Qur'an merupakan elemen inti yang menyertai prosesi mandi rempah (mandi nifas). Tujuannya secara tradisional adalah untuk memohon perlindungan dari gangguan roh jahat, membersihkan diri sSejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rica (2018), hasilnya menunjukkan bahwa kelompok usia 20–35 tahun merupakan rentang usia yang paling ideal untuk kehamilan dan menyusui. Hal ini karena individu pada usia ini secara fisik kuat dan secara mental matang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa usia ibu mempengaruhi perilaku menyusui eksklusif.

2) Nilai kesehatan yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu postpartum

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tiga informan utama dan enam informan kunci diperoleh hasil bahwa terdapat berbagai nilai kesehatan yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu postpartum, yang dilihat dari sudut pandang manfaat secara fisik dan psikologis pada ibu post partum. Informan utama mengungkapkan nilai kesehatan dalam pelaksanaan adat tontholo, dapat memulihkan stamina, meningkatkan ASI, dan mempercepat proses penyembuhan luka.

Menurut (Rahayu, 2020) tradisi masa nifas di Indonesia memiliki peran signifikan dalam memulihkan stamina ibu postpartum melalui pendekatan holistik yang melibatkan pemulihan fisik, asupan nutrisi, dan dukungan psikologis, dimana rata – rata melibatkan proses pijat seluruh tubuh membantu meredakan ketegangan otot setelah proses mengejan, melancarkan sirkulasi darah, dan memberikan efek relaksasi yang mendalam, sehingga stamina ibu menjadi meningkat.

Pada proses molihu digunakan rendaman air hangat daun Jarak & dan jahe yang bertindak sebagai anti-inflamasi (mengurangi bengkak) dan antiseptik untuk membantu menjaga kebersihan area luka jalan lahir, selain itu sentuhan fisik saat pemijatan (Mohepo) dan rasa rileks saat mandi rempah memicu produksi hormon oksitosin. Hormon ini memiliki dua fungsi krusial: membantu pengeluaran ASI (ejeksi) dan memberikan rasa bahagia sehingga ibu terhindar dari stres (Claudia, dkk, 2021).

Sebagian informan juga mengungkapkan nilai kesehatan yang dirasakan berdampak pada kesehatan psikologis pasca melahirkan dengan meningkatkannya dukungan keluarga dan kesiapan menjadi ibu. Hal ini sejalan dengan temuan oleh (Claudia, dkk, 2021) bahwa saat tradisi tontholo terdapat pendampingan emosional oleh hulango dan keluarga terdekat sehingga kehadiran figur yang berpengalaman memberikan rasa tenang dan mengurangi kecemasan ibu dalam menghadapi perubahan atau proses menjadi seorang ibu. Dukungan yang diberikan oleh orang – orang terdekat merupakan faktor kunci dalam mencegah postpartum blues dan depresi postpartum. Ibu merasa dihargai dan diperhatikan, yang sangat krusial bagi stabilitas emosinya.

3) Nilai agama yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu postpartum

Nilai agama yang mempengaruhi pilihan dalam praktik tradisi tontholo dalam perawatan ibu postpartum Sejalan dengan teori *Green dan Kreuter* dalam *model precede-proceed*, pekerjaan merupakan salah satu faktor predisposisi yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Status pekerjaan dapat mempengaruhi kesempatan individu dalam memperoleh informasi termasuk informasi kesehatan yang dalam hal ini mengenai persiapan laktasi. Ibu hamil yang bekerja di luar rumah berpotensi memperoleh informasi dari lingkungan kerja, sedangkan ibu rumah tangga lebih bergantung pada informasi dari tenaga kesehatan dan lingkungan sekitar.

Dalam perspektif Islam, masa postpartum (nifas) adalah waktu pemulihan fisik selama kurang lebih 40-60 hari di mana wanita dibebaskan dari ibadah wajib seperti salat dan puasa, serta dilarang menyentuh mushaf atau berdiam diri di masjid. Tradisi ini umumnya berfokus pada perawatan tradisional untuk pemulihan rahim, dukungan keluarga, dan menghindari aktivitas yang berlebihan (Nurhayati, 2024).

Selain itu terdapat informan yang menyatakan bahwa tradisi tontholo merupakan salah satu usaha untuk meningkatkan ibadah serta menjaga kebersihan pasca bersalin dengan didukung oleh pernyataan informan kunci yang menyatakan bahwa tradisi tontholo ini mencerminkan sikap tauhid (rasa syukur) dan pembersihan diri pasca melahirkan (thaharah), yang secara fisik menyegarkan dan secara psikologis memberikan ketenangan.

Dalam perspektif agama (Islam/umum), tradisi postpartum (nifas) yang dilakukan dengan rasa syukur dipandang sebagai bentuk al-'urf (adat kebiasaan) yang positif selama bertujuan untuk kebaikan, memohon perlindungan, dan tidak bertentangan dengan akidah (tidak syirik). Rasa syukur menjadikan tradisi tersebut sebagai wujud apresiasi karunia Tuhan, bukan sekadar pelestarian budaya (Rachmayati, 2023).

Sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan oleh (Claudia, dkk, 2021) bahwa tradisi tontholo mengandung nilai luhur tinggi yang terintegrasi dengan ajaran agama Islam, sejalan dengan filosofi adat Gorontalo "adat bersendikan syara dan syara bersendikan kitabullah". Praktik ini mencerminkan pembersihan diri pasca melahirkan (thaharah), yang secara fisik menyegarkan dan secara psikologis memberikan ketenangan.

4) Peran tenaga kesehatan dan tokoh adat dalam mempertahankan praktik tontholo

Tenaga kesehatan dan tokoh adat berperan penting dalam mempertahankan Tontholo (perawatan nifas tradisional Gorontalo) melalui pendekatan kolaboratif. Tenaga kesehatan mengedukasi modifikasi praktik agar aman medis (higienitas), sementara tokoh adat menjaga nilai budaya dan kepercayaan masyarakat, memastikan ritual tetap relevan tanpa meninggalkan sisi kesehatan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tenaga kesehatan dalam hal ini informan utama dan kunci yaitu bidan dan dua tokoh agama untuk menilai bagaimana perannya dalam mempertahankan adat dan tradisi tontholo, didukung oleh temuan dimana informan kunci yaitu bidan melestarikan tradisi tontholo dengan memberikan edukasi maupun konseling dalam bentuk penyuluhan higienitas dan gizi dalam tradisi tontholo. Hasil ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Rezki, 2022) bahwa melestarikan budaya melalui penyuluhan adalah strategi akulturasi, di mana nilai-nilai tradisional dipertahankan namun diperkuat dengan ilmu pengetahuan modern agar tetap relevan dan aman.

Kolaborasi antara tenaga kesehatan dan tokoh adat dapat terjadi dalam beberapa tindakan dimana tokoh adat bisa menjelaskan makna filosofis, spiritual, dan nilai luhur Tontholo, sementara tenaga medis menjelaskan manfaat klinis dari bahan-bahan yang digunakan (seperti efek emmenagogue dari rempah atau kemampuan suatu zat seperti ramuan herbal, makanan, atau minyak esensial untuk merangsang atau melancarkan aliran darah menstruasi) dan prosedur kebersihan yang benar, dengan tujuan masyarakat melihat bahwa tradisi dan medis tidak saling bertentangan, melainkan saling melengkapi. Misalnya, memastikan air untuk mandi rempah adalah air bersih yang telah direbus, atau memastikan alat-alat yang digunakan dalam prosesi (jika ada yang bersentuhan dengan luka) dalam keadaan steril dengan tujuan menghilangkan stigma bahwa tradisi kuno atau tidak higienis sehingga generasi muda lebih yakin untuk menjalaninya, kemudian menghidupkan kembali pola kemitraan di mana tokoh adat atau praktisi tradisi menjadi mitra bidan dalam perawatan nifas, dengan Tenaga medis memberikan penyuluhan mengenai tanda-tanda infeksi nifas kepada tokoh adat (Rahayu, 2020).

Selanjutnya, Tokoh adat punya peran penting untuk menjaga tradisi Tontholo agar tidak hilang, yaitu dengan mengenalkannya kembali kepada generasi muda dan pasangan baru agar nilai-nilai luhur ini tetap terjaga serta terhadap masyarakat di wilayah pedesaan yang menjadi basis utama pelestarian budaya lokal. Hal ini sesuai dengan pendapat Claudia, dkk (2021) yang menyatakan bahwa tokoh adat bisa melestarikan tradisi ini melalui sosialisasi dan praktik langsung, mulai dari lingkungan keluarga hingga masyarakat umum. Di banyak komunitas, tokoh adat merupakan pemegang kunci kepercayaan, sehingga arahan mereka sering kali lebih dipatuhi warga dibandingkan aturan resmi pemerintah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian pada hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa Ibu post partum memaknai tradisi tontholo secara positif dengan pengalaman didasarkan pada keyakinan dan kepercayaan terkait pelaksanaan tontholo secara turun – temurun. Dari perspektif kesehatan tradisi tontholo memberikan manfaat yang baik terhadap pemeliharaan dan pemulihan fisik dan psikologis ibu pada masa nifas, Tradisi tontholo dapat digunakan sebagai pilihan dalam perawatan masa nifas selama tidak menyalahi syariat islam dan dilakukan atas dasar rasa syukur pada Allah SWT.

5. DAFTAR PUSTAKA

- 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>
- Claudia, Juli G, & Dkk. (2021). *Tontholo Bagi Ibu Postpartum*. Cv.Mitra Keluarga Sehat. <https://online.anyflip.com/WvapI/Yend/Mobile/>
- Dion, Y., Tahu, S. K., & Tanggur, F. S. (2025). Tradisi Neno Bo'ha Dalam Perawatan Jukej : Masa Nifas: Tantangan Integrasi Budaya Dan Kesehatan Modern Di Masyarakat Dawan. *Jukej Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1), 484–496.
- Endriyani, A. (2020). Pengalaman Ibu Nifas Terhadap Budaya Dalam Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 45. <https://doi.org/10.26714/Jk.9.1.2020.45-52>
- Harismayanti, Ani Retni, & Pakaya, D. R. (2023). Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ibu Postpartum Dengan Ruptur Perineum Derajat Ii Dan Intervensi Perawatan Perineum Di Ruang Nifas Rsia Sitti Khadijah Aisyiyah Kota Gorontalo. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur : Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, Dan Kebidanan*, 16(2), 43–48. <https://doi.org/10.62817/Jkbl.V16i2.279>
- Ilawati, & Sofiyanti, I. (2022). Gambaran Praktik Budaya Pada Masa Nifas Di Suku Dayak Meratus. *Journal Of Holistics And Health Science*, 4(1), 9–19. <https://doi.org/10.35473/Jhhs.V4i1.123>
- Lisna, I., & Suryawati, I. (2023). Penerapan Perawatan Tradisional Aceh Pada Ibu Postpartum Application Of Traditional Acehnese Care To Postpartum Mothers. *Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan*, 8(2), 81–88.
- Mafudiah, L., & Veftisia, V. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Personal Hygiene. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call For Paper Kebidanan*, 3(1), 507–515.
- Muhamad, Z., Asnidar, A., Pratama, A., Anggriani, N. P., & Lakadjo, S. (2024). Culturebased Gorontalo community support for short-term pregnancy women to prevent stunting in neonates. *Healthcare in Low-resource Settings*, 12(s1).
- Muhamad, Z., Mahmudiono, T., Abihail, C. T., Sahila, N., Wangi, M. P., Suyanto, B., & Binti Abdullah, N. A. (2023). Preliminary study: the effectiveness of nutrition education intervention targeting short-statured pregnant women to prevent gestational stunting. *Nutrients*, 15(19), 4305.
- Nasution, S. S. (2021). Perawatan Ibu Nifas, Dengan Meningkatkan Produksi Asi Melalui Konsumsi Tanaman Herbal (Daun Katuk, Daun Kelor, Daun Bangun-Bangun).
- Nunung Erviany, Ummul Khair, Ummu Kalsum, Syarifah Sahirah, Nur Zalzadillah, Hasnia Hasnia, & Hajar Hajar. (2024). Asuhan Kebidanan Postpartum Fisiologi Di Puskesmas Takalala. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, <https://doi.org/10.61132/Corona.V2i2.643>
- Pattinasarany, G. M., Nusawakan, A. W., & Probowati, H. (2020). Praktik Tradisional Pada Perawatan Masa Nifas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 324. <https://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/jkm/article/view/4485/4270>

- Purba, V., Fatika, D., Nurmaini, I., Suryani, I., Nasution, I., & Paninsari, D. (2024). Perawatan Ibu Nifas Dan Bayi Baru Lahir Pada Masyarakat Suku Karo. *Malahayati Nursing Journal*, 6(10), 3910–3921. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V6i10.15503>
- Qothrunnada, D. Z. Z., & Anisah, R. L. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan Maternal Pasca Persalinan Pada Ibu Postpartum Melalui Edukasi Senam Nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kesehatan Alkautsar (Jikka)*, 2(1), 18–26.
- Rahayu, I. S., Mudatsir, & Hasballah, K. (2020). Faktor Budaya Dalam Perawatan Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 36–49
<https://jurnal.usk.ac.id/jik/article/view/8761/0>
- Retni, A., Harismayanti, H., & Sumaga, S. P. (2024). Pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) pada Ibu Bersalin Dengan Sectio Caesarea Di RSIA Sitti Khadijah Gorontalo. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 12(1), 50-60.
- Retni, A., Tri, S., Lihu, F. A., & Pakaya, M. (2023). Analysis of Nursing Care in Post SC Mothers for Indications of KPD and Breech Location by Implementation of Early Mobilization to Accelerate TFU Reduction. *Journal of Community Health Provision*, 3(2), 48-58.
- Rika, A. (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)*, 2, 1–6. [Downloads/Elza+Fitri.Pdf](https://doi.org/10.33024/Mnj.V6i10.15503)
- Tradisional, T., Perawatan, P., & Nifas, M. (2020). Latar Belakang : Berbagai Upaya Pelayanan Kesehatan Yang Dilakukan Selama Proses Kehamilan Hingga Masa Nifas Merupakan Suatu Upaya Dalam Pencegahan Resiko Bu- Ruk Yang Dapat Terjadi Pada Seorang Ibu Hamil Dan Bayinya . *Upaya Yang Dilakukan Masyarakat Pasc.*
- Yuliantanti, T., & Nurhidayati, N. (2021). Faktor Predisposisi Yang Berhubungan Dengan Kunjungan Ibu Nifas Di Puskesmas Boyolali 2. *Jurnal Kebidanan*, 13(02), 222. <https://doi.org/10.35872/Jurkeb.V13i02.470>