

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG
PERILAKU PENCEGAHAN PREEKLAMPSIA
DI PUSKESMAS OEPOI KOTA KUPANG**

Yuniyati Abineno¹, Maria Yasintha Goa¹, dan Yulia M.K Letor¹

¹Program Studi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Citra Bangsa Kupang

Korespondensi: Email: yuniyatiabineno@gmail.com,

Telp/HP. 081321725058

ABSTRAK

Preeklampsia merupakan salah satu penyebab angka kematian ibu dan janin, dengan angka kejadian yang cukup tinggi. Namun, pada kenyataannya masih banyak ibu hamil yang belum mengetahui cara pencegahan preeklampsia. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan Preeklampsia pada ibu hamil di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *analitik korelatif* menggunakan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian ini adalah 167 responden, dengan menggunakan tehnik *consecutive sampling*. Kriteria inklusi penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Oepoi Kota Kupang, bersedia menjadi responden, sadar sepenuhnya dan dapat menjawab semua pertanyaan tentang keadaannya dan ibu hamil yang bisa membaca dan menulis.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik yaitu 115 responden (68,9%). Hasil uji statistik menggunakan *Chi-square*, menunjukkan tidak ada hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan preeklampsia pada ibu hamil dengan nilai signifikan 0,684 ($p > 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah tidak ada hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan preeklampsia di Puskesmas Oepoi Kota Kupang

Kata Kunci: Pengetahuan, Perilaku Pencegahan, Preeklampsia

ABSTRACT

Preeclampsia is one of causes of maternal and fetal mortality, with a high incidence. However, in fact there are still many pregnant women who don't know how to prevent preeclampsia. The purpose of this study was to determine the factors associated with preeclampsia prevention behavior in pregnant at Oepoi Health Center, Kupang City. This research is a quantitative study with a correlative analytical research design using a cross sectional approach. The number of samples of this study were 167 respondents, using consecutive sampling technique. The inclusion criteria of this study were pregnant women who took an examination at Oepoi Public Health Center, Kupang City, willing to be a respondent, fully aware and able to answer all questions about her situation and pregnant women who can read and write. The results of this study indicate that most respondents have good knowledge, which is 115 respondents (68,9%).

The results statistical tests using Chi-square showed that there was no relationship between knowledge and preeclampsia prevention behavior in pregnant woman with a significant value 0,684 ($p > 0,05$). This study concluded is that there is not correlation between knowledge and preeclampsia prevention behavior at Oepoi Health center Kupang City.

Keywords: Knowledge, Behavior Prevention, Preeclampsia

PENDAHULUAN

Status kesehatan maternal merupakan salah satu indikator untuk melihat derajat kesehatan perempuan. Angka kesakitan dan kematian ibu merupakan indikator yang penting dalam menggambarkan status kesehatan maternal dan merupakan salah satu target *SDGs* (*Sustainable Development Goals*) yang ke-3 yaitu penurunan AKI (Angka Kematian Ibu) 70 per 100.000 kelahiran hidup, AKB (Angka Kematian Bayi) maksimum 12 per 1000 kelahiran hidup. Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) merupakan salah satu target yang ditentukan dalam *SDGs* 2030 ⁽¹⁾. Angka kematian ibu dan bayi di Indonesia masih tergolong tinggi dengan AKI sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup dan AKB 15 per 1000 kelahiran hidup dan merupakan salah satu masalah utama kesehatan ⁽²⁾

Salah satu penyebab AKI dan penyebab tidak langsung dari AKB adalah preeklampsia. Preeklampsia merupakan sindrom hipertensi kehamilan yang memiliki kriteria dimana usia kehamilan diatas 20 minggu, ibu mengalami bengkak (oedema) pada kaki, serta nilai protein urine > positif 2 yang disebabkan oleh berbagai multifaktor pada ibu hamil, yang berhubungan secara signifikan terhadap angka kematian dan kesakitan maternal dan perinatal ⁽³⁾.

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015, angka kejadian preeklampsia berkisar antara 0,51-38,4%. Preeklampsia dan eklampsia diseluruh dunia diperkirakan menjadi penyebab kira-kira 14% (50.000-75.000) kematian maternal setiap tahunnya. Angka kejadian preeklampsia ditiap-tiap negara adalah berbeda-beda, tapi pada umumnya insidensi preeklampsia pada suatu negara

dilaporkan antara 3-10% dari semua kehamilan. Sementara angka kejadian preeklampsia di Amerika Serikat sendiri kira-kira 5% dari semua kehamilan dengan gambaran insidensinya 23 kasus preeklampsia ditemukan per 1.000 kehamilan setiap tahunnya. Salah satu penyebab kematian maternal di Indonesia adalah preeklampsia-eklampsia. Insiden preeklampsia-eklampsia di Indonesia berkisar 10-13% dari keseluruhan ibu hamil (Rukmana, D. & Kuntuamas, R. 2019). Di Indonesia angka kematian ibu masih didominasi oleh tiga penyebab utama kematian yaitu perdarahan sebesar 30,13%, preeklampsia 27,1% dan infeksi sebesar 7,3% ⁽⁴⁾.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD Prof. W.Z. Johannes Kupang, diperoleh jumlah kasus preeklampsia pada tahun 2012 sebanyak 135 orang dan terus meningkat pada tahun 2016 yaitu sebanyak 180 orang. Data kasus preeklampsia di RSUD Prof. W. Z. Johannes Kupang tahun 2018 total kejadian preeklampsia sebanyak 781 kasus dan 13 diantaranya meninggal dunia. ⁽⁵⁾

Data Dinas Kesehatan Kota Kupang jumlah preeklampsia tahun 2017 sebanyak 117 kasus, tahun 2018 sebanyak 71 kasus dan tahun 2019 sebanyak 64 kasus yang tersebar di 11 puskesmas dan yang tertinggi kasusnya di Puskesmas Oepoi dengan jumlah kasus 16 orang. Berdasarkan data diatas jumlah kasus preeklampsia di Kota Kupang mengalami penurunan namun kasus preeklampsia di Puskesmas Oepoi mengalami peningkatan pada kurun waktu 2017 hingga 2019 dengan jumlah kasus tahun 2017 sebanyak 7 kasus, tahun 2018 sebanyak 10 kasus dan tahun 2019 sebanyak 16 kasus ⁽⁶⁾.

Berdasarkan data dari Puskesmas Oepoi penyebaran kasus preeklampsia tertinggi terdapat di Kelurahan Oebufu dengan jumlah kasus sebanyak 7 orang, diikuti dengan Kelurahan Kayu Putih sebanyak 5 orang, Kelurahan Maulafa 2 orang, Kelurahan Liliba 1 orang dan Kelurahan Penfui 1 orang⁽⁷⁾

Preeklampsia merupakan masalah kesehatan maternal yang disebabkan oleh multifaktor. Masalah preeklampsia yang tidak tertangani dengan baik akan memberikan dampak negatif yang dapat merugikan kesehatan ibu dan bayi. Dampak preeklampsia bergantung pada derajat preeklampsia yang dialami oleh ibu hamil. Dampak preeklampsia pada ibu antara lain: eklampsia, solusio plasenta, perdarahan subkapsula hepar, kelainan pembekuan darah, sindrom *HELLP* (*Hemolysis, Elevated, Liver Enzymes, and Low Platelet count*), ablasio retina, gagal jantung hingga syok dan kematian⁽⁸⁾.

Adapun dampak preeklampsia yang dapat terjadi pada janin adalah manifestasi vaskular yang mendasar dengan adanya stress oksidatif dan kerusakan endotel, mempengaruhi sirkulasi uteroplasenta dan dapat menyebabkan hambatan pertumbuhan janin dengan hipoksia yang mendasari terjadinya asidosis yang bisa menyebabkan terjadinya *IUFD* (*Intra Uterin Fetal Death*). Selain itu, pada bayi juga dapat menyebabkan kelahiran prematuritas yang memberikan dampak terjadinya asfiksia, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), serta komplikasi-komplikasi lain yang berakibat kematian⁽³⁾.

Preeklampsia adalah masalah kesehatan pada ibu hamil yang dapat dicegah. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan preeklampsia

adalah pengetahuan, sikap, usia, pendidikan dan pekerjaan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Ibu dengan tingkat pengetahuan tinggi, lebih mudah memperoleh informasi tentang kesehatan sehingga pengetahuan ibu tentang kesehatan dirinya meningkat. Ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap tentang pencegahan preeklampsia yang tinggi akan segera mengetahui dan mengatasi masalah kesehatan yang menyertai kehamilannya, sehingga ibu tidak cemas dalam menghadapi kehamilannya dan segera datang ke petugas kesehatan⁽⁹⁾. Berdasarkan hasil penelitian dari menyatakan bahwa pengetahuan berhubungan erat dengan perilaku pencegahan preeklampsia pada ibu hamil. Hasil penelitian di temukan bahwa masih banyak ibu hamil yang mempunyai pengetahuan yang kurang tentang pencegahan preeklampsia⁽¹⁰⁾

Selain pengetahuan, perilaku juga dipengaruhi oleh sikap yang baik pula. menyatakan suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Untuk mewujudkan sikap menjadi suatu perbuatan nyata diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan sikap yang positif terhadap pencegahan suatu penyakit.⁽¹¹⁾ Sikap yang kurang terhadap pencegahan preeklampsia dapat menjadi penyebab timbulnya masalah preeklampsia pada masa kehamilan⁽¹²⁾.

Hasil penelitian Di Desa Tanjung Sari Kecamatan Medan Selayang Kota

Medan, menunjukkan bahwa persentase responden yang mempunyai sikap baik terhadap pencegahan preeklampsia sebanyak 58,45%.⁽¹³⁾ Selain itu hasil penelitian lain yang di lakukan menyatakan sebagian besar (94,5%) responden bersikap positif dan sebagian kecil (5,4%) responden bersikap negatif dalam melakukan pencegahan preeklampsia. Cara melakukan pencegahan preeklampsia dilakukan dengan cara melakukan tirah baring, pemeriksaan antenatal secara rutin, melakukan diet dan istirahat yang cukup.⁽¹⁴⁾

Berdasarkan data serta penelitian diatas, perlu adanya upaya penanggulangan oleh pemerintah dibidang kesehatan melalui upaya *promotif, preventif, kuratif* maupun *rehabilitatif*. Indikator keberhasilan pembangunan kesehatan dapat dilihat dari peningkatan atau penurunan derajat kesehatan. Salah satu indikator derajat kesehatan tersebut adalah Angka Kematian Ibu (AKI). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan Preeklampsia pada ibu hamil di Puskesmas Oepoi Kota Kupang.

METODE PENELITIAN

Desain, Waktu dan Tempat

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *analitik korelatif* menggunakan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan pada tanggal 15 Desember 2020-15 Januari 2021 di Puskemas Oepoi Kota Kupang.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang memeriksakan

kehamilannya di Puskesmas Oepoi Kota Kupang dengan jumlah 287 orang. Besar sampel 167 orang ditentukan menggunakan metode *consecutive sampling* berdasarkan kriteria inklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi.

Pengolahan dan Analisa Data

Proses pengolahan meliputi *coding, scoring, dan Tabulating*. *Coding* adalah mengklasifikasikan jawaban-jawaban dari para responden kedalam bentuk angka/bilangan dengan cara memberi tanda/kode angka pada masing-masing jawaban sehingga memudahkan pada saat memasukkan data ke komputer. *Scoring* yaitu setelah data dikumpul melalui angka, kemudian ditabulasikan dan dikelompokkan sesuai sub variabel yang diteliti. Setelah itu pengolahan data yang digunakan adalah dengan cara pemberian skor. *Tabulating* merupakan penyajian data dalam bentuk angka (data *numerik*) yang disusun dalam kolom dan baris dengan tujuan untuk menunjukkan frekuensi kejadian dalam kategori yang berbeda. Data yang telah diperoleh kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara statistik menggunakan *SPSS 22.0 for Windows*.

Analisis yang digunakan adalah analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi dan presentase variabel yang diteliti. Uji yang digunakan adalah *Chi-square* untuk mengetahui gambaran hubungan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan preeklampsia pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi: umur, usia kehamilan, pekerjaan dan pendidikan dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1. Karakteristik responden
(n=167)**

Karakteristik	Frekuensi	%
Umur:		
17-25 tahun	55	32,9
26-35 tahun	79	47,3
36-45 tahun	33	19,8
Usia Kehamilan:		
0-13 minggu	40	24,0
14-27 minggu	72	43,1
28-41 minggu	55	32,9
Pekerjaan:		
Tidak Bekerja	9	5,4
IRT	90	53,9
Honorar	19	11,4
Swasta	39	23,4
PNS	10	6,0
Pendidikan:		
SD	3	1,8
SMP	20	12,0
SMA/SMK	96	57,5
D-III	15	9,6
S1	28	16,8
S2	4	2,4

Berdasarkan Tabel 1 diatas menunjukkan distribusi responden berdasarkan umur dengan mayoritas responden berumur 26-35 tahun sebanyak 79 responden (47,3%) dan yang paling sedikit pada umur 36-45 tahun sebanyak 33 responden (19,8 %). Distribusi responden berdasarkan usia kehamilan dengan responden tertinggi pada ibu hamil yang usia kehamilannya 14-27 minggu sebanyak 72 responden (43,1%) dan terendah pada ibu hamil yang usia kehamilannya 0-13 minggu sebanyak 40 responden (24,0%). Distribusi responden berdasarkan pekerjaan yang bekerja sebagai ibu rumah tangga yang tertinggi sebanyak 90 responden (53,9%) dan yang terendah adalah yang tidak

bekerja sebanyak 9 responden (5,4%). Distribusi responden berdasarkan pendidikan sebagian besar responden berpendidikan SMA/SMK yaitu sebanyak 96 orang responden (57,5%).

**Tabel 2. Distrbusi Frekuensi
Pengetahuan**

Pengetahuan	Frekuensi	(%)
Baik	115	68,9
Kurang Baik	52	31,1
Total	167	100,0

Berdasarkan tabel 2. dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berpengetahuan baik yaitu 115 orang (68,9%).

Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga ⁽¹¹⁾.

Menurut penelitian faktor yang mempengaruhi pengetahuan dengan perilaku pencegahan adalah umur. Mereka berpendapat bahwa semakin cukup umur maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.⁽¹⁵⁾ Dalam kurun waktu reproduksi sehat dikenal bahwa usia aman untuk kehamilan, persalinan, dan menyusui adalah 26-35 tahun. Umur yang sesuai dan tepat dengan masa reproduksi sangat baik dan sangat mendukung dalam pencegahan preeklampsia. Sedangkan umur kurang dari 26 tahun dianggap masih belum matang secara fisik, mental dan psikologi dalam menghadapi kehamilan, persalinan, serta melakukan pencegahan preeklampsia. Umur lebih dari 35 tahun dianggap berbahaya, sebab baik alat

reproduksi maupun fisik ibu sudah jauh berkurang dan menurun. Selain itu bisa terjadi risiko bawaan pada bayinya dan juga dapat meningkatkan kesulitan pada kehamilan, persalinan, dan nifas.⁽³⁾

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan preeklampsia hal ini dibuktikan dengan sebagian besar tidak mengetahui tentang tanda dan gejala dari preeklampsia. Namun, mereka mengaku bisa melakukan pencegahan dengan baik karena menurut mereka hal-hal yang dinyatakan peneliti dalam kuesioner tentang pencegahan preeklampsia merupakan sesuatu yang sudah lazim dan yang mereka ikuti saat kehamilan seperti selama hamil responden rutin melakukan pemeriksaan kehamilan/ *Antenatal Care*.⁽¹⁶⁾

Menurut pendapat peneliti umur ibu menunjukkan kematangan seorang ibu dalam berfikir, menanggapi sesuatu dan merespon terhadap suatu kejadian. Semakin bertambah umur kematangan berfikir dan tanggap akan lingkungan atau respon terhadap suatu kejadian berkembang menjadi lebih baik. Demikian juga dalam perilaku pencegahan preeklampsia. Berdasarkan hasil penelitian bahwa responden dengan pengetahuan yang baik tentang pencegahan preeklampsia dipengaruhi oleh umur dan pendidikan dimana semakin tinggi umur maka tingkat kematangan dan kekuatan dalam berfikir akan lebih matang dan semakin tinggi tingkat pendidikan responden maka semakin luas wawasannya. Akan tetapi responden yang mempunyai pendidikan rendah, umur lebih muda belum tentu tidak dapat melakukan pencegahan preeklampsia, di era

teknologi yang semakin canggih sekarang ini sumber informasi berupa pengetahuan dapat diperoleh responden melalui media elektronik dan media cetak seperti televisi, internet, koran dan surat kabar. Selain itu juga sumber informasi tentang berbagai pencegahan dapat diperoleh dari anggota keluarga, teman serta orang-orang yang di sekitarnya.

Hal ini didukung oleh penelitian dengan hasil kemajuan teknologi saat ini, tersedianya bermacam-macam informasi yang diperoleh dari media elektronik, media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Berbagai bentuk informasi yang berasal dari televisi, radio, surat kabar, majalah mempunyai pengaruh besar terhadap pengetahuan seseorang.⁽¹⁷⁾ Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut. Orang-orang yang ada di sekitar misalnya seperti keluarga dan teman dapat mempengaruhi pula pengetahuan seseorang. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa dan media elektronik membawa pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Orang-orang yang ada disekitar misalnya keluarga, teman dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, sehingga pengetahuan yang baik tidak menjamin seseorang mempunyai perilaku yang baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas maka penelitian ini dapat disimpulkan sebaga berikut:

1. Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik tentang perilaku

- pencegahan preeklampsia pada ibu hamil.
2. Mayoritas responden memiliki perilaku yang baik dengan pencegahan preeklampsia pada ibu hamil.
 3. Tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan preeklampsia pada ibu hamil di Puskesmas Oepoi Kota Kupang.

TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang, Kepala UPTD Puskesmas Oepoi, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian tahun 2021 melalui Universitas Citra Bangsa Kupang.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. World Health Statistics 2017 : *Monitoring Health For The Sdgs, Sustainable Development Goals*
2. Badan Pusat Statistik 2015 Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015. Tersedia <https://sirusa.bps.go.id/index.php/dasar/pdf?kd=2&th=2015>
3. Prawirohardjo, S. 2012. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka
4. Depkes RI, 2015. *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Jakarta: Depkes RI.
5. Manafe, W., Lalandos, J., & Setianingrum, E. (2019). Analisis Faktor Risiko Maternal Terhadap Kejadian Preeklampsia Di Rsud Prof. Dr. W.Z Johannes Kupang. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 7(2), 236-242. <https://doi.org/10.35508/cmj.v7i2.1795>
6. Dinas Kesehatan. 2019. *Profil Dinas kesehatan Kota Kupang*. Kupang
7. Dinas Kesehatan. 2019. . *Profil Dinas kesehatan Profil Kesehatan Puskesmas Oepoi*. Kupang
8. Mitayani. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika
9. Situmorang. T. H., Damantalm. Y., Januarista. A., & Sukri. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil di Poli KIA RSUD Anutapura Palu. *Jurnal Kesehatan Tadulako* 2 (1) 1-75.
10. Rukmana, D. & Kuntuamas, R. 2019. *Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Pencegahan Preeklampsia di Desa Porame Kecamatan Kinovoro Kabupaten Sigi*. Jurnal Ilmiah Kesmas
11. Notoatmodjo, S. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
12. Maryuni, A. 2012. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.
13. Ananda, R. 2013. *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Pencegahan Preeklampsia di Desa Tanjung Sari Kecamatan Medan Selayang Kota Medan*. Medan: USU.
14. Rohman, F., Pawiono, P., & Lestari, R. H. (2015). Gambaran Sikap Ibu Hamil Dalam Pencegahan Preeklampsia/Eklampsia Di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 1(1), 29-34
15. Usnaini, Siti, Irma Nurmayanti dan Nining M. Ningrum. 2016. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Preeklampsia Pada Ibu Hamil Desa Kedawong Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. *Jurnal Kebidanan*. 6 (2), 61-69
16. Malisngorar, M. S., Tunny, R., & Talohu, N. 2017. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur dengan Pencegahan Preeklampsia di Dusun Tanah Goyang Kec. Huamual Kab. Seram Bagian

- Barat. 2 *Trik : Tunas-Tunas Riset Kesehatan*.⁷ (Edisi Khusus Hari Kesehatan Nasional) 41 - 47
17. Kuswandi, L. 2011. *Keajaiban Hypnobirthing*. Jakarta : Pustaka Bunda.