

Pembentukan Tim Mom's Care dan Peningkatan Pengetahuan Kader melalui Pelatihan Edukasi Postpartum

Mom's Care Team Establishment and Cadre Knowledge Improvement through Postpartum Education Training

Ariani Fatmawati *

Anggriyana Tri Widiati
Inggriane Puspta Dewi
Shella Febrita Putri Utoma
Najma Sakhiiya Alia Arsy
Ristina Putri Rahmayanti

Department of Maternity Nursing,
Universitas Aisyiyah Bandung,
Bandung, Jawa Barat, Indonesia

email:
ariani.fatmawati@unisa-bandung.ac.id

Kata Kunci

Postpartum
Kader Aisyiyah
Edukasi

Keywords:
Postpartum
Aisyiyah Cadre
Education

Received: June 2025

Accepted: August 2025

Published: January 2026

Abstrak

Periode postpartum merupakan masa krusial yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis signifikan pada ibu, serta risiko komplikasi serius seperti perdarahan yang dapat mengancam jiwa. Tingginya angka kematian ibu dan bayi baru lahir, termasuk di wilayah Kecamatan Sucinaraja, Garut, dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan perawatan diri pascapersalinan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader 'Aisyiyah dalam memberikan edukasi terkait perawatan postpartum kepada ibu hamil dan ibu pascapersalinan. Fokus kegiatan pengabdian adalah pemberdayaan kader melalui pelatihan intensif yang mencakup materi tanda bahaya nifas, perubahan fisik dan psikologis postpartum, perawatan luka perineum dan luka sesarea, pijat oksitosin, perawatan payudara, serta praktik menyusui dan perlekatan bayi. Metode kegiatan terdiri dari pre-test, ceramah interaktif, demonstrasi praktik langsung, dan post-test sebagai evaluasi hasil pembelajaran. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman kader, serta terbentuknya tim "Mom's Care" sebagai kelompok peduli kesehatan ibu nifas di PCM Sucinaraja.

Abstract

The postpartum period is a crucial time characterized by significant physical and psychological changes in the mother, as well as the risk of serious complications such as life-threatening bleeding. The high mortality rate of mothers and newborns, including in Sucinaraja District, Garut, is influenced by the lack of knowledge and skills of mothers in performing postpartum self-care. This activity aims to improve the knowledge and skills of 'Aisyiyah cadres in providing education related to postpartum care to pregnant women and postpartum mothers. The focus of the service activities is on empowering cadres through intensive training that includes material on postpartum danger signs, postpartum physical and psychological changes, perineal and cesarean wound care, oxytocin massage, breast care, breastfeeding practices, and baby attachment. The activity method consisted of a pre-test, an interactive lecture, a hands-on demonstration, and a post-test to evaluate learning outcomes. The activity results showed a significant increase in cadres' understanding, as well as the formation of the "Mom's Care" team, a health care group for postpartum mothers in PCM Sucinaraja.



© 2026 Ariani Fatmawati, Anggriyana Tri Widiati, Inggriane Puspta Dewi, Shella Febrita Putri Utoma, Najma Sakhiiya Alia Arsy, Ristina Putri Rahmayanti. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i1.10159>

PENDAHULUAN

Periode *postpartum* merupakan masa yang kritis bagi kesehatan ibu, karena ibu mengalami perubahan fisik dan psikologis secara signifikan. Komplikasi dari masa *postpartum* ini adalah perdarahan lebih dari 500 cc pada *postpartum* normal dan 1000 cc pada pasien sesarea yang dapat berakibat pada kematian. Angka kematian ibu dan bayi baru lahir masih tinggi, karena banyak ibu yang tidak mencari pertolongan yang tepat di fasilitas kesehatan ketika mengalami komplikasi selama kehamilan, persalinan dan nifas (Mewally *et al.*, 2020). Oleh karena itu, tenaga kesehatan harus menjaga dan meningkatkan kesehatan ibu *postpartum* dan bayinya, serta menumbuhkan lingkungan yang dapat memberikan bantuan dan dukungan

How to cite: Fatmawati, A., Widiati, A. T., Dewi, I. P., Utoma, S. F. P., Arsy, N. S. A., Rahmayanti, R.P. (2026). Pembentukan Tim Mom's Care dan Peningkatan Pengetahuan Kader melalui Pelatihan Edukasi Postpartum. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 11(1), 54-61. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i1.10159>

untuk berbagai kebutuhan baik secara fisik maupun sosial (Chembe & Siziya, 2017; McCauley *et al.*, 2022; Paladine *et al.*, 2019; Ahmadinezhad *et al.*, 2022).

Layanan kesehatan pada masa *postpartum* sering diabaikan, hal ini dikarenakan kurangnya persepsi ibu tentang layanan kesehatan *postpartum* dan perawatan diri. Tugas petugas kesehatan adalah dengan memberikan informasi tentang layanan kesehatan *postpartum* sehingga dapat dimanfaatkan oleh ibu. Informasi dapat diberikan sejak ibu hamil, sehingga pada masa *postpartum* ibu dapat memanfaatkan pelayanan dan melakukan perawatan diri *postpartum* dengan efektif.

Peran tenaga kesehatan untuk mengatasi permasalahan diatas dengan memberikan pendidikan kesehatan, persepsi, dan promosi kesehatan mengenai perawatan *postpartum* khususnya bagi ibu dengan pendidikan rendah dan kondisi sosial ekonomi yang buruk. Berdasarkan penelitian sebelumnya dikatakan bahwa perawatan diri *postpartum* dapat mempercepat proses penyembuhan luka. Kegiatan pemberian pendidikan kesehatan dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan secara langsung atau melalui partisipasi keluarga dan masyarakat melalui pemberdayaan.

Pemberdayaan dapat dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan kepada ibu hamil dan ibu *postpartum*. Advokasi kepada pemangku kebijakan dan baik dari sektor kesehatan ataupun non kesehatan baik secara formal maupun non formal. Informasi perawatan *postpartum* perlu dilakukan agar ibu dapat mencari, menganalisis dan melakukannya. Oleh karena perlu adanya kelompok masyarakat yang fokus menangani masa *postpartum* ini. Kecamatan Sucinaraja terletak di Kab. Garut. Fasilitas kesehatan yang ada di Kec. Sucinaraja adalah adanya Puskesmas Kecamatan, praktik dokter umum yang tidak buka setiap hari, dan ada bidan praktek mandiri, selain itu terdapat juga kader kesehatan. Saat ini kader kesehatan yang dimiliki berjumlah sekitar 10 orang untuk satu kecamatan dan masih fokus pada balita (kegiatan posyandu). Sementara, untuk kader yang fokus pada kesehatan ibu hamil, melahirkan dan *postpartum* belum ada.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Kec. Sucinaraja ditemukan beberapa data diantaranya: banyak ibu muda (melahirkan di usia < 20 tahun), pendidikan rendah, kondisi ekonomi menengah kebawah. Hasil wawancara kepada ibu hamil mengatakan bahwa tidak tahu tentang perawatan *postpartum*, ada beberapa ibu yang mengatakan tidak mau menyusui jika sudah melahirkan, belum mengetahui perawatan bayi baru lahir, dan masih banyak ibu hamil yang tidak melakukan antenatal care secara teratur. Selain itu, ada beberapa ibu yang sedang menyusui mengalami payudara bengkak, ASI tidak lancar, dan puting lecet. Pada PCM Sucinaraja, kader 'Aisyiyah cukup banyak dengan berbagai kalangan usia. Kader yang masih berusia dibawah 40 tahun cukup banyak, ibu rumah tangga dan memiliki waktu luang untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada masyarakat. Akan tetapi, ilmu dan keterampilan tentang kesehatan terutama kesehatan ibu *postpartum* masih sangat kurang. Oleh karena itu, kegiatan PkM ini adalah memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang perawatan ibu *postpartum* kepada kader 'Aisyiyah untuk selanjutnya para kader ini yang akan memberikan informasi dan penyuluhan kepada ibu hamil dan *postpartum* tentang perawatan *postpartum*.

Berdasarkan data diatas, perlu dibentuknya kelompok peduli ibu *postpartum*. Peneliti mengajukan mitra ke PCM/PCA Sucinaraja, karena organisasi Muhammadiyah/Aisyiyah fokus pada kesehatan. 'Aisyiyah merupakan organisasi otonomi dari Muhammadiyah yang memiliki perhaian khusus kepada kesehatan dan berperan dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak. 'Aisyiyah juga memiliki program "Pemberdayaan Masyarakat untuk 1000 hari pertama kehidupan (HKP)", selain itu peran 'Aisyiyah juga dengan memberikan edukasi terhadap ibu, dan remaja mengenai kesehatan. Selain itu, 'Aisyiyah juga telah melakukan strategi untuk mendukung terjaminnya kesehatan masyarakat dengan dibentuknya Balai Sakinah 'Aisyiyah yang dapat memberikan pendampingan terhadap masyarakat terutama perempuan untuk melakukan diskusi mengenai kesehatan, konseling dan pendampingan.

Tujuan dari kegiatan PkM ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kepada kader 'Aisyiyah tentang perawatan *postpartum*. Kegiatan ini dapat dilakukan dalam kurun waktu yang lama, karena peneliti/dosen dapat memberikan pelatihan minimal 2 hari dan setelah pelatihan dan terbentuk tim maka tugas peneliti selanjutnya adalah terus memberikan pendampingan dan menerima konsultasi jika tim kader ini tidak dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Kegiatan PkM ini pun diharapkan dapat membantu mitra dalam pembentukan kelompok peduli kesehatan *postpartum*. Selain bermanfaat untuk mitra, PkM ini juga mendukung kinerja utama Universitas dalam mencapai Indikator

Kinerja Utama (IKU) dan program MBKM yaitu IKU 2: mahasiswa mendapat pengalaman di luar kampus; IKU 3: dosen berkegiatan di luar kampus; IKU 5 hasil kerja dosen digunakan oleh masyarakat atau mendapat rekognisi internasional.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara deskriptif melalui pendekatan edukatif dan partisipatif yang berlangsung selama dua hari, yaitu pada hari Rabu dan Kamis, bertempat di Pimpinan Cabang Muhammadiyah Sucinaraja. Kegiatan ini ditujukan kepada kader 'Aisyiyah dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam perawatan *postpartum*. Metode yang digunakan meliputi *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal peserta dengan mengajukan 42 butir pertanyaan, Instrumen soal telah melalui proses validasi isi dengan pendekatan *expert judgment*, yang dilakukan oleh penulis pertama selaku tenaga kesehatan Spesialis Keperawatan Maternitas dengan pengalaman praktik klinis. Penilaian ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap butir soal relevan dengan tujuan edukasi, disusun dengan bahasa yang jelas, serta mencakup aspek penting dalam perawatan *postpartum*. Pemberian materi melalui ceramah interaktif, serta demonstrasi praktik langsung terkait perawatan payudara, pijat oksitosin, ASI eksklusif, *vulva hygiene*, tanda REEDA, dan tanda bahaya nifas. Setelah kegiatan edukasi dan demonstrasi selesai, peserta diberikan *post-test* sebagai evaluasi terhadap peningkatan pemahaman dengan mengajukan 42 butir pertanyaan. Metode ini dirancang untuk memastikan transfer pengetahuan secara efektif dan berkelanjutan yang dimana nantinya peserta menerima buku saku sebagai media edukatif dengan tujuan menjadi bagian dari upaya keberlanjutan dan tindak lanjut jangka panjang. Selain itu, *Mom's Care Team* pun dibentuk, yang mana tim ini terdiri dari kader yang peduli dengan kesehatan ibu nifas dan bertanggung jawab untuk membantu dan mengawasi ibu di tempat kerja mereka. Tim ini difasilitasi dengan komunikasi daring dan monitoring secara berkala setiap bulannya guna memastikan penerapan ilmu secara nyata dan berkelanjutan di masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil

Kegiatan ini diikuti oleh 19 orang kader 'Aisyiyah PCM Sucinaraja dengan latar belakang pendidikan dan usia yang beragam. Peserta terdiri dari 9 lulusan S1 (47,37%), 9 lulusan SMA/SMK (47,37%), dan satu lulusan SMP (5,26%). Sebagian besar peserta berusia antara 20 dan 35 tahun (11 orang, atau 57,89 persen), diikuti oleh 7 orang, atau 36,84 persen, berusia di atas 35 tahun, dan satu orang berusia di bawah 20 tahun (5,26 persen). Selain itu, status kehamilan peserta berbeda: 13 orang (68,42%) adalah multigravida, 5 orang (26,32%) adalah nulligravida, dan 1 orang (5,26%) adalah primigravida.

Tabel I. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Pendidikan		
Sarjana	9	47,37
SMA/SMK	9	47,37
SMP	1	5,26
Usia		
< 20 tahun	1	5,26
20-35 tahun	11	57,89
> 35 tahun	7	36,84
Status Obstetri		
Nuligravida	5	26,32
Primigravida	1	5,26
Multigravida	13	68,42

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hampir setengah dari responden berpendidikan SMA dan sarjana, lebih dari setengahnya berusia 20-35 tahun yang merupakan usia produktif dan sebagian besar responden merupakan multigravida.

Jenis Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan langkah nyata Universitas 'Aisyiyah Bandung untuk mengamalkan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Adapun tujuan dari pengabdian masyarakat yang dilakukan saat ini untuk meningkatkan pengetahuan Kader 'Aisyiyah terkait dengan perawatan *postpartum* sehingga dapat terbentuknya kelompok masyarakat peduli kesehatan *postpartum*. Jenis kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari rangkaian edukatif dan praktis yang dimulai dengan *pre-test* sebanyak 42 pertanyaan untuk mengukur pengetahuan awal peserta.



Gambar 1. Proses pengisian *pre-test*

Kegiatan selanjutnya yaitu pematerian mengenai perawatan payudara, pijat oksitosin, ASI eksklusif, *vulva hygiene*, tanda REEDA, dan tanda bahaya nifas yang disampaikan melalui presentasi *PowerPoint* serta pembagian buku saku sebagai panduan. Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi langsung terkait seluruh materi untuk meningkatkan keterampilan peserta.



Gambar 2. Proses demonstrasi pijat oksitosin

Setelah seluruh rangkaian selesai, dilakukan *post-test* sebanyak 42 pertanyaan untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman dan keberhasilan kegiatan edukatif yang telah diberikan.

Perbandingan Pengetahuan Kader 'Aisyiyah tentang Perawatan Postpartum

Untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan edukasi yang diberikan kepada kader Aisyah mengenai perawatan *postpartum*, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan melalui instrumen kuisioner yang dibagikan sebelum dan sesudah intervensi. Penilaian ini mencakup lima aspek utama, yaitu pengetahuan tentang perawatan pasca persalinan, perawatan payudara, langkah-langkah pijat oksitosin, kebersihan vulva, dan tanda-tanda infeksi (REEDA). Setiap aspek terdiri dari sejumlah soal yang mengukur pemahaman peserta secara menyeluruh. Nilai yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* kemudian dihitung

rata-rata dan disajikan dalam bentuk tabel untuk menunjukkan perubahan tingkat pengetahuan kader. Berikut adalah perbandingan skor rata-rata hasil *pre-test* dan *post-test* pada masing-masing aspek pengetahuan kader ‘Aisyiyah:

Tabel II. Perbandingan Pengetahuan Kader tentang Perawatan *Postpartum* Sebelum dan Sesudah Pematerian dan Demonstrasi

Aspek Pengetahuan <i>Postpartum</i>	Rata-rata Nilai	Rata-rata Nilai
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Perawatan pasca persalinan (10 soal)	8.5	9.9
Perawatan payudara (10 soal)	6.7	8.7
Pijat oksitosin (10 soal)	4.5	8.2
Kebersihan vulva (6 soal)	2.5	4.5
Tanda-tanda REEDA (6 soal)	3.0	5.1
Total (42 soal)	25.2	36.4

Tabel II menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan kader Aisyah meningkat di semua aspek setelah intervensi. Pada setiap sub-bab kuisioner, skor *post-test* jauh lebih tinggi dibanding *pre-test*. Misalnya, skor rata-rata pengetahuan tentang perawatan pasca persalinan meningkat dari 8,53 menjadi 9,95 (dari maksimal 10), perawatan payudara dari 6,74 menjadi 8,68, dan pijat oksitosin dari 4,47 menjadi 8,21. Subjek dengan skor rendah pada *pre-test*, seperti pertanyaan tentang kebersihan vulva dan tanda-tanda infeksi (REEDA), menunjukkan perubahan yang signifikan (dari 2,47 menjadi 4,5; dari 3,00 menjadi 5,1). Secara keseluruhan, skor total (42 soal) meningkat dari 25,2 menjadi 36,4. Nilai para kader meningkat secara signifikan, hal tersebut menandakan modul intervensi secara jelas meningkatkan pemahaman kader mengnai pengatahanan *Postpartum* spesifiknya pada perawatan pasca persalinan, perawatan payudara, pijat oksitosin, kebersihan vulva, dan tanda-tanda infeksi (REEDA).

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan melalui ceramah interaktif dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu *postpartum* tentang pijat oksitosin (Noviyani *et al.*, 2024). Penelitian lain juga membuktikan bahwa metode demonstrasi membantu ibu nifas dalam melakukan perawatan mandiri (Lasanuddin, 2022). Pengetahuan ibu mengenai kebersihan vulva berkontribusi terhadap proses penyembuhan luka perineum, sedangkan kurangnya pengetahuan berdampak negatif terhadap pemulihannya (Pertamawati *et al.*, 2024). Penelitian oleh (Subai *et al.*, 2024, dalam Busroh & Purwati, 2025) menunjukkan bahwa ibu dengan luka perineum yang memiliki kebiasaan *vulva hygiene* yang baik tidak mengalami tanda-tanda infeksi (REEDA). Selain itu, menurut (Naharani *et al.*, 2021) Pendidikan kesehatan ini membantu ibu nifas mengetahui dan memahami tanda-tanda bahaya masa nifas dan segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan. Metode demonstrasi sangat efektif untuk membentuk pemahaman konkret terhadap suatu proses, perbandingan metode, dan pengujian kebenaran (Nursalam & Efendi dalam Suseno, 2021).

Untuk memastikan konsistensi program dan memfasilitasi perbaikan berkelanjutan dalam pelatihan, dilakukan penilaian sistematis terhadap kader’Aisyiyah yang telah dilatih. Penilaian ini dilakukan secara bulanan dengan tujuan untuk mengevaluasi sejauh mana staf menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam membantu ibu *postpartum* di wilayah Pimpinan Cabang Muhammadiyah Sucinaraja. Selain itu, program ini berfungsi sebagai forum reflektif interaktif antara program dan kader ‘Aisyiyah yang memungkinkan identifikasi tantangan nyata yang dihadapi di lingkungan dan pengembangan solusi yang sesuai untuk mengatasi tantangan tersebut. Konten pengabdian disebarluaskan dalam bentuk digital sebagai buku saku elektronik.



Gambar 3. Tampilan sampul E-Book Perawatan Ibu Nifas.

Buku ini telah disebarluaskan melalui grup WhatsApp agar mudah diakses sesuai kebutuhan. Di masa depan, rencananya sumber daya ini akan tersedia untuk diunduh melalui aplikasi digital gratis. Namun, proses ini saat ini masih dalam tahap awal penelitian dengan tujuan menentukan kelayakannya untuk kebutuhan komunitas dan menilai kecukupan infrastruktur teknologi yang ada di wilayah penerapan yang dimaksud. Pembentukan tim "Mom's Care" direncanakan untuk menjadi manifestasi konkret pemberdayaan komunitas yang tertanam kuat dan berkelanjutan, sehingga dapat diterapkan pada skenario serupa yang dihadapkan pada masalah serupa.

KESIMPULAN

Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan kader 'Aisyiyah setelah dilakukan intervensi edukasi terkait perawatan *postpartum*. Seluruh aspek yang dinilai, mulai dari perawatan pasca persalinan, perawatan payudara, langkah-langkah pijat oksitosin, kebersihan vulva, dan tanda-tanda infeksi (REEDA), mengalami peningkatan skor rata-rata secara menyeluruh. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat efektif dalam meningkatkan pemahaman kader. Dengan demikian, program edukasi ini dapat dikatakan berhasil dalam memperkuat kapasitas kader dalam memberikan dukungan dan informasi yang benar kepada ibu *postpartum* di lingkungan mereka. Edukasi lanjutan secara berkala disarankan agar peningkatan pengetahuan ini dapat dipertahankan dan diterapkan secara optimal dalam praktik di masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dalam bentuk edukasi dan pelatihan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader 'Aisyiyah terkait perawatan *postpartum*. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh aspek pengetahuan, terutama pada topik-topik yang sebelumnya kurang dipahami, seperti pijat oksitosin, kebersihan vulva, dan tanda-tanda infeksi (REEDA). Skor total meningkat dari 25,2 menjadi 36,7, mendekati nilai maksimal yang mencerminkan pemahaman yang lebih komprehensif. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan yakni kombinasi ceramah, demonstrasi, dan media buku saku telah berhasil meningkatkan pengetahuan secara optimal. Keberhasilan ini menjadi dasar yang kuat untuk melanjutkan pembentukan kelompok peduli *postpartum* di masyarakat. Selain memperkuat kapasitas kader sebagai agen perubahan kesehatan, kegiatan ini juga berkontribusi terhadap pencapaian tujuan pembangunan kesehatan ibu dan anak serta mendukung keterlibatan aktif perguruan tinggi dalam memberdayakan masyarakat secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pengabdi haturkan kepada LPPM Unisa Bandung yang telah membiayai kegiatan pengabdian ini sampai dengan publikasi. Selain itu, ucapan terima kasih juga diberikan kepada Kepala Puskesmas Margahayu Raya dan Staf yang telah memberikan pengabdi kesempatan untuk melakukan penyuluhan dan ikut melakukan pemeriksaan triple eliminasi pada ibu hamil.

REFERENSI

- Ahmadinezhad, M., Vizeshfar, F., & Pakniat, A. (2022). Mothers' perceptions of the quality of postnatal care provided in health centers and the associated factors: A cross-sectional study. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, **10**(2), 110–119. <https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2021.90057.1663>
- Aminah, A., Fatmawati, A., & Gartika, N. (2019). Hubungan kejadian postpartum blues dengan motivasi ibu dalam menyusui. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, **6**(2), 35–40. <https://doi.org/10.33867/jka.v6i2.134>
- Busroh, K., & Purwati, Y. (2025). Pengaruh vulva hygiene terhadap pencegahan risiko infeksi luka ruptur perineum. *NERSMID: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, **8**(2), 111–124. <https://doi.org/10.55173/nersmid.v8i2.243>
- Chembe, B. C., & Siziba, S. (2017). Level of knowledge on postnatal care and its associated factors in Ndola, Zambia. *Health Press Zambia*, **1**(4), 1–18.
- Fadhilah, A. N., & White, I. P. F. I. (2023). Pendarahan paskasalin. *Jurnal Medical Profession (MedPro)*, **5**(1), 27–32.
- Fatmawati, A., & Gartika, N. (2021). Hubungan kondisi psikologis dan paritas dengan kejadian depresi postpartum pada ibu remaja. *Faletehan Health Journal*, **8**(1), 36–41. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i01.145>
- Furtado, M., Chow, C. H. T., Owais, S., Frey, B. N., & Van Lieshout, R. J. (2018). Risk factors of new onset anxiety and anxiety exacerbation in the perinatal period: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, **238**, 626–635. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.05.073>
- Gartika, N., & Fatmawati, A. (2024). Analysis of factors related to the incidence of postpartum blues in adolescent mothers. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, **12**(1), 1–5. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2024.8511>
- Herlina, Virgia, V., & Wardani, R. A. (2018). Hubungan teknik vulva hygiene dengan penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan*, **4**(1), 5–10. <https://doi.org/10.33024/jkm.v4i1.636>
- Lasanuddin, Hamna, V., Ilham, R., & Arfiani. (2022). Penyuluhan kesehatan dan pendampingan perawatan payudara pada ibu nifas di Kelurahan Oluhuta Kecamatan Kabilia Kabupaten Bonebolango. *JCS*, **4**(2). <https://doi.org/10.57170/jcs.v4i2.40>
- McCauley, H., Lowe, K., Furtado, N., Mangiaterra, V., & Van Den Broek, N. (2022). Essential components of postnatal care: A systematic literature review and development of signal functions to guide monitoring and evaluation. *BMC Pregnancy and Childbirth*, **22**(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04752-6>
- Mewally, A. M., et al. (2020). Strengths of community- and health facilities-based intervention in improving women and adolescents' care-seeking behaviors as approaches for reducing maternal mortality and improving birth outcome among low-income communities of Egypt. *BMC Health Services Research*, **20**, 592. <https://doi.org/10.1186/s12913-020-05412-1>
- Naharani, A., Rifki, A., Pamuji, S. E. B., & Hadiningsih, T. A. (2021). Pendidikan kesehatan tanda bahaya masa nifas di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, **2**(1), 99–105. <http://dx.doi.org/10.36308/jabi.v2i1.296>

- Noviyani, F., & Listiyaningsih, M. D. (2024). Pijat oksitosin pada ibu postpartum sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. *Indonesian Journal of Community Empowerment*, **6**(1), 30–34. <https://doi.org/10.35473/ijce.v6i1.3140>
- Paladine, H. L., Blenning, M. D., & Strongas, Y. (2019). Postpartum care: An approach to the fourth trimester. *American Family Physician*, **100**(8), 485–491.
- Purnamawati, W. W., Fatmawati, A., & Imansari, B. (2022). Analisis hubungan kecemasan terhadap produksi ASI pada ibu postpartum: Literature review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, **7**(2), 188–194. <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i2.9382>
- Suseno, M., Rachmawati, M., & Putri, M. S. D. (2021). Pengaruh metode demonstrasi terhadap keterampilan perawatan payudara pada ibu nifas di Kelurahan Karang Pule. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, **10**(1). <https://doi.org/10.32831/jik.v10i1.348>
- Yustiawan, T. (2018). Literasi informasi kesehatan nifas ibu hamil berstatus sosial menengah ke bawah. *Indonesian Journal of Health Administration*, **6**(12), 122–128. <https://doi.org/10.20473/jaki.v6i2.2018.122-128>