

Pengabdian Kepada Masyarakat RT 03 RW 05 di Desa Pandak Sidoharjo Kabupaten Sragen

Ameliana Friskia Rahmadini¹, Isri Nasifah², Monalisa³, Roja'ah⁴
¹Universitas Ngudi Waluyo, Profesi Bidan, ameliafriskia14@gmail.com
²Universitas Ngudi Waluyo, Profesi Bidan, inasifah@gmail.com
³Universitas Ngudi Waluyo, Profesi Bidan, lisam3104@gmail.com
⁴Universitas Ngudi Waluyo, Profesi Bidan, rojaah6@gmail.com

Korespondensi Email: ameliafriskia14@gmail.com

Article Info

Article History
Submitted, 2022-12-16
Accepted, 2022-12-22
Published, 2022-12-28

Kata Kunci :
Keterampilan
Pendidikan Konseling ,
Kebidanan Komunitas

Keywords: Education
Counseling Skills
Community Midwifery

Abstract

Family study practice (PPK) is one of the student activities that must be carried out where it is a real form of work in providing Community Midwifery Care Services, where community midwifery is one of the courses in the Community Midwifery Profession curriculum with the aim of implementing comprehensive Midwifery practice by paying attention to culture. society in a community setting with a midwifery management approach and based on the concept of professional skills and attitudes. After following the Family Study Practice (PPK) students are expected to be able to identify, plan, prioritize, implement, and evaluate the management of community midwifery services with community movement and empowerment techniques and educational approaches to individuals, families, special groups or in certain communities in achieving the SDGs. In the implementation of this community midwifery practice, the assessment was carried out by means of direct interviews, immediate implementation and secondary data collection. After carrying out health education and practicing activities, the knowledge of the residents, both prospective brides, pregnant women, toddlers and postpartum mothers, there were some who lacked knowledge, and after carrying out health education about each of the materials provided, such as counseling on reproductive health of prospective brides, counseling on balanced nutrition and presentations for toddlers, oxytocin massage, yoga for pregnant women, giving oxytocin massage to postpartum mothers. Furthermore, the post test was carried out to experience an increase after the post test was carried out. The conclusion of the implementation activities carried out in the village of Pandak Sidoharjo Sragen found several problems that occurred, namely the taboo on knowledge of the bride and groom, balanced nutrition and serving for toddlers, lack of pregnant women for maternity care so that pregnant women were given yoga, and live demonstration of oxytocin massage for postpartum mothers.

Abstrak

Praktik pengkajian Keluarga (PPK) merupakan salah satu kegiatan mahasiswa yang harus dilaksanakan dimana suatu bentuk kerja nyata dalam memberikan Pelayanan Asuhan Kebidanan Komunitas, dimana kebidanan komunitas ini merupakan salah satu mata kuliah dalam kurikulum Profesi Kebidanan Komunitas dengan tujuan melaksanakan praktik Kebidanan secara komprehensif dengan memperhatikan budaya masyarakat dalam tatanan di Komunitas dengan pendekatan manajemen kebidanan dan didasari oleh konsep keterampilan dan sikap Profesional. Setelah mengikuti Praktik pengkajian Keluarga (PPK) diharapkan mahasiswa mampu mengidentifikasi, merencanakan, memprioritaskan, mengimplementasikan, dan mengevaluasi manajemen pelayanan kebidanan komunitas dengan teknik pergerakan dan pemberdayaan masyarakat serta pendekatan edukasi pada individu, keluarga, kelompok khusus ataupun pada komunitas tertentu dalam mencapai SDG's. Dalam pelaksanaan praktik kebidanan komunitas ini pengkajian dilakukan dengan cara wawancara langsung, Pelaksanaan secara langsung dan pengambilan data sekunder. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dan adanya praktik kegiatan, pengetahuan warga baik calon pengantin, ibu hamil, balita dan ibu nifas, ada beberapa yang berpengetahuan kurang, dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang masing-masing materi yang diberikan seperti penyuluhan kespro calon pengantin, penyuluhan gizi seimbang dan penyajian untuk balita, pijat oksitosin, yoga ibu hamil, diberikan pijat oksitosin kepada ibu nifas. Selanjutnya dilakukan post test mengalami peningkatan setelah dilakukan post test. Kesimpulan dari kegiatan pelaksanaan yang dilakukan di desa pandak sidoharjo sragen ditemukan beberapa masalah yang terjadi yaitu tabunya pengetahuan calon pengantin, gizi seimbang dan penyajian untuk balita, kurangnya ibu hamil untuk oleharga sehingga diberikan yoga ibu hamil, dan peragaan secara langsung pijat oksitosin pada ibu nifas.

Pendahuluan

Praktik pengkajian Keluarga (PPK) merupakan salah satu kegiatan mahasiswa yang harus dilaksanakan dimana suatu bentuk kerja nyata dalam memberikan Pelayanan Asuhan Kebidanan Komunitas, dimana kebidanan komunitas ini merupakan salah satu mata kuliah dalam kurikulum Profesi Kebidanan Komunitas dengan tujuan melaksanakan praktik Kebidanan secara komprehensif dengan memperhatikan budaya masyarakat dalam tatanan di Komunitas dengan pendekatan manajemen kebidanan dan didasari oleh konsep keterampilan dan sikap Profesional (Runjati M, 2015).

Sikap dan kemampuan profesional seorang Profesi Kebidanan khususnya dibidang pelayanan komunitas yaitu dituntut untuk mengabdikan diri kepada masyarakat dibina sepanjang proses pendidikan melalui bentuk pengalaman belajar yang dilaksanakan dan dikembangkan masyarakat, pembinaan pendidikan masyarakat diperlukan pengalaman

belajar bagi mahasiswa dalam penerapan langsung (nyata) terjun dimasyarakat serta memberikan pelayanan Asuhan Kebidanan yang sesuai kebutuhan dalam bentuk Pembangunan kesehatan Masyarakat Kelurahan (Runjati M, 2015).

Selama Praktik pengkajian Keluarga (PPK) ini diharapkan mahasiswa Profesi Bidan Universitas Ngudi Waluyo, melakukan pergerakan peran serta masyarakat serta mengatasi masalah yang ditemukan pada sasaran, sehingga keluarga sasaran mampu menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan. Masalah yang ditemui pada Ibu hamil dari 10 orang dengan IMS 1 orang (10%), Ibu hamil dengan usia < 20 tahun 1 orang (10%) dan Jarang olahraga 9 orang ibu hamil (90%), pada ibu nifas dari 5 orang yaitu ASI tidak lancar 2 orang (20%), pada balita terdapat 6 orang balita, diantaranya 3 balita kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi pada balita kurang, pada caten terdapat 2 orang, pengetahuan mengenai kespro caten terdapat 2 orang. Dari masalah tersebut diberikan pelaksanaan dengan penyuluhan dan pelaksanaan secara langsung sesuai dengan masalah yang ada di harapkan agar mendapatkan perubahan dan peningkatan terhadap kesehatan warga desa pandak rt 03 rw 05 dan masalah dapat teratasi.

Metode

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan praktik kebidanan komunitas ini pengkajian dilakukan dengan cara pengkajian langsung, pelaksanaan langsung dan pengambilan data dengan skunder dan audit secara langsung secara door to door kemudian menentukan masalah, prioritas masalah, POA, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan dengan cara memberikan terapi komplementer yaitu pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI pada ibu nifas dan agar ibu mengetahui cara non farmakologi untuk memperlancar pengeluaran ASI dengan dilakukan secara langsung serta pe mberian leaflet.

Hasil dan Pembahasan

Prioritas Masalah

Dari 4 permasalahan yang ada akan dilakukan pemprioritasan masalah dengan metode *urgency, seriousness, and growth* (USG) yaitu salah satu alat untuk menyusun urutan prioritas masalah dengan cara menentukan *urgency, seriousness, and growth issue* dengan menentukan skala nilai 1-5 atau 1-10 disu yang memiliki total skor tertinggi merupakan isu prioritas.

Tabel 1. Perioritas Masalah

No	Masalah	Urgensi	Serious	Growth	Total	Grade
1	Jarang Olahraga Ibu Hamil	5	5	4	14	I
2	Kurangnya Pengetahuan Gizi seimbang Balita	5	4	4	10	II
3	ASI keluar kurang lancar Ibu nifas	3	3	4	11	III
4	Kurang pengetahuan tentang kespro caten Catin	2	3	3	8	IV

Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan prioritas masalah yang ada di RT 03 yaitu kurangnya olahraga pada ibu hami yaitu menjadi perioritas 1, kurangnya pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang pada balita menjadi perioritas masalah ke 2, ASI keluar kurang lancar pada ibu nifas menjadi perioritas masalah ke 3, dan kurangnya pengetahuan tentang kespro calon pengantin menjadi perioritas masalah ke 4.

Dengan mempertimbangkan masalah tidak dapat diatasi sekaligus, masalah mengancam anggota masyarakat, pertimbangan respons dan perhatian masyarakat terhadap asuhan yang diberikan, keterlibatan masyarakat dalam memecahkan masalah, sumber daya

masyarakat yang menunjang pemecahan masalah, pengetahuan dan budaya masyarakat. Penentuan prioritas masalah diperlukan untuk menyelesaikan masalah sesuai dengan kondisi sumber daya yang ada. Alasan keterbatasan sumber daya baik biaya, tenaga, dan teknologi, maka tidak semua masalah tersebut dapat dipecahkan sekaligus (direncanakan pemecahannya) (Wirza, 2021).

Pemprioritasan masalah dengan metode *urgency, seriousness, and growth* (USG) *Urgency* berkaitan dengan mendesakunya waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Semakin mendesak suatu masalah untuk diselesaikan maka semakin tinggi urgensi masalah tersebut. *Seriousness* berkaitan dengan dampak dari adanya masalah tersebut terhadap organisasi. Dampak ini terutama yang menimbulkan kerugian bagi organisasi seperti dampaknya terhadap produktivitas, keselamatan jiwa manusia, sumber daya atau sumber dana. Semakin tinggi dampak masalah tersebut terhadap organisasi maka semakin serius masalah tersebut. *Growth* berkaitan dengan pertumbuhan masalah. Semakin cepat berkembang masalah tersebut maka semakin tinggi tingkat pertumbuhannya. Suatu masalah yang cepat berkembang tentunya makin prioritas untuk diatasi permasalahan tersebut (Riadini dan Bari, 2018).

Praktik Yoga Ibu Hamil

Dari hasil pengukuran menggunakan kuesioner mengenai yoga ibu hamil di peroleh hasil pre test dan post test dengan di berikan beberapa pertanyaan yang sama seputar yoga ibu hamil didapatkan hasil pre test pada ibu hamil (100%) memiliki pengetahuan kurang. Ketika sudah dilakukan pre test dilakukan kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pemberian informasi tentang yoga ibu hamil dan melakukan yoga ibu hamil bersama-sama untuk memberikan pengetahuan kepada ibu hamil mengenai gerakan yoga yang memberikan manfaat yang banyak. Kemudian setelah dilakukan post test dan ketika sudah diberikan yoga ibu hamil didapatkan hasil post test (100%) pengetahuan baik. Hal ini menyatakan bahwa terjadinya peningkatan pengetahuan tentang yoga ibu hamil untuk memberikan manfaat mengenai gerak fisik selama hamil.

Tabel 2. Yoga ibu hamil

Pengetahuan	Pre-test	Post-test
Baik	0%	100%
Cukup	0%	0%
Kurang	100%	0%

Yoga adalah cara untuk mempersiapkan persalinan karena teknik latihannya menitikberatkan pada pengendalian otot, teknik pernapasan, relaksasi dan ketenangan pikiran. Teknik relaksasi dapat dilakukan dengan membayangkan yang menyenangkan. Hasil penelitian didapatkan bahwa yoga hamil efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III (Fitriani, Lina., Firawati & Raehan, 2021). Manfaat fisik meningkatkan energi, vitalitas dan daya tahan tubuh, melepaskan stress dan cemas, meningkatkan kualitas tidur, menghilangkan ketegangan otot, mengurangi nyeri panggul, punggung, pembengkakan kaki, membantu proses penyembuhan dan pemulihan setelah melahirkan, mental dan emosional meningkatkan rasa percaya diri dan fokus, membangun afirmasi dan kekuatan pikiran pada saat melahirkan, spiritual menenangkan dan mengheningkan pikiran melalui relaksasi dan meditasi, menanamkan rasa kesabaran, intuisi dan kebijaksanaan, selalu sadar dan hayati napas alami dari dalam tubuh, bernapas dengan ringan, relaks, dan lembut, bernapas masuk dan keluar melalui hidung (Tia Pratignyo, 2014) dalam (Fitriani, Lina., Firawati & Raehan, 2021). Hal ini sesuai dengan asuhan penulis berikan yaitu memberikan yoga ibu hamil dengan beberapa postur yaitu seri postur tangan gomukasana-garudasana postur I dan II, postur berdiri utkatasana (postur kursi), postur buddha konasana (seri postur kupu-kupu), putaran sufi, postur janushirsasana (postur duduk menekuk ke depan satu), dan pendinginan dengan mengatur pernafasan,

pernafasan lebah, pernafasan perut dan dada bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada ibu hamil mengenai yoga ibu hamil yang mudah di lakukan di rumah



Gambar 1. Yoga Ibu Hamil

Penyuluhan gizi seimbang pada balita

Berdasarkan hasil pre test dan post test dengan diberikan beberapa pertanyaan yang sama antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan didapatkan hasil bahwa nilai pretest yang memiliki pengetahuan kurang (83%) cukup (17%) dan baik (0%). Ketika sudah dilakukan pretest dilakukan kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pemberian informasi tentang gizi seimbang pada balita, yang terdiri dari pengertian, penyebab susah makan, gizi pada balita, menu untuk balita, cara penyajian. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan post test, ketika sudah dilakukan penyuluhan didapatkan hasil post-test yang memiliki pengetahuan cukup (33%) dan baik (67%). Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dari ibu balita mengenai gizi balita antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Tabel 3. Pre test dan post test penyuluhan gizi seimbang balita

Pengetahuan	Pre test (%)	Post test (%)
Baik	0%	67%
Cukup	17%	33%
Kurang	83%	0%

Gizi adalah adalah makanan dan zat-zat yang berguna dan dibutuhkan oleh tubuh dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh seperti halnya karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Gizi yang seimbang dibutuhkan oleh tubuh, terlebih pada balita yang masih dalam masa pertumbuhan. Dimasa tumbuh kembang balita yang berlangsung secara cepat dibutuhkan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang tepat dan seimbang. Gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui makanan sehari-hari sehingga tubuh bisa aktif dan sehat optimal, serta tak terganggu penyakit atau tubuh tetap sehat (Dwienda, Octa R., dkk, 2014). Ibu balita perlu mengetahui mengenai gizi seimbang balita agar memiliki informasi yang benar mengenai gizi seimbang untuk balita sebagai pencegahan stunting dan pemenuhan pertumbuhan anak. Anak susah makan merupakan permasalahan yang dikeluhkan orang tua, terutama ibu berbagai cara seolah tidak berhasil dilakukan untuk mengatasi anak yang sulit makan, bahkan tidak jarang ibu menjadi tertekan dan stress dalam menghadapi buah hatinya. Setiap ibu selalu diliputi khawatir soal kecukupan gizi buah hatinya (Ulfa, Maria, 2015). Cara mengatasi sajikan makanan dalam porsi kecil yang memenuhi gizinya, jadwalkan waktu makan dengan teratur, sajikan dengan menarik, misalnya mencetak nasi goreng dalam cetakan boneka, bebek, dll, jadikan saat makan jadi menyenangkan, berikan reward atau hadiah jika makan anak habis dan tidak

pilih-pilih, sediakan cemilan sehat. Hal ini sesuai dengan asuhan yang diberikan kepada ibu balita agar ibu mengerti mengenai gizi yang harus di penuhi untuk anak.



Gambar 2. Penyuluhan gizi seimbang balita

Pelaksanaan Pijat Oksitosin

Berdasarkan hasil pre test dan post test yang telah dilakukan kepada ibu nifas antara sebelum dilakukan pijat oksitosin dengan sesudah dilakukan pijat oksitosin dengan diberikan beberapa pertanyaan yang sama seputar pijat oksitosin didapatkan hasil pre-test (100%) memiliki pengetahuan kurang. Ketika sudah dilakukan pretest dilakukan kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pemberian informasi tentang pijat oksitosin dan cara pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran Asi. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan post test, dan ketika sudah diberikan pijat oksitosin didapatkan hasil post-test (100%) pengetahuan baik. Hal ini menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang pijat oksitosin kepada ibu nifas/ keluarga untuk memperlancar pengeluaran ASI.

Tabel 4. Pre test dan post test pelaksanaan pijat oksitosin

Pengetahuan	Pre test	Post test
Baik	0%	100%
Cukup	0%	0%
Kurang	100%	0%

Menurut Biancuzzo, (2003) dan Roesli, (2008) dalam Ummah, (2014), pijat oksitosin adalah pemijatan sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima atau keenam akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga sekresi hormon prolaktin dan oksitosin tidak terhambat. Pijat oksitosin yaitu suatu cara untuk membantu mempercepat pengeluaran ASI atau colostrum dengan rangsangan pijatan pada kedua sisi tulang belakang, mulai dari leher kearah tulang belikat dilanjutkan ke tulang costae di bawah kedua payudara ibu post partum (Perinasia, 2017). Untuk merangsang reflek oksitosin atau reflek let down, selain itu merangsang reflek let down. Manfaat pijat oksitosin untuk mempercepat penyembuhan luka bekas implantasi placentas, mencegah perdarahan pada post partum, mempercepat terjadinya proses involusi uterus, memberikan rasa nyaman pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, meningkatkan dan memperlancar pengeluaran ASI, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Wulandari, dkk, 2014). Banyak penelitian yang sudah membuktikan bahwa pijat oksitosin berpengaruh dalam memperlancar pengeluaran ASI. Hal ini sesuai asuhan yang penulis berikan yaitu pijat oksitosin kepada ibu nifas dengan tujuan untuk memperlancar pengeluaran ASI sehingga nutrisi bayi yaitu ASI dapat terpenuhi. Selain itu pijat oksitosin ini dapat membuat ibu tenang dan nyaman sehingga menjadi percaya diri untuk menyusui. Hal ini juga sesuai menurut jurnal *Oxytocin Massage on Postpartum Primipara Mother to the Breastmilk Production and Oxytocin Hormone Level*, (2017) bahwa melakukan pijat oksitosin dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga produksi ASI dapat meningkat. Memberikan penkes upaya memperbanyak ASI yang bertujuan agar ibu mengerti dengan aktivitas yang dapat

memperbanyak ASI. Sehingga hal ini sesuai dengan asuhan yang diberikan yaitu pijat oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI pada ibu nifas.



Gambar 3. Pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu nifas

Pemberian Konseling mengenai kespro caten

Berdasarkan hasil pre test dan post test dengan diberikan beberapa pertanyaan yang sama antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan didapatkan hasil bahwa nilai pre-test yang memiliki pengetahuan kurang (80%) cukup (20%) dan baik (0%). Ketika sudah dilakukan pretest dilakukan kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pemberian informasi tentang kesehatan reproduksi pada calon pengantin, yang terdiri dari pengertian kespro pranikah, perawatan/kebersihan organ reproduksi, hak reproduksi dan seksual, persiapan pranikah dan gizi pada calon pengantin. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan post test, ketika sudah dilakukan penyuluhan didapatkan hasil post-test yang memiliki pengetahuan cukup (10%) dan baik (90%). Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dari calon pengantin mengenai kespro pada calon pengantin antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Tabel 5. Pre test dan post test pelaksanaan pijat oksitosin

Pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)
Baik	0%	90%
Cukup	20%	10%
Kurang	80%	0%

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan yang menunjukkan kondisi kesehatan fisik, mental, dan sosial seseorang dihubungkan dengan fungsi dan proses reproduksinya termasuk di dalamnya tidak memiliki penyakit atau kelainan yang mempengaruhi kegiatan reproduksi tersebut. Masalah kesehatan reproduksi dapat terjadi sepanjang siklus hidup manusia, misalnya kehamilan remaja, aborsi tidak aman, komplikasi kehamilan, persalinan dan nifas, serta penyakit menular seksual (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Umur ideal yang matang secara biologis dan psikologis adalah 20 – 25 tahun bagi wanita dan umur 25 – 30 tahun bagi pria BKKBN (2017), Hal ini dikarenakan pada usia < 20 tahun secara fisik dan mental ibu belum kuat yang memungkinkan berisiko lebih besar mengalami anemia, pertumbuhan janin terhambat, dan persalinan prematur. Sedangkan pada usia ≥ 35 tahun kondisi fisik mulai melemah yang memicu terjadinya berbagai komplikasi pada kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Begitupun pria, disarankan untuk menikah pada usia kurang dari 40 tahun, karena di atas usia tersebut motilitas, konsentrasi, dan volume seminal mengalami penurunan kualitas sehingga meningkatkan risiko kecacatan janin. Hal ini perlu dilakukan karena pendidikan pranikah mengenai kespro berpengaruh terhadap kesiapan dalam menghadapi kehamilan pertama pada calon pengantin putri.



Gambar 4. Konseling Kespro Calon Pengantin

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan di RT 03 dan RW 03 Desa Pandak Sidoharjo Kabupaten Sragen ditemukan beberapa masalah yang terjadi yaitu kurangnya olahraga atau gerak fisik pada ibu hamil, kurangnya pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang pada balita, kurang lancar pengeluaran ASI pada ibu nifas dan kurangnya pengetahuan kespro calon pengantin. Adapun kegiatan ini dilakukan dengan penyuluhan dan pelaksanaan langsung dengan melakukan pijat oksitosin pada ibu nifas

Diharapkan desa pandak sidoharjo dapat meningkatkan kesadaran keluarga dalam menjaga kesehatan Ibu dan Anak serta diharapkan Bidan lebih aktif memberikan informasi kesehatan kepada masyarakat khususnya pada calon pengantin, ibu hamil, ibu nifas, dan balita.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada masyarakat Desa Pandak Sidoharjo Kabupaten Sragen dan bapak Lurah, Bidan desa, Kader dan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu dalam proses kegiatan Komunitas kebidanan ini.

Daftar Pustaka

- Dwienda, Octa R., dkk. (2014). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi/Balita dan Anak Prasekolah Untuk Para Bidan* Yogyakarta Deepublish
- Fitriani, Lina., Firawati & Raehan. (2021). *Buku Ajar Kehamilan* Sleman-Yogyakarta Deepublish
- Koentjaraningrat.(2009). *Pengantar Ilmu Antropologi*. Jakarta : Rineka Cipta
- Lestari, N. (2017). pijat oksitosin pada ibu post partum primipara terhadap produksi ASI dan kadar hormon oksitosin. *jurnal ners dan kebidanan*, 120-124.
- Niken meilani.(2019).*Kebidanan Komunitas*.Yogyakarta: Fitramaya
- Notoatmodjo, S. (2010). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Kementrian Kesehatan RI, 2018.
- Rini, S., Kumala, F. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidance Based Practice*. yogyakarta: deepublish.
- Rini, S., Kumala, F. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidance Based Practice*yogartadeepublish
- Tonasih & Sari, Vianty Mutya. (2019). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*YogyakartaK-Media
- Saifuddin. (2009). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Komunitas*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sumarah.(2009).*Kebidanan Komunitas*.Yogyakarta: Fitramaya
- Syahlan.(2010). *Kebidanan Komunitas*. : Yayasan Bina Sumber
- Tyastuti, Siti & Wahyuningsih,H.P. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta:Pusdik SDM Kesehatan.