



Efektivitas Terapi Akupuntur Dengan Akupressure Pada Ibu Postpartum Sebagai Terapi Sakit Kepala di Poskestren Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon

Noorlinda, Annesya Atma Battya, Aminah Rohayu, Azizah

Email: noorlinda0590@gmail.com, annesyatmabattya@gmail.com, aminahrohayu65@gmail.com, azizahazi@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Sakit kepala setelah melahirkan pertanda adanya masalah kesehatan, mulai dari yang ringan, seperti alergi dan sinusitis, hingga yang berat, seperti preeklamsia, meningitis, dan penyumbatan pembuluh vena dalam otak. Penatalaksanaan sakit kepala pada ibu post partum dapat secara farmakologi dan non farmakologi

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui efektivitas terapi akupunktur dengan akupressure pada ibu postpartum sebagai terapi sakit kepala di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon.

Metode Penelitian : Dalam penelitian ini, penulis akan menggunakan metode *Quasi Experiment* dengan rancangan *two group pretest dan posttest, non-equivalent control group* yang terdiri dari dua kelompok intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah semua postpartum dengan sakit kepala di POSKESTREN Al Bahjah Sendang pada periode bulan Juni - Agustus 2022 didapatkan sejumlah 78 orang. Besar sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 15 orang untuk kelompok intervensi akupuntur dan 15 orang untuk kelompok intervensi akupresur. Jadi, total keseluruhan sampel yang dibutuhkan adalah 30 orang. Analisis data menggunakan analisa univariat dan bivariat.

Hasil Penelitian : Analisis Sakit kepala pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan intervensi Terapi akupuntur di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Sebelum intervensi dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi 6,00 dengan standar deviasi 1,927 sedangkan sesudah intervensi akupuntur diberikan, skala sakit kepala responden menunjukkan rata-rata 3,33 dengan standar deviasi 2,093. Ada perbedaan penurunan nyeri sakit kepala secara signifikan antara kelompok akupunktur dengan kelompok akupresur. Nilai *mean difference* dari terapi akupresur lebih besar jika dibandingkan dengan terapi akupuntur.

Kesimpulan : Terapi akupresur yang lebih efektif dalam menurunkan nyeri sakit kepala dibandingkan dengan terapi akupunktur. Terapi akupresur lebih baik dalam menurunkan nyeri sakit kepala daripada terapi akupuntur.

Kata Kunci

akupresur, akupuntur, sakit kepala

ABSTRACT

Background : Headache after childbirth is a sign of health problems, ranging from mild, such as allergies and sinusitis, to severe, such as preeclampsia, meningitis, and blockage of the veins in the brain. The management of headache in postpartum mothers can be pharmacological and non-pharmacological

Research Objectives: To determine the effectiveness of acupuncture therapy with acupressure in postpartum mothers as a headache therapy at the Al Bahjah Sendang Health Center, Sumber Subdistrict, Cirebon Regency.

Research Methods: In this study, the author will use the *Quasi Experiment* method with a *two group pretest and posttest design, a non-equivalent control group* consisting of two intervention groups. The population in this study were all postpartum with headaches at the Al Bahjah Sendang POSKESTREN, Sumber Subdistrict, Cirebon Regency in the period June - August 2022, there were 78 people. The sample size needed in this study was 15 people for the acupuncture intervention group and 15 people for the acupressure intervention group. So, the

total sample required is 30 people. Data analysis used univariate and bivariate analysis.

Results: Analyst Headache in postpartum mothers before and after being given acupuncture therapy intervention at POSKESTREN Al Bahjah Sendang Sumber Subdistrict, Cirebon Regency Before the intervention was carried out, the average pain scale for respondents who experienced headaches before the intervention was 6.00 with a standard deviation of 1.927 while After the acupuncture intervention was given, the respondent's headache scale showed an average of 3.33 with a standard deviation of 2.093. There was a significant difference in the reduction of headache pain between the acupuncture group and the acupressure group. The mean difference value of acupressure therapy was greater than that of acupuncture therapy.

Conclusion: Acupressure therapy is more effective in reducing headache pain compared to acupuncture therapy. Acupressure therapy is better in reducing headache pain than acupuncture therapy

Keywords

acupressure, acupuncture, headache..

Pendahuluan

Nyeri kepala atau cephalgia merupakan salah satu gangguan sistem saraf yang paling umum dialami oleh masyarakat. Cephalgia merupakan suatu sensasi tidak nyaman yang dirasakan pada daerah kepala yang meliputi daerah wajah dan leher. Nyeri kepala yang terjadi dapat menimbulkan dampak-dampak negatif bagi masyarakat jika tidak diatasi, yaitu menurunkan kualitas hidup, menurunkan kemampuan melakukan aktifitas dan menambah beban sosial-ekonomi masyarakat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Stovner 3 di Norwegia pada tahun 2017 persentase prevalensi nyeri kepala sebesar 46%. Data lain menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018, sekitar 90% populasi dewasa di dunia setidaknya pernah mengalami satu kali nyeri kepala dalam satu tahun. (Kemenkes RI, 2018)

Beberapa penelitian yang melibatkan survei terhadap wanita hamil menurut Riskesdes tahun 2017 menunjukkan bahwa sekitar 16 % ibu post partum mengalami sakit kepala. Diperkirakan bahwa 1 dari 5 pada ibu post partum mengalami cephalgia. Hasil survei Riskesdes tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 40% wanita mengeluhkan sakit kepala setelah melahirkan. Biasanya, kondisi ini terjadi dalam 6–8 minggu pertama setelah proses persalinan. Sensasi sakit kepala yang dirasakan bervariasi, bisa seperti tekanan, ketegangan, tusukan, atau denyutan, dan bisa dirasakan di seluruh kepala atau hanya di satu sisi. (Kemenkes RI, 2018)

Setelah melahirkan, hormon estrogen dalam tubuh bisa menurun secara signifikan, penurunan kadar hormon dapat memicu sakit kepala, ada beberapa hal lain yang dapat memicu sakit kepala setelah melahirkan, di antaranya Kelelahan, Kurang tidur, Dehidrasi karena kurang minum saat menyusui, Efek samping obat bius yang digunakan saat melahirkan, Faktor lingkungan, misalnya udara yang terlalu dingin, Penghentian mendadak konsumsi kafein (*caffeine withdrawal*) dan depresi pasca melahirkan.

Sakit kepala setelah melahirkan pertanda adanya masalah kesehatan, mulai dari yang ringan, seperti alergi dan sinusitis, hingga yang berat, seperti preeklamsia, meningitis, dan penyumbatan pembuluh vena dalam otak. Penatalaksanaan sakit kepala pada ibu post partum dapat secara farmakologi dan non

farmakologi. Penanganan pada non farmakologi antara lain dengan akupuntur, akupresur, relaksasai, imajinasi terbimbing, dan psikoterapi. (Sulistyoningrum, 2017).

Akupuntur merupakan salah satu pengobatan tradisional yang cukup banyak digunakan, merupakan bagian dari pengobatan tradisional Cina yang telah berumur ribuan tahun dengan cara menusukkan jarum pada bagian tubuh tertentu dengan tujuan untuk merangsang tubuh melakukan penyembuhan dengan mengaktifkan sistem saraf, sistem imunitas, sistem sirkulasi darah dan menormalisasikan aktifitas fisiologi seluruh tubuh. Akupuntur mengurangi keparahan dan durasi nyeri, mengurangi kebutuhan untuk menghilangkan rasa sakit dan peningkatan secara keseluruhan dalam gejala menstruasi, dan meningkatkan kualitas hidup, yang diukur dengan indeks peningkatan status kesehatan, mengurangi waktu cuti atau dari sekolah, pembatasan kurang pada kegiatan kehidupan sehari-hari dan kurang efek samping dari pengobatan (Caroline et al, 2016).

Akupuntur sebagai suatu ilmu yang bersumber pada pengetahuan tradisional, teori dan konsep yang mendasari Ilmu Akupunktur dipengaruhi oleh falsafah alamiah, bertumpu pada pandangan holistik, menggunakan sistem meridian sebagai dasar dan titik akupunktur sebagai sasaran rangsangan untuk mencapai tujuan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. (Kiswojo, 2017)

Sedangkan Akupresur (pemijatan) merupakan teknik penanganan penyakit dengan memijat bagian tubuh tertentu untuk mengaktifkan peredaran energi vital qi. Akupresur juga disebut dengan akupuntur tanpa jarum karena tekniknya menekan titik-titik tertentu menggunakan jari tangan. (Jayanti & Mayasari; Pravikasari, 2014).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 07 Juni 2021 di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Sumber Kabupaten Cirebon, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 orang ibu postpartum, 7 orang diantaranya mengalami sakit kepala dan 3 orang ibu postpartu kadang-kadang mengalami sakit kepala, mereka mengatakan ketika sakit kepala lebih memilih untuk meminum obat sakit kepala yang dibeli di warung atau apotek dan belum mengetahui tentang akupuntur serta akupresur sebagai salah satu penanganan sakit kepala.

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum	.321	15	.012	.892	15	.004
Sesudah	.156	15	.040	.967	15	.013

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hal tersebut, maka sakit kepala pada ibu postpartum harus diatasi agar tidak berdampak buruk bagi ibu postpartum, sakit kepala pada ibu postpartum dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi maupun terapi non farmakologi. Tugas seorang bidan dalam menangani sakit kepala / cephalgia pada ibu post partum adalah dengan mampu mengurangi nyeri cepahlgia baik secara farmakologi maupun non farmakologi sehingga ibu dapat melewati masa ini. (Hasanah, 2014)

Berdasarkan pada apa yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektivitas terapi akupunktur dengan akupresure pada ibu postpartum sebagai terapi sakit kepala di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon.

Metode

Dalam penelitian ini, penulis akan menggunakan metode *Quasi Experiment* dengan rancangan *two group pretest dan posttest, non-equivalent control group* yang terdiri dari dua kelompok intervensi. Kelompok intervensi pertama akan diberikan tindakan akupresur dan kelompok intervensi kedua akan diberikan tindakan relaksasi nafas dalam, kemudian akan diidentifikasi perbedaan antara kedua intervensi tersebut. Populasi dalam penelitian ini adalah semua postpartum dengan sakit kepala di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon pada periode bulan Juni - Agustus 2022 didapatkan sejumlah 78 orang. Besar sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 15 orang untuk kelompok intervensi akupunktur dan 15 orang untuk kelompok intervensi akupresur. Jadi, total keseluruhan sampel yang dibutuhkan adalah 30 orang. Pada penelitian ini menggunakan uji t tes berpasangan (*t-test independent*) untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan.

Hasil Penelitian

Analisis Sakit kepala pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan intervensi Terapi akupunktur di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon.

Skala nyeri sakit kepala	Rata-rata	Standar deviasi	Min-maks
Sebelum	6,00	1,927	2-9
Sesudah	3,33	2,093	0-7

Berdasarkan analisis data dapat diketahui bahwa skala sakit kepala pada setiap responden sebelum dan sesudah tindakan. Sebelum intervensi dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi 6,00 dengan standar deviasi 1,927 sedangkan sesudah intervensi akupunktur diberikan, skala sakit kepala responden menunjukkan rata-rata 3,33 dengan standar deviasi 2,093.

Analisis Sakit kepala pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan intervensi Terapi akupresur di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon

Skala nyeri sakit kepala	Rata-rata	Standar deviasi	Min-maks
Sebelum	7,00	1,922	2-10
Sesudah	4,00	2,081	0-7

Berdasarkan analisis data dapat diketahui bahwa skala sakit kepala pada setiap responden sebelum dan sesudah tindakan. Sebelum intervensi dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi 7,00 dengan standar deviasi 1,922 sedangkan sesudah intervensi akupresur diberikan, skala sakit kepala responden menunjukkan rata-rata 4,00 dengan standar deviasi 2,081.

Berdasarkan data tabel di atas ternyata nilai Sig pada uji normalitas semuanya menunjukkan angka yang lebih besar dari nilai α 0,05. Ini berarti sebaran data kedua data sampel sebelum dan sesudah perlakuan Terapi akupunktur dan akupresur semuanya berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Kelompok	n	Mean Difference	p	
Sebelum intervensi akupunktur	Sesudah intervensi akupunktur	15	1.00	< 0.001
Sebelum	Sesudah	15	-2.27	<

intervensi akupresur	intervensi akupresur	0.001
-------------------------	-------------------------	-------

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan penurunan nyeri sakit kepala antar kelompok menggunakan uji Mann-Whitney. Dari tabel diatas menunjukkan bahwa ada perbedaan penurunan nyeri sakit kepala secara signifikan antara kelompok akupunktur dengan kelompok akupresur. Untuk mengetahui kelompok perlakuan terapi mana yang paling efektif dalam menurunkan nyeri sakit kepala maka dapat dilihat dari nilai *mean difference*. Nilai *mean difference* dari terapi akupresur lebih besar jika dibandingkan dengan terapi akupunktur. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi akupresur yang lebih efektif dalam menurunkan nyeri sakit kepala dibandingkan dengan terapi akupunktur. Terapi akupresur lebih baik dalam menurunkan nyeri sakit kepala daripada terapi akupunktur.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa skala sakit kepala pada setiap responden sebelum dan sesudah intervensi akupunktur. Sebelum intervensi akupunktur dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi akupunktur 6,00 dengan standar deviasi 1,927 sedangkan sesudah intervensi akupunktur diberikan, skala sakit kepala responden menunjukkan rata-rata 3,33 dengan standar deviasi 2,093.

Penurunan intensitas nyeri melalui Mekanisme Neurohumoral yang sejak tahun 1970, telah diketahui bahwa akupunktur mengaktifkan sistem opioid peptida endogen dan mempengaruhi sistem regulasi nyeri dengan mengubah proses dan persepsi informasi noxius pada berbagai tingkat sistem saraf pusat. Selanjutnya diketahui pula akupunktur memiliki dua model sistem, yaitu endorfin-dependent system yang melibatkan rangsang elektroakupunktur frekuensi rendah (2-AHz) intensitas tinggi, terjadinya lambat dan ke seluruh tubuh, rangsangan bersifat kumulatif dan mempunyai pengaruh yang lebih baik untuk penyembuhan Lumbago. Model kedua adalah monoamine-dependent system yang melibatkan rangsang elektroakupunktur frekuensi tinggi (70 Hz atau lebih) intensitas rendah, yang terjadi dengan cepat, segmental dan tidak kumulatif.

Akupunktur ditimbulkan oleh penjaruman titik akupunktur yang merangsang serabut saraf berdiameter kecil, yang bermyelin serabut saraf A-delta di kulit dan yang tidak bermyelin serabut saraf c dalam otot. Impuls rangsangan dihantar ke medula spinalis. 3 pusat neural, yaitu medula spinalis, otak tengah dan hipofisis-hipotalamus diaktifkan untuk pelepasan neurotransmitter (endorfin dan monoamine), yang akan bekerja memblokir sinyal nyeri. (Kiswojo, 2013)

Sedangkan hasil penelitian sakit kepala pada setiap responden sebelum dan sesudah tindakan akupresur menunjukan bahwa sebelum intervensi akupresur dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi 7,00 dengan standar deviasi 1,922 sedangkan sesudah intervensi akupresur diberikan, skala sakit kepala responden menunjukkan rata-rata 4,00 dengan standar deviasi 2,081. jadi dapat disimpulkan dari 15 orang yang menderita sakit kepala, setelah di akupresur rata-rata mengalami penurunan yang dapat mengurangi sakit kepala pada ibu postpartum.

Karena dengan melakukan akupresur dapat mengaktifkan peredaran energi vital qi sehingga dapat meningkatkan pengeluaran hormone endorphin dari dalam darah. Dengan meningkatnya hormone endorphin sehingga nyeri dapat terkontrol. Selain itu, dengan akupresur dapat menutup gerbang terhadap rangsang nyeri sehingga menurunkan intensitas cephalgia pada ibu hamil trimester pertama.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan penurunan nyeri sakit kepala secara signifikan antara kelompok akupunktur dengan kelompok akupresur. Untuk mengetahui kelompok perlakuan terapi mana yang paling efektif dalam menurunkan nyeri sakit kepala maka dapat dilihat dari nilai *mean difference*. Nilai *mean difference* dari terapi akupresur lebih besar jika dibandingkan dengan terapi akupunktur. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi akupresur yang lebih efektif dalam menurunkan nyeri .

Pada penelitian ini terlihat efektifitas terapi akupunktur untuk menurunkan intensitas nyeri sakit kepala pada ibu post-partum lebih sedikit mengalami rasa nyeri dibandingkan kelompok sebelum diberikan intervensi akupunktur. Akupunktur merupakan salah satupengobatan tradisional yang cukup banyak

digunakan, merupakan bagian dari pengobatan tradisional Cina yang telah berumur ribuan tahun dengan cara menusukkan jarum pada bagian tubuh tertentu dengan tujuan untuk merangsang tubuh melakukan penyembuhan dengan mengaktifkan sistem saraf, sistem imunitas, sistem sirkulasi darah dan menormalisasikan aktifitas fisiologi seluruh tubuh. Akupunktur mengurangi keparahan dan durasi nyeri, mengurangi kebutuhan untuk menghilangkan rasa sakit dan peningkatan secara keseluruhan dalam gejala menstruasi, dan meningkatkan kualitas hidup, yang diukur dengan indeks peningkatan status kesehatan, mengurangi waktu cuti atau dari sekolah, pembatasan kurang pada kegiatan kehidupan sehari-hari dan kurang efek samping dari pengobatan (Caroline, 2017).

Pada penelitian ini juga terlihat bahwa terapi akupresur efektif untuk menurunkan nyeri sakit kepala pada ibu post-partum, ibu postpartum lebih sedikit mengalami sakit kepala dibandingkan kelompok sebelum diberikan intervensi akupunktur. Menurut peneliti Akupresur dapat dijadikan salah satu alternative yang dapat digunakan untuk meminimalkan rasa nyeri cephalgia . Prinsip dalam akupresur adalah dengan menghilangkan penghalang, merevitalisasi meridian, dan membantu memulihkan kesehatan dan akupresure dapat merangsang hormon endhoprin.

Efektivitas terapi akupresur tersebut terjadi karena terapi akupresur yang diberikan dapat mengurangi sensasi-sensasi nyeri melalui peningkatan endorphen, yaitu hormon yang mampu menghadirkan rasa rileks pada tubuh secara alami, memblok reseptor nyeri ke otak. Terapi akupresur memiliki beberapa keuntungan. Pertama, terapi akupresur dapat menjadi upaya pengalihan (distraksi) sehingga perhatian seseorang tidak fokus pada rasa nyeri yang dirasakan dan itu dapat menurunkan tingkat nyeri seseorang. Kedua, terapi akupresur aman untuk dilakukan sendiri walaupun belum pernah melakukan sebelumnya, asalkan mengikuti petunjuk yang ada (Krisnanda, dkk, 2014).

Kesimpulan

1. Analisis Sakit kepala pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan intervensi Terapi akupunktur di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber

Kabupaten Cirebon Sebelum intervensi dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi 6,00 dengan standar deviasi 1,927 sedangkan sesudah intervensi akupunktur diberikan, skala sakit kepala responden menunjukkan rata-rata 3,33 dengan standar deviasi 2,093.

2. Sakit kepala pada ibu postpartum sebelum dan sesudah diberikan intervensi Terapi akupresur di POSKESTREN Al Bahjah Sendang Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon Sebelum intervensi dilaksanakan, rata-rata skala nyeri pada responden yang mengalami sakit kepala sebelum intervensi 7,00 dengan standar deviasi 1,922 sedangkan sesudah intervensi akupresur diberikan, skala nyerin responden menunjukkan rata-rata 4,00 dengan standar deviasi 2,081.
3. Ada perbedaan penurunan nyeri sakit kepala secara signifikan antara kelompok akupunktur dengan kelompok akupresur. Nilai *mean difference* dari terapi akupresur lebih besar jika dibandingkan dengan terapi akupunktur. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi akupresur yang lebih efektif dalam menurunkan nyeri sakit kepala dibandingkan dengan terapi akupunktur. Terapi akupresur lebih baik dalam menurunkan nyeri sakit kepala daripada terapi akupunktur.

Daftar Pustaka

- Alicia et al, 2014. The Natural History of Primary Dysmenorrhoea: a Longitudinal Study. *BJOG: an International Journal of Obstetrics and Gynaecology*.
- Pravikasari, N. A. (2014). Perbedaan Senam Hamil dan Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Postpartum. Program Pascasarjana Undip
- Efrianthi, S. (2015). Pengaruh Terapi Akupresur Sanyinjiao Point Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Primer Pada Mahasiswi Semester Viii Program Studi Ilmu Keperawatan. *Coping:Community of Publishing in Nursing*, 3(2).
- Sumanto, 2015. Penurunan Nyeri Dismenorhoea Menggunakan Titik Akupuntur Guanyuan (Ren 4), Guilai (St 29) dan Sanyinjiao (Sp 6) pada Mahasiswi Poltekkes Surakarta. Portal Garuda
- Sukarni, I. K. M. Z. (2013). Kehamilan, Persalinan, Nifas. Yogyakarta : Nuha Medika
- Swarjana, I. K., S.K.M, M.Ph. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta : Andi Offset.
- Hasanah, O. (2014). Efektifitas Akupresur terhadap Dismenore pada Remaja Putri. Riau University,
- Jayanti, N. D., & Mayasari, S. I. 2016 pengaruh pijat relaksasi terhadap penurunan sakit kepala pada ibu hamil trimester I
- Mochtar, R. (2017). Sinopsis Obstetri, Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologis, Jilid I, Jakarta : EGC.
- Nanur, F. N. (2018). pengaruh pemberian teknik akupresur terhadap nyeri persalinan kala i fase aktif di rsud ambarawa 2013. Paper presented at the Prosiding Seminar Nasional & Internasional
- Pravikasari, N. A. (2017). Perbedaan Senam Hamil dan Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III. Program Pascasarjana Undip
- Soeharyo, d. (2017). Epidemiologi Manajerial Teori dan Aplikasi. Semarang : Universitas Diponegoro.
- Sukarni, I. K. M. Z. (2016). Kehamilan, Persalinan, Nifas. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sulistyoningrum, I. (2017). pengaruh teknik akupresur terhadap pengurangan intensitas nyeri kala i persalinan. 2-trik: tunastunas riset kesehatan, 7(2), 143- 148.
- Swarjana, I. K., S.K.M, M.Ph. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta : Andi Offset.