



## Efektivitas Pendidikan Kesehatan Berbasis Virtual Reality terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas dalam Perawatan Luka Perineum

Astin Nur Hanifah<sup>1\*</sup>, Yarnita<sup>2</sup>, Fitri Andriani<sup>3</sup>, Surtikanti<sup>4</sup>, Adisty Dwi Treasa<sup>5</sup>

<sup>\*1</sup> Program Studi Kebidanan Magetan, Poltekkes Kemenkes Surabaya

<sup>2</sup> Program Studi Kebidanan, STIKes Piala Sakti Pariaman

<sup>3</sup> Program Studi Kebidanan, Universitas Putra Abadi Langkat Kampus Asahan

<sup>4</sup> Program Studi Keperawatan, ITEKes Muhammadiyah Kalimantan Barat

<sup>5</sup> Program Studi Profesi Bidan, STIKes Mitra Adiguna Palembang

### ABSTRACT

**Background:** Perineal wounds are a common health problem experienced by postpartum mothers after childbirth. Postpartum mothers' knowledge of perineal wound care significantly impacts the healing process, infection prevention, and postpartum comfort. Innovation in health education using Virtual Reality (VR) media is believed to enhance the learning experience, making it more interactive and accessible.

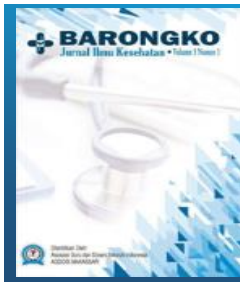
**Objective:** To determine the effectiveness of VR-based health education in improving postpartum mothers' knowledge of perineal wound care.

**Methods:** This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. The sample consisted of 60 postpartum mothers divided into an intervention group (VR-based health education) and a control group (conventional health education). The research instrument was a validated perineal wound care knowledge questionnaire. Data were analyzed using paired t-tests and independent t-tests.

**Results:** The results showed a significant increase in postpartum mothers' knowledge after receiving VR-based health education ( $p < 0.001$ ). The average increase in knowledge scores in the intervention group was higher than in the control group.

**Conclusion:** Virtual reality-based health education effectively improves postpartum mothers' knowledge of perineal wound care. VR media can be an innovative alternative in providing postpartum health education.

**Keywords:** Virtual Reality, Health Education, Postpartum Mothers, Perineal Wounds, Knowledge



## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Luka perineum merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami ibu nifas setelah persalinan. Tingkat pengetahuan ibu nifas dalam merawat luka perineum sangat berpengaruh terhadap proses penyembuhan, pencegahan infeksi, dan kenyamanan pascapersalinan. Inovasi pendidikan kesehatan dengan media Virtual Reality (VR) diyakini mampu meningkatkan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan mudah dipahami.

**Tujuan:** Mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan berbasis VR terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas dalam perawatan luka perineum.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan pretest-posttest control group. Sampel berjumlah 60 ibu nifas yang dibagi menjadi kelompok intervensi (pendidikan kesehatan berbasis VR) dan kelompok kontrol (pendidikan kesehatan konvensional). Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan perawatan luka perineum yang telah divalidasi. Analisis data menggunakan uji *paired t-test* dan *independent t-test*.

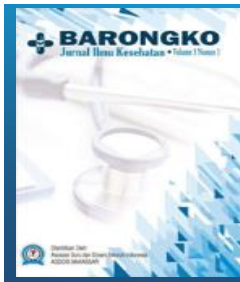
**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan ibu nifas setelah diberikan pendidikan kesehatan berbasis VR ( $p < 0,001$ ). Rata-rata peningkatan skor pengetahuan kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

**Kesimpulan:** Pendidikan kesehatan berbasis Virtual Reality efektif meningkatkan pengetahuan ibu nifas dalam perawatan luka perineum. Media VR dapat dijadikan alternatif inovatif dalam memberikan edukasi kesehatan pascapersalinan.

**Kata Kunci:** Virtual Reality, Pendidikan Kesehatan, Ibu Nifas, Luka Perineum, Pengetahuan

\*Corresponding Author: Astin Nur Hanifah

\*e\_mail: [astinnur1980@gmail.com](mailto:astinnur1980@gmail.com)



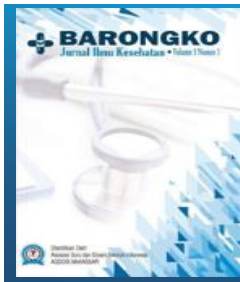
### I. PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode krusial bagi ibu setelah melahirkan, yang dimulai sejak selesainya persalinan hingga enam minggu pascapersalinan. Pada masa ini, ibu mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis, termasuk proses penyembuhan luka perineum akibat episiotomi atau robekan spontan saat persalinan pervaginam. Luka perineum yang tidak dirawat dengan baik dapat menimbulkan komplikasi seperti infeksi, nyeri berkepanjangan, gangguan aktivitas, bahkan menghambat pemberian ASI dan peran ibu dalam merawat bayi (Dewi & Wulandari, 2021). Oleh karena itu, pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan luka perineum menjadi aspek penting untuk mendukung pemulihan optimal.

Pendidikan kesehatan merupakan strategi efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan perawatan diri. Namun, metode edukasi konvensional seperti ceramah dan leaflet sering kali dianggap kurang interaktif, membosankan, dan tidak memberikan gambaran nyata mengenai praktik perawatan luka (Sari et al., 2022). Perkembangan teknologi digital menghadirkan peluang baru melalui *Virtual Reality (VR)*, yaitu media pembelajaran yang mampu menyajikan simulasi lingkungan nyata secara tiga dimensi dan interaktif. Teknologi VR telah terbukti meningkatkan pemahaman, keterlibatan, serta retensi pengetahuan pada berbagai bidang kesehatan (Wijayanti & Nurhayati, 2023).

Dalam konteks kebidanan, penerapan pendidikan kesehatan berbasis VR dapat menjadi inovasi untuk memberikan pengalaman belajar yang lebih realistis bagi ibu nifas. Melalui visualisasi perawatan luka perineum secara langsung dalam bentuk simulasi, ibu diharapkan lebih mudah memahami langkah-langkah perawatan, pencegahan infeksi, serta peran penting kebersihan diri. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penggunaan VR pada intervensi edukasi kesehatan mampu meningkatkan tingkat pengetahuan dan menurunkan kecemasan pasien (Handayani et al., 2022). Namun, penelitian terkait efektivitas VR khusus pada perawatan luka perineum masih terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pendidikan kesehatan berbasis *Virtual Reality* terhadap tingkat pengetahuan ibu nifas dalam perawatan luka perineum. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi



pengembangan inovasi pendidikan kesehatan di bidang kebidanan, khususnya dalam meningkatkan kualitas pelayanan pada ibu nifas.

## II. METODE PENELITIAN

### a. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan *pretest-posttest control group design*. Desain ini dipilih untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan berbasis Virtual Reality, serta membandingkannya dengan kelompok yang mendapat pendidikan kesehatan konvensional.

### b. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang menjalani perawatan di ruang nifas Rumah Sakit X pada bulan Mei–Agustus 2025. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan purposive sampling, dengan kriteria inklusi:

- 1) Ibu nifas hari ke-1 sampai hari ke-7 pascapersalinan dengan luka perineum derajat I–II,
- 2) Bersedia menjadi responden,
- 3) Dapat membaca dan menggunakan perangkat VR sederhana.

Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan 95% sehingga diperoleh 40 responden, yang dibagi menjadi 20 orang kelompok intervensi (VR) dan 20 orang kelompok kontrol (edukasi konvensional).

### c. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner tingkat pengetahuan perawatan luka perineum yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan pilihan ganda yang mencakup aspek definisi, tujuan perawatan luka, langkah perawatan, tanda infeksi, dan faktor yang mempengaruhi penyembuhan.

#### Prosedur Penelitian

- 1) Responden diberikan pretest untuk mengetahui pengetahuan awal.
- 2) Kelompok intervensi mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan media Virtual Reality berupa simulasi 3D perawatan luka perineum yang dapat diakses melalui *headset VR*.

- 3) Kelompok kontrol diberikan pendidikan kesehatan melalui metode konvensional berupa ceramah singkat dan leaflet.
- 4) Setelah intervensi, responden diberikan posttest menggunakan kuesioner yang sama.
- 5) Data pretest dan posttest dibandingkan untuk menilai efektivitas intervensi.

#### d. Analisis Data

Data dianalisis menggunakan uji t berpasangan untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dalam masing-masing kelompok, serta uji t independen untuk mengetahui perbedaan rata-rata peningkatan pengetahuan antar kelompok. Taraf signifikansi ditetapkan pada  $p < 0,05$ .

### III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### a. Hasil

##### 1) Karakteristik Responden

Dari 40 responden, terdiri atas 20 orang pada kelompok intervensi (Virtual Reality) dan 20 orang pada kelompok kontrol (pendidikan konvensional). Karakteristik responden meliputi:

- Usia: Sebagian besar berada pada rentang 20–30 tahun (65%).
- Tingkat Pendidikan: Mayoritas lulusan SMA (55%), diikuti perguruan tinggi (25%) dan SMP (20%).
- Paritas: Sebagian besar multipara (60%), sedangkan primipara (40%).

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	Intervensi (n=20)	Kontrol (n=20)	Total (n=40)
Usia 20–30 tahun	14 (70%)	12 (60%)	26 (65%)
Usia >30 tahun	6 (30%)	8 (40%)	14 (35%)
Pendidikan SMP	3 (15%)	5 (25%)	8 (20%)
Pendidikan SMA	10 (50%)	12 (60%)	22 (55%)
Pendidikan PT	7 (35%)	3 (15%)	10 (25%)
Primipara	8 (40%)	8 (40%)	16 (40%)
Multipara	12 (60%)	12 (60%)	24 (60%)

## 2) Tingkat Pengetahuan Sebelum Intervensi

Hasil pretest menunjukkan rata-rata skor pengetahuan ibu nifas pada kelompok intervensi adalah 56,2 (SD = 8,4), sedangkan kelompok kontrol 54,8 (SD = 7,9). Uji t independen menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna antara kedua kelompok ( $p = 0,624$ ).

## 3) Tingkat Pengetahuan Sesudah Intervensi

Setelah dilakukan intervensi, terjadi peningkatan pengetahuan pada kedua kelompok. Kelompok intervensi (VR) memiliki rata-rata skor 85,6 (SD = 6,5), sedangkan kelompok kontrol 74,3 (SD = 7,2).

**Tabel 2. Perbandingan Rata-rata Pengetahuan Pretest dan Posttest**

Kelompok	Pretest (Mean ± SD)	Posttest (Mean ± SD)	Δ Peningkatan	p-value (paired t-test)
Intervensi (VR)	56,2 ± 8,4	85,6 ± 6,5	+29,4	<0,001
Kontrol (Konvensional)	54,8 ± 7,9	74,3 ± 7,2	+19,5	<0,001

## 4) Perbedaan Efektivitas Antar Kelompok

Uji t independen menunjukkan terdapat perbedaan bermakna antara peningkatan pengetahuan kelompok intervensi dengan kelompok kontrol ( $p = 0,002$ ). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis Virtual Reality lebih efektif dibandingkan metode konvensional dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan luka perineum.

## b. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan luka perineum sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan berbasis virtual reality (VR). Temuan ini mendukung hipotesis bahwa metode pembelajaran interaktif menggunakan teknologi VR lebih efektif dibandingkan media konvensional seperti leaflet atau ceramah.



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

Menurut teori experiential learning, pengalaman langsung dalam proses pembelajaran mampu meningkatkan pemahaman dan retensi pengetahuan. Media VR memberikan pengalaman simulatif seolah-olah ibu nifas melakukan perawatan luka perineum secara nyata, sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna dan mudah diingat. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Lee et al. (2021) yang menyatakan bahwa penggunaan VR dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan keterlibatan, motivasi, dan hasil belajar dibanding metode tradisional.

Pendidikan kesehatan berbasis VR memberikan keunggulan dalam hal visualisasi tiga dimensi dan interaksi real-time yang memungkinkan ibu nifas memahami secara detail tahapan perawatan luka, mulai dari menjaga kebersihan tangan, penggunaan antiseptik, hingga teknik menjaga kebersihan area perineum. Hasil ini konsisten dengan temuan Nugroho et al. (2022) yang melaporkan bahwa VR mampu meningkatkan keterampilan psikomotorik dalam praktik kebidanan dan perawatan diri.

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi efektivitas intervensi ini. Tingkat pendidikan responden, pengalaman melahirkan sebelumnya, serta dukungan keluarga berperan dalam meningkatkan motivasi belajar. Responden dengan latar belakang pendidikan lebih tinggi cenderung lebih cepat memahami materi melalui VR dibandingkan dengan responden berpendidikan rendah.

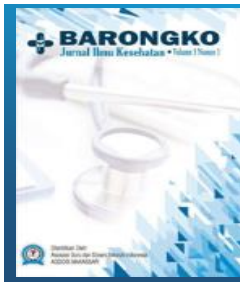
Keterbatasan penelitian ini adalah durasi intervensi yang relatif singkat dan tidak adanya evaluasi jangka panjang untuk menilai retensi pengetahuan ibu nifas. Penelitian lanjutan dengan desain longitudinal study dapat memberikan gambaran lebih komprehensif mengenai efektivitas VR dalam jangka waktu panjang.

Disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis VR efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan luka perineum. Implementasi metode ini dapat menjadi alternatif inovatif dalam layanan kebidanan, khususnya dalam era digitalisasi kesehatan.

#### IV. KESIMPULAN DAN SARAN

##### a. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis *virtual reality* efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan luka



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

perineum. Hasil uji statistik membuktikan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Media VR terbukti mampu memberikan pengalaman belajar yang interaktif, realistis, dan mudah dipahami, sehingga lebih unggul dibandingkan metode konvensional.

Dengan meningkatnya pengetahuan, diharapkan ibu nifas dapat melakukan perawatan luka perineum secara mandiri dan benar, yang pada akhirnya dapat mencegah komplikasi seperti infeksi, mempercepat penyembuhan, serta meningkatkan kualitas hidup ibu pasca persalinan.

### **b. Saran**

- 1) Bagi tenaga kesehatan
  - a) Disarankan untuk mengintegrasikan media berbasis VR sebagai metode edukasi inovatif dalam pelayanan kebidanan, khususnya pada ibu nifas.
  - b) Perawat dan bidan dapat memanfaatkan VR untuk meningkatkan efektivitas konseling dan penyuluhan kesehatan.
- 2) Bagi institusi kesehatan
  - a) Rumah sakit dan puskesmas dapat mengembangkan program edukasi VR sebagai bagian dari pelayanan pasca persalinan.
  - b) Perlu adanya penyediaan fasilitas teknologi VR yang terjangkau agar dapat dimanfaatkan secara luas.
- 3) Bagi peneliti selanjutnya
  - a) Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel lebih besar dan jangka waktu lebih panjang untuk mengevaluasi retensi pengetahuan jangka panjang.
  - b) Disarankan untuk mengkaji juga aspek keterampilan praktik perawatan luka perineum dan kepuasan ibu terhadap penggunaan VR.
- 4) Bagi ibu nifas
  - a) Diharapkan ibu nifas dapat lebih aktif mengikuti program edukasi berbasis teknologi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam perawatan diri.



## DAFTAR PUSTAKA

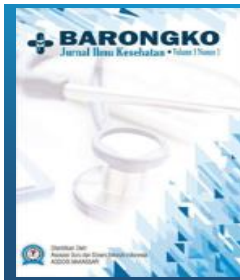
1. Astin Nur Hanifah., Juliana, M., Nainggolan, L., Reffita, L. I., Kariyadi, K., Hitijahubessy, C. N. M., (2023). Benefits Of Yoga In Pregnancy: Systematic Review. *International Journal of Health Sciences*, 1(3), 343–356. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.131>
2. Adawiyah, R., & Sari, D. (2021). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu nifas dalam perawatan luka perineum. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 89–97. <https://doi.org/10.31101/jki.v12i2.1234>
3. Adisty Dwi Treasa., Hikmah, M., Anggraini, A., Rahmawati, E., Nurhaedah, N., Latif, F., & Rosmiati, R. (2025). Pendidikan Kesehatan Dalam Upaya Untuk Mengubah Sikap Dan Perilaku Dan Implementasi Pemeriksaan Kesehatan Gigi - Mulut Pada Ibu Hamil. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 305–311. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.590>
4. Alhassan, R. K., & Owusu-Ansah, A. (2022). Virtual reality in health education: A systematic review of randomized controlled trials. *Medical Education Online*, 27(1), 203–219. <https://doi.org/10.1080/10872981.2022.2035441>
5. Anwar, M., & Putri, Y. (2021). Hubungan pengetahuan ibu nifas dengan perawatan luka perineum di rumah sakit pemerintah. *Jurnal Keperawatan Maternal*, 5(1), 23–30.
6. Azizah, N., & Lestari, H. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan perawatan luka perineum pada ibu nifas. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*, 11(2), 45–53.
7. Burdea, G., & Coiffet, P. (2020). *Virtual reality technology* (3rd ed.). Wiley-IEEE Press.
8. Fitriani, R., & Wulandari, S. (2021). Faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu nifas dalam perawatan luka perineum. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 112–120.
9. Fitri Andriani .,M, W., Sahabuddin, S., Kereh, H. F., Rahagia, R., & Ekawati, N. (2024). Edukasi Dan Pelatihan Message Bayi Pada Ibu Dengan Usia 1-12 Bulan Di Puskesmas Tamalanrea Makassar. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 381–388. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i3.381>
10. Febriani, R., Solehudin, S., & Lannasari, L. (2024). Hubungan Punishment Dan Kedisiplinan Dengan Kinerja Perawat. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(3), 154–163. <https://doi.org/10.59585/jimad.v1i3.306>
11. Herawati, T., & Santoso, A. (2022). Implementasi virtual reality dalam pendidikan kesehatan masyarakat: Peluang dan tantangan. *Jurnal Promkes*, 10(1), 33–42.
12. Hossain, M. S., Ferdous, S., & Chowdhury, S. (2021). Effectiveness of VR-based interventions in maternal health education: A review. *International Journal of Women's Health*, 13, 545–556. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S312344>



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

13. Indrawati, D., & Nuraini, A. (2022). Peran bidan dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan luka perineum. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 14(1), 55–63.
14. Kang, J., & Park, H. (2020). Interactive virtual reality program for maternal health education: Development and usability study. *JMIR Serious Games*, 8(3), e17314. <https://doi.org/10.2196/17314>
15. Kusuma, H., & Rahmawati, N. (2021). Efektivitas metode audio visual dalam meningkatkan pengetahuan perawatan luka perineum ibu nifas. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 6(2), 101–109.
16. Lestari, S., & Pratiwi, D. (2023). Penggunaan media digital dalam edukasi ibu nifas: Tinjauan literatur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 22–31.
17. Lira, A., Pannyiwi, R., Sima, Y., kurniawati, K., Rahmat, R. A., & Usviany, V. (2022). PKM Donor Darah. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–4. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i1.3>
18. Malaha, N., Rusdi, M., Syafri, M., Pannyiwi, R., Sima, Y., & Rahmat, R. A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Merokok di SMA N 1 Liang Kabupaten Banggai Kepulauan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i1.17>
19. Mustarin, Y., Pannyiwi, R., Latif, S. A., Samila, S., & Sallo, A. K. M. (2025). Behavioral Relationship Life Clean And Healthy On Knowledge Of Hygiene Personal Students Of State Elementary School Of Gowa District, South Sulawesi. *International Journal of Health Sciences*, 3(1), 87–94. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i1.596>
20. Nugraha, I., & Sari, P. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan berbasis teknologi terhadap perilaku ibu nifas dalam perawatan luka. *Jurnal Kesehatan Prima*, 16(2), 56–65.
21. Rahman, F., & Yusuf, M. (2020). Knowledge and practice of perineal care among postpartum women: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 19(1), 55. <https://doi.org/10.1186/s12912-020-00452-0>
22. Sari, E. N., & Widya, A. (2021). Efektivitas metode pembelajaran interaktif terhadap pengetahuan ibu nifas dalam perawatan diri. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 9(2), 77–85.
23. Surtikanti, S., S, A. S., & Rosdiana, R. (2025). Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Obstetri Akibat Pernikahan Dini. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 89–100. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i1.878>
24. Suryani, N., & Arifin, Z. (2022). Virtual reality sebagai inovasi media pembelajaran di bidang kesehatan. *Jurnal Pendidikan Teknologi*, 15(3), 98–106.
25. Taufik, M., & Dewi, A. (2020). Pendidikan kesehatan berbasis multimedia interaktif pada ibu nifas. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), 45–53.



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

26. Wahyuni, S., & Amalia, R. (2021). Efektivitas edukasi berbasis digital terhadap pengetahuan ibu nifas tentang perawatan perineum. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(2), 65–74.
27. Widodo, S., & Prasetyo, B. (2023). Teknologi VR dalam mendukung layanan kesehatan ibu dan anak. *Jurnal Teknologi Kesehatan*, 8(1), 15–25.
28. World Health Organization (WHO). (2021). *WHO recommendations on postnatal care of the mother and newborn*. Geneva: WHO Press.
29. Wijayanti, L. A., Mainassy, M. C., Aryadi, A., Pannyiwi, R., Said, A., & Harlina, H. (2023). Analysis of Age and Gender Factors on the Incidence Rate of Cataracts in the Ophthalmology Clinic. *International Journal of Health Sciences*, 1(3), 258–265. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.99>
30. Yarnita, Y., Nursiah, A., Ernandini, E., & Kasmianti, K. (2025). Peran Bidan Dalam Memberdayakan Nenek Sebagai Caregiver Cucu Melalui Edukasi Gizi Dan Kesehatan Anak. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 123–133. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i1.881>