

## RENTANG WAKTU MELAKUKAN COITUS DENGAN KEJADIAN DISPAREUNIA

Atun Wigati<sup>1</sup>, Ana Zumrotun Nisak<sup>2</sup>, Ika Tristanti<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Universitas Muhammadiyah Kudus, Kudus, Indonesia  
[atunwigati@umkudus.ac.id](mailto:atunwigati@umkudus.ac.id)  
[anazumrotun@umkudus.ac.id](mailto:anazumrotun@umkudus.ac.id)  
[ikatristanti@umkudus.ac.id](mailto:ikatristanti@umkudus.ac.id)

---

### Abstrak

Kebutuhan ibu nifas, juga sama halnya dengan ibu lainnya hanya lebih membutuhkan penanganan khusus. Salah satu kebutuhan ibu nifas adalah kebutuhan seksual. 20% perempuan yang baru pertama kali melahirkan membutuhkan waktu 6 bulan untuk merasa nyaman secara fisik saat bersenggama, dengan waktu rata-rata sekitar 3 bulan. Sekitar 61% terjadi rasa nyeri saat melakukan hubungan seksual pasca melahirkan karena dilakukan sebelum 6 minggu pasca melahirkan, hanya 12-14% pasangan yang tidak mengalami masalah seksual setelah melahirkan (*sexual problems postpartum*) karena dilakukan setelah 6 minggu pasca melahirkan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisa rentang waktu melakukan coitus dengan dispareunia pasca nifas. Jenis penelitian menggunakan deskriptif analitik, pendekatan waktu retrospective study. Teknik pengambilan sample menggunakan simple random sampling. Jumlah sample dalam penelitian ini adalah 36 responden yang sudah memenuhi kriteria inklusi. Analisa data statistic menggunakan uji Chi-Square dengan instrument penelitian berupa kuesioner. Hasil penelitian didapatkan nilai chi-square adalah 5,99. Hasil ini menunjukkan ada korelasi antara rentang waktu melakukan coitus dengan kejadian dyspareunia pada ibu pasca nifas di BPM Sri Purwanti Kabupaten Jepara.

**Kata Kunci :** rentang waktu coitus, dispareunia

### Abstract

*The needs of the puerperal mother, as well as other mothers, only require more special handling. One of the needs of postpartum mothers is sexual needs. 20% of women giving birth for the first time takes 6 months to feel physically comfortable during intercourse, with an average time of about 3 months. Approximately 61% of pain occurs during sexual intercourse after childbirth because it is done before 6 weeks postpartum, only 12-14% of couples who do not experience sexual problems after childbirth (*sexual problems postpartum*) because it is done after 6 weeks postpartum. The purpose of this research is to analyze the time span of coitus with postpartum dyspareunia. This type of research uses descriptive analytic, retrospective study time approach. The sampling technique uses simple random sampling. The number of samples in this study were 36 respondents who met the inclusion criteria. Analysis of statistical data using the Chi-Square test with a research instrument in the form of a questionnaire. The results showed the chi-square value was 5.99. These results indicate there is a correlation between the time span of coitus and the incidence of dyspareunia in postpartum mothers at BPM Sri Purwanti, Jepara Regency.*

**Keywords:** coitus time span, dyspareunia

---

## I. PENDAHULUAN

Nifas merupakan masa pembersihan rahim, sama halnya seperti masa haid. Masa setelah melahirkan selama 6 minggu atau 40 hari, menurut hitungan merupakan masa nifas yang penting untuk terus dipantau. Darah nifas mengandung trombosit, sel-sel degeneratif, sel-sel mati, dan sel-sel endometrium sisa. Setelah melahirkan tubuh perlu untuk istirahat dan membutuhkan masa penyembuhan (Wulandari, 2008).

Salah satu kebutuhan ibu nifas adalah kebutuhan seksual. Seksualitas adalah suatu keinginan untuk menjalin hubungan, kehangatan, atau cinta dan perasaan diri secara menyeluruh pada individu, meliputi memandang dan berbicara, berpegangan tangan, berciuman atau memuaskan diri sendiri, dan sama-sama menimbulkan orgasme (Stuart, 2006).

Pada masa nifas perdarahan telah berhenti maka coitus bisa dilakukan pada 3-4 minggu post partum. Ada juga yang berpendapat bahwa coitus dapat dilakukan setelah masa nifas, berdasarkan teori bahwa saat itu bekas luka plasenta baru sembuh (proses penyembuhan pada post partum sampai dengan 6 minggu) (Ambarwati, 2009).

Sebuah penelitian di Australia mendapatkan bahwa enam minggu adalah waktu rata-rata bagi para perempuan pasca persalinan untuk mulai melakukan hubungan seks. Tapi penelitian tersebut juga menemukan bahwa sekitar setengah dari mereka memiliki masalah sejak awal, terus mengalaminya selama tahun pertama pasca persalinan. Penelitian lain menemukan 20% perempuan yang baru pertama kali melahirkan membutuhkan waktu 6 bulan untuk merasa nyaman secara fisik saat bersenggama, dengan waktu rata-rata sekitar 3 bulan (Suparyanto, 2016).

Fenomena tentang kaitan antara rentang waktu melakukan coitus pasca melahirkan dengan dispareunia telah dilakukan oleh Dr. Horowitz dari the *British Society of Urogynecology* oleh dimana, rasa sakit saat melakukan hubungan pasca melahirkan dirasakan jika dilakukan kurang dari 6 minggu pasca melahirkan. Sekitar 61 persen terjadi rasa nyeri saat melakukan hubungan seksual pasca melahirkan karena dilakukan

sebelum 6 minggu pasca melahirkan, hanya 12-14 persen pasangan yang tidak mengalami masalah seksual setelah melahirkan (*sexual problems postpartum*) karena dilakukan setelah 6 minggu pasca melahirkan.

Penelitian yang pernah dilakukan di Rumah Sakit Bersalin Aqidah yang dilakukan oleh Nova pada 25 april 2011 dengan mewawancarai ibu sebanyak 10 orang, 6 ( 60% ) ibu mengatakan siap melakukan hubungan seks setelah darah nifas berhenti dan luka jahitan kering (+40 hari). Sedangkan 4 (40%) ibu mengatakan tidak siap berhubungan seksual pasca nifas takut nyeri.

Tujuan penelitian adalah untuk menganalisa korelasi rentang waktu melakukan coitus dengan kejadian dyspareunia di BPM Sri Purwanti Kabupaten Jepara

## II. TINJAUAN TEORI

### A. Masa Nifas

Masa nifas (puerperium) adalah masa pulih kembali, mulai dari persalinan selesai sampai alat-alat kandungan kembali seperti pra hamil. Lama masa nifas ini yaitu 6-8 minggu (Wulandari, 2008). Periode masa nifas menurut Wulandari (2008) dibagi dalam 3 periode yaitu: a. Puerperium dini, b. Puerperium intermedial, c. Remote puerperium.

Perawatan pasca nifas antara lain : mobilisasi, perawatan luka bekas episiotomi dan luka vagina, bila robekan cukup lebar lakukan diet tinggi serat dengan banyak asupan cairan, tujuannya untuk membuat tinja lunak agar bekas jahitan tidak terlalu teregang dan merusak otot-otot yang telah dibenahi, diet : makanan harus bermutu, bergizi dan cukup kalori, sebaiknya makan makanan yang mengandung protein, banyak cairan sayur-sayuran dan buah-buahan, pemeriksaan pasca persalinan, psikologi Masa Nifas.

Kebutuhan dasar ibu nifas antara lain : Nutrisi ibu menyusui , Ambulasi / mobilisasi, eliminasi, personal hygiene, istirahat, seksual, latihan

## **B. Rentang Waktu Melaksanakan Hubungan Seksual**

Hubungan seks manusia merupakan pencetus dari cinta antar – individu, karena daya tarik dan pancaindera ikut berperan. Oleh karena itu dalam hubungan seks bukan hanya alat kelamin dan daerah erogen (mudah terangsang) yang ikut berperan tetapi juga psikologis dan emosi (Manuaba, 2009). Faktor – faktor yang mempengaruhi hubungan seksual antara lain : faktor fisik , faktor hubungan, faktor gaya hidup, faktor harga diri

Gangguan pada hubungan seksual : kesalahan tehnik senggama, gangguan psikososial, ejakulasi abnormal, kelainan anatomi. Aspek hubungan seksual pasca persalinan yaitu melahirkan bayi adalah proses alamiah yang dialami para wanita, namun masih banyak pria yang sulit menghadapi bahwa tubuh wanita tidak bisa berubah begitu saja secara dramatis pasca melahirkan bayi mereka. Hal ini bisa jadi disebabkan oleh mental stereotype pria yang cenderung mengabaikan masalah tersebut, serta kurangnya pengetahuan mereka tentang keadaan fisik wanita. Banyak dari para pria yang berfikir, begitu bayi mereka lahir, segalanya akan kembali normal, dalam artian tubuh sang istri akan kembali normal seperti sedia kala. Begitu juga dalam hal seks, padahal pada tahap tersebut sang istri belum siap untuk melakukan hubungan seks secara normal melalui vagina. Selama masa nifas, nyeri pada vagina masih akan dirasakan wanita, yang membuat mereka tidak mungkin melakukan hubungan seks dengan suaminya. Beri pengertian pada suami anda tentang hal ini, agar mereka lebih mengerti, gambarkan tentang berapa lama pemulihan dibutuhkan jika mereka terluka parah, bandingkan dengan yang terjadi pada vagina anda. Cara ini akan membuat mereka mengerti bahwa vagina wanita membutuhkan waktu yang sama untuk pulih dari luka akibat melahirkan sama seperti mereka membutuhkan waktu untuk menyembuhkan luka parah mereka. Beberapa pria berpendapat 6 minggu masa nifas tanpa seks memang sulit bagi mereka, namun mereka kerap dialihkan dengan kesibukan mengurus bayi yang justru membuat mereka kelelahan sebelum sempat

berfikir tentang seks. Hal ini biasanya lebih terasa pada anda yang tidak memiliki baby sitter atau pembantu untuk anak anda. Meski secara emosional kerepotan dalam mengurus bayi dapat menanamkan rasa cinta pada bayi anda, namun saat tersebut bukan merupakan saat romantis bagi anda dan pasangan. Berikut beberapa saran yang mungkin berguna bagi wanita untuk menjaga kedekatan emosional dengan suami pasca melahirkan.

## **C. Dispareunia**

Dispareunia adalah nyeri yang dirasakan saat koitus dan merupakan efek samping yang sangat menimbulkan stres (Eileen, 2017). Gejala : nyeri setiap kali penetrasi, nyeri hanya dalam kondisi tertentu, nyeri baru setelah melakukan hubungan yang sebelumnya tidak sakit. Hal-hal yang mempengaruhi hubungan seksual pada masa nifas Menurut (Bahiyatun, 2009) Hal-hal yang mempengaruhi seksual pada masa nifas yaitu : Intensitas respons seksual berkurang karena perubahan faal tubuh, rasa lelah akibat mengurus bayi mengalahkan minat untuk bermesraan, *Bounding* dengan bayi mengurus semua cinta kasih, sehingga waktu tersisa untuk pasangan, kehadiran bayi di kamar yang sama yang sama membuat ibu secara psikologis tidak nyaman berhubungan intim, pada minggu pertama setelah persalinan, hormon estrogen menurun yang mempengaruhi sel-sel penyekresi cairan pelumas vagina alamiah yang berkurang. Hal ini menimbulkan rasa sakit bila berhubungan seksual. Untuk itu, di perlukan pelumas atau lubrikan, ibu mengalami *let down* ASI, sehingga respons terhadap orgasme yang dirasakan sebagai rangsangan seksual pada saat menyusui. Respons fisiologis ini dapat menekan ibu, kecuali mereka memahami bahwa hal tersebut adalah normal.

## **III. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, dengan rancangan *observasional analitik*. Menggunakan desain *cross sectional* dan pendekatan penelitian menggunakan *retrospektif*. Populasi dalam penelitian ini yaitu semua ibu nifas yang pernah bersalin di BPM Sri purwanti Kabupaten Jepara tahun 2020 sebanyak 56 orang. Penelitian

dilakukan pada bulan Mei sampai Juni 2020. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Sampel terdiri dari 36 responden. Data yang dikumpulkan berasal dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui kuesioner. Teknik analisa data menggunakan analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji *Chi Square* dengan program SPSS.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di BPM Sri Purwanti Desa Kecapi Kabupaten Jepara tahun 2020. BPM ini terletak di kolasi yang cukup strategis sehingga mudah dijangkau oleh pasien. BPM ini dikepalai oleh Ny. Sri Purwanti, dimana BPS ini melayani persalinan, pemeriksaan kehamilan (ANC), pelayanan KB, imunisasi bayi, pemeriksaan bayi, serta imunisasi ibu hamil.

##### A. Distribusi Frekuensi Rentang waktu melakukan coitus Pasca Nifas di BPM Sri Purwanti Desa Kecapi Kabupaten Jepara tahun 2020 disajikan pada

Table 4.1 sebagai berikut :

Rentang waktu melakukan coitus	Frekuensi	Persentase (%)
Cepat	10	27.8
Lambat	11	30.6
Sedang	15	41.7
Total	36	100.0

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan hubungan seksual pertama kali pasca nifas adalah dalam kategori sedang yaitu sebanyak 15 orang (41.7%), yang melakukan hubungan seksual dalam kategori sedang lambat sebanyak 11 orang (30.6%) dan yang paling sedikit melakukan dengan cepat sebanyak 10 orang (27.8%).

Penelitian terhadap rentang waktu melakukan coitus pasca nifas diperoleh hasil sebagian besar responden melakukan hubungan seksual pertama kali pasca nifas adalah dalam kategori sedang yaitu sebanyak 15 orang (41.7%).

Banyak budaya yang mempunyai tradisi menunda hubungan seksual sampai masa waktu tertentu, misalnya setelah 40 hari atau 6 minggu setelah persalinan. Keputusan tergantung pada pasangan yang bersangkutan Pasangan melakukan hubungan seksual

sebenarnya relatif tiap wanita berbeda-beda kesiapannya. Namun secara medis setelah tidak ada perdarahan lagi, bisa dipastikan ibu sudah siap berhubungan seks yaitu setelah masa nifas yang berlangsung selama 30-40 hari (Suherni, 2008).

Pada penelitian ini mayoritas melakukan hubungan seksual dalam kategori sedang dikarenakan oleh beberapa hal, antara lain adanya kekhawatiran pasangan untuk melakukan hubungan seksual pasca nifas sehingga mereka memilih untuk menunda sekitar 40 hari pasca melahirkan.

##### B. Distribusi Frekuensi Dispareunia Pasca Nifas di BPM Sri Purwanti Desa Kecapi Kabupaten Jepara tahun 2020 disajikan pada table

Table 4.2 sebagai berikut :

Dispareunia Pasca Nifas	Frekuensi	Persentase (%)
Nyeri	23	63.9
Tidak Ada Nyeri	13	36.1
Total	36	100.0

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri yaitu sebanyak 23 orang (63.9%) dan yang tidak ada nyeri sebanyak 13 orang (36.1%).

Penelitian terhadap dispareunia sebagian besar responden mengalami nyeri yaitu sebanyak 23 orang (63.9%).

Dispareunia adalah nyeri genital yang menetap atau berulang yang terjadi tepat sebelum, selama atau setelah berhubungan seksual dan yang menyebabkan penderita tertekan secara personal.

Dispareunia merupakan salah satu penyebab dilakukan penundaan rentang waktu melakukan coitus. dispareunia disebabkan oleh faktor fisik yang meliputi kurangnya cairan pelumas atau pelumasan, cedera, trauma atau iritasi, peradangan, infeksi atau kelainan kulit dan infeksi pada daerah genital atau saluran kemih, reaksi terhadap produk-produk pengendali kelahiran, vaginismus, vestibulitis, reaksi terhadap jenis kb tertentu, infeksi rahim atau leher rahim tuba falopi, operasi atau perawatan medis, luka episiotomy. Sedangkan faktor psikis yang dapat menyebabkan terjadinya dispareunia adalah kecemasan, stress dan riwayat kekerasan seksual (Eileen, 2017).

Pada penelitian ini, mayoritas ibu mengalami nyeri dikarenakan oleh faktor fisik yaitu kurangnya cairan pelumas atau lubrikasi serta iritasi karena kesalahan

perawatan genetalia pada masa nifas serta factor psikologis yang meliputi kecemasan untuk melakukan hubungan seksual.

**C. Rentang waktu melakukan coitus pasca nifas dengan kejadian dispareunia di BPM Sri Purwanti Desa Kecapi kabupaten Jepara tahun 2020 disajikan dalam**

Table 4.3 sebagai berikut :

		Dispareunia Pasca Nifas			
		Nyeri	Tidak Ada Nyeri	Total	
Waktu Melakukan Hubungan	Cepat	Count	9	1	10
		% of Total	25.0%	2.8%	27.8%
	Lambat	Count	2	9	11
		% of Total	5.6%	25.0%	30.6%
	Sedang	Count	12	3	15
		% of Total	33.3%	8.3%	41.7%
Total	Count	23	13	36	
	% of Total	63.9%	36.1%	100.0%	

Tabel 4.3 menjelaskan tentang penyebaran data antara 2 variabel yaitu rentang waktu melakukan coitus dengan dispareunia pasca nifas. Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwa mayoritas melakukan hubungan seksual dalam kategori sedang dan mengalami nyeri yaitu sebanyak 12 orang (33.3%).

Setelah dilakukan crosstabulating (tabel silang) akan dilanjutkan dengan analisis Chi Square sebagai berikut :

Table 4.4 Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	14.604a	2	.001
Likelihood Ratio	15.147	2	.001
N of Valid Cases	36		

Untuk menguji hipotesis di atas, langkah-langkahnya adalah membandingkan Chi Square hitung dengan Chi Square tabel, jika perbandingan ini menunjukkan bahwa Chi Square hitung < Chi-Square tabel, maka nilai yang diperoleh berarti Ho diterima, tetapi Chi-Square hitung > Chi - Square tabel, maka Ho ditolak. Sedangkan probabilitas > 0,05, maka Ho diterima, begitu sebaliknya probabilitas < 0,05, maka Ho ditolak.

Adapun nilai chi-square tabel pada df : 2 tingkat signifikansi 5 % adalah 5,99. Kemudian dilakukan perbandingan chi-

square hitung dan chi-square tabel. Dimana chi-square hitung adalah 14.604 > chi-square tabel df : 2 taraf signifikan 5% adalah 5,99. Sedangkan berdasarkan probabilitas, terlihat bahwa pada kolom Asymp. Sig adalah 0,001, atau probabilitas di bawah 0,05.

Dari kedua analisis diatas, dapat diambil kesimpulan yang sama, yaitu ada hubungan antara rentang waktu melakukan coitus pasca nifas dengan dispareunia pasca nifas di BPM Sri Purwanti Desa Kecapi Kabupaten Jepara tahun 2020. Berdasarkan hasil tabulasi silang diperoleh hasil mayoritas melakukan hubungan seksual dalam kategori sedang dan mengalami nyeri yaitu sebanyak 12 orang (33.3%).

Hasil analisis statistic diperoleh hasil chi-square hitung adalah 14.604> chi-square tabel df : 2 taraf signifikan 5% adalah 5,99 dengan p value 0,05. Jadi, ada hubungan antara rentang waktu melakukan coitus pasca nifas dengan dispareunia pasca nifas.

Masalah yang biasa dikeluhkan ibu saat pertama kali melakukan hubungan seksual pasca nifas adalah nyeri saat berhubungan. Hal ini disebabkan fungsi pembasahan vagina yang belum kembali seperti semula, atau luka yang masih dalam proses penyembuhan, selain itu karena masih ada luka bekas jahitan atau luka episiotomi (Wulandari, 2009).

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil bahwa apabila melakukan hubungan seksual > 6 minggu maka akan cenderung tidak ada nyeri dibandingkan dengan ibu yang melakukan hubungan seksual dalam waktu cepat.

Pada penelitian ini diperoleh 10 orang melakukan hubungan seksual dalam waktu cepat dikarenakan sudah tidak ada luka dan luka perinimum sudah sembuh sehingga ibu berani melakukan hubungan seksual, tetapi mengalami dispareunia dikarenakan factor psikis yang dialami ibu yaitu kecemasan yang berlebihan saat melakukan hubungan seksual.

Menurut agama, waktu yang tepat untuk melakukan hubungan seksual pasca nifas adalah etelah 40 hari masa nifas. Coitus dapat dilakukan setelah masa nifas, berdasarkan teori bahwa saat itu bekas luka plasenta baru sembuh (Proses penyembuhan pada post partum sampai dengan 6 minggu). Namun, ada pendapat lain yang menyatakan begitu darah merah berhenti dan ibu dapat memasukkan 1 atau 2 jarinya kedalam vagina tanpa rasa nyeri, aman untuk melakukan hubungan suami istri (Ambarwati, 2009).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa paling banyak responden melakukan hubungan seksual dalam kategori sedang (5 – 6 minggu) dikarenakan adanya budaya dalam masyarakat untuk melakukan hubungan seksual setelah 40 hari (sekitar 6 minggu). Hal ini akan menyebabkan nyeri saat berhubungan seksual dikarenakan fungsi pembasahan vagina yang belum kembali seperti semula, atau luka yang masih dalam proses penyembuhan.

Upaya yang dapat dilakukan tenaga kesehatan terutama bidan adalah dengan memberikan penyuluhan tentang seksualitas pada pasca persalinan dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang waktu yang tepat melakukan hubungan seksual pasca nifas serta penanganan jika terjadi dispareunia.

Sebagai bidan, dapat memberikan informasi kepada ibu nifas, dimana informasi ini dapat dilakukan saat persalinan bahwa waktu yang tidak menimbulkan nyeri saat melakukan hubungan seksual adalah setelah 6 minggu. Selain itu, jika ibu nifas

merasakan nyeri bidan dapat memberikan pengobatan.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Penelitian mengenai rentang waktu melakukan coitus pasca nifas dengan dispareunia pasca nifas di BPM Sri Purwanti Desa Kecapi Kabupaten Jepara tahun 2020 diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Sebagian besar responden rentang waktu melakukan coitus pertama kali pasca nifas adalah dalam kategori sedang yaitu sebanyak 15 orang (41.7%), yang melakukan dengan cepat sebanyak 10 orang (30.6%) dan yang lambat sebanyak 11 orang (30.6%). Sebagian besar responden mengalami nyeri yaitu sebanyak 23 orang (63.9%). Ada hubungan antara rentang waktu melakukan coitus pasca nifas dengan dispareunia pasca nifas. Hal ini ditunjukkan dengan chi-square hitung adalah  $14.604 >$  chi-square tabel df : 2 taraf signifikan 5% adalah 5,99 dengan p value 0,001.

### B. saran

Diharapkan dapat menambah bahan referensi di perpustakaan terutama terkait dengan waktu yang tepat melakukan hubungan seksual pada masa nifas. Dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat khususnya ibu bersalin tentang waktu yang tepat berhubungan seksual pasca nifas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Effendi, Onong Uchana. 2001. *Ilmu Teori & Filsafat Komunikasi*. Bandung: PT Citra Aditya. Bakti
- Manuaba, Ida. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Remaja Wanita*. Buku Kedokteran EGC, Jakarta, 2017.
- Mochtar, R. 2017. *Sipnosis Obstetric Fisiologi Patologi Jilid 1*, Jakarta : EGC.
- Nakita, 2015. *Nakita Bugar Sehat Hamil Sehat Nifas Langsing Usia Bersalin*. Jakarta. Gramedia.
- Nakita. 2015. *Nakita Sehat Semasa Hamil Lancar Bersalin*. Jakarta : Gramedia.

- Notoatmodjo, Soekidjo. 2016. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Nova, Vindi Harsa. 2011. *Hubungan Antara Kesiapan Primipara Melakukan Hubungan Seksual Pasca Melahirkan dengan Kecemasan dan Rasa Nyeri di Rumah Sakit Ibu dan Anak Aqidah*. Jakarta: Universitas Pembangunan Nasional
- Saifuddin, A. dkk. 2017. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saryono dan Setiawan. 2016. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia.
- Suherni dkk. 2008. *Perawatan Masa Nifas*. Jogjakarta: Fitramaya
- Suparyanto. 2016. *Seks Pasca Melahirkan*.
- Varney H. 2008. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Wheeler, Linda. 2008. *Perawatan Pranatal & Pascapartum*. Jakarta : EGC
- Wulandari & Ambarwati. 2008. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jogjakarta: Nuha Medika