

## Akupresure untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil

Sekar Sari Annasiah<sup>1</sup>, Nani Sunaryati<sup>2</sup>, Wahyu Kristiningrum<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, ssariannasiah@gmail.com

<sup>2</sup> Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, nanisunaryati1@gmail.com

<sup>3</sup> Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo,  
kristiningrumwahyu1004@gmail.com

Korespondensi Email: ssariannasiah@gmail.com

---

### Article Info

*Article History*

*Submitted, 2025-12-09*

*Accepted, 2025-12-28*

*Published, 2025-12-30*

---

*Keywords: Acupresure,  
Back pain, Pregnant  
Mother*

**Kata Kunci:**  
Akupresure, Nyeri  
Punggung, Ibu Hamil

---

### Abstract

*Lower back pain in the second and third trimesters of pregnancy is a common complaint. In Indonesia, the incidence is quite significant, with reports of approximately 60% to 80% of pregnant women in various regions complaining of similar conditions. In fact, one study noted that as many as 73.33% of pregnant women who experience back pain are categorized as moderate to severe. Pain causes fear and anxiety, which can lead to stress and drastic physiological changes during pregnancy. Back pain in pregnant women can be treated pharmacologically with analgesics and non-pharmacologically, such as birth balls, prenatal yoga, endorphin massage, warm compresses, deep breathing relaxation, and acupresure. Acupresure is a form of physiotherapy that involves massaging and stimulating specific points on the body to relieve various aches and pains and reduce anxiety. Eight out of 14 pregnant women in Leyangan Village complained of back pain. The methods used in implementing the activity included preparation, providing education and demonstrating acupresure to reduce back pain, and evaluating it with a post-test. The goal of this activity was to enable mothers to independently apply acupresure to reduce back pain. The results of this activity indicated an increase in pregnant women's knowledge about acupresure.*

### Abstrak

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester II dan III merupakan keluhan umum yang sering terjadi dikalangan ibu hamil. Di Indonesia sendiri, angka kejadiannya cukup signifikan di mana dilaporkan sekitar 60% hingga 80% ibu hamil di berbagai wilayah mengeluhkan kondisi serupa. Bahkan, sebuah studi mencatat bahwa sebanyak 73,33% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung berada pada kategori nyeri sedang hingga berat. Nyeri menyebabkan ketakutan dan kecemasan sehingga dapat menimbulkan stress dan perubahan fisiologis yang drastis selama kehamilan. Nyeri punggung pada ibu hamil dapat ditangani secara farmakologis melalui obat analgesic dan

secara nonfarmakologis seperti birth ball, prenatal yoga, endorphin massage, kompres hangat, relaksasi nafas dalam, dan akupresure. Akupresure merupakan salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada tubuh yang berguna untuk mengurangi bermacam-macam sakit dan nyeri serta mengurangi kecemasan. Permasalahan yang dialami pada ibu hamil di Desa Leyangan yaitu mengeluh nyeri punggung ada 8 orang ibu hamil dari 14 ibu hamil. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan dengan persiapan, memberikan penyuluhan dan mendemonstrasikan akupresure untuk mengurangi nyeri punggung, serta mengevaluasi dengan posttest. Tujuan dari adanya kegiatan ini yaitu diharapkan ibu dapat mengaplikasikan secara mandiri tentang akupresure untuk mengurangi nyeri punggung. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang akupresure.

---

### **Pendahuluan**

Kehamilan adalah suatu proses alami yang melibatkan perubahan fisiologis maupun psikologis pada ibu hamil. Selama masa kehamilan, terjadi perubahan pada beberapa sistem tubuh, beberapa diantaranya meliputi sistem kardiovaskular, pernapasan, hormonal, gastrointestinal, dan muskuloskeletal. Perubahan yang terjadi pada sistem muskuloskeletal selama kehamilan mencakup perubahan bentuk tubuh dan peningkatan berat badan secara bertahap mulai dari trimester 1 hingga trimester 3, biasanya perubahan ini menyebabkan ketidaknyamanan yang sering dialami oleh ibu hamil yakni nyeri punggung. (Sari et al., 2022)

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester II dan III merupakan keluhan umum yang sering terjadi dikalangan ibu hamil. Di Indonesia sendiri, angka kejadiannya cukup signifikan di mana dilaporkan sekitar 60% hingga 80% ibu hamil di berbagai wilayah mengeluhkan kondisi serupa. (Kemenkes, 2018) Bahkan, sebuah studi mencatat bahwa sebanyak 73,33% ibu hamil yang mengalami nyeri punggung berada pada kategori nyeri sedang hingga berat. Nyeri menyebabkan ketakutan dan kecemasan sehingga dapat menimbulkan stress dan perubahan fisiologis yang drastis selama kehamilan. (Purnamasari, 2019) Penanganan nyeri punggung pada ibu hamil dapat dilakukan secara farmakologis dengan pemberian obat analgesik, sedangkan secara non farmakologis yaitu dengan *birth ball*, prenatal yoga, *endorphin massage*, kompres hangat, relaksasi nafas dalam dan akupresur. (Laoh et al., 2024)

Salah satunya akupresure merupakan salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada tubuh yang berguna untuk mengurangi bermacam-macam sakit dan nyeri serta mengurangi kecemasan. Akupresure yaitu melakukan pemijatan atau penekanan pada titik-titik tertentu (*acupoint*) menggunakan jari secara bertahap sehingga dapat menstimulasi tubuh untuk sembuh secara alami. (Heni Setyowati & Kp, 2018) Akupresur merupakan jenis terapi pijat yang dikembangkan di Tiongkok kuno, yang dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi hormon endorfin dan opioid sehingga dapat mengurangi rasa sakit dan cemas. Akupresur dapat meningkatkan sirkulasi darah, memperbaiki dan meningkatkan fungsi kerja dari organ-organ tubuh, meningkatkan sistem imun dan energi, mengurangi rasa sakit, memperbaiki sistem reproduksi, serta untuk detoksifikasi dan menjaga kesehatan. (Nurwigati, 2015)

Dari hasil pengkajian yang dilakukan di Desa Leyangan dari tanggal 20-23 Oktober 2025, ditemukan 14 ibu hamil yang bermasalah dari 40 ibu hamil yang ada, dari ibu hamil yang bermasalah paling banyak ada 8 ibu hamil yang mengalami masalah nyeri punggung. Berdasarkan hal tersebut maka tim kebidanan komunitas menawarkan solusi untuk mengatasi permasalahan tentang tatalaksanaan akupresure untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil.

Kebidanan komunitas adalah bagian dari kebidanan yang berupa serangkaian ilmu dan ketrampilan untuk memberikan pelayanan kebidanan pada ibu dan anak yang berada dalam masyarakat di wilayah tertentu. (Pinem, 2016) Pelayanan Kebidanan Komunitas adalah upaya yang dilakukan bidan untuk pemecahan terhadap masalah kesehatan ibu dan balita dalam keluarga di masyarakat. (Turrahmi, 2017)

### Metode

Sasaran dalam kegiatan komunitas ini adalah ibu hamil di Desa Leyangan, sedangkan bentuk kegiatannya meliputi persiapan, memberikan penyuluhan dan demonstrasi serta mengevaluasi dengan posttest. Survey awal di Desa Leyangan, Kecamatan Ungaran Timur, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah dari tanggal 20 – 23 Oktober 2025. Survey dilakukan dengan pendataan ibu hamil di masyarakat secara wawancara langsung dan pengambilan data sekunder sehingga didapatkan data ada 40 ibu hamil dan ada 14 ibu hamil yang mengalami masalah, kemudian menentukan masalah, prioritas masalah, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Prioritas masalah yang didapat yaitu nyeri punggung pada ibu hamil, sehingga rencana asuhan yang akan dilakukan adalah penyuluhan dan demostrasi tentang akupresure untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil. Implementasi kegiatan di rumah Bidan Jarmini Desa Leyangan dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober 2025. Sarana yang digunakan untuk mendukung kegiatan menggunakan leaflet dan demonstrasi langsung tentang akupresure untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil.

### Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan sampai evaluasi dilaksanakan pada senin, 27 Oktober 2025 jam 10.00 – selesai yang diikuti oleh 14 ibu hamil di rumah bidan Jarmini Desa Leyangan, Kecamatan Ungaran Timur, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Umum Ibu Hamil  
di Desa Leyangan Tahun 2025

<b>Usia</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
20 -25 tahun	3	21,5
26 – 30 tahun	5	35,7
31 – 35 tahun	4	28,5
> 36 tahun	2	14,3
Jumlah	14	100
<b>Pendidikan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
Menengah	1	7,1
Atas	5	35,7
Tinggi	8	57,2
Jumlah	14	100
<b>Pekerjaan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
Bekerja	2	14,3
Tidak bekerja	12	85,7
Jumlah	14	100
<b>Status Gravida</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
Primigravida	3	21,5
Multigravida	11	78,5
Jumlah	14	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 14 ibu hamil ada 2 orang ibu hamil (14,3%) yang berusia di atas 36 tahun, ada 8 orang (57,1%) memiliki pendidikan tinggi, Sebagian besar 12 orang (85,7%) ibu hamil berstatus tidak bekerja, dan mayoritas ibu hamil adalah multigravida berjumlah 11 orang (78,6%).

Temuan ini relevan dengan teori risiko kehamilan yang dikemukakan oleh (Maryunani, 2016) yang mengklasifikasikan usia ibu hamil di atas 35 tahun (Terlalu Tua) sebagai faktor risiko tinggi. Menurut (Widatiningsih & Dewi, 2017) menguatkan bahwa kehamilan pada usia  $\geq 35$  tahun dikaitkan dengan peningkatan risiko, baik bagi ibu maupun janin. Risiko tersebut meliputi, peningkatan risiko terjadinya preeklampsia, diabetes gestasional, dan perdarahan post partum. Sedangkan komplikasi pada janin atau saat persalinan yaitu, peningkatan risiko kelainan genetik (seperti Sindrom Down), kelahiran prematur, dan kemungkinan tindakan Sectio Caesarea. (Rosyidah et al., 2019)

Hal ini dapat disimpulkan meskipun sebagian besar ibu berada dalam usia aman, adanya 2 ibu hamil yang termasuk dalam kategori usia risiko tinggi ( $> 35$  tahun) memerlukan pemantauan antenatal yang lebih intensif untuk deteksi dini dan pencegahan komplikasi.

Tingkat pendidikan yang tinggi secara konsisten dikaitkan dengan peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang isu-isu kesehatan, termasuk kehamilan. Menurut (Kolantung et al., 2021), semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah individu tersebut menerima dan menyerap informasi, yang pada akhirnya meningkatkan tingkat pengetahuannya. Hal ini sangat relevan dalam masa kehamilan di mana ibu harus memahami perubahan fisiologis, risiko, dan kebutuhan nutrisi. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purwaningrum, 2017), menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan tingkat pengetahuan tentang gizi ibu hamil. Ibu berpendidikan tinggi cenderung lebih memahami pentingnya gizi seimbang dan suplementasi seperti zat besi/Fe untuk mencegah masalah kehamilan seperti Anemia.

Tingkat pendidikan yang mayoritas tinggi merupakan faktor pendukung yang kuat bagi keberhasilan promosi kesehatan dan kepatuhan terhadap program kebidanan, karena ibu hamil diharapkan memiliki pengetahuan dasar yang baik tentang kehamilan. Sehingga keluhan-keluhan yang dialami selama masa kehamilan dapat teratasi tanpa ada rasa cemas.

Status tidak bekerja sering kali berarti ketergantungan finansial penuh pada suami atau anggota keluarga lain. Penelitian yang dilakukan oleh (Afiah & Syafriani, 2025) menunjukkan bahwa pekerjaan suami, yang menjadi sumber pendapatan utama, menjadi sangat penting untuk memastikan akses ibu hamil terhadap layanan kesehatan dan gizi yang optimal. Keterbatasan ekonomi dapat menjadi faktor penghambat dalam pemenuhan gizi (misalnya suplemen Fe atau makanan bergizi) dan keteraturan kunjungan Antenatal Care (ANC).

Sehingga selama kehamilan bila mengalami masalah atau keluhan bisa saja dibiarkan, hal itu menyebabkan informasi yang didapat tidak optimal dan masalah yang dihadapi tidak dapat langsung teratasi. Walaupun begitu diharapkan ibu hamil dapat mengakses masalah kehamilan melalui media sosial yang dipunya karena ibu yang tidak bekerja memiliki waktu yang lebih panjang dalam mengakses informasi dibandingkan ibu yang bekerja.

Menurut (Wicaksana et al., 2024) secara konsisten menemukan bahwa ibu primigravida cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dalam menghadapi persalinan karena merupakan pengalaman baru. Selain itu, primigravida juga berisiko lebih tinggi mengalami anemia dan prematuritas. Status multigravida umumnya dianggap memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah karena pengalaman sebelumnya. Meskipun kelompok multigravida mendominasi, perhatian harus difokuskan pada 3 ibu primigravida. Kelompok ini harus menjadi sasaran prioritas untuk edukasi tentang proses persalinan dan skrining anemia untuk menekan tingkat kecemasan dan komplikasi.

Tidak hanya itu ibu hamil primigravida cenderung yang mengalami ketidaknyamanan kehamilan sehingga pemberian informasi dan penanganannya lebih dapat diperhatikan supaya selama masa kehamilan ibu dapat melewatinya tanpa ada kecemasan.

Tabel 2 Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah diberikan penyuluhan

	Jumlah Peserta	Mean	Minimum	Maximum	Tingkat Pengetahuan
PRETEST	14	71,25	10	100	Baik
POSTTEST	14	100.00	100	100	Baik

Berdasarkan tabel 2 hasil *pretest* didapatkan nilai terendah adalah 10 dan nilai tertinggi 100 sementara nilai rata-ratanya adalah 71,25. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang akupresur cukup baik. Hal ini disebabkan karena saat ini informasi mengenai akupresur mudah didapat. Menurut (Darsini et al., 2019), pengetahuan adalah kesan didalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca inderanya. Pada dasarnya pengetahuan akan terus bertambah dan bervariasi sesuai dengan proses pengalaman manusia yang dialami.

Hasil *posttest* didapatkan nilai semua peserta adalah 100 dan nilai rata-rata 100. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang akupresur. Menurut (Gejir et al., 2021) bahwa penyuluhan kesehatan diharapkan pengetahuan dapat berpengaruh terhadap perilaku dan agar penyuluhan mencapai optimal dengan adanya masukan, materi yang sesuai sasaran kemudian alat bantu yang sesuai akan membantu kelancaran hasil yang lebih baik setelah penyuluhan. Selain itu dengan adanya pengalaman seseorang yang dapat memperluas informasi baik melalui hubungan sosial dalam berinteraksi secara kontinyu akan lebih besar terpapar informasi serta adanya paparan media cetak maupun elektronik, sehingga memberikan respon positif maupun negatif pada seseorang yang bisa mempengaruhi tingkat pengetahuan.

Oleh karena itu, promosi kesehatan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan. Promosi kesehatan tentang akupresur dapat diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai upaya mengurangi keluhan yang dialami ibu hamil. Melalui peningkatan pengetahuan diharapkan dapat membawa perubahan perilaku kesehatan pada ibu maupun keluarganya. (Nurbaiti & Tiwi, 2024)

Sehingga hasil akhir menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden terkait akupresur. Kegiatan evaluasi dilakukan langsung setelah pelaksanaan *posttest* dengan memberitahu ibu hamil hasil dari *posttest* bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang akupresur untuk mengurangi nyeri punggung.

Berdasarkan hasil kegiatan, terlihat bahwa pemberian edukasi dan demonstrasi akupresur memberikan dampak positif terhadap pengetahuan ibu hamil. Penggunaan akupresur di Desa Leyangan menawarkan solusi yang aman dibandingkan metode farmakologi. Mayoritas ibu hamil dilokasi kegiatan adalah multigravida (78,6%) dengan tingkat pendidikan tinggi (57,2%). Pendidikan yang tinggi mempermudah penyerapan informasi teknis mengenai titik-titik acupoint. Bagi kelompok multigravida, meskipun mereka mungkin sudah memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya, Teknik akupresur memberikan wawasan baru untuk mengatasi ketidaknyamanan yang mungkin tidak mereka dapatkan pada kehamilan terdahulu.

Keberhasilan nilai rata-rata dari 71,2% menjadi 100% menunjukkan bahwa metode demonstrasi langsung dan penggunaan media seperti leaflet sangat efektif. Menurut penelitian oleh (Haryani et al., 2025) mengonfirmasi bahwa penggunaan metode demonstrasi secara signifikan meningkatkan keterampilan psikomotorik dibandingkan metode ceramah saja, karena responden dapat mengamati dan meniru teknik secara akurat.

Selain itu, penggunaan *leaflet* sebagai media pendamping terbukti efektif sebagai panduan visual mandiri yang memperkuat retensi memori jangka panjang bagi ibu hamil. (Sinaga et al., 2024) Hal ini sejalan dengan prinsip kebidanan komunitas, di mana bidan berperan aktif dalam memecahkan masalah kesehatan masyarakat melalui pendekatan yang aplikatif dan mudah dijangkau.



Gambar 1 Dokumentasi Kegiatan Komunitas pada Ibu Hamil

### Simpulan dan Saran

Kegiatan komunitas yang dilaksanakan diikuti oleh ibu hamil. Melalui kegiatan ini, ibu hamil tidak hanya dapat merasakan manfaat fisik secara langsung, tetapi juga mengalami peningkatan pemahaman yang signifikan terhadap manajemen kesehatan mandiri. Pemberian edukasi yang terstruktur dalam kegiatan ini terbukti efektif dalam mentransformasi pengetahuan ibu, dari yang sebelumnya bersifat terbatas menjadi lebih komprehensif mengenai cara menangani keluhan kehamilan secara alami. Dengan demikian, hal ini dapat meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak serta meningkatkan kesadaran ibu dalam mengikuti perkembangan dunia kesehatan. Pelayanan komplementer ini perlu mendapat dukungan dari berbagai praktisi kesehatan supaya semakin berkembang ilmu pengetahuan dalam asuhan komplementer.

### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang sudah memberikan dukungan dalam pelaksanaan dan penyelesaian komunitas ini terutama kepada dosen pembimbing kami Ibu Wahyu Kristiningrum, S.Si.T., M.H yang telah memberikan arahan dan masukan dalam membimbing kami dari awal sampai selesai praktik komunitas ini. Kami juga ucapkan terima kasih kepada seluruh masyarakat Desa Leyangan, Bidan Desa, serta kader-kader dan pihak Universitas Ngudi Waluyo.

### Daftar Pustaka

- Afiah, A., & Syafriani, S. (2025). Hubungan Dukungan Suami dan Pekerjaan Ibu dengan Kelengkapan Pemeriksaan Antenatal Care (ANC). *Science: Indonesian Journal of Science*, 1(6), 1256–1262.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; artikel review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.
- Gejir, I. N., Kencana, I. G. S., Artawa, I. M. B., & Suanda, I. W. (2021). *Implementasi Proses Pembelajaran dalam Penyuluhan Kesehatan Bagi Tenaga Kesehatan*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Haryani, N., Halimah, H., Damhuji, D., & Herlina, R. (2025). EFEKTIVITAS DEMONSTRASI EDUKASI PENGURANGAN PLAK GIGI DENGAN DAN TANPA LARUTAN PEWARNA PADA SISWA. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 35(1), 228–234.
- Heni Setyowati, E. R., & Kp, S. (2018). *Akupresur untuk kesehatan wanita berbasis hasil penelitian*. Unimma press.
- Kemenkes, R. I. (2018). *Profil kesehatan indonesia*.
- Kolantung, P. M., Mayulu, N., & Kundre, R. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan dengan kepatuhan melakukan antenatal care (anc): systematic review. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 40.
- Laoh, J. M., Fauziandari, E. N., Marta, E. S., Santri, Y. V., Mukarramah, S., Julaecha, J., Afriani, A., Karuniawati, B., Lilis, D. N., & Mulyani, S. (2024). *Bunga Rampai Kebidanan Komplementer*.
- Maryunani, A. (2016). *Buku Praktis Kehamilan Dan Persalinan Patologis*. Jakarta: Trans Info Media.
- Nurbaiti, N., & Tiwi, L. S. (2024). Pengetahuan dan Persepsi Ibu Hamil tentang Akupressur dalam Mengatasi Ketidaknyamanan pada Kehamilan. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 13(2), 201–207.
- Nurwigati, E. (2015). *Terapi Alternatif dan Komplementer dalam Bidang Keperawatan*. Bogor. Media.
- Pinem, S. (2016). *Modul Asuhan Kebidanan Komunitas*. Medan: Asuhan Kebidanan Mitra Husada Medan.
- Purnamasari, K. D. (2019). Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester II dan III. *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), 9–15.
- Purwaningrum, Y. (2017). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Dengan Kejadian Anemia Selama Kehamilan. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 88–93.
- Rosyidah, R., Keb, S., Azizah, N., & Keb, S. (2019). *Buku Ajar Mata Kuliah Obstetri Pathologi (Patologi dalam Kehamilan)*. Umsida Press.
- Sari, Y., Hajrah, W. O., & Zain, V. R. (2022). Perbandingan Efektivitas Akupresur dan Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 3(2), 72–79.
- Sinaga, J., Miskiyah, M., Virgiani, K., & Nurayuda, N. (2024). *Pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia*.
- Turrahmi, H. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komunitas*. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Prosiding  
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan  
Universitas Ngudi Waluyo

- Wicaksana, I. P. A., Shammakh, A. A., Pratiwi, M. R. A., Maswan, M., & Azhar, M. B. (2024). Hubungan Dukungan Suami, Status Gravida, dan Kepatuhan Ibu Melakukan Antenatal Care (ANC) terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Global Ilmiah*, 1(6), 376–388.
- Widatiningsih, S., & Dewi, C. H. T. (2017). Praktik terbaik asuhan kehamilan. *Yogyakarta: Trans Medika*, 1.