

GAMBARAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG KETIDAKNYAMANAN PADA MASA KEHAMILAN DI PUSKESMAS KEBUN KOPI KOTA JAMBI

Elisa Murti Puspitaningrum¹, Rizki Nurul Fatimah^{2*}, Rofana Aghniya³

Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang^{1,2,3}

*Corresponding Author : rizkinurulfatimah@gmail.com

ABSTRAK

Perubahan sistem dalam tubuh ibu dalam proses kehamilan akan menimbulkan ketidaknyamanan selama kehamilan. Ketidaknyamanan merupakan suatu perasaan yang kurang atau tidak menyenangkan bagi kondisi fisik maupun mental ibu hamil. Di Indonesia angka kejadian ketidaknyamanan pada kehamilan berkisar 28,7%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran sikap ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan di Puskesmas Kebun Kopi Kota Jambi. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu hamil di Puskesmas Kebun Kopi berjumlah 278 ibu hamil dan sampel berjumlah 42 responden dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan data primer dan dianalisis secara *univariat*. Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh bahwa sebagian besar responden memiliki usia 25-35 tahun, yaitu sebanyak 30 responden (71.4%), pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 15 responden (35.8%), tidak bekerja 25 responden (59.5%), usia kehamilan TM III sebanyak 26 responden (61.9%), primigravida sebanyak 24 responden (57.1%) dan sumber informasi yang diperoleh dari media masa, yaitu sebanyak 18 responden (42.9%), sikap negatif sebanyak 24 responden (57.1%) dan sikap positif sebanyak 18 responden (42.9%). Sebagian besar responden memiliki sikap negatif karena beberapa faktor, seperti pengalaman dan sumber informasi yang diperoleh responden. Diharapkan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pemberian informasi kepada ibu hamil tentang cara mengatasi ketidaknyamanan selama kehamilan dan menganjurkan melakukan kontrol rutin di fasilitas kesehatan.

Kata kunci : ibu hamil, ketidaknyamanan, sikap

ABSTRACT

Discomfort is a feeling of lack or unpleasant physical or mental condition of a pregnant woman. In Indonesia, the incidence rate of discomfort during pregnancy ranges from 28.7%. The aim of this study is to find out a picture of the attitude of pregnant mothers about discomfort during the pregnancies in Puskesmas Kota Jambi Coffee Garden. This type of research is descriptive with cross sectional designs. The population in this study of all pregnant mothers in Puskesmas Coffee Garden amounted to 278 pregnant women and a sample of 42 respondents using accidental sampling techniques. Data collection uses primary data and is analyzed univariately. Based on the results of the study it can be obtained that the majority of respondents are 25-35 years of age, i.e. 30 respondents (71.4%), high school graduate education, 15 respondents (35.8%), unemployed 25 respondents (59.5%), pregnancy age of TM III 26 respondents (61.9%), primigravid 24 respondents (57.1%) and information sources gained from the time media, that is, 18 respondents (42.9%), negative attitudes 24 respondents (57.1%), and positive attitudes 18 respondents (42.9%). Most respondents have a negative attitude due to some factors, such as experiences and sources of information acquired by respondents. Health personnel are expected to improve the provision of information to pregnant mothers on how to deal with discomfort during pregnancy and recommend routine checks at health facilities.

Keywords : pregnant mother, discomfort, attitude

PENDAHULUAN

Setiap wanita yang produktif akan mengalami fase kehamilan. Kehamilan yaitu suatu proses fisiologis yang hampir selalu berlangsung pada setiap perempuan. Kehamilan ini terjadi

setelah bertemunya sel mani dan ovum, dan berkembang serta tumbuh di dalam uterus selama 259 hari atau 37 minggu atau sampai 42 minggu (Septiasari & Mayasari, 2023). Setiap kehamilan merupakan proses alamiah, bila tidak dikelola dengan baik akan memberikan komplikasi pada ibu dan janin dalam keadaan sehat dan aman. Selama kehamilan tubuh akan mengalami beberapa perubahan baik itu perubahan fisiologis maupun perubahan psikologis. Perubahan tersebut merupakan hal yang wajar bagi ibu hamil karena penyesuaian tubuh terhadap keberadaan janin di dalam rahim (Deswani et al., 2019).

Banyak faktor yang mempengaruhi kesehatan wanita pada masa hamil seperti : faktor fisik, faktor psikologis, keluarga, lingkungan. Dalam masa kehamilan terjadi beberapa perubahan fisik dalam sistem tubuh ibu yang akan menyebabkan timbulnya beberapa respon ketidaknyamanan bagi ibu hamil. Selain perubahan dari faktor fisik, faktor psikologis juga dapat menimbulkan reaksi ketidaknyamanan (Bartini, 2012). Upaya untuk menurunkan angka kematian dan kesakitan ibu adalah dengan memperluas cakupan pelayanan *Antenatal Care* (ANC) melalui pemeriksaan kehamilan. Pemeriksaan kehamilan merupakan salah satu intervensi kesehatan yang efektif untuk mencegah kesakitan dan kematian ibu. Dengan adanya pemeriksaan kehamilan banyak penyakit-penyakit yang dapat di kenal dan di kurangi atau dihilangkan sama sekali, sehingga kehamilan dan persalinan dapat berlangsung aman (Prawirohardjo, 2016).

Perubahan sistem dalam badan ibu dalam proses kehamilan memerlukan sesuatu untuk menyesuaikan diri, baik raga maupun psikologis. Ketidaknyamanan meskipun hal yang fisiologis namun tetap perlu diberikan suatu pencegahan dan perawatan. Prevalensi ketidaknyamanan selama kehamilan sekitar 3-17%, di negara maju 10% dan di negara berkembang 25%, di Indonesia angka kejadian ketidaknyamanan pada kehamilan berkisar 28,7% (Kementerian Kesehatan, 2019).

Beberapa ketidaknyamanan trimester III pada ibu hamil diantaranya sering buang air kecil 50%, keputihan 15% konstipasi 40%, perut kembung 30%, bengkak pada kaki 20%, kram pada kaki 10%, sakit kepala 20%, striae gravidarum 50%, hemoroid 60%, sesak nafas 60%, dan sakit punggung 70% (Rahmawati, 2016). Perubahan pada ukuran tubuh, bentuk payudara, pigmentasi kulit, serta pembesaran abdomen secara keseluruhan membuat tubuh ibu hamil tersebut tampak jelek dan tidak percaya diri. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi gingivitis di Indonesia adalah 74% (Kementerian Kesehatan, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Maybodi dkk pada tahun 2015 menyatakan bahwa tingkat prevalensi gingivitis pada ibu hamil sebesar 30–100% dan terjadinya perdarahan pada gusi berkontribusi sebesar 60-70% pada ibu hamil dan hal ini paling umum terjadi pada ibu hamil (Maybodi et al., 2015).

Selama kehamilan, salah satu gangguan muskuloskeletal yang paling umum terjadi adalah nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* (LBP) dengan perkiraan prevalensi berkisar antara 30% hingga 78% di Amerika Serikat, Eropa dan beberapa bagian Afrika (Gartenberg et al., 2021). Setengah populasi menderita LBP melaporkan rasa sakit yang luar biasa yang sering dikaitkan dengan keterbatasan kemampuan ibu hamil untuk berhasil dalam pekerjaan dan menyebabkan penurunan kualitas hidup (Mota et al., 2015). Kekhawatiran dan ketakutan ini sebenarnya tidak berdasar, untuk itu ibu hamil memerlukan nasehat dan saran khususnya dari bidan dan dokter yang dapat menjelaskan perubahan yang terjadi selama kehamilan sehingga ibu tidak khawatir dengan perubahan yang dialaminya (Rahmawati et al., 2018).

Ibu hamil yang sabar dan cukup pengetahuannya tentang kehamilan cenderung akan bisa menikmati kehamilannya dengan nyaman. Ketidaknyamanan kehamilan yang dirasakan oleh ibu menuntut ibu untuk bijak dalam menyikapi hal tersebut. Ibu hamil pada masa kehamilan memerlukan waktu untuk dapat beradaptasi dengan berbagai perubahan yang dirasakan. Perubahan yang sering terjadi selama kehamilannya pada dasarnya menimbulkan ketidaknyamanan serta kekhawatiran bagi banyak Ibu hamil, perubahan pada bentuk payudara, pada ukuran bentuk tubuh, pigmentasi kulit, serta pembesaran abdomen secara keseluruhan

membuat tubuh Ibu hamil merasa tidak percaya diri (Patimah & N, 2017). Hasil survey awal terhadap 10 ibu hamil, diperoleh 3 ibu hamil (30%) mengeluh pegal pada daerah punggung, 2 ibu hamil (20%) mengalami mual pada pagi hari, 1 ibu hamil (1%) mengeluh gusi sering bengkak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran sikap ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan di Puskesmas Kebun Kopi Kota Jambi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2021 di Puskesmas Kebun Kopi Kota Jambi. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di Puskesmas Kebun Kopi Kota Jambi sejumlah 278 ibu hamil. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 42 responden dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan data primer dengan cara pengisian kuesioner. Hasil penelitian akan dianalisis secara *univariat*. Analisis univariat adalah analisis yang bertujuan untuk menjelaskan karakteristik dari setiap variabel penelitian. Analisis univariat digunakan menurut jenis data baik numerik maupun kategorik. Data kategorik yaitu berupa distribusi frekuensi terhadap presentase dari setiap variabel yang diteliti.

HASIL

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu hamil di Puskesmas Kebun Kopi yang berjumlah 42 responden didapatkan karakteristik ibu hamil berupa Usia, Pendidikan Ibu, Pekerjaan Ibu, Usia Kehamilan, Paritas Ibu, dan Sumber Informasi pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil

Karakteristik	n (n = 42)	%
Usia		
20-35 tahun	30	71.4
<20 dan >35 tahun	12	28.6
Pendidikan Ibu		
SD	9	21.4
SMP	13	30.9
SMA	15	35.8
PT	5	11.9
Pekerjaan Ibu		
Bekerja	17	40.5
Tidak bekerja	25	59.5
Usia Kehamilan		
TM I	11	26.2
TM II	5	11.9
TM III	26	61.9
Paritas Ibu		
Primigravida	24	57.1
multigravida	18	42.9
Sumber Informasi		
Tenaga Kesehatan	10	23.8
Media Massa	18	42.9
Keduanya	14	33.3

Berdasarkan tabel 1 tentang karakteristik responden ibu hamil diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden memiliki usia 25-35 tahun, yaitu sebanyak 30 responden (71.4%), pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 15 responden (35.8%), tidak bekerja 25 responden (59.5%), usia kehamilan TM III sebanyak 26 responden (61.9%), primigravida sebanyak 24 responden (57.1%) dan sumber informasi yang diperoleh dari media masa, yaitu sebanyak 18 responden (42.9%).

Tabel 2. Sikap Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Masa Kehamilan

Sikap Ibu	n (n = 42)	%
Positif	18	42.9
Negatif	24	57.1

Berdasarkan tabel 2 tentang sikap ibu hamil terhadap ketidaknyamanan pada masa kehamilan diperoleh hasil bahwa sebagian besar memiliki sikap negatif, yaitu 24 responden (57.1%) dan sebagian kecil memiliki sikap positif, yaitu 18 responden (42.9%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian tentang sikap ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan diperoleh hasil bahwa sebagian besar memiliki sikap negatif, yaitu 24 responden (57.1%) dan sebagian kecil memiliki sikap positif, yaitu 18 responden (42.9%). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Eniyati & R. Devi (2017) bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang positif (56.7%) dan negatif (43.3%). Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap yang dilakukan ibu hamil tentang ketidaknyamanan selama kehamilan belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Siregar et al., 2020).

Ketidaknyamanan merupakan suatu perasaan yang kurang atau tidak menyenangkan bagi kondisi fisik maupun mental ibu hamil sehingga ibu hamil mengalami beberapa masalah fisiologi pada masa kehamilan. Bentuk ketidaknyamanan pada masa kehamilan diantaranya gingivitis, mual, muntah, keputihan, *heatburn*, pusing, mudah lelah, sering kencing, nyeri punggung dan nyeri perut bagian bawah. Banyaknya responden yang memiliki sikap negatif dalam mengatasi ketidaknyamanan selama kehamilan disebabkan salah satunya adalah jumlah paritas. Sebagian besar status paritas dalam penelitian ini adalah primigravida atau kehamilan pertama, yaitu sebanyak 24 responden (57.1%) sehingga belum banyak berpengalaman atau mengetahui tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan dan cara mengatasinya. Paritas adalah banyaknya anak yang dimiliki oleh seorang ibu dari anak pertamanya sampai anak terakhir, semakin banyak jumlah kehamilan semakin adanya pengalaman ibu dalam memahami ketidaknyamanan selama kehamilan dan memiliki sikap yang baik dalam mengatasi ketidaknyamanan tersebut (Maharrani, 2017).

Kesehatan gigi dan mulut juga memiliki peranan penting di dalam tubuh khususnya bagi ibu hamil. Kebersihan mulut yang kurang baik adalah alasan utama terjadinya berbagai masalah di rongga mulut, apalagi dengan adanya perubahan fisiologis dan hormonal selama kehamilan, sehingga menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu hamil. Ibu hamil sering mengabaikan kebersihan rongga mulut, hal ini akan menyebabkan terjadinya penumpukan plak pada gigi dan tepi gingiva, sehingga menyebabkan radang gingiva atau gingivitis (Nataris et al., 2017). Gingivitis merupakan penyakit jaringan periodontal yaitu tepi gingiva yang berwarna kemerahan hingga kebiruan, pembesaran kontur dari gingiva yang disebabkan

oedema dan mudah berdarah. Peradangan gusi pada ibu hamil terjadi karena adanya peningkatan produksi hormone serta mampu menyebabkan iritasi lokal karena gingiva merespon secara berlebihan (Hidayati et al., 2012).

Gingivitis merupakan salah satu bentuk dari ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil pada rongga mulut. Pengaruh sikap dan perilaku ibu hamil dapat berpengaruh terhadap kejadian gingivitis. Meskipun faktor fisiologis berperan dalam terjadinya gingivitis, tetapi gingivitis dapat dicegah dengan adanya perilaku serta *life style* yang lebih baik dengan menjaga kebersihan mulut, kesadaran dalam menjaga kebersihan mulut, pemeriksaan gigi yang rutin selama kehamilan, adanya informasi seputar kesehatan gigi dan mulut sehingga mengurangi rasa ketakutan pada ibu hamil terhadap perawatan gigi, dukungan dari lingkungan, dan asupan makanan yang tepat seperti sayur serta buah-buahan (Pradnyanaputri et al., 2018).

Pada ibu hamil TM I juga sering mengalami ketidaknyamanan karena mual dan muntah, hal ini salah satu penyebabnya dikarenakan faktor hormon kehamilan (HCG) yang menstimulasi terjadinya produksi estrogen pada ovarium sehingga dapat meningkatkan mual muntah sehingga ibu hamil biasanya disarankan untuk mengatur pola makan, makan biskuit, minum jahe, makan sedikit tetapi sering, menghindari minum kopi/kafein dan makanan yang tidak memicu mual serta mengkonsumsi vitamin B6 (Sukmawati et al., 2023). Dalam penelitian (Armalini et al., 2020) diketahui bahwa dari 40 responden, kurang dari sebagian(42,5%) responden yaitu 17 orang ibu bersikap negatif dengan kejadian mual muntah pada kehamilan trimester pertama dan dalam penelitian yang dilakukan oleh Octaviani, dkk (2016) tentang hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil dalam mencegah kejadian hiperemesis gravidarum di Wilayah Kerja Puskesmas Padalarang, berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa sebagian ibu hamil (54,8%) yaitu 57 orang ibu hamil memiliki sikap yang positif dalam mencegah kejadian hiperemesis gravidarum dan sebagian orang ibu hamil (45,2%) yaitu 47 orang ibu hamil memiliki sikap yang negatif dalam mencegah kejadian hiperemesis gravidarum.

Namun ketidaknyamanan yang paling sering ibu rasakan, yaitu nyeri punggung dimana ibu akan mengalami nyeri punggung terutama pada kehamilan TM III yang timbul akibat peregangannya yang berlebihan atau kelelahan serta berjalan berlebihan, nyeri punggung meningkat seiring usia kehamilan. Pada sebagian wanita dapat dibuktikan adanya gerakan simfisis pubis dan sendi lumbosakral, serta relaksasi umum ligamentum-ligamentum panggul (Cunningham et al., 2013). Penelitian (Manyozo et al., 2019) di Afrika dengan mewawancarai 404 ibu hamil melaporkan bahwa 62% diantaranya mengalami nyeri punggung bawah dan intensitas nyeri meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan. Nyeri ini juga berhubungan dengan penurunan kesehatan mental ibu.

Beberapa ketidaknyamanan tersebut jika tidak disikapi dengan baik dapat memunculkan terjadinya kecemasan pada ibu hamil bahkan dapat mempengaruhi psikologis pada masa nifas, sehingga dibutuhkan data yang jelas tentang metode menanggulangi ketidaknyamanan sepanjang kehamilan. Dengan rutin melakukan *antenatal care* dan mencari informasi ke tenaga kesehatan dapat membantu mengatasi keluhan dan ketidaknyamanan selama kehamilan. Menurut (Chen et al., 2017) gerakan senam yoga merupakan latihan relaksasi pikiran dan roh yang dapat menenangkan dan mengurangi tingkat stress sehingga ketidaknyamanan yang dirasakan ibu hamil dapat berkurang. Penelitian Rahmawati et al. (2016) menyebutkan bahwa pelaksanaan senam hamil berpengaruh terhadap proses persalinan, dimana ibu hamil yang melaksanakan senam hamil cenderung mengalami proses persalinan cepat sebanyak 27,3%, sedangkan ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil cenderung mengalami persalinan lama sebanyak 40,9%. Dengan demikian senam hamil, sangat penting bagi ibu hamil, sebab dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan memperlancar dalam proses persalinan. Selain itu, sebagian besar responden mendapatkan informasi dari media masa, yaitu 18 responden (42.9%) dibandingkan dari tenaga kesehatan, yaitu sebanyak 10 responden

(23.8%). Menurut penelitian Nani Aisyiyah (2017) berdasarkan hasil penelitian ibu hamil yang mendapatkan informasi dari non tenaga kesehatan berperilaku tidak mampu dalam mengatasi ketidaknyamanan kehamilan trimester III 3 kali lebih besar dibandingkan dengan yang mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan. Informasi dari tenaga kesehatan sangat penting sekali bagi ibu hamil untuk menghadapi permasalahan selama kehamilan (Aisyiyah, 2017). Informasi dapat mempengaruhi atau menambah pengetahuan seseorang dan dengan pengetahuan menimbulkan kesadaran yang akhirnya seseorang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki, informasi juga berfungsi untuk mengurangi rasa kecemasan. Hal ini sejalan dengan pendapat Eniyati & R. Devi (2017) bahwa sikap positif yang ditunjukkan oleh ibu dalam menghadapi ketidaknyamanan kehamilan dikarenakan ibu sudah banyak mendapatkan informasi mengenai ketidaknyamanan kehamilan. Informasi tersebut didapatkan oleh ibu hamil diantaranya dari bidan Puskesmas saat melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan dan penyuluhan dari kader kesehatan.

Berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar responden berpendidikan SD dan SMP, yaitu 22 responden (52.3%). Latar belakang pendidikan ibu hamil mempengaruhi terhadap kualitas informasi yang diterima oleh ibu hamil. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu sehingga perbedaan tingkat pendidikan mengakibatkan perbedaan penyerapan informasi mengenai sikap yang benar dalam mengatasi ketidaknyamanan yang terjadi selama kehamilan (WulandiniS & Triska, 2020)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap negatif karena beberapa faktor, seperti pengalaman dan sumber informasi yang diperoleh responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Patimah pada tahun 2017 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu hamil terhadap ketidaknyamanan selama masa kehamilan. Penelitian yang dilakukan oleh Patimah menyatakan bahwa ibu hamil primigravida mempunyai tingkat pengetahuan yang kurang sehingga sumber informasi yang didapatkan sangat kurang (Patimah et al., 2020)

Berbagai macam ketidaknyamanan dirasakan oleh ibu hamil. Setiap ibu hamil memiliki cara pencegahan dan perawatan yang berbeda-beda tergantung dari kondisi yang dirasakan. Memberikan edukasi kepada ibu hamil merupakan salah satu cara mencegah terjadinya ketidaknyamanan yang terjadi. Pengetahuan yang kurang pada ibu hamil dapat meningkatkan kecemasan karena adanya proses adaptasi yang menyebabkan terjadinya reaksi emosional sehingga dapat memperberat ketidaknyamanan pada masa kehamilan. Peningkatan pengetahuan yang diberikan pada ibu hamil dapat mengurangi rasa ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil (Corneles & Losu, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia 25-35 tahun, yaitu sebanyak 30 responden (71.4%), pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 15 responden (35.8%), tidak bekerja 25 responden (59.5%), usia kehamilan TM III sebanyak 26 responden (61.9%), primigravida sebanyak 24 responden (57.1%) dan sumber informasi yang diperoleh dari media masa, yaitu sebanyak 18 responden (42.9%), sikap negatif sebanyak 24 responden (57.1%) dan sikap positif sebanyak 18 responden (42.9%).

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan terimakasih kepada instansi terkait, yaitu Puskesmas Kebun Kopi yang sudah memberikan izin dalam melakukan penelitian dan pihak-pihak lain yang sudah membantu dalam proses kelancaran dalam pembuatan artikel penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyiyah, N. (2017). Determinan Perilaku Primigravida Dalam Mengatasi Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester Iii Di Praktek Bidan “R” Kelurahan Ceger Kecamatan Cipayung Jakarta Timur 2012. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 7(2), 21. <https://doi.org/10.52643/jbik.V7i2.47>
- Armalini, R., Piala Sakti, Stik., Pariaman, K., & Barat, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Kejadian Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester Pertama Di Poskesdes Ampalu Kota Pariaman Bidan Helfiati, Amd. Keb. *Jurnal Surya Medika (Jsm)*, 6(1), 70–76. <https://doi.org/10.33084/jsm.V6i1.1620>
- Bartini, I. (2012). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Normal. *Yogyakarta: Nuha Medika*.
- Chen, P. J., Yang, L., Chou, C. C., Li, C. C., Chang, Y. C., & Liaw, J. J. (2017). Effects Of Prenatal Yoga On Women’s Stress And Immune Function Across Pregnancy: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Therapies In Medicine*, 31, 109–117. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2017.03.003>
- Corneles, S. M., & Losu, F. N. (2015). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kehamilan Risiko Tinggi. *Jidan (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 3(2), 51–55. <https://doi.org/10.47718/jib.V3i2.331>
- Cunningham, F., Gant, N., Leveno, K., Gilstrap, L., Hauth, J., & Wenstrom, K. (2013). *Obstetri Williams*. (23rd Ed.). Egc.
- Gartenberg, A., Nessim, A., & Cho, W. (2021). Sacroiliac Joint Dysfunction: Pathophysiology, Diagnosis, And Treatment. *European Spine Journal*, 30(10), 2936–2943. <https://doi.org/10.1007/S00586-021-06927-9>
- Hidayati, H., Kuswardani, K., & Rahayu, G. (2012). Pengaruh Kebersihan Gigi Dan Mulut Dengan Status Gingivitis Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2012. *Majalah Kedokteran Andalas*, 36(2), 215–224. <https://doi.org/10.22338/mka.V36.I2.P215-224.2012>
- Kementerian Kesehatan. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* (P. 674). Litbangkes.
- Maharrani, T. (2017). Hubungan Usia, Paritas Dengan Ketuban Pecah Dini Di Puskesmas Jagir Surabaya. *Jurnal Penelitian Kesehatan “Suara Forikes” (Journal Of Health Research “Forikes Voice”)*, 8(2), 102–108. <https://doi.org/10.33846/%X>
- Manyozo, S. D., Nesto, T., Bonongwe, P., & Muula, A. S. (2019). Low Back Pain During Pregnancy: Prevalence, Risk Factors And Association With Daily Activities Among Pregnant Women In Urban Blantyre, Malawi. *Malawi Medical Journal*, 31(1), 71–76. <https://doi.org/10.4314/mmj.V31i1.12>
- Maybodi, F. R., Haerian-Ardakani, A., Vaziri, F., Khabbazian, A., & Mohammadi-Asl, S. (2015). Cpitn Changes During Pregnancy And Maternal Demographic Factors ‘Impact On Periodontal Health. *Iranian Journal Of Reproductive Medicine*, 13(2), 107. [/Pmc/Articles/Pmc4426148/](https://pmc/articles/pmc4426148/)
- Mota, M. J., Cardoso, M., Carvalho, A., Marques, A., Sá-Couto, P., & Demain, S. (2015). Women’s Experiences Of Low Back Pain During Pregnancy. *Journal Of Back And Musculoskeletal Rehabilitation*, 28(2), 351–357. <https://doi.org/10.3233/Bmr-140527>
- Ns. Deswani, S. M. K. S. M., Mat, N. U. D. S. K. M. K. S., & Yuli Mulyanti, S. K. M. K. (2019). *Asuhan Keperawatan Prenatal Dengan Pendekatan Neurosains*. Wineka Media. <https://books.google.co.id/books?id=Dzgidwaaqbaj>
- Patimah, M., & N, R. (2017). Pengetahuan Dan Kecemasan Ibu Hamil Trimester I Primigravida Tentang Keluhan Pada Kehamilan Trimester I Dan Penanganannya. *Jurnal Bimtas: Jurnal Kebidanan Umtas*, 1(2), 7–13. <https://doi.org/10.35568/Bimtas.V1i2.483>
- Patimah, M., Septiani Nurhikmah, T., Nurdianti, D., Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah

- Tasikmalaya, U. (2020). Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I Dan Penatalaksanaannya. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 570–578. <https://doi.org/10.31849/Dinamisia.V4i3.3790>
- Pradnyanaputri, K. E., Kusumadewi, S., Nyoman, D., & Susanti, A. (2018). Prevalensi Gingivitis Pada Ibu Hamil Berdasarkan Usia Kehamilan, Pekerjaan, Dan Pendidikan Di Rsud Klungkung Tahun 2017. *Odonto : Dental Journal*, 5(2), 97–101. <https://doi.org/10.30659/Odj.5.2.97-101>
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan* (4th Ed.). Pt Bina Pustaka Sarwono Pwirohardjo.
- Rahmawati, V. E., Pamungkasari, E. P., & Murti, B. (2018). Determinants Of Stunting And Child Development In Jombang District. *Journal Of Maternal And Child Health*, 3(1), 68–80. <https://doi.org/10.26911/Thejmc.2018.03.01.07>
- Septiana Nataris, A., Dyah Puspita Santik Epidemiologi Dan Biostatistika, Y., Ilmu Kesehatan Masyarakat, J., Ilmu Keolahragaan, F., & Negeri Semarang, U. (2017). Faktor Kejadian Gingivitis Pada Ibu Hamil. *Higeia (Journal Of Public Health Research And Development)*, 1(3), 117–128. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/14780>
- Septiasari, R. M., & Mayasari, D. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Rena Cipta Mandiri. <https://books.google.co.id/books?id=Qcndeaqaqbj>
- Siregar, P. A., Harahap, R. A., & Aidha, Z. (2020). *Promosi Kesehatan Lanjutan Dalam Teori Dan Aplikasi*. Prenadamedia Group. <https://books.google.co.id/books?id=Wpoceaaaqbj>
- Sukmawati, E., Anggraeni, L., Tirtawati, G. A., Hariati, A., Situmorang, T. S. R., A, M. Y. R., Sary, Y. N. E., Nursyam, D. E., Argaheni, N. B., & Others. (2023). *Asuhan Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti (Evidance Based)*. Global Eksekutif Teknologi. <https://books.google.co.id/books?id=C761eaaaqbj>
- Wulandinis, P., & Triska, T. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Di Wilayah Puskesmas Ri Karya Wanita Pekanbaru. *Menara Ilmu : Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, 14(2). <https://doi.org/10.31869/Mi.V14i2.1707>