

Utilization of Plants in Postpartum Maternal Care in Watulea Village, Central Buton Regency

Hasriani¹, S. Hafidhawati Andarias^{1*}, Agus Slamet¹

¹Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Buton, Baubau, Indonesia;

Article History

Received : Maret 15th, 2023

Revised : April 28th, 2023

Accepted : May 28th, 2023

*Corresponding Author:

S. Hafidhawati Andarias

Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Buton, Baubau, Indonesia;
Email:

fidha.andarias@gmail.com

Abstract: The fact is that some people have giving birth medically, but postpartum care is still done traditionally. The treatment used concoctions of various types of plants. This study aims to preserve traditional knowledge through documenting community knowledge regarding postnatal care using plants by traditional methods in Watulea Village, Central Buton. The selection of respondents was carried out by purposive sampling technique. Data related to goals was collected by semi-structured interviews with 3 healers and 11 women who had used plants in postpartum care. Data from the interviews were the plant information such as local names, parts of the plants used, and descriptions of the traditional use of plants, including how to prepare and utilization. Data processing is done by descriptive analysis and presented in the form of tables and narratives. The result show that 23 species, belonging to 16 families which were used either singly or a mixture of various plants in the form of 3 types concoction, namely *ramuan minum*, *ramuan mandi*, and *ramuan balur*. Even though the plant compounds used have not been fully scientifically proven regarding the intended properties although it is proven that some of the ingredients used in these ingredients contain substances that are beneficial to the body-, their use has been going on for generations because of the positive impact felt directly by consumers.

Keywords: medicinal herb, postpartum, tradisional method.

Pendahuluan

Kesehatan ibu di masa nifas merupakan hal yang perlu mendapat perhatian. Masa nifas adalah masa di mana fase kehidupan ibu dan bayi yang baru lahir berada dalam kondisi kritis yang dimulai setelah ibu melahirkan bayinya dan sebagian besar memakan waktu 6-8 minggu. Kurangnya perawatan selama masa ini dapat menyebabkan kematian atau kecatatan pada kesehatan dan perilaku ibu dan bayi. Namun, perawatan nifas lebih difokuskan pada ibu saja karena ibu menghadapi perubahan fisik dan emosional (Jahiman *et al.*, 2021). Nyeri setelah melahirkan menjadi masalah utama dan menghilangkan rasa sakit serta menghindari efek samping obat kimia, para ibu beralih dari dokter ke obat herbal (Parsa & Ozgoli, 2017).

Meskipun kenyataannya sebagian masyarakat telah melalui proses melahirkan

secara medis, namun perawatan pasca melahirkan masih dilakukan secara tradisional. Pada perawatan tersebut digunakan ramuan dari berbagai jenis tumbuhan (Zumaidar *et al.*, 2019). Salah satu bentuk perawatan bagi ibu nifas yang menganut budaya lama adalah dengan mengonsumsi ramuan pasca melahirkan atau jamu-jamuan, yang merupakan ramuan tradisional (Salat, 2020; Andhikatis *et al.*, 2021). Ramuan ini telah diterima secara luas hampir di seluruh negara di dunia (Andhikatis *et al.*, 2021).

Tradisi budaya perawatan kesehatan di kalangan wanita selama kehamilan, kelahiran, pasca persalinan, dan periode neonatal merupakan hal yang umum di Asia Tenggara (Ong & Kim, 2015; de Boer & Lamxay, 2009), tak terkecuali di Indonesia. Pemanfaatan tumbuhan dalam perawatan bagi ibu setelah melahirkan telah dilaporkan dari beberapa

penelitian seperti pada suku Aceh di Kabupaten Pidie (Zumaidar *et al.*, 2019), Kampar Kiri Hulu, Riau (Susandarini *et al.*, 2021), dan Enggano (Royyani *et al.*, 2018). Selain itu, terdapat juga beberapa negara yang mengenal metode tradisional tersebut seperti beberapa daerah di India (Rehamn and Sultana, 2015; Dudi & Singh, 2018; S & Kumar, 2021), komunitas Melayu, Penang, Malaysia (Othman *et al.*, 2017, dan Suriname (van 't Klooster *et al.*, 2018). Hal tersebut dipertegas oleh (de Boer & Lamxay, 2009; Lamxay *et al.*, 2011) yang menyatakan bahwa tumbuhan berperan penting selama pemulihan masa nifas dalam pola makan dan pengobatan tradisional.

Salah satu transformasi budaya dari tradisional ke modern adalah yang dahulu hanya mengandalkan dukun bersalin untuk penanganan dan perawatan ibu hamil dan melahirkan, kini mulai dikombinasikan dengan bantuan tenaga kesehatan. Hal ini dikhawatirkan akan berdampak pada berkurangnya tabib tradisional dan hilangnya pengetahuan tentang ramuan alam sehingga pendokumentasian ini perlu dilakukan. Dokumentasi pengetahuan tradisional yang berharga tentang penggunaan tanaman obat di kalangan masyarakat perlu dilestarikan atau diwariskan dari generasi ke generasi (Bourhia *et al.*, 2019; Ramli *et al.*, 2021). Namun, terdapat faktor yang dapat mendorong hilangnya pengetahuan ini terkait dengan budaya lokal, kurangnya minat generasi muda, dan lingkungan fisik dan biologi, seperti kurangnya keahlian modern, akulturasi, dan eksodus pedesaan.

Kelurahan Watulea, Buton Tengah yang sebagian besar penduduknya adalah suku Buton dan Muna perawatan ibu pasca persalinan, selain menggunakan bantuan tenaga kesehatan ada juga yang menggunakan metode tradisional. Metode tersebut dilakukan dengan memanfaatkan ramuan-ramuan dari tumbuhan. Hal ini dipercaya karena sudah dilakukan secara turun temurun dalam masyarakat dan dianggap minim efek samping. Tujuan penelitian ini adalah untuk melestarikan pengetahuan tradisional melalui pendokumentasian pengetahuan masyarakat terkait perawatan pasca persalinan dengan menggunakan tumbuhan dalam metode tradisional di Kelurahan Watulea, Buton Tengah.

Bahan dan Metode

Waktu dan tempat penelitian

Penelitian dilakukan di Kelurahan Watulea Kabupaten Buton Tengah pada Februari sampai April 2022.

Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Pemilihan responden dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan metode wawancara semi terstruktur, berpedoman pada sejumlah daftar pertanyaan terhadap 3 orang *bhisa*/tabib (orang yang membuat obat/ramuan tradisional) yang sudah sering dipercaya membantu persalinan dan memiliki pengetahuan serta kemampuan dalam meramu obat tradisional dan 11 wanita yang pernah menggunakan obat tradisional dalam perawatan pasca persalinan.

Analisis data

Data hasil wawancara berupa informasi tumbuhan seperti nama lokal, bagian tumbuhan yang digunakan, dan deskripsi pemanfaatan tumbuhan secara tradisional dalam perawatan ibu pasca persalinan meliputi cara persiapan, dan penggunaannya. Pengolahan data dilakukan dengan analisis deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

Hasil dan Pembahasan

Jenis tumbuhan

Hasil penelitian menemukan 23 spesies tumbuhan yang diklasifikasikan ke dalam 16 famili dimanfaatkan oleh masyarakat Kelurahan Watulea sebagai bahan ramuan untuk perawatan bagi ibu pasca persalinan. Jenis tumbuhan yang dimaksud disajikan pada tabel 1. Jumlah ini tergolong lebih sedikit dari penggunaan oleh suku Aceh, Kabupaten Pidie. Hasil penelitian Zumaidar *et al.*, (2019) merekam 25 jenis tumbuhan yang diaplikasikan dalam bentuk perawatan yang sama. Begitu pula dengan hasil penelusuran Pradita *et al.*, (2021) di Desa Pegadang, Sanggau, Kalimantan Barat, ditemukan 30 jenis tumbuhan untuk perawatan ibu dan anak pasca persalinan. Meskipun demikian, jumlah jenis tumbuhan yang tercatat dalam penelitian ini lebih tinggi daripada jumlah yang tercatat dari Distrik Tirunelveli. Hasil

penelitian India & Kumar (2021) melaporkan masyarakat di wilayah tersebut hanya menggunakan 19 jenis tumbuhan.

Zingiberaceae dan Asteraceae memiliki jumlah terbanyak dengan masing-masing 3 spesies, diikuti oleh Piperaceae, Poaceae, dan Sapindaceae (masing-masing 2 spesies). Famili dengan 1 spesies yaitu Euphorbiaceae,

Lamiaceae, Myrtaceae, Musaceae, Fabaceae, Araceae, Verbenaceae, Papilionaceae, Moraceae, Caricaceae, Rutaceae. Penelitian Ramli *et al.*, (2021) juga menemukan bahwa Zingiberaceae menempati proporsi terbesar dalam pengetahuan tradisional tumbuhan obat di kampung orang asli Donglai Baru, Hulu Langat, Malaysia.

Tabel 1. Jenis tumbuhan yang digunakan dalam perawatan pasca persalinan masyarakat Kelurahan Watulea

Nama lokal	Nama umum (Indonesia)	Nama Ilmiah	Famili
Kuni	Kunyit	<i>Curcuma longa</i> L.	Zingiberaceae
Loia	Jahe	<i>Zingiber officinale</i>	Zingiberaceae
Kencur	Kencur	<i>Kaempferia galanga</i> L.	Zingiberaceae
Gili	Sirih	<i>Piper betle</i> L.	Piperaceae
Merica	Lada	<i>Piper nigrum</i> L.	Piperaceae
Padamalala kapute	Sirih putih	<i>Cymbopogon citrates</i> L.	Poaceae
Padamalala kadea	Sirih merah	<i>Cymbopogon nardus</i> L.	Poaceae
Akar kucing	Akar kucing	<i>Acalypha indica</i> L.	Euphorbiaceae
Kumis kucing	Kumis kucing	<i>Orthosiphon aristatus</i>	Lamiaceae
Buamalaka	Jambu biji	<i>Psidium guajava</i> L.	Myrtaceae
Kalei	Pisang	<i>Musa paradisiaca</i> L.	Musaceae
Sampalu	Asam	<i>Tamarindus indica</i> L.	Fabaceae
Lahunai	Rumput minjangan	<i>Eupatorium odorata</i>	Asteraceae
Kaambu-embu	Sembung tulang	<i>Blumea balsamifera</i>	Asteraceae
Binonoi	Daun afrika	<i>Vernonia amygdalina</i>	Asteraceae
Ai	Kelapa	<i>Cocos nucifera</i>	Aracaceae
Papado	Tembelekan	<i>Lantana camara</i>	Verbenaceae
Kangkama	Mapel	<i>Acer laurinum</i>	Sapindaceae
Kusambi	Kesambi	<i>Schleichera oleosa</i>	Sapindaceae
Kukusape	Daun duduk	<i>Desmodium triquitrum</i>	Papilionaceae
Libo	Awar-awar	<i>Ficus septica</i>	Moraceae
Kapaya	Pepaya	<i>Carica papaya</i> L.	Caricaceae
Lemo nipi	Jeruk nipis	<i>Citrus aurantifolia</i>	Rutaceae

Bagian tumbuhan yang digunakan

Bagian tumbuhan yang digunakan untuk perawatan pasca persalinan disajikan tabel 2. Kunyit satu-satunya tumbuhan yang dimanfaatkan 2 bagian tumbuhannya yaitu rimpang dan daunnya. Bagian daun paling banyak, diikuti rimpang dan buah. Bagian yang jarang digunakan adalah batang. Bagi masyarakat Mindanao Utara, Filipina, daun paling banyak digunakan perawatan kehamilan dan pascapersalinan (Magtalas *et al.*, 2023).

Tabel 2. Bagian tumbuhan yang digunakan

Bagian tumbuhan	Jumlah spesies	Persentase (%)
Daun	16	66,67
Rimpang	3	12,50
Buah	3	12,50
Batang	2	8,33
Total	24	100

Pengolahan dan pemanfaatan tumbuhan

Perawatan ibu pasca persalinan pada masyarakat Watulea ditunjukkan pada Tabel 3 dan Gambar 1. Ada 3 jenis ramuan dalam perawatan pasca persalinan yaitu ramuan minum, ramuan mandi, dan ramuan balur. Ketiga ramuan ini digunakan setelah melahirkan selama 40 hari. Tradisi ini berbeda dengan masyarakat Enggano, Bengkulu hanya menggunakan 2 jenis ramuan setelah persalinan (Royyani *et al.*, 2018). Satu ramuan digunakan setelah persalinan sampai 40 hari dan ramuan yang lain digunakan setelah 40 hari sampai 60 hari atau sampai sembuh. Hasil kajian Agustina & Fitrianti (2020) mengungkapkan sebagian besar ibu di Jawa dan Sumatera, selama masa nifas, selain menggunakan jamu untuk menyembuhkan dan memulihkan kesehatan ibu, juga mengoleskan ramuan tertentu di tubuhnya.

Tabel 3. Jenis ramuan yang dimanfaatkan dalam perawatan ibu pasca persalinan di Kelurahan Watulea

Jenis ramuan	Tumbuhan yang digunakan	Cara pengolahan	Cara penggunaan	Khasiat
Ramuan minum	Daun <i>Acer laurinum</i>	Direbus	Diminum 1 kali pada hari pertama pasca persalinan	Mengeluarkan sisa darah dalam rahim
	Kunyit	Diparut, diperas	Diminum 2x sehari setelah mandi selama 1 sampai 4 hari	Menyembuhkan luka dalam
	Kunyit, jahe, kencur, sereh putih, lada, asam	Ditumbuk, diperas kemudian direbus	Diminum 2x sehari (pagi dan sore) setelah mandi selama 4 sampai 40 hari	Menambah stamina ibu dan mengurangi nyeri di perut
Ramuan mandi	Daun duduk, daun kesambi, daun sembung tulang, daun pisang, daun awar-awar, daun afrika, rumput minjangan, daun tembelean, sereh merah, daun kunyit, daun jambu biji, kumis kucing, akar kucing, daun papaya, daun kelapa	Rebus semua bahan dengan air ± 15L hingga mendidih	Air rebusan digunakan untuk mandi (pagi dan sore selama 1 sampai 4 hari)	Membuat badan terasa ringan
	Kunyit, daun kunyit, jahe, sereh merah, daun kesambi	Direbus dengan air ± 7L hingga mendidih	Uap air rebusan digunakan untuk memanaskan tubuh pasien. Dilakukan pagi dan sore sebelum mandi selama 1 sampai 4 hari	Menyegarkan badan
Ramuan balur	Kunyit, daun sirih, dan jeruk nipis.	Campurkan parutan kunyit, air perasan jeruk nipis, daun sirih yang diremas, dan tambahkan kapur sirih	Dibalurkan ke perut dan organ reproduksi (pagi dan sore setelah mandi selama 1 sampai 7 hari)	Memudarkan stretchmark dan mencerahkan kulit



Gambar 1. Jenis ramuan dalam perawatan pasca melahirkan: ramuan minum (a) rimpang kunyit, (b) daun *Acer laurinum*, (c) campuran berbagai bahan, (d) ramuan mandi, (e) ramuan balur

Penggunaan tumbuhan dalam pembuatan ramuan, ada yang tunggal (1 jenis tumbuhan) ataupun secara bersama-sama (campuran dari berbagai jenis tumbuhan) dengan kecenderungan menggunakan bahan dalam jumlah ganjil yaitu antara 3 sampai 15, baik daun, batang, ataupun ruas rimpang. Ramuan obat digunakan sebagai obat dalam dan obat luar. Obat dalam menggunakan ramuan minum dan obat luar menggunakan ramuan mandi dan ramuan balur. Waktu penggunaan ramuan adalah selama 1-40 hari setelah persalinan (bergantung jenis ramuannya) yang penyiapannya dapat dilakukan sendiri dengan bantuan keluarga pasien namun ada pula yang masih dalam pengawasan *bhisa* atau tabib khususnya dalam penggunaan uap dari ramuan mandi.

Ramuan minum dikonsumsi dengan tujuan membersihkan rahim, menyembuhkan luka dalam, dan untuk memberi stamina bagi ibu agar kembali pulih seperti keadaan sebelum melahirkan, sedangkan ramuan mandi bertujuan untuk menyegarkan tubuh dan membuat badan terasa lebih ringan. Penelitian lain menggunakan istilah mandi herbal untuk ramuan mandi. Mandi herbal dimaksudkan untuk pembersihan fisik dan kesehatan psikologis (van 't Klooster *et al.*, 2018). *Lantana camara* salah satu bahan ramuan mandi herbal adalah spesies tanaman aromatik untuk menambah kesegaran dan aroma yang menyenangkan. Begitu pula dengan kunyit. Kandungan kurkumin pada kunyit terbukti sebagai anti depresi (Kulkarni *et al.*, 2009).

Obat luar dalam bentuk ramuan balur yang dibuat hanya dengan mencampurkan parutan bahan-bahan yang digunakan. Hal ini sangat wajar karena ramuan balur tidak digunakan dengan cara dikonsumsi melainkan hanya dengan membalurkannya di luar tubuh. Ramuan ini berfungsi untuk memudahkan *stretch mark* dan mencerahkan kulit. Penelitian Omar *et al.*, (2021) mengungkapkan, bahan seperti daun sirih memiliki manfaat mencerahkan kulit yang dapat mengurangi hiperpigmentasi sehingga dikembangkan sebagai komposisi krim pencerah kulit.

Pembuatan ramuan dilakukan setiap hari saat akan digunakan sehingga ramuan yang digunakan selalu dalam keadaan segar. Metode persiapan ramuan obat yang paling umum

adalah rebusan untuk mengeluarkan zat-zat atau metabolit sekunder di dalam bagian tumbuhan. Obat-obatan terutama dibuat dari air rebusan ekstrak herbal (Wink, 2015). Bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan secara berurut adalah daun, rimpang, buah, dan batang (Tabel 2). Daun adalah bagian yang paling banyak digunakan dalam pengobatan tradisional (Chinsebu & Hedimbi, 2010). Pengambilan akar dan kulit kayu yang terlalu sering dapat menghancurkan tumbuhan sehingga tidak dianjurkan.

Meskipun kandungan tumbuhan yang digunakan belum sepenuhnya dapat ditunjukkan bukti ilmiahnya terkait khasiat yang dimaksudkan. Walaupun terbukti bahwa beberapa bahan yang digunakan dalam ramuan tersebut mengandung zat-zat yang bermanfaat bagi tubuh. Namun pemanfaatannya sudah berlangsung turun temurun karena dampak positif yang dirasakan langsung oleh penggunanya. Pengetahuan ramuan-ramuan tersebut dapat dipraktikkan oleh siapapun, namun masyarakat Kelurahan Watulea yang kental dengan ajaran agama Islam menyakini bahwa ramuan tersebut akan lebih berkhasiat jika menggunakan doa-doa tertentu dalam penggunaannya. Akan tetapi, doa yang dimaksud bersifat rahasia dan hanya diwariskan kepada orang tertentu (orang pilihan tabib).

Kesimpulan

Perawatan ibu pasca persalinan di Kelurahan Watulea, Buton Tengah menggunakan 23 spesies tumbuhan yang diracik menjadi 3 jenis ramuan yaitu ramuan minum, ramuan mandi, dan ramuan balur. Penggunaan ramuan dimulai sejak hari pertama setelah melahirkan hingga hari ke-40, yang bervariasi bergantung jenis ramuannya.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis sampaikan kepada para narasumber dan pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.

Referensi

Agustina, Z. A., & Fitrianti, Y. (2020). Utilization Of Jamu In Puerperal Mother

- In Sumatera And Java Island (Literature Review Of Health Ethnographic Research 2012-2016). *The Indonesian Journal of Public Health*, 15(1), 93. DOI: <https://doi.org/10.20473/ijph.v15i1.2020.93-102>
- Andhikantias, R. Y., Mareta, M. Y., & Andriani, N. D. (2021). Javanese Tradisional Healing dalam Pemulihan Pasca Persalinan Pada Ibu Bersalin Normal Di Era Moderen. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 41–48.
- Bourhia, M., Abdelaziz Shahat, A., Mohammed Almarfadi, O., Ali Naser, F., Mostafa Abdelmageed, W., Ait Haj Said, A., El Gueddari, F., Naamane, A., Benbacer, L., & Khilil, N. (2019). Ethnopharmacological Survey of Herbal Remedies Used for the Treatment of Cancer in the Greater Casablanca-Morocco. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1155/2019/1613457>
- Chinsembu, K. C., & Hedimbi, M. (2010). An ethnobotanical survey of plants used to manage HIV/AIDS opportunistic infections in Katima Mulilo, Caprivi region, Namibia. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 6. DOI: <https://doi.org/10.1186/1746-4269-6-25>
- de Boer, H., & Lamxay, V. (2009). Plants used during pregnancy, childbirth and postpartum healthcare in lao PDR: A comparative study of the Brou, Saek and Kry ethnic groups. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 5, 25. DOI: <https://doi.org/10.1186/1746-4269-5-25>
- Dudi, A., & Singh, D. (2018). Medicinal plants used during traditional postnatal care practices in Rajasthan, India. *Studies on Ethno-Medicine*, 12(4). DOI: <https://doi.org/10.31901/24566772.2018/12.04.568>
- Jahiman, N. A., Pa'Ee, F., Manan, N. A., & Md Salleh, N. A. (2021). Development of herbal bag for herbal bath during postnatal care from Temuan traditional knowledge. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 736(1). DOI: <https://doi.org/10.1088/1755-1315/736/1/012027>
- Kulkarni, S. K., Dhir, A., & Akula, K. K. (2009). Potentials of curcumin as an antidepressant. In *TheScientificWorldJournal* (Vol. 9, pp. 1233–1241). DOI: <https://doi.org/10.1100/tsw.2009.137>
- Lamxay, V., de Boer, H. J., & Björk, L. (2011). Traditions and plant use during pregnancy, childbirth and postpartum recovery by the Kry ethnic group in Lao PDR. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 7. DOI: <https://doi.org/10.1186/1746-4269-7-14>
- Magtalas, M. C., Balbin, P. T., Cruz, E. C., Guevarra, R. C., Cruz, A. R. D. P., Silverio, C. E., Lee, K. Y., & Tantengco, O. A. G. (2023). A systematic review of ethnomedicinal plants used for pregnancy, childbirth, and postpartum care in the Philippines. *Phytomedicine Plus*, 3(1), 100407. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.phyplu.2023.100407>
- Omar, S. S. S., Hadi, H., Mohd Hanif, N., Ahmad, H. M. A., & Ng, S. F. (2021). Lightening effect of skin lightening cream containing piper betle l. Extract in human volunteers. *Cosmetics*, 8(2). DOI: <https://doi.org/10.3390/cosmetics8020032>
- Ong, H. G., & Kim, Y. D. (2015). Herbal Therapies and Social-Health Policies: Indigenous Ati Negrito Women's Dilemma and Reproductive Healthcare Transitions in the Philippines. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1155/2015/491209>
- Othman, R., Halim, S. F. A. A., Hatta, F. A. M., & Jamaludin, M. A. (2017). Carotenoid content and composition in 20 medicinal plant species of traditional Malay midwifery postnatal bath. *Journal of Pharmacy and Nutrition Sciences*, 7(4). DOI: <https://doi.org/10.6000/1927-5951.2017.07.04.6>
- Parsa, L., & OZgoli, G. (2017). A systematic on the medicinal plants used in the treatment of postpartum pain in Iran. *Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*, 20(5), 84–96. DOI: <https://doi.org/10.22038/ijogi.2017.9084>

- Pradita, S., Mariani, Y., Wardenaar, E., & Yusro, F. (2021). Pemanfaatan Tumbuhan Obat oleh Suku Dayak Paus dan Melayu untuk Perawatan Ibu dan Anak Pasca Persalinan di Desa Pengadang Kabupaten Sanggau Kalimantan Barat. *BIODIDAKTIKA: Jurnal Biologi dan Pembelajarannya*, 16(1). DOI: <https://doi.org/10.30870/biodidaktika.v16i1.10805>
- Ramli, M. R., Malek, S., Milow, P., & Aziz, N. J. (2021). Traditional knowledge of medicinal plants in the kampung orang asli donglai baru, hulu langat, malaysia. *Biodiversitas*, 22(3), 1304–1309. DOI: <https://doi.org/10.13057/biodiv/d220329>
- Rehamn and Sultana. (2015). Etnobotanical Plants Used for Postnatal Care By Tradisional Practitioners From Kozhikode District, Kerala, India. *Intenational Journal Of Research In Pharmacy And Chemistry*, 5(4), 570–581.
- Royyani, M. F., Lestari, V. B., Agusta, A., & Efendy, O. (2018). Kajian Etnobotani Ramuan Pasca Melahirkan Pada Masyarakat Enggano. *BERITA BIOLOGI*, 17(1). DOI: <https://doi.org/10.14203/beritabiologi.v17i1.2242>
- S, D. S., & Kumar, D. S. P. (2021). Traditional practices of postnatal care using medicinal plants in Tirunelveli district, Tamil Nadu, India. *Journal of Medicinal Plants Studies*, 9(5). DOI: <https://doi.org/10.22271/plants.2021.v9.i5.a.1333>
- Salat, S. Y. S. (2020). The Dynamics Of Jama (Jamu Madura-Madurese Traditional Herbal Medicine) In The Viewpoint Of Public Woman. *International Journal Of Nursing And Midwifery Science (IJNMS)*, 4(3), 248–258. DOI: <https://doi.org/10.29082/ijnms/2020/vol4/iss3/319>
- Susandarini, R., Khasanah, U., & Rosalia, N. (2021). Ethnobotanical study of plants used as food and for maternal health care by the malays communities in kampar kiri hulu, riau, indonesia. *Biodiversitas*, 22(6), 3111–3120. DOI: <https://doi.org/10.13057/biodiv/d220613>
- van 't Klooster, C. I. E. A., Haabo, V., Ruyschaert, S., Vossen, T., & van An del, T. R. (2018). Herbal bathing: An analysis of variation in plant use among Saramaccan and Aucan Maroons in Suriname. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 14(1). DOI: <https://doi.org/10.1186/s13002-018-0216-9>
- Wink, M. (2015). Modes of Action of Herbal Medicines and Plant Secondary Metabolites. *Medicines*, 2(3). DOI: <https://doi.org/10.3390/medicines2030251>
- Zumaidar, Z., Saudah, S., Rasnovi, S., & Harnelly, E. (2019). Tumbuhan Sebagai Obat Tradisional Pasca Melahirkan Oleh Suku Aceh Di Kabupaten Pidie. *Al-Kaunyah: Jurnal Biologi*, 12(2). DOI: <https://doi.org/10.15408/kaunyah.v12i2.991>