

**HUBUNGAN SENAM HAMIL TERHADAP NYERI
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER II
DI UPTD PUSKESMAS II DINAS KESEHATAN
KECAMATAN DENPASAR TIMUR**



EKA PRIMAYANTI AYU NITA

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**HUBUNGAN SENAM HAMIL TERHADAP NYERI
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER II
DI UPTD PUSKESMAS II DINAS KESEHATAN
KECAMATAN DENPASAR TIMUR**

SKRIPSI

Oleh :

EKA PRIMAYANTI AYU NITA

NIM.A1223042

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN SENAM HAMIL TERHADAP NYERI
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER II
DI UPTD PUSKESMAS II DINAS KESEHATAN
KECAMATAN DENPASAR TIMUR**

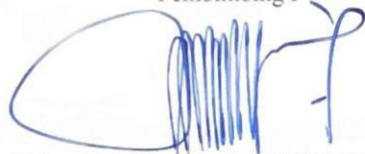
Diajukan Oleh:

**EKA PRIMAYANTI AYU NITA
NIM.A1223042**

Badung, 5 Januari 2025

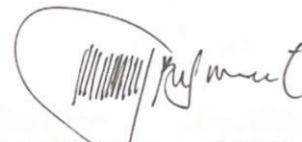
Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN: 0822059601

Pembimbing II

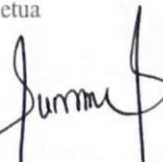


Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN: 0809018701

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.S.T., M.Keb
NIDN: 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI
SARJANA KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal, 12 Februari 2025

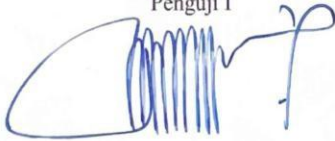
Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



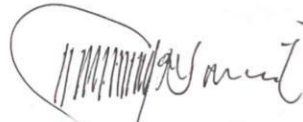
Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb
NIDN:0801058701

Penguji I



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb.
NIDN: 0822059601

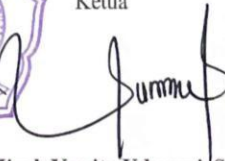
Penguji II



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN: 0809018701



Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.S.T., M.Keb
NIDN: 0808068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmatNya, skripsi penelitian yang berjudul “Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu hamil Trimester II di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur” sebagai persyaratan kelulusan program studi sarjana kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Tersusunnya skripsi penelitian ini tentu tidak lepas dari bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkanlah penulis untuk mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan program studi sarjana kebidanan.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S,S.T., M.Keb selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan yang telah memberikan arahan dan dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan yang sangat membangun demi kesempurnaan penelitian ini.
4. Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan yang sangat membangun demi kesempurnaan penelitian ini.

5. Kepala UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur yang sudah memberikan kesempatan melakukan penelitian.
6. Seluruh responden di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur yang mengikuti kelas Ibu.
7. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan moral dan materi dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Rekan-rekan sejawat yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu yang telah banyak memberikan motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka penyempurnaan penelitian ini. Semoga proposal penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semuanya.

Denpasar, 2024

Penulis

Eka Primayanti Ayu Nita

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Pelayanan Kebidanan	5
2. Masyarakat	5
3. Institusi Pendidikan	5

4.	Pengembangan Ilmu Kebidanan	6
E.	Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA		8
A.	Konsep Dasar Kehamilan.....	8
1.	Definisi Kehamilan	8
2.	Tanda Kehamilan Trimester II.....	9
3.	Perubahan Fisik pada Ibu Hamil TM II.....	11
4.	Perubahan Adaptasi Psikologis dalam Kehamilan TM II	15
5.	Ketidaknyamanan pada Ibu Hamil TM II.....	15
6.	Kebutuhan Fisik Ibu Hamil TM II	16
B.	Konsep Nyeri.....	19
1.	Definisi Nyeri	19
2.	Definisi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil.....	19
3.	Cara Mengatasi Nyeri Punggung	20
4.	Penilaian Keluhan Nyeri Punggung	21
5.	Etiologi Nyeri Punggung.....	22
6.	Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri	22
C.	Senam Hamil.....	24
1.	Definisi Senam Hamil.....	24
2.	Manfaat Senam Hamil	25
3.	Tujuan Senam Hamil	25
4.	Petunjuk Pelaksanaan Senam Hamil.....	26
5.	Kontraindikasi Untuk Mengikuti Senam Hamil	27
6.	Perlengkapan Alat dan Ruangan yang diperlukan	28

7. Gerakan Dasar Senam Hamil.....	28
D. Kajian Empiris	37
E. Kerangka Teori.....	40
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL.....	41
A. Kerangka Konsep.....	41
B. Hipotesis.....	42
C. Definisi Operasional.....	43
BAB IV METODE PENELITIAN.....	44
A. Rancangan Penelitian	44
B. Populasi dan Sampel Penelitian	44
C. Tempat Penelitian.....	47
D. Waktu Penelitian	47
E. Etika Penelitian	47
F. Alat Pengumpul Data	50
1. Instrumen Penelitian.....	50
2. Validitas dan Reliabelitas	51
G. Prosedur Pengumpulan Data	52
1. Prosedur Administrasi	52
2. Prosedur Teknis.....	52
H. Pengolahan Data.....	54
I. Rencana Analisis Data.....	56
BAB V HASIL	59
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	59

B. Analisa Univariat	60
C. Analisa Bivariat	61
D. Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester II di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur	62
BAB VI PEMBAHASAN	63
A. Intepretasi dan Diskusi	63
B. Keterbatasan	70
C. Implikasi Terhadap Pelayanan Pendidikan dan Penelitian.....	71
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	72
A. Simpulan.....	72
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	74

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	39
Tabel 4.1 Koefisien Korelasi	53
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Pendidikan Paritas dan Pekerjaan.....	56
Tabel 5.2 Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester II	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.2 Latihan I.....	27
Gambar 2.3 Latihan II	28
Gambar 2.4 Latihan IV.....	29
Gambar 2.5 Latihan V	30
Gambar 2.6 Latihan Relaksasi	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Surat Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 3. Surat Izin Balasan Studi Pendahuluan

Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian

Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian

Lampiran 6. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik

Lampiran 7. Pengantar Kuisisioner

Lampiran 8. Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 9. Lembar Pengukur Skala Nyeri

Lampiran 10. SOP Senam Hamil

Lampiran 11. Form Pengajuan Judul

Lampiran 12. Hasil Penelitian

Lampiran 13. Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
BAK	: Buang Air Kecil
BPM	: Bidan Praktek Mandiri
CO ₂	: Karbondioksida
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
DJJ	: Denyut Jantung Janin
H _a /H ₁	: Hipotesa Alternative
H ₀	: Hipotesis 0
K1	: Kunjungan ke 1
K4	: Kunjungan ke 4
K6	: Kunjungan ke 6
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
O ₂	: Oksigen
UPTD	: Unit Pelaksana Teknis Daerah
USG	: <i>Ultrasonografi</i>
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i>
TM	: Trimester
WHO	: <i>World Health Organization</i>

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eka Primayanti Ayu Nita
NIM : A1223042
Jurusan : S1 Kebidanan
Judul Skripsi : Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu hamil Trimester II di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri. Bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 1 Desember 2024



Eka Primayanti Ayu Nita

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI PROGRAM
STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

Skripsi, Desember 2024

Eka Primayanti Ayu Nita

**Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil
Trimester II di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar
Timur**

xvi + 70 + 4 tabel + 5 gambar + 2 skema + 13 lampiran

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan gangguan minor yang sering terjadi hampir 90% pada kehamilan. Hal ini disebabkan oleh perubahan hormon progesterone dan relaksin, postur tubuh selama kehamilan, serta meningkatnya berat badan janin di dalam rahim. Salah satu upaya untuk meringankan keluhan nyeri punggung adalah senam hamil. Melalui gerakan senam hamil otot dasar panggul dan abdomen akan menjadi elastis dan relaks. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester 2 di UPTD Puskesmas II Dinkes Dentim.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester II yang berjumlah 45 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah Teknik sampling jenuh yang mengacu pada kriteria inklusi dan eksklusi.

Berdasarkan uji statistik *Spearman Rho Correlation Coefficient*, yang telah dilakukan pada variabel senam hamil terhadap nyeri punggung diketahui nilai p-value adalah sebesar 0,784(kuat). Karena nilai p-value < 0,05, maka hal ini dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester II di UPTD Puskesmas II Dinkes Dentim. Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi masyarakat terkait senam hamil untuk penanganan nyeri punggung.

Kata Kunci: senam hamil, nyeri punggung

Daftar Pustaka : 38 (2015-2024)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY
PROGRAM**

Undergraduate thesis, December 2024

Eka Primayanti Ayu Nita

The Correlation of Pregnancy Exercise to Back Pain in Second Trimester Pregnant Women at UPTD Puskesmas II, East Denpasar District Health Office xvii + 70 pages + 4 tables + 5 images + 2 schemes + 13 appendices

ABSTRACT

Back pain is a minor disorder that occurs in almost 90% of pregnancies. This is caused by changes in the hormones progesterone and relaxin, body posture during pregnancy, and the increased weight of the fetus in the womb. One effort to alleviate back pain complaints is pregnancy exercise. Through pregnancy exercise movements, the pelvic floor and abdominal muscles become elastic and relaxed. This study aims to determine the correlation of pregnancy exercise to back pain in second-trimester pregnant women at UPTD Puskesmas II, East Denpasar District Health Office.

This research uses a descriptive correlation design with a cross-sectional approach. The sample in this study was all second-trimester pregnant women, totaling 45 people. The sampling technique used is saturation sampling, which refers to inclusion and exclusion criteria.

Based on the Spearman Rho Correlation Coefficient statistical test conducted on the variable of pregnancy exercise to back pain, it was found that the p-value is 0.784 (strong). Because the p-value < 0.05 , it can be concluded that there is a significant correlation between pregnancy exercise and back pain in second-trimester pregnant women at UPTD Puskesmas II, East Denpasar District Health Office. This study is expected to provide information to the community regarding pregnancy exercises for managing back pain.

Keywords : pregnancy exercise, back pain

References : 38 (2015-2024)

DAFTAR PUSTAKA

- Al Umamanir, I. F., & Megasari, K. (2022). Senam Hamil Mengurangi Nyeri Punggung Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 1(2), 93–100.
- Asmaranti, W., Pratama, S.G., & Wisniarti (2017). Desain Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) Matematika Dengan Pendekatan Sinifik Berbasis Pendidikan Karakter.” *Prosiding Seminar Nasional Etnomatnesia*. (639-643).
- Astikah, Ningtyias, F. W., & Dewi, R. (2022). Faktor Enabling Penyebab Kematian Ibu Hamil Pada Masa Pandemi COVID-19 Kecamatan Ajung. *Ganesha Medicina Journal*, 2(1), 1–8.
- BKKBN. (2024). *Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional 2014*.
bkkbn.go.id
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2024). *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
- Gunawan, I. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Handayani, R., Batubara, S., Dewi, R., Purwandari, E. S., Diah, T. H., Sakti, R. D., Resmi, D. C., Jolyarni, N., Rini, I. A., & Nugraheni, N. (2021). Terapi Komplementer Dalam Kehamilan Mind and Body Therapy. *Bojongsari : Eureka Media Aksara*.
- Hidayati, U. (2019). A Systematic Review : Pregnancy Exercise for Pregnancy Moment and Birth Preparation. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(2), 8–15.
- Hopipah, S., & Siti, H.(2021). Hubungan Senam Hamil Dengan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil di Puskesmas Kuta Bumi Tahun 2020. *Nusantara Hasan Journal*, 1(1), 42-50.
- Ichsan, B. (2022). *Pengantar Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Muhammadiyah University Press.
- Irianti, B., Halida, E. M., Duhita, F., Prabandari, F., Yulita, N., Yulianti, N., Hartiningtyaswati, S., & Anggraini, Y. (2014). Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti : Paradigma Baru Dalam Asuhan Kebidanan. *Jakarta : Sagung Seto*.
- Jumhati, S., & Slamet, S.(2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Trend Penurunan Pelaksanaan Senam Ibu Hamil di Kabupaten Bekasi. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 27-36.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Langitan, R. E., Siregar, N., Indarsita, D., Timisela, J., Tidore, M., Rantesigi, N., Yani, Y., Masnila, Wahyuni, E. S., Saragi, M. M., Tamunu, E. N., Saptaningrum, E., Mulyani, S., Yufidel, Manalu, M., & Montolalu, A. (2024). *Bunga Rampai Keperawatan Maternitas* (Vol. 1). PT Media Pustaka Indo.
- Lestari, S. A., Puspaningrum, N., Istikomah, L. R., Yulistyani, R. E., & Samaria, D. (2011). *Terapi Komplementer untuk Mengatasi Keluhan Selama Kehamilan. Bandung : Kaizen Media Publishing.*
- Lumy Freike, S.N., Sjenny Olga, T., Yunni, S., Yuliean, T., Elisabeth, M., Islah,W., Sescas, D.S., Amelia, D., Lolita, N., Wahyuni., Tengku, H., Fredrika, N.L., Anna, M., Cut Linar., Siti, R., Irmasanti, F., Dian, P., (2023). *Bunga Rampai Kebidanan Komplementer. Cilacap : PT Media Pustaka Indo.*
- Manuaba, I. B. (2016). *Ilmu Kebidanan Penyakit dan Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan.* EGC.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Bahan Ajar Rekam Medis dan Informasi Kesehatan (RMIK) : Metodologi Penelitian Kesehatan.*
- Mawaddah, M. (2022). Hubungan Intensitas Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Harapan Keluarga Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(1), 50–53.
- Medforth, J., Battersby, S., Evans, M., Marsh, B., & Walker, A. (2015). *Kebidanan Oxford dari Bidan untuk Bidan.* AKBID RSPAD GS., 2012.
- Megasari, M. (2015). Hubungan Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di RB Fatmawati. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(1), 17–20.
- Mu'alimah, M., Saidah, H., Wigati, P. W., Sutrisni, Kartikasari, D., & Sunaningsih. (2022). Pemberdayaan Ibu Hamil dengan menerapkan Prenatal Gentle Yoga menuju Kehamilan Sehat pada Ibu Hamil Trimester II dan III. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(1), 38–41. <https://doi.org/10.30994/jceh.v5i1.295>
- Ni'amah, S. (2020). *Hubungan Senam Hamil Dengan Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Desa Kayen Kecamatan Kayen Kabupaten Pati.* 5(1), 47–56. <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCBid>
- Ningtyas, N. wayan R., Amanupunnyo, N. A., Manueke, I., Ainurrahmah, Y., Yuliana, Yanti, R. D., Siregar, M. A., Samutri, E., Syafitriani, A. M., Qorahman, W., Hesty, Ekawaty, F., Kusumahati, E., Fitria, K. T., & Laoh, J. M. (2023). *Bunga Rampai Manajemen Nyeri.* PT Media Pustaka Indo. <https://ebookstep.com/product/asuhan-keperawatan-gangguan->
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Rineka Cipta.

- Nurhanifah, D., & Sari, R. T. (2022). *Manajemen Nyeri Non Farmakologi*. CVUrbangreen Central Media.
- Padila. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Nuha Medika.
- Ruspita, R. (203 C.E.). *Kehamilan Menyenangkan Kenali Masalah dan Penanganannya dengan Pendekatan Terapi Komplenter*. PT Media Pustaka Indo.
- Rustikayanti, R. N., Kartika, I., & Herawati, Y. (2016). Korelasi Perubahan Psikologis Ibu Hamil Dengan Tingkat Kepuasan Seksual Suami. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 2(1), 62–71.
- Septiani, E. (2020). Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktik Bidan Mandiri. *Lentera Perawat, 1*(1), 37–44.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sutanto, A. V., & Yuni, F. (2018). *Panduan Lengkap Asuhan Selama Kehamilan Bagi Praktisi Kebidanan*. PT Pustaka Baru.
- Swarjana. (2022). *Metode Penelitian Kesehatan*. Andi Offset.
- Veronica, S. Y., Kumalasari, D., & Gustianingrum, C. (2021). Hubungan Senam Hamil Dengan Kejadian Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan, 6*(1), 219–224. <https://doi.org/10.30604/jika.v6is1.790>
- Wardani, D. N. K., Ernawati, Puriastuti, A. C., Octaviana, L. P., Damalita, A. F., Joeliatin, Nurapriyanti, I., & Rohemah. (2021). *Teori dan Praktik Keterampilan Dasar Kebidanan*. Penerbitan Rena Cipta Mandiri.
- World Health Organization. (2019). *Maternal Mortality*. World Health Organization.
- Yuliasuti, E., & Rafidah. (2022). Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM "L" Guntung Manggis Kota Banjarbaru. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan, 13*(2), 1–10. <https://doi.org/10.33859/dksm.v13i>