

## Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti Hypnobirthing Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara

Yuni Vivi Santri P<sup>1</sup>, Herlina Simanjuntak<sup>2</sup>

STIKES Senior Medan

[yunivivipurba88@gmail.com](mailto:yunivivipurba88@gmail.com) (1), [herlinasimanjuntak912@gmail.com](mailto:herlinasimanjuntak912@gmail.com) (2)

### ABSTRAK

Tujuan peneliti yaitu untuk menganalisa hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti hypnobirthing di Puskesmas Siatas Barita, Kabupaten Tapanuli Utara. Teknik penelitian menggunakan Total Sampling dengan jumlah populasi 35 dan jumlah sampel 35 responden. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang hypnobirthing dan variabel dependen adalah minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti hypnobirthing. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dengan pengolahan data editing, coding, scoring dan tabulating dengan uji statistik Spermank Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil trimester III tentang Hypnobirthing di dapatkan 17,1 % responden mempunyai pengetahuan baik, 17,1% responden mempunyai pengetahuan cukup, dan 65,7% responden memiliki pengetahuan kurang. Sedangkan minat ibu hamil dalam mengikuti hypnobirthing di dapatkan 37,1% responden mempunyai minat tinggi, 40 % responden mempunyai minat sedang, dan 22,9% responden mempunyai minat rendah. Uji Spermank Rank menunjukkan bahwa nilai signifikan  $\rho=0,00 < \alpha(0,05)$ , sehingga  $H_1$  diterima. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu hamil trimester III dalam mengikuti Hypnobirthing di Puskesmas Siatas Barita, Kabupaten Tapanuli Utara.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Minat, Hypnobirthing, Ibu hamil trimester III

### ABSTRACT

The aim of the researcher is to analyze the relationship between knowledge and the interest of pregnant women in the third trimester in participating in hypnobirthing at Puskesmas Siatas Barita, Kabupaten North Tapanuli. Research technique is Total Sampling with a number of population are 35 and samples are 35 respondents. Independent variable in this research is knowledge about hypnobirthing and dependent variable is passion of pregnant mother in third trimester to follow hypnobirthing. Research instrument uses questionnaire with data processing are editing, coding, scoring and tabulating by Spearman Rank statistic test. Research result shows that knowledge of pregnant mother in third trimester about hypnobirthing known that 17,1 % respondents has good knowledge, 17,1 % respondents has enough knowledge, and 65,7% respondents have less knowledge. At the same time, passion of pregnant mother to follow hypnobirthing known that 37,1 % respondents have high passion, 40 % respondents have average passion and 22,9 % respondents have low passion. Spearman Rank Test shows that significant value  $\rho=0,00 < \alpha(0,05)$ , so that  $H_1$  accepted. This research can be concluded that there is relation of knowledge of pregnant mother in third trimester to follow hypnobirthing in Puskesmas Siatas Barita, Kabupaten North Tapanuli

**Keywords:** Knowledge, Interests, Hypnobirthing, Third trimester pregnant women

## I. PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2015 sekitar 830/harinya wanita meninggal di seluruh dunia akibat komplikasi kehamilan dan persalinan, sedangkan secara keseluruhan Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 303.000/100.000 kelahiran hidup. Hampir semua kematian ibu terjadi di negara berkembang yaitu lebih dari setengah kematian terjadi di Afrika Sub-Sahara dan hampir di sepertiga terjadi di Asia Selatan. Ini masih dalam kategori tinggi karena belum mencapai target Sustainable Development Goals (SDG's) yaitu <70 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2018). Penyebab kematian ibu di dunia adalah dengan kondisi yang ada 28%, hipertensi dalam kehamilan 14%, komplikasi abortus 8%, perdarahan 27%, infeksi 11%, partus lama dan lainnya 9% dan penggumpalan darah (*embolism*) 3% (WHO, 2014). Masalah penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia menurut SDKI tahun 2012 menunjukkan peningkatan AKI yang signifikan yaitu menjadi 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. AKI kembali menunjukkan penurunan menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2015). Kepala Dinas Kesehatan Sumut Alwi Mujahit Hasibuan, mengatakan sepanjang tahun 2019 Angka Kematian Ibu (AKI) di Sumatera Utara sebanyak 179 dari 302.555 kelahiran hidup atau 59,16 per 100.000 kelahiran hidup (Dinkes Sumut, 2019). Kadis Kesehatan Tapanuli Utara Alexander Gultom mengatakan angka kematian ibu pada tahun 2018 sebanyak 4 orang yakni ibu hamil 1 orang dan ibu bersalin 3 orang (palapapos.co.id, 2019). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa tingkat depresi atau cemas selama trimester ketiga kehamilan hampir dua kali lipat dari trimester pertama dan kedua. Penelitian di Swedia tentang antenatal care pada kehamilan 35 minggu sebanyak 24 % mengalami kecemasan dan 22% mengalami depresi. Di Indonesia hasil penelitian tentang kecemasan yang dilakukan pada trimester III sebanyak 33,93% mengalami kecemasan. Penelitian lain menyebutkan bahwa ibu hamil normal dalam menghadapi persalinan mengalami 47,7% cemas berat, 16,9 % kecemasan sedang dan 35,4% mengalami kecemasan ringan. (Marliana, Jurnal Ilmiah Kesehatan , 2018). Ketika ibu menjalani masa kehamilan sampai menjelang persalinan, ibu hamil membutuhkan ketenangan agar tidak mengalami kecemasan yang berlebih sehingga proses persalinan menjadi lancar tanpa hambatan. Semakin ibu tenang menghadapi persalinan maka persalinan akan berjalan semakin lancar. Terdapat beberapa cara olah tubuh yang bisa dilakukan ibu hamil untuk menjaga kesehatan tubuh dan janin agar berkembang dengan baik dan juga membuat emosi ibu tetap stabil, seperti senam hamil, yoga hamil (Pujiastuti, 2015). Selain itu, terdapat satu alternatif alami yang bisa dilakukan oleh ibu hamil untuk membuat jiwa menjadi lebih tenang dengan energi-energi positif dan membantu meringankan rasa sakit saat kontraksi serta dapat mempercepat proses persalinan adalah dengan teknik relaksasi *hypnobirthing*. Istilah *hypnobirthing* dipatenkan oleh Marie F. Mongan sejak tahun 1989. Metode *hypnotherapy* untuk melahirkan di Amerika Serikat sudah dikenal sejak tahun 1950-an dengan istilah lain yang mengandung pemaknaan yang sama yaitu *hypnobabies*, *hypnobirth*, *hypnosis for birthing*, *hypnosis for babybirth*, atau *hypnosis for child*. Metode *hypnobirthing* mulai disebarluaskan pada tahun 2003 oleh Lanny Kuswandi di Indonesia. *Hypnobirthing* adalah penggunaan hipnosis untuk membantu ketenangan jiwa ibu hamil serta membantu proses persalinan yang lancar dan alami karena mampu meredakan rasa sakit saat melahirkan secara normal (Muhepi, 2013). Dengan relaksasi akan membantu ibu hamil untuk mencapai kondisi yang senantiasa rileks dan tenang, efek dari kondisi ini akan berpengaruh pada ibu hamil dan lingkungan ibu hamil hingga proses persalinan (Harianto, 2016). *Hypnobirthing* sendiri

Vivi Santri P Y, Simanjuntak H : Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara

dapat mencegah komplikasi persalinan, dengan teknik relaksasi. Metode relaksasi *hypnobirthing* mendasarkan pada keyakinan bahwa ibu hamil bisa mengalami persalinan melalui insting dan memberikan sugesti bahwa melahirkan itu nikmat (Maryunani, 2013). Pada tahun 2011, beberapa negara bahkan sudah terdapat berbagai institusi profesional yang aktif dalam edukasi dan aplikasi *hipnoterapi*, misalnya *American Society of Clinical Hypnosis* dan Perhimpunan *Hipnoterapi Medis Indonesia*. Efek terapeutik dari hipnotis pun telah mendapatkan pengakuan dari *British Medical Association* (BMA), *American Medical Association* (AMA), serta berbagai lembaga Australia dan India. Angka keberhasilan *hypnobirthing* adalah 85% (Yessie,2013). Namun, banyak ibu hamil trimester III yang masih belum mengenal istilah *hypnobirthing* serta belum banyak yang mengetahui teknik relaksasi *hypnobirthing*. Pengetahuan tentang *hypnobirthing* dimasyarakatpun sangat kurang terutama pada masyarakat menengah kebawah. Hasil survey awal di Puskesmas Siatas Barita, kabupaten Tapanuli Utara diketahui bahwa jumlah ibu hamil trimester III bulan maret sampai dengan Juni 2023 sebanyak 35 orang dan 17 orang sudah pernah mendengar tentang *hypnobirthing*, 9 orang pernah mengikuti kelas *hypnobirthing* dan 9 orang belum pernah mendengar dan mengikuti kelas *hypnobirthing*.

## **2. Perumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana hasil penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara

## **3. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hasil penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara

## **4. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari pelaksanaan penelitian ini adalah memberikan informasi kepada dunia medis dan akademis mengenai hasil penelitian dari Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara.

## **II. METODE**

### **Tempat dan Waktu**

Waktu penelitian adalah merujuk pada periode pelaksanaan penelitian. Penelitian ini direncanakan mulai penyusunan proposal penelitian sampai dengan penyusunan laporan skripsi mulai bulan Agustus sampai dengan November 2023 .

### **Rancangan Penelitian atau Model**

Penelitian ini adalah penelitian survey analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi dari data variabel hanya satu kali pada satu saat (Notoatmodjo, 2010). Alasan penggunaan desain studi *cross sectional* karena pada desain studi ini seluruh variabel diukur dan diamati pada saat yang bersamaan sehingga memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk menilai hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing*.

### **Populasi dan Sampel**

Pada penelitian ini populasinya adalah ibu hamil trimester III yang berada di Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara tahun 2023 sebanyak 35 orang pada periode bulan Mei 2023 sampai dengan Juni 2023. Karena populasi kurang dari 100, maka teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*. *Total Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono,

2007). Pada penelitian ini sampelnya adalah seluruh ibu hamil di Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara yaitu sejumlah 35 ibu hamil.

#### **Pengolahan Data**

*Editing*, mempersiapkan data yang sudah diperoleh sebelum dilakukan pengolahan data lebih lanjut. Dimana peneliti harus mengecek kembali kelengkapan data. *Coding* adalah memberi kode pada data, dilakukan dengan tujuan merubah data kualitatif menjadi data kuantitatif (kuantifikasi data) atau membedakan aneka karakter untuk identitas responden diganti kode dengan memberikan nomor urut pada lembar kuesioner untuk menjaga kerahasiaan responden. *Scoring* adalah pemberian skor atau nilai pada masing-masing jawaban responden. *Tabulating* adalah data dikumpulkan dan dikelompokkan dalam bentuk tabel. Termasuk dalam kegiatan ini adalah memberikan skor terhadap item-item yang perlu diberi skor dan memberi kode terhadap item-item yang diberi skor (Arikunto, 2006).

#### **Instrumen penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat penelitian yang digunakan untuk proses pengumpulan data, dalam penelitian ini instrument pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diberikan sendiri oleh peneliti ke responden tentang bagaimana hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam melakukan *hypobirthing* di Puskesmas Siatas Barita. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan terbuka digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti tentang laporan pribadinya atau hal hal yang responden ketahui. Kuesioner tertutup adalah jenis instrument penelitian yang tidak memberikan kesempatan kepada responden untuk memberikan jawaban selain yang disediakan.

#### **Metode Analisa Data**

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan data dan meringkas data yang diobservasi pada setiap variable penelitian dengan penyajian dalam table distribusi frekuensi. Menjelaskan distribusi frekuensi dari masing masing variable bebas dan variable terikat antara pengetahuan ibu hamil trimester III terhadap minat ibu hamil dalam mengikuti *hypnobirthing*. Analisa bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang digunakan berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Teknik uji statistik yang dipilih berdasarkan tujuan uji yaitu hubungan (korelasi/asosiasi) dan skala data pengetahuan yaitu ordinal dan minat yaitu ordinal. Berdasarkan acuan tersebut maka digunakan tehnik uji *Spearman Rank*. Perhitungan dilakukan dengan progam SPSS, penarikan kesimpulannya dilakukan dengan cara: Bila  $p\ value \leq \alpha$  (0,05) berarti ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing*. Bila  $p\ value > \alpha$  (0,05) berarti tidak ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing*.

### **III. HASIL PENELITIAN**

Puskesmas Siatas Barita terletak di JL. Marhusa Pangabean, Desa Simorangkir, Kec, Siatas Barita, Kabupaten Tapanuli Utara. Dapat diketahui bahwa wilayah kerja Puskesmas Siatas Barita terdiri dari 12 desa dan total ibu hamil trimester III berjumlah 35 orang. Dari total 35 responden sebagian besar dari responden berusia 20 – 30 tahun (54,3%), sebagian besar responden berpendidikan SMA ( 77,1%), sebagian besar responden berstatus sebagai Ibu Rumah Tangga (74.3%), sebagian besar responden sudah pernah mendengar informasi tentang *hypnobirthing* (74,3%), sebagian besar responden mendengar informasi tentang *hypnobirthing* dari Tenaga Kesehatan (51,4%), sebagian besar responden berpengetahuan kurang tentang *hypnobirthing* yaitu sebanyak 23 responden (65,7%), sebagian besar responden memiliki minat sedang *hypnobirthing* ( 40 % ) dan sebagian besar dari

Vivi Santri P Y, Simanjuntak H : Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara

responden mempunyai pengetahuan yang kurang dan minat yang rendah dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sejumlah 23 responden (66 %), responden yang memiliki pengetahuan cukup dan minat yang sedang dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sejumlah 6 responden (17 %) dan responden yang memiliki pengetahuan baik dan minat yang tinggi dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sejumlah 6 responden (17 %).

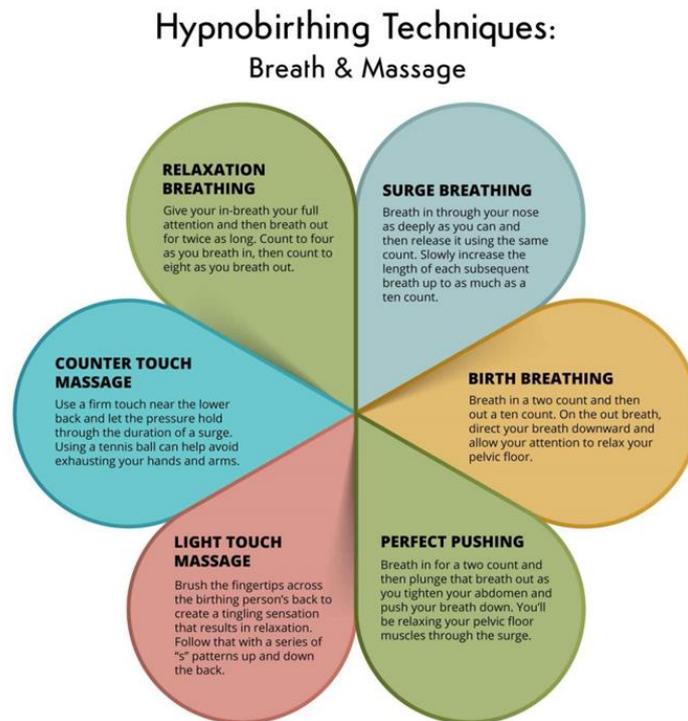
### **Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023**

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari total 35 responden, sebagian besar responden berpengetahuan kurang tentang *hypnobirthing* yaitu sebanyak 23 responden (65,7%) dan 6 responden (17,1%) responden berpengetahuan cukup dan 6 responden (17,1%) berpengetahuan tinggi. Pengetahuan responden tentang *hypnobirthing* masih kurang, hal ini disebabkan oleh banyak faktor yang mempengaruhi yang dapat dilihat dari karakteristik ibu hamil mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 27 responden (77,1 %). Menurut peneliti, seseorang yang berpendidikan SLTA tergolong seseorang yang berpendidikan kurang, mereka menganggap bahwa metode *hypnobirthing* merupakan metode yang tidak cocok untuk mereka, karena kurangnya ilmu pengetahuan baru dan pola pikir serta anggapan masyarakat yang kurang untuk menganalisis ilmu baru tentang *hypnobirthing* sangat asing bagi mereka. Hal ini sesuai dengan teori Latipun (2012) yang mengatakan bahwa pendidikan seseorang mempengaruhi cara pandang terhadap diri dan lingkungannya. Karena itu orang yang berpendidikan tinggi dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah akan berbeda dalam memahami suatu kajian objek tertentu. Pekerjaan mayoritas responden sebagai ibu rumah tangga sebanyak 26 responden (74,3%). Menurut peneliti responden yang berstatus IRT memiliki tanggung jawab yang penuh untuk mengurus rumah tangga, selain itu pengalaman yang diperoleh akan lebih sedikit, rasa ingin tahu akan ilmu baru pun sangat rendah sehingga jarang sekali mencari informasi tentang metode metode baru salah satunya seperti pengetahuan tentang metode *hypnobirthing*. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa seseorang yang bekerja, pengetahuannya akan lebih luas dari pada seseorang yang tidak bekerja, serta memiliki akses lebih baik terhadap berbagai informasi termasuk Kesehatan sebab pengetahuan dan pengalaman lebih (WHO, Depkes RI,FKUI, 2018)

### **Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023**

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari total 35 responden, sebagian besar responden memiliki minat sedang dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sebanyak 14 responden (40 %) , sedangkan responden memiliki minat tinggi dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sebanyak 13 responden (37,1 %) dan responden memiliki minat rendah dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sebanyak 8 responden (22,9 %). Minat responden tentang *hypnobirthing* masih rendah, hal ini disebabkan oleh banyak faktor yang mempengaruhi yang dapat dilihat dari karakteristik ibu hamil mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 27 responden (77,1 %). Menurut peneliti, responden yang berpendidikan SLT akan cenderung memiliki minat yang rendah dibandingkan dengan sponden yang sudah duduk di perguruan tinggi. Ada metode yang baru, maka akan sulit untuk dapat meningkatkan minat responden karena kebanyakan responden yang berpendidikan SLTA tidak mengetahui manfaat yang diperoleh dari metode *hypnobirthing*. Hal ini sesuai dengan teori Arini, H (2015) yang mengatakan bahwan seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan tingkat Pendidikan yang rendah, sehingga akan berpengaruh pada minat seseorang. Dari segi pekerjaan, mayoritas

ibu hamil bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 26 responden (74,3%). Menurut peneliti, responden yang berstatus sebagai IRT yang tidak memiliki penghasilan sendiri akan sulit untuk membentuk dan mewujudkan minat. Hal ini akan mengurangi minat pada diri responden dalam mengikuti *hypnobirthing*.



Gambar 1. Teknik Hypnobirthing

### **Hubungan Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengikuti *Hypnobirthing* Di Wilayah Kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023**

Hasil penelitian hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing* menunjukkan bahwa dari 35 responden sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang rendah dan minat yang rendah dalam mengikuti *hypnobirthing* yaitu sejumlah 23 responden (66 %). Berdasarkan analisa data yang diolah menggunakan SPSS for windows v26 dengan uji *SpearmanRank* didapatkan bahwa  $p=0,00 < \alpha (0,05)$  maka  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023. Menurut peneliti pengetahuan merupakan kunci dasar utama seseorang dalam menumbuhkan minat seseorang, untuk dapat mempunyai pemahaman dan ketertarikan yang baik. Responden yang masih mempunyai pengetahuan rendah sangat disarankan agar lebih meningkatkan pengetahuannya mengenai metode metode baru seperti *hypnobirthing* dan dapat mengikuti kelas *hypnobirthing*. Semakin banyak pengetahuan yang diperoleh maka akan semakin tinggi minat yang akan tumbuh pada diri seseorang tersebut. Hal ini sesuai dengan teori Anwar ( 2014) yang mengatakan bahwa semakin baik pengetahuan maka akan semakin baik minat yang ditunjukkan pada objek tersebut, sebaliknya jika pengetahuan kurang maka akan terbentuk minat yang rendah.

#### IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing* dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan ibu hamil trimester III tentang *hypnobirthing* sebagian besar kurang di wilayah kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023.
2. Minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing* sebagian besar mempunyai minat rendah di wilayah kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023.
3. Ada hubungan pengetahuan dan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adistiara Anggita. 2015. *Pengaruh Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Multipara Triwulan 3 Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan*.vol 2.
- Andarmoyo, Sulisty, dan Suharti. 2013. *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media.
- Aprillia, Yessie. 2010. *Rileks, Nyaman Dan Aman Saat Hamil Dan Melahirkan*.
- Arikunto, Suharsini. 2018 : *Prosedur Penelitian Suatu Pendektan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kuswandi, Lanny, 2011. *Tehnik Melahirkan Minus Rasa Sakit*. Jakarta : Pustaka Bunda.
- Manuaba. 2013. *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan, dan KB*. Jakarta. Penerbit buku kebidanan.
- Maryunani. *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. CV. Trans Info Media ; 2010.
- Nazir,Mohammad.2011.*Metode Penelitian*.jakarta:Ghalia Inndonesia.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
06 Desember 2023	07 Januari 2024	30 Januari 2024	Ya