



Hubungan Teknik *Breathing* Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala II Di RSUD Gunung Jati Kota Cirebon

Sylvia Meristika Rachman, Anita Fitriaturrohman, Yoyoh Sofiah, Devika Herowijayanti, Diana Indiyati,

Email : sylviarachman25@gmail.com, anitafitriaturr@gmail.com, yoyohsofiah@gmail.com
devikahero@gmail.com, dianaindiyati1@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan : Kelancaran proses persalinan dapat dilihat dari lamanya proses persalinan berlangsung serta tidak mengalami hambatan dan komplikasi saat persalinan. Pada kenyataannya, masih banyak ibu bersalin yang mengalami ketidaklancaran proses persalinan yakni melewati garis waspada pada lembar observasi partograf. Penggunaan teknik pernafasan selama proses bersalin akan membantu proses persalinannya berjalan dengan lancar. **Tujuan Penelitian :** Mengetahui hubungan antara teknik breathing dengan kelancaran proses persalinan pada ibu hamil trimester III di RSUD Gunung Jati. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analitik kuantitatif*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September-Februari tahun 2023. seluruh ibu bersalin di RSUD Gunung Jati pada bulan Mei-Juni 2022 sejumlah 44 orang. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan uji *chi square*. **Hasil Penelitian :** Ibu bersalin yang melakukan teknik breathing dengan benar sebanyak 30 orang (68,2%) dan ibu bersalin yang melakukan teknik breathing dengan salah sebanyak 14 orang (31,8%). Ibu bersalin yang lancar proses persalinannya sebanyak 28 orang (63,6%) dan ibu bersalin yang tidak lancar proses persalinannya sebanyak 16 orang (36,4%). uji *chi square* dengan *p value* = 0,000 (< 0,05) yang berarti hipotesis nol ditolak atau ada hubungan teknik breathing terhadap kelancaran proses persalinan. **Kesimpulan :** Ada hubungan teknik breathing terhadap kelancaran proses persalinan ibu bersalin di RSUD Gunung Jati

Kata Kunci

Teknik *Breathing*, Kelancaran Proses Persalinan

Abstract

Introduction: The smooth childbirth process can be seen from the length of the childbirth process, there aren't obstacles and complications during childbirth. In the fact, there are still many maternity mothers who run into unsmooth childbirth process, it namely crosses the alert line on the partograph observation sheet. The use of breathing techniques during childbirth process will help the childbirth process runs smoothly. **Research Objectives:** To determine the relationship between breathing techniques and the smooth childbirth process in third trimester pregnant women at RSUD Gunung Jati. **Research Methods:** The type of research used in this study was quantitative analytic. This research was carried out in May to June 2021. All mothers gave birth at RSUD Gunung Jati in May to June 2021 amounted to 44 people. The data analysis used frequency distribution and chi square test. **The results of the study:** 30 mothers who performed the breathing technique correctly was (68.2%) and 14 women who performed the breathing technique incorrectly was (31.8%). 28 mothers (63.6%) had the smooth childbirth process and those who had unsmooth childbirth process was 16 (36.4%). Chi square test with *p value* = 0.000 (< 0.05) which means the null hypothesis was rejected or there was a relationship between breathing techniques and the smooth childbirth process. **Conclusion:** There is a relationship between breathing techniques and the smooth maternity process in labor at RSUD Gunung Jati in 2021.

Keywords

Breathing technique, Smooth Childbirth Process

Pendahuluan

Nyeri adalah sebuah sinyal yang didapatkan ibu saat akan melalui proses kelahiran, nyeri ini terjadi karena otot-otot mengalami kontraksi saat bayi sebelum keluar sampai keluar (Marlina, 2018). Ada banyak hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri saat melahirkan. Dapat dilakukan dengan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen penanganan nyeri yang baik akan meningkatkan kualitas dan kecepatan bersalin.

Banyak kasus yang lebih memilih menggunakan terapi nonfarmakologi menggunakan teknik pernafasan atau disebut juga teknik *breathing*. Menurut Fitri (2019) menyatakan bahwa teknik pernafasan membantu pasukan oksigen dan menjadikan ibu bersalin menjadi rileks. Hal ini dapat menghemat waktu dan tenaga saat sedang melakukan proses persalinan.

Teknik *Breathing* (pernafasan) adalah salah satu keterampilan yang paling bermanfaat untuk mengatasi rasa nyeri persalinan. Keterampilan relaksasi pernafasan untuk mengatasi rasa nyeri ini dapat digunakan selama persalinan agar dapat mengatasi persalinan dengan baik berarti tidak kewalahan atau panik saat menghadapi rangkaian kontraksi (Maryunani, 2010).

Relaksasi pernafasan selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem saraf simpatis dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi teknik *breathing* dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan (Maryunani, 2010).

Setiap pasien yang bersalin selalu menginginkan terbebas dari rasa nyeri akibat his. Hal yang perlu ditekankan pada pasien adalah bahwa tanpa ada rasa nyeri maka persalinan tidak akan mengalami kemajuan, karena salah satu tanda persalinan adalah adanya his yang akan menimbulkan rasa sakit. Beberapa upaya yang dapat ditempuh seperti mandi dengan air hangat, berjalan-jalan di dalam kamar, duduk di kursi sambil membaca buku atau novel kesukaan, posisi lutut-dada di atas tempat tidur, dan sebagainya (Sulistiyawati, 2010).

Kelancaran proses persalinan dapat dilihat dari lamanya proses persalinan berlangsung serta tidak mengalami hambatan dan komplikasi saat persalinan (Asrinah, 2010). Pada kenyataannya, masih banyak ibu

bersalin yang mengalami ketidaklancaran proses persalinan yakni melewati garis waspada pada lembar observasi partograf.

Ada beberapa faktor yang dapat menghubungkan kelancaran proses persalinan seperti pengaturan posisi pasien, kehadiran pendamping, latihan bernafas, usapan pada punggung, serta usapan pada abdomen (Sulistiyawati, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di beberapa tempat praktek bidan, peneliti melihat bidan yang mengajarkan teknik pernafasan kepada pasien pada kala 1 untuk membuat pasien rileks dan dapat mengontrol rasa nyerinya. Selain itu, di kala 2 juga bidan selalu memimpin pasien agar dapat bernafas dengan cara yang benar, yang mana ketika pasien sulit mengontrol pernafasan saat mendedan maka hasilnya kepala janin akan sulit dilahirkan, sedangkan ketika pasien sudah dapat mengontrol nafasnya dengan benar, maka pasien akan dengan mudah melahirkan kepala janin. Dan juga Berdasarkan pengamatan penulis setelah magang di BPM Dian, hasil pengamatan tersebut bahwa teknik pernafasan ini selain diajarkan pada saat kala II persalinan juga telah lebih dulu diajarkan pada saat kelas senam hamil di BPM Dian. Jumlah persalinan di PMB Bidan Dian Nendhiawati, S.Tr.Keb selama tahun 2020 sebanyak 384 orang, lebih tinggi dibandingkan dengan BPM Bidan Kokom tahun 2020 sebanyak 45 persalinan.

Selain itu terlihat bahwa teknik pernafasan saat mendedan juga mempunyai hubungan dengan maju atau tidaknya persalinan tersebut karena kebanyakan ibu yang salah atau tidak tepat saat melakukan teknik pernafasan saat mendedan dapat menyebabkan waktu kala II persalinan yang lebih lama dibandingkan ibu yang menggunakan teknik pernafasan dengan benar.

Dari latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang **Hubungan Teknik *Breathing* Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu bersalin kala II**. Tujuan penelitian ini adalah untuk diketahuinya hubungan antara teknik pernafasan dengan kelancaran proses persalinan di RSUD Gunung Jati

Metode penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analitik kuantitatif* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara teknik pernafasan pada ibu bersalin pada kala II dengan kelancaran proses persalinan di RSUD Gunung Jati. Desain penelitian ini adalah *cross sectional* yaitu mengidentifikasi hubungan teknik pernafasan pada ibu bersalin dengan kelancaran proses persalinan dengan pengumpulan data dari kasus persalinan yang terjadi dari bulan april-mei 2022. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Gunung Jati. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu bersalin di BPM Dian pada bulan april-mei tahun 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah *total sample* dari populasi ibu bersalin di BPM Dian pada bulan mei-juni 2022. Jumlah pasien di RSUD Gunung Jati pada bulan Mei sampai Juni 2022 sebanyak 44 orang.

Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder yang didapatkan melalui observasi/checklist langsung ibu bersalin kala II dan lembar partograf pada ibu bersalin. Analisis data digunakan analisa *Univariat* dan analisa *Bivariat*. Analisa *Univariat* bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian meliputi variabel dependen (kelancaran proses persalinan), variabel independen (teknik pernafasan).

Sedangkan analisa *Bivariat* yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi, dalam penelitian ini adalah variabel dependen (kelancaran proses persalinan) dengan variabel independen (teknik *breathing*/pernafasan). Dalam analisa ini dapat dilakukan pengujian statistik *chi square test*, karena dalam penelitian ini variabel yang dihubungkan dalam bentuk kategorik. Dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada bulan Mei-November tahun 2022 di RSUD Gunung Jati terhadap 44 responden, mengenai “Hubungan Teknik *Breathing* Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala II RSUD Gunung Jati tahun 2022” diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Gambaran Teknik Breathing Pada Ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Teknik Breathing Pada Ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022

Teknik breathing pada ibu bersalin	F	%
Ya	30	68,2
Tidak	14	31,8
total	44	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan ibu bersalin yang melakukan teknik breathing dengan benar sebanyak 30 orang (68,2%) dan ibu bersalin yang melakukan teknik breathing dengan salah sebanyak 14 orang (31,8%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya (31,8%) ibu bersalin melakukan teknik breathing dengan salah.

2. Gambaran Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022

Kelancaran proses persalinan pada ibu bersalin	F	%
Lancar	28	63,6
Tidak lancar	16	36,4
Total	44	100,0

Menurut tabel 4.2 didapatkan bahwa ibu bersalin yang lancar proses persalinannya sebanyak 28 orang (63,6%) dan ibu bersalin yang tidak lancar proses persalinannya sebanyak 16 orang (36,4%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya (36,4%) ibu bersalin tidak lancar proses persalinannya.

3. Hubungan Teknik Breathing terhadap Kelancaran Proses Persalinan ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022

Tabel 4.4 Hubungan Teknik Breathing terhadap Kelancaran Proses Persalinan ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati tahun 2022

Teknik breathing	Kelancaran proses persalinan				Total	pvalue	
	Lancar		Tidak lancar				
	N	%	N	%			
Ya	25	83,3	5	16,7	30	100	0,00

Tidak	3	21	11	78,	14	100
		,4		6		
Total	28	63	16	36,	44	100
		,6		4		

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa ibu bersalin yang melakukan teknik breathing dengan benar dan proses persalinannya tidak lancar sebesar 16.7%, sedangkan ibu bersalin yang melakukan teknik breathing dengan salah dan proses persalinannya tidak lancar sebesar 78.6. Hasil tersebut menunjukkan bahwa proporsi ibu bersalin yang proses persalinannya tidak lancar lebih tinggi pada ibu yang melakukan teknik breathing dengan benar dibandingkan dengan melakukan teknik breathing salah.

Perbedaan proporsi ini menunjukkan hasil yang bermakna yang terlihat dari uji *chi square* dengan *p value* = 0,000 (< 0,05) yang berarti hipotesis nol ditolak atau ada hubungan teknik breathing terhadap kelancaran proses persalinan ibu bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.

Pembahasan

1. Gambaran Teknik Breathing pada ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya (31,8%) ibu bersalin melakukan teknik breathing dengan salah di RSUD Gunung Jati Tahun 2022. Ibu bersalin yang salah dalam melakukan teknik breathing dapat disebabkan oleh minimnya pengalaman khususnya pada ibu primipara, tidak aktif mengikuti kelas ibu hamil, kurangnya dukungan dari keluarga dan tidak memahami teknik breathing dengan baik.

Pada kelas-kelas kehamilan biasanya diajarkan bagaimana relaksasi dan menguasai berbagai teknik-teknik bernafas. Ibu bersalin dapat menggunakan masing-masing teknik pada waktu yang berbeda selama persalinan untuk membantu anda rileks, menghemat energi, mengendalikan badan anda dan rasa sakit, menenangkan diri sehingga proses persalinanpun dapat berjalan dengan normal (Stoppard, 2018).

Teknik Pernafasan adalah salah satu keterampilan yang paling bermanfaat untuk mengatasi rasa nyeri persalinan. Keterampilan relaksasi pernafasan untuk

mengatasi rasa nyeri ini dapat digunakan selama persalinan agar dapat mengatasi persalinan dengan baik berarti tidak kewalahan atau panik saat menghadapi rangkaian kontraksi. Relaksasi pernafasan selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem saraf simpatis dalam keadaan homeostatis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan (Maryunani, 2016).

Teknik relaksasi pernafasan adalah dua diantara beberapa metode untuk mengurangi rasa nyeri secara non farmakologis yang biasa dilakukan dan dapat membantu ibu bersalin dalam menghadapi nyeri persalinan. Relaksasi pernafasan dalam persalinan adalah suatu keadaan rileks yang dapat membuat sirkulasi darah rahim, plasenta, dan janin menjadi lancar sehingga kebutuhan oksigen dan makanan janin terpenuhi.

Oleh karena itu upaya Bidan dalam meningkatkan teknik breathing pada ibu bersalin dapat dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan, mengajurkan ibu untuk aktif mengikuti kelas-kelas ibu hamil, dan memberikan konseling tentang teknik breathing pada saat kunjungan kehamilan.

2. Gambaran Kelancaran Proses Persalinan pada ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya (36,4%) ibu bersalin tidak lancar proses persalinannya di RSUD Gunung Jati Tahun 2022. Hal ini dapat disebabkan karena kelancaran proses persalinan dipengaruhi oleh 3 faktor penting yaitu kekuatan-kekuatan yang ada pada ibu seperti kekuatan his, kekuatan mendedan, kekuatan jalan lahir, dan janinnya sendiri.

Menurut Kusuma, (2019) kelancaran proses persalinan ditentukan oleh 3 faktor utama, yaitu faktor janin, jalan lahir dan ibu. Faktor janin misalnya ukuran janin yang besar, letak lintang atau bayi kembar. Faktor jalan lahir misalnya panggul sempit atau adanya benjolan pada jalan lahir. Sementara faktor ibu misalnya ada/tidaknya penyakit yang memberatkan tenaga ibu saat

bersalin seperti penyakit jantung dan paru-paru.

Pernapasan yang dilakukan dengan benar saat melahirkan bisa memberi banyak manfaat. Salah satunya adalah mengurangi nyeri saat bersalin. Selain membantu mengurangi nyeri saat bersalin, ada banyak manfaat yang bisa kamu peroleh dengan melakukan teknik pernapasan yang benar saat melahirkan, termasuk memaksimalkan pasokan oksigen untukmu dan bayimu, merelaksasi otot-otot dan menenangkan pikiran, serta memudahkan persalinan (Adrian, 2019).

Upaya bidan dalam mengatasi proses persalinan yang tidak lancar yaitu menganjurkan kepada ibu hamil melakukan persiapan persalinan bukan hanya menentukan tempat melahirkan dan barang-barang bawaan. Namun, ibu juga perlu mempersiapkan latihan pernapasan untuk melahirkan, karena teknik pernapasan saat melahirkan ini lebih cenderung dipakai dalam proses persalinan normal, teknik pernapasan yang teratur saat melahirkan juga akan mengurangi ketegangan yang dirasakan.

3. Hubungan Teknik Breathing terhadap Kelancaran Proses Persalinan ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi ibu bersalin yang proses persalinannya tidak lancar lebih tinggi pada ibu yang melakukan teknik breathing dengan benar dibandingkan dengan melakukan teknik breathing salah. Perbedaan proporsi ini menunjukkan hasil yang bermakna yang terlihat dari uji *chi square* dengan *p value* = 0,000 ($< 0,05$) yang berarti hipotesis nol ditolak atau ada hubungan teknik breathing terhadap kelancaran proses persalinan ibu bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.

Teknik relaksasi pernafasan merupakan salah satu dari beberapa metode untuk mengurangi rasa nyeri secara non farmakologis yang biasa dilakukan dan dapat membantu ibu bersalin dalam menghadapi nyeri persalinan. Relaksasi pernafasan dalam persalinan adalah suatu keadaan rileks yang dapat membuat sirkulasi darah rahim, plasenta, dan janin menjadi lancar

sehingga kebutuhan oksigen dan makanan janin terpenuhi.

Hal ini sesuai pendapatnya Simpkin, Whalley & Keppler (2014) yang menyatakan bahwa teknik adaptasi pola nafas dapat efektif jika pikiran dan tubuh tenang, sehingga oksigen bersama darah mengalir ke seluruh tubuh. Aliran oksigen yang lancar akan mempengaruhi kontraksi uterus lebih efektif dan teratur, sehingga persalinan menjadi lebih cepat. Ketersediaan oksigen mempengaruhi aktifitas kontraksi uterus, semakin banyak oksigen yang ditransfer ke otot rahim maka kontraksi uterus semakin adekuat sehingga persalinan menjadi lebih singkat.

Hasil penelitian Ika Putri Damayanti (2015) dapat diketahui bahwa dari 39 responden yang menggunakan teknik pernafasan yang benar mayoritas mengalami kemajuan persalinan sebesar 32 responden (82,1%), dengan nilai *p-value* 0,004 ($p < 0,05$), berarti ada hubungan antara teknik pernafasan dengan kemajuan persalinan, sehingga teknik pernafasan penting diterapkan dalam proses persalinan untuk dapat membantu memperlancar proses persalinan.

Menurut American Journal of Obstetric and Gynaecology, menunjukkan ibu hamil yang melakukan teknik breathing cukup sering dan teratur selama masa persalinan, ternyata mengalami persalinan yang tidak terlalu terasa sakit dibandingkan dengan persalinan ibu hamil yang tidak melakukan kegiatan teknik breathing selama proses persalinan. Hal ini terjadi karena peningkatan kadar hormone endorfine dalam tubuh sewaktu melakukan teknik breathing, yang secara alami berfungsi sebagai penahan rasa sakit (Hanton, 2011).

Peneliti berasumsi bahwa ibu yang menggunakan teknik pernafasan selama proses bersalin maka akan membantu proses persalinannya berjalan dengan lancar. Pada saat melakukan penelitian dengan cara observasi langsung, peneliti melihat bahwa ibu yang menjalankan persalinannya dengan tenang dapat menahan rasa nyerinya dengan baik sehingga kemajuan persalinannya pun bisa berjalan lancar, sedangkan ibu yang

mengutamakan rasa cemas, takut, dan gugup merasakan nyeri yang berlebihan sehingga kemajuan persalinannya sedikit terhambat karena ibu yang tidak dapat mengontrol emosi dan berteriak setiap ada kontraksi.

Selain itu terlihat bahwa teknik pernafasan saat mengedan juga mempunyai hubungan dengan maju atau tidaknya persalinan tersebut karena kebanyakan ibu yang salah atau tidak tepat saat melakukan teknik pernafasan saat mengedan dapat menyebabkan waktu kala II persalinan yang lebih lama dibandingkan ibu yang menggunakan teknik pernafasan dengan benar.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai “Hubungan Teknik Breathing Terhadap Kelancaran Proses Persalinan Ibu Bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022” diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Kurang dari setengahnya (31,8%) ibu bersalin melakukan teknik breathing dengan salah di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.
2. Kurang dari setengahnya (36,4%) ibu bersalin tidak lancar proses persalinannya di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.
3. Ada hubungan teknik breathing terhadap kelancaran proses persalinan ibu bersalin di RSUD Gunung Jati Tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Machfoedz, Ircham. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif* Cetakan Kesepuluh. Yogyakarta : Fitramaya.
- Maryunani Anik (2010). *Nyeri Dalam Persalinan, Teknik, Dan Cara Mengatasinya*. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo Prof. Dr. Soekidjo (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Saifuddin, Abdul Gari.(2018). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawiharjo
- Saifuddin, Abdul Gari. (2020). *Ilmu Kebidanan* Cetakan Keenam. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawiharjo.

- Stoppard Dr. Miriam (2010). *Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan Modern*. Yogyakarta: Quills Book Publishers.
- Sugiono (2010). *Statistika Untuk Penelitian* Cetakan Kedua Belas Revisi Terbaru. Bandung: Alfabeta.
- Susiloningtyas, (2011). *Hubungan Teknik Relaksasi Terhadap Lamanya Proses Persalinan*, (Online), (<https://www.scribd.com> > mobile > doc, diakses Apri 2021).
- Suryanti, dkk. (2013). *Teknik Adaptasi Pola Nafas Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Memperlancar Proses Persalinan*, (Online), (http://www.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/art_icle/view/83, diakses Maret 2021).
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Winknjosastro, Hanifa. Dkk. (2018). *Ilmu Bedah Kebidanan* Cetakan Keenam. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawiharjo.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Varney. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Peta Kesehatan RI Tahun 2019*. Jakarta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Peneiltian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Antia. (2019). *Modul Praktikum Terapi Komplementer*. Bekasi: Universitas Esa Unggul.