

INOVASI PELAYANAN KEBIDANAN KOMPLEMENTER

II



Bdn. Meli Doloksaribu, S.Tr.Keb., M.Keb
Bdn. Ayu Jani Puspitasari, SST., M.Keb

**INOVASI PELAYANAN
KEBIDANAN KOMPLEMENTER II**

UU No 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat ciptaan dan/atau produk hak terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. penggunaan ciptaan dan/atau produk hak terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. penggunaan ciptaan dan/atau produk hak terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan fonogram yang telah dilakukan pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu ciptaan dan/atau produk hak terkait dapat digunakan tanpa izin pelaku pertunjukan, produser fonogram, atau lembaga penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

INOVASI PELAYANAN KEBIDANAN KOMPLEMENTER II

Bdn. Meli Doloksaribu, S.Tr.Keb., M.Keb

Bdn. Ayu Jani Puspitasari, SST., M.Keb



INOVASI PELAYANAN KEBIDANAN KOMPLEMENTER II

Bdn. Meli Doloksaribu, S.Tr.Keb., M.Keb
Bdn. Ayu Jani Puspitasari, SST., M.Keb

Editor :
Dichi Akbar Wahyudi, S.Pd., M.Pd

Desainer:
Dichi Akbar Wahyudi, S.Pd., M.Pd

Sumber :
<https://yayasan-sfa-alfatih-sumut.com/e-books/product/inovasi-pelayanan-kebidanan-komplementer-ii/>

Penata Letak:
Tim Yayasan SFA Al Fatih Sumut

Proofreader :
Tim Yayasan SFA Al Fatih Sumut

Ukuran :
iii, 299 hlm, 15,5x23 cm

ISBN :
978-634-05-0159-9

Cetakan Pertama :
2026

Hak Cipta 2026, pada (Bdn. Meli Doloksaribu, S.Tr.Keb., M.Keb
dan Bdn. Ayu Jani Puspitasari, SST., M.Keb)

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Anggota IKAPI No. 101/Anggota Luar Biasa/SUT/2025
PENERBIT YAYASAN SULTAN FAWWAZ ARKHAN AL FATIH
SUMATERA UTARA

Jalan Meranti 1, Desa Simalingkar A, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang
Sumatera Utara – Indonesia 27361

HP/WA: 0853-5855-3586

Website: <https://yayasan-sfa-alfatih-sumut.com/e-books/>
E-mail: info@yayasan-sfa-alfatih-sumut.com

Perpustakaan Nasional RI : Katalog Dalam Terbitan (KDT)

JUDUL DAN	Inovasi pelayanan kebidanan komplementer / Bdn. Meli Doloksaribu, S.Tr.Keb.,
PENANGGUNG JAWAB	M.Keb., Bdn. Ayu Jani Puspitasari, SST., M.Keb.
EDISI	Cetakan pertama
PUBLIKASI	Deli Serdang : Yayasan Sultan Fawwaz Arkhan Al Fatih Sumatera Utara, 2026
DESKRIPSI FISIK	2 jilid : ilustrasi ; 21 cm
IDENTIFIKASI	ISBN 978-634-04-2481-2 (no.jil.lengkap) ISBN 978-634-04-2482-9 (jil.1) ISBN 978-634-05-0159-9 (jil.2)
SUBJEK	Kebidanan, Pelayanan
KLASIFIKASI	618.2 [23]
PERPUSNAS ID	https://isbn.perpusnas.go.id/bo-penerbit/penerbit/isbn/data/view-kdt/1261395

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
PRAKATA	iii
BAB I PRINSIP TERAPI KOMPLEMENTER DALAM	
MASA PERSALINAN	1
A. Akupressuer	1
B. Shiatsu	21
BAB II TEKNIK MENGURANGI NYERI PERSALINAN	40
A. Deep Back Massage	40
B. Endorphine Massage	43
C. Effleurage Massage	46
D. Counter Pressure	53
E. Teknik Relaksasi Nafas Dalam	61
F. Terapi Musik	80
G. Kompres Hangat	106
H. Aromaterapi Untuk Persalinan	112
I. Teknik Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)	135
J. Metode Zilgrei	142
BAB III TEKNIK MENGURANGI KECEMASAN MASA	
PERSALINAN	147
A. Traditional Herbal	147

B. Lotus Birth.....	173
C. Brithing Ball	179
D. Gentle Birth.....	188

BAB IV PRINSIP TERAPI KOMPLEMENTER DALAM

MASA NIFAS	201
A. Pemijatan Selama Masa Nifas.....	201
B. Hypnobreastfeeding	212
C. Traditional Herbal Untuk Postnatal Treatment	216
D. Traditional Herbal Perawatan Perineum.....	224
E. Aromaterapi Selama Masa Nifas	229
F. SPA Nifas.....	232

BAB V TERAPI KOMPLEMENTAR PADA MASA

REMAJA (MENSTRUASI).....	239
A. Massage untuk Menstruasi.....	239
B. Aromaterapi untuk Menstruasi.....	244
C. Kompres Hangat pada Saat Menstruasi.....	248
D. Yoga dan Latihan Fisik untuk Masalah Menstruasi	253

BAB VI TERAPI KOMPLEMENTER DALAM MASA

MENOPAUSE	258
A. Tahapan Menopause	258
B. Gejala Menopause	263
C. Jenis Terapi Komplementer Dalam Menopause	267
DAFTAR PUSTAKA	274

PRAKATA

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga buku *Inovasi Pelayanan Kebidanan Komplementer II* ini dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini disusun sebagai upaya memberikan referensi dan panduan dalam pengembangan pelayanan kebidanan yang mengintegrasikan terapi komplementer secara aman, holistik, dan berbasis evidensi.

Pembahasan dalam buku ini mencakup prinsip dan penerapan terapi komplementer pada masa persalinan, nifas, remaja (menstruasi), hingga menopause. Diharapkan materi yang disajikan dapat membantu mahasiswa kebidanan, pendidik, dan praktisi dalam meningkatkan kualitas asuhan yang humanis dan berpusat pada perempuan.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, saran dan masukan yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga buku ini memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan pelayanan kebidanan yang lebih inovatif dan berkualitas.

Deli Serdang, April 2026

Penulis

BAB I

PRINSIP TERAPI KOMPLEMENTER DALAM MASA PERSALINAN

A. Akupressuer

1. Defenisi Akupressuer

Akupresur merupakan salah satu dari berbagai terapi komplementer dengan jenis non-invasif sentuhan modalitas. Akupresur diberikan dengan cara memberikan pemijatan atau penekanan pada titik tertentu. Akupresur berasal dari Cina sejak lima ribu tahun yang lalu dan merupakan kumpulan dari pengalaman dan penelitian dari abad ke abad dan masih dikembangkan hingga saat ini (Sunarto, 2021).

Akupresur dan akupuntur pada prinsipnya adalah sama, namun yang membedakan adalah terapi akupresur menggunakan jari tangan sedangkan akupuntur menggunakan jarum, tetapi dilakukan pada titik yang sama yang disebut acupoint yang letaknya sepanjang

BAB II

TEKNIK MENGURANGI NYERI PERSALINAN

A. Deep Back Massage

1. Defenisi Deep Back Massage

Deep back massage adalah pijatan lembut dengan menekan daerah sacrum menggunakan telapak tangan. Pijat ini diberikan dengan menggunakan dasar teori *gate control* yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall (2013). Pijatan yang diberikan akan merangsang saraf diameter besar yang menyebabkan *gate control* menutup dan impuls nyeri tidak diteruskan ke korteks serebral, sehingga rasa nyeri yang dirasakan akan berkurang (Gaidaka 2012).

2. Tujuan Deep Back Massage

Prinsip dan tujuan teknik deep back massage yaitu mengurangi atau menghentikan penghantaran impuls nyeri. Pelaksanaan *massage* yang benar dapat meredakan ketegangan otot serta memberi rasa rileks. Sirkulasi darah menjadi lancar sehingga nyeri berkurang (Judha, 2012).

BAB III

TEKNIK MENGURANGI KECEMASAN MASA PERSALINAN

A. Traditional Herbal

1. Sejarah Traditional Herbal

Indonesia memiliki kekayaan tanaman obat yang sangat melimpah. Salah satu cara untuk mencapai derajat kesehatan yang baik adalah dengan memanfaatkan tanaman obat yang diolah menjadi obat tradisional. Sejak zaman dahulu, nenek moyang kita telah mewariskan berbagai ramuan obat yang telah terbukti khasiatnya. Bukti penggunaan obat berbahan alam oleh nenek moyang kita dapat ditemukan dalam naskah-naskah kuno seperti daun Lontar Husodo (Jawa), Usada (Bali), Lontarak Pabbura (Sulawesi Selatan), serta relief di Candi Borobudur yang menunjukkan orang-orang meracik jamu dari bahan tumbuhan.

Tidak hanya di Indonesia, penggunaan tanaman obat juga tercatat di luar negeri. Di Gua Shanidar di Irak,

BAB IV

PRINSIP TERAPI KOMPLEMENTER DALAM MASA NIFAS

A. Pemijatan Selama Masa Nifas

1. Mekanisme Fisiologis Pijat

Masa nifas adalah periode pemulihan ibu setelah melahirkan, di mana tubuh mengalami berbagai perubahan fisiologis, hormonal, dan psikologis. Keluhan yang sering muncul antara lain nyeri punggung, ketegangan otot, kelelahan, kecemasan, gangguan tidur, dan ketidaknyamanan akibat perubahan postur serta aktivitas merawat bayi. Salah satu intervensi non-farmakologis yang aman dan efektif untuk membantu pemulihan adalah pijat nifas (Chen, 2024).

a. Stimulasi Sistem Saraf Otonom.

Pijat memberikan tekanan mekanis pada reseptor kulit dan jaringan lunak, menurunkan aktivitas simpatis dan meningkatkan aktivitas parasimpatis. Hal ini menimbulkan rasa tenang, menurunkan

BAB V

TERAPI

KOMPLEMENTAR PADA

MASA REMAJA

(MENSTRUASI)

A. Massage untuk Menstruasi

1. Pengertian Massage untuk Menstruasi

Massage untuk menstruasi merupakan salah satu bentuk terapi nonfarmakologis dan komplementer yang dilakukan melalui teknik pijatan tertentu pada area tubuh seperti abdomen, punggung bawah, pinggang, dan titik-titik refleksi untuk membantu mengurangi nyeri dan ketidaknyamanan selama menstruasi. Terapi ini bertujuan meningkatkan relaksasi otot, melancarkan sirkulasi darah, serta menurunkan persepsi nyeri haid (Putri & Handayani, 2021). Dalam konteks kebidanan dan kesehatan reproduksi perempuan, massage untuk menstruasi digunakan sebagai terapi pendukung yang aman dan minim efek samping, terutama pada remaja

BAB VI

TERAPI

KOMPLEMENTER

DALAM MASA

MENOPAUSE

A. Tahapan Menopause

1. Konsep Dasar Menopause

Menopause merupakan proses biologis alami pada wanita yang menandai berakhirnya fungsi reproduksi. Kondisi ini ditetapkan secara klinis setelah seorang wanita tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut tanpa penyebab patologis atau intervensi medis tertentu (WHO, 2022). Menopause terjadi akibat menurunnya fungsi ovarium yang menyebabkan penurunan produksi hormon estrogen dan progesteron secara permanen (MSD Manual, 2023).

Secara global, usia rata-rata terjadinya menopause berada pada rentang 45–55 tahun, meskipun dapat bervariasi tergantung faktor genetik, gaya hidup, status gizi, dan kondisi kesehatan individu (Mayo Clinic, 2024).

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, M. (2011). Pengaruh Akupresur Terhadap Kekuatan Otot dan Rentang Gerak Ekstremitas Atas Pada Pasien Stroke Pasca Rawat Inap.
- Adinda Khansa Sundara, B. L. (2022). Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan. Vol. 2, No. 2, Juni 2022, 2, 78-84.
- Adiyasa, M. R., & Meiyanti. (2021). Pemanfaatan obat tradisional di Indonesia: distribusi dan faktor demografis yang berpengaruh. Jurnal Biomedika dan Kesehatan, IV (3), 130-138.
- Allredge, B. K. et al., 2013. Koda-Kimble & Young's Applied Therapeutics The Clinical Use of Drugs. 10th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. pp. 932-940.
- Amani, F. D. (2025). Tradisi pemanfaatan tumbuhan sebagai jamu tradisional untuk perawatan nifas. Flora: Journal of Plant and Ethnobotany.
- Andayani, D., et al. (2022). *Hypnobreastfeeding as an alternative method to support exclusive breastfeeding*. Jurnal Kesehatan Reproduksi.

- Andriani Rangkuti, J., et al. (2024). Efektivitas pemberian air rebusan daun sirih terhadap penyembuhan luka perineum pada ibu postpartum. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*.
- Andriyani, R. (2024). *The perception of postpartum mothers towards massage care*. Midwifery Journal.
- Antik, A., Lusiana, A., & Handayani, E. (2017). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Skala Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 1-16.
- Arviyanti, M. (2024). The effect of ginger drinking on breast milk production to women in the postpartum period. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Astuti, Y., & Rahmawati, I. (2022). Spa nifas sebagai terapi komplementer dalam asuhan kebidanan postpartum. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 13(2), 101–108.
- Azizah, N., et al. (2023). *Effect of Slow Stroke Back Massage on Postpartum Anxiety*. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*.
- Birth –Brain Injury caused by Umbilical Cord Clamping: From Imbecility and Cerebral Palsy to Minimal Mental Retardation, By George Malcom Morley, MB ChB FACOG. Dec 2007.

- C. Zittoun, W. Garbous, H. Raffin, G. Gusso. (2022). Shiatsu: A complementary medicine for the relief and verbalization of trauma. *Encephale*, 48.
- Chen M.L., Lin L.C., Wu S.C & Lin J.G. (1999). The effectiveness of acupressure in improving the quality of sleep of institutionalized residents. *Journal of Gerontology* 54A: 389-394.
- Chen, Y. (2024). *Therapeutic effect of manual massage on early postpartum recovery*.
- Choi, W. R., Kim, Y. S., Kim, J. R., & Hur, M. H. (2023). *A randomized controlled trial of pectoralis major myofascial release massage for breastfeeding mothers*. *Korean Journal of Women Health Nursing*.
- Christian Yehoash. (2010), *Shiatsu-Schätze für den Akupunkteur*. Berlin: Praxis für Chinesische Medizin & Shiatsu.
- Christina, A., & Kurniyanti, M. A. (2024). Efektivitas air rebusan daun sirih dalam mempercepat penyembuhan luka perineum. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*.
- Daiyah, I., 2020. "Keefektifan Counter Pressure Massage terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan di Puskesmas Rawat Inap Langgam

- Kabupaten Pelalawan. Jurnal Kebidanan, Volume 12.
- Değirmenci, S., et al. (2024). *Effects of hand massage on women's pain and comfort levels after cesarean section*.
- Dewi, M. P. (2009). Studi Metaanalisis: Musik Untuk Menurunkan Stres. Jurnal Psikologi, 36(2), 106–115.
- Dewi, P., & Rekan-rekan. (2024). Pemanfaatan jamu dan ramuan tradisional dalam peningkatan kesehatan ibu postpartum. Jurnal Ners.
- Dewie, A., & Kaparang, M. J. (2020). Efektivitas Deep Back Massage dan Massage Endorphin terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di BPM Setia. Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan, 14(1), 43-49.
- Estuning, Dwi Rahayu dan Sumy Dwi Antono, 2012. Pengaruh Metode Zilgrei pada Ibu Inpartu Primigravida terhadap Pembukaan Servik Kala I Fase Aktif di RSUD Pare Kabupaten Kediri. Forum Ilmiah Kesehatan (3) : 200-205.
- Faoziyah, A. R., Rahmah, N. N., & Febrian, L. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai Obat Tradisional sebagai Alternatif. Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad, I (2), 63-71.

- Farida, S., & Sulistiyanti, A. (2019). Metode Counterpressure Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. Smiknas, 217–222.
- Fazrina Pratiwi, A. S. (2020, Agustus 18). Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi. Volume 18 Nomor 3, 18, pp. 66-75.
- Fengge, A. (2012). Terapi Akupresur Manfaat dan Teknik Pengobatan. Yogyakarta: Crop Circle Corp.
- Firdaus, N. (2018). Pengaruh Pemberian Endorphin Massage Terhadap Skala Nyeri Ibu Bersalin Di Bpm Lu“luatul Mubrikoh, S. St Bangkalan. Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871, 10(1), 21-26.
- Fitri, R. A. (2025). Effectiveness of turmeric–tamarind therapy on perineal wound healing in postpartum mothers from day 1 to 7. Jurnal Kebidanan Malahayati.
- Fitria, R., et al. (2024). *The effect of oxytocin massage and breast care on adequacy of breast milk*. Jurnal Kebidanan.
- Fitriana, F., & Putri, N. A. (2017). Pengaruh pijat endorphen (endorphen massage) terhadap

- intensitas nyeri kala I pada ibu primipara. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, 13(1), 31-34.
- Gaidaka, A, B. 2012. Pengaruh Deep back Massage terhadap nyeri persalinan Kala I fase aktif ibu inpartu primigravida di BPS.
- Hanum, S. M. F., Widowati, H., & Arti, W. (2021). Akupresure Untuk Ibu dan Anak (Cetakan 1). Sidoarjo: BFS Medika.
- Hardjanti, T. S. (2021). Buku Saku Asuhan Holistik Akupresur: Tatacara Akupresur Sebagai Asuhan Holistik Dalam Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Pencegahan Covid-19. Semarang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.
- Harini, R. (2018). Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida (Counterpressure and Its Effect towards Labor Pain during 1st Active Phase in Primigravida Mother). Jurnal Ners dan Kebidanan, 5(1), 29 33.
- Harlow, S. D., et al. (2021). *Executive summary of the STRAW+10 staging system*. Menopause Journal.
- Harlow, S. D., et al. (2021). *Executive summary of the STRAW+10 staging system*. Menopause Journal.
- Harlow, S. D., et al. (2021). *Executive summary of the STRAW+10 staging system*. Menopause Journal.

- Hartiningsih, S., Oktavianto, E., & Hikmawati, A. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 213–226.
- Hartono, R. I. W. (2012). *Akupresur Untuk Berbagai Penyakit*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Hedayati, J., Bagheri-Nesami, M., Elyasi, F., & Hosseinnataj, A. (2023). The Effect of Music Therapy on the Pain and Anxiety Levels of Patients Experiencing Wound Healing by Suturing in the Emergency Wards. *Anesthesiology and Pain Medicine*, 13(1).
- Herlina, S., Qomariah, S., Sartika, W., Wulandini, P. S., & Diansyah, A. (2023). Pelatihan Akupresure Untuk Mengurangi Batuk Pilek Pada Anak di Panti Asuhan Rahmat Nur Hidayah Pekanbaru. *JDISTIRA*, 3(1).
- Heti Sanjaya, Tri Ismu Pujiyanto, Dita Wasthu P. (2016). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Miri Sragen. *Jurnal STIKES Karya Husada Semarang*

- Hidayah, N. (2024). Potential of turmeric (*Curcuma longa* Linn.) extract gel in reducing REEDA score and IL-6 levels in postpartum women. *Jurnal MedisaIns*.
- Husnalizat, N., Oktaviyana, C. O., & Masthura, S. (2024). Pengaruh rebusan daun sirih hijau terhadap pencegahan infeksi perineum ibu postpartum. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 12(2), 69–74.
- Ikhsan, M. N. (2019). *Dasar Ilmu Akupresure Dan Moksibasi (Cetakan Kedua)*. Cimahi: Bhimaristan Press.
- Ismi, R., & Rachmawati, N. (2021). *The influence of hypnobreastfeeding on maternal confidence and bonding with the baby*. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*.
- Jannah. (2017). *Penatalaksanaan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) Terapi Manipulasi dan Terapi Latihan Pada Frozen Shoulder Sinistra di RST Dr. Soedjono*. Surakarta.
- Jhonson M. (2014). *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS). Research to support clinical practice*. Oxford University Press. Oxford.
- Kang, N. M., et al. (2022). *Integrated breast massage versus traditional breast massage for plugged milk*

- ducts: A randomized controlled trial*. International Breastfeeding Journal.
- Kaparang, M. J., & Handayani, S. E. (2020). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Dilatasi Maksimal. *Jurnal Kebidanan*, 1(2).
- Karuniawati, B. (2020). Efektivitas Massage Endorphin dan Counter Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(1), 27-33.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman pelayanan kesehatan ibu nifas*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman pelayanan kesehatan ibu dan kesehatan reproduksi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman pelayanan kesehatan reproduksi perempuan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 15-21.
- Kholid, Mudarri, & Masdar. (2020). Olahan Kunyit Asam Menjadi Minuman Herbal Sinom untuk

- Meningkatkan Perekonomian Desa Kajuanak Galis Bangkalan. Dharma:Jurnal Pengabdian Masyarakat, 61-72.
- Kiental, dkk. (2014). Shiatsu Therapist. Swiss: Internasional Shiatsu School.
- Kim, J., & Lee, H. (2022). *Effects of foot reflexology on postpartum fatigue, stress, and depression: A meta-analysis*. Korean Journal of Women Health Nursing.
- Kirca AŞ, Gul DK. The effect of acupressure applied to points LV4 and LI4 on perceived acute postpartum perineal pain after vaginal birth with episiotomy: a randomized controlled study. Arch Gynecol Obstet. 2020;301(2):473–81.
- Kurniawati, D., Lestari, R., & Wahyuni, S. (2023). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan dan kualitas tidur ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 85–92.
- Kurniawati, D., Lestari, R., & Wahyuni, S. (2023). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan dan kualitas tidur pada perempuan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 85–92.
- Kurniawati, D., Lestari, R., & Wahyuni, S. (2023). Pengaruh perawatan spa nifas terhadap

- kenyamanan dan kualitas tidur ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(1), 55–62.
- Ledoh, N. A., & Fatwa, D. M. (2025). Pengaruh pemberian rebusan daun sirih hijau terhadap penyembuhan luka perineum derajat II pada ibu nifas. *Jurnal Ners*, 9(4), 7549–7554.
- Lestari dkk. 2012. Pengaruh Deep back massage terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dan kecepatan pembukaan pada ibu bersalin primigravida di wilayah kerja BPS puskesmas dlanggu kabupaten mjokerto. *The Indonesia journal of public health*, vol. 9 No.1 hal 37-50.
- Lestari, N., Wulandari, R., & Dewi, M. (2022). Efektivitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore primer. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 13(1), 41–48.
- Lestari, N., Wulandari, R., & Dewi, M. (2022). Efektivitas massage abdomen terhadap penurunan nyeri dismenore primer. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 13(1), 33–40.
- Lestari, N., Wulandari, R., & Dewi, M. (2022). Pengaruh yoga dan latihan fisik terhadap penurunan nyeri dismenore primer. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 13(2), 57–65.

- Lestari, Y., & Kurniasih, D. (2022). *Effectiveness of hypnobreastfeeding in reducing anxiety and increasing breast milk production*. Journal of Maternal and Child Health.
- Lima-De-La-Iglesia, C., et al. (2024). *Benefits of Complementary Therapies During Pregnancy*. MDPI.
- Maita. 2016. Pengaruh deep back massage terhadap penurunan nyeri persalinan di BPM khairani asnita, jurnal ilmu Kesehatan vol. 9 no.2 hal 186-190.
- Mak, S., et al. (2024). *Use of Massage Therapy for Pain, 2018–2023*. JAMA Network Open.
- Marina, Julia, H., Siagian, Y., & Wati, L. (2022). Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Kelurahan Sungai Enam. Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan, 1(3).
- Mayo Clinic. (2024). *Perimenopause and menopause overview*.
- Mayo Clinic. (2024). *Perimenopause and menopause: Diagnosis and treatment*.
- Media Gizi Indonesia. (2023). Natural galactagogues in Indonesia: Review of katuk, torbangun, kelor, and other traditional lactation boosters.

- Monash University. (2023). *The stages of menopause*.
- MSD Manual Professional Edition. (2023). *Menopause*.
- Mujito, Mugianti, S., & Abiddin, A. H. (2023). Relaksasi Nafas Dalam Kogerta Terhadap Penurunan Tekanan Darah Klien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 70–76.
- Mulyani, H., Widyastuti, S. H., & Ekowati, V. I. (2016). Tumbuhan Herbal sebagai Jamu Pengobatan Tradisional Terhadap Penyakit dalam Serat Primbon Jampi Jawi Jilid I. *Jurnal Penelitian Humaniora*, XXI (2), 73-91.
- Mulyati, S. (2021). Manfaat Pangan Fungsional dan Pangan Herbal Dalam Meningkatkan Imunitas Tubuh di Masa Covid-19. *Jurnal Pengabdian Dinamika*, VIII (1), 1-5.
- Nasution, A., & Batubara, N. S. (2021). Pengaruh Counter Pressure Massage Terhadap Penurunan Nyeri Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Education And Development*, 9(4), 638-641.
- Ningrum, A., et al. (2023). *The role of hypnobreastfeeding in improving maternal satisfaction during breastfeeding*. *Indonesian Journal of Midwifery*.
- Ningsih, K., Mariani, Y., Arbiastutie, Y., & Yusro, F. (2020). Studi Pemanfaatan Tumbuhan Obat Berpotensi

- Mengobati Pada Penyakit Pada Penyakit Sistem Pencernaan di Kelurahan Bunut Kecamatan Kapuas Kabupaten Sanggau. *Jurnal Hutan Lestari*, VIII (2), 217-228.
- Nirmala. (2024). Efektivitas Progressive Muscle Relaxation dengan Musik Klasik Mozart Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Dengan Intradialytic Hypertension [Ilmu Keperawatan]. Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- North American Menopause Society. (2022). *Menopause Practice: A Clinician’s Guide*.
- Novitasari, S., et al. (2023). *Hypnobreastfeeding therapy to increase oxytocin reflex and breast milk production in postpartum mothers*. *Midwifery Care Journal*.
- Nurhayani, Y., & Nengsih, P. (2022). Relaksasi Nafas Dalam Sebagai Intervensi Efektif Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Pena Nursing*, 1(1), 92–100.
- Nurhayati, E., & Astuti, D. (2023). *Comparison of oxytocin massage and Woolwich massage on breast milk production in postpartum mothers*. *Jurnal Kebidanan Hearty*.

- Nurlaila, A., et al. (2024). *Foot reflexology to improve maternal comfort and breastfeeding outcomes in postpartum women*. Formosa Journal of Science and Technology.
- Octaviani, J. (2018). Pengaruh Terapi Nafas Dalam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kota Wilayah Selatan Kota Kediri. Jurnal Penelitian Stikes RS Bakti Kediri, 4(1), 38–50.
- Oktaviani, R., & Fitriani, A. (2021). *Hypnobreastfeeding: Relaxation and suggestion techniques for successful breastfeeding*. Jurnal Psikologi Kesehatan.
- Pandie, N., dan Efendy, M. A. (2022). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa: Sebuah Kajian Literatur. Jurnal Komunitas Ilmu Kesehatan, 66-72.
- Panjaitan, Dedy Juliandri; Hasanah, D. N. (2018). Musik Mozart Sebagai Pengiring Pembelajaran Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Belajar usik Mozart Sebagai Pengiring Pembelajaran Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Belajar Matematika Matematika Dedy. Jurnal Math Education, 28(12), 1286–1290.

- Parwanti, L. (2021). Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresure dan Madu Jahe terhadap Lama Hari Batuk Pilek pada Balita dengan ISPA di Puskesmas Yosomulyo. Poltekkes Tanjungkarang.
- Pasongli, S., Rantung, M. & Pesak, E., 2014. Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado. Jurnal Ilmiah Bidan, Volume II.
- Pranata S. 2016. Literature Review Pengaruh Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) terhadap Penyembuhan Luka. Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah. 2 (1), 1-12.
- Pratiwi, E., & Yanti, D. (2022). *Application of hypnobreastfeeding to improve exclusive breastfeeding practices*. Journal of Nursing and Midwifery Science.
- Putri, A. R., & Handayani, S. (2021). Aktivitas fisik dan yoga dalam penatalaksanaan nyeri menstruasi. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 12(2), 61–68.
- Putri, A. R., & Handayani, S. (2021). Mekanisme aromaterapi terhadap penurunan nyeri dan kecemasan postpartum. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 13(1), 45–52.

- Putri, A. R., & Handayani, S. (2021). Mekanisme kerja aromaterapi terhadap penurunan nyeri dan stres. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), 21–28.
- Putri, A. R., & Handayani, S. (2021). Mekanisme kompres hangat dalam menurunkan nyeri menstruasi. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), 29–36.
- Putri, A. R., & Handayani, S. (2021). Mekanisme massage dalam menurunkan nyeri menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), 21–28.
- Putri, A. R., Handayani, S., & Wulandari, T. (2021). Efek pijat nifas terhadap penurunan nyeri dan kelelahan ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 12(2), 89–96.
- Putri, D., et al. (2023). *Slow stroke back massage in reducing perineal pain in postpartum mothers*. Jurnal Midwifery Science.
- Rahmawati, N., & Wati, S. (2023). *Combination of breast care and oxytocin massage on milk production in postpartum mothers*. Proceedings of Health and Midwifery Seminar.
- Ramadhanti, I. P. (2022). Pengaruh sari temulawak terhadap volume ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan IKTA*.

- Ricky. (2022). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Kombinasi Terapi Dzikir Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 61-67.
- Ridwan Institute. (2025). Effect of Piper betle nanospray 7% on inflammation and perineal wound healing in postpartum women. *Indonesian Journal of Social Science Research*.
- Ridwan, M., & Fibrila, F. (2022). Pelatihan Kombinasi Akupresur dan Pijat untuk Mengatasi Batuk Pilek pada Balita. *Seandanan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1).
- Rina Rosanty. (2013). Pengaruh Musik Mozart dalam Mengurangi Stres pada Mahasiswa yang Sedang Skripsi. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 3(201), 397.
- Rukayah S, Prihatini F, Vestabilivy E. Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Mual Muntah Lambat Akibat Kemoterapi pada Anak Usia Sekolah yang Menderita Kanker di RS Kanker Dharmais Jakarta. *J STIKES Persada Husada*. 2015;1(1).
- S. Spurr, R. S. Barbour, J. Draper. (2022). Some Methodological Insights from a Reflexive 'Insider'

- Ethnography of Shiatsu Practice. J. Contemp. Ethnogr., 51 (4).
- S. Tsiormpatzis. (2019). Effects of shiatsu on the health-related quality of life of a person with secondary progressive multiple sclerosis: A mixed methods N-of-1 trial within a whole systems research case study. Eur. J. Integr. Med., 32.
- Saputra, K., Sudirman, S. (2009). Akupunktur Untuk Nyeri Dengan Pendekatan Neurosain. Jakarta: Sagung Seto.
- Saputra, R. (2022). Terapi Komplementer Acupressure untuk Menurunkan Dyspnea Pasien dengan Efusi Pleura. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes, 13(2).
- Saputri, R., Ayubbana, S., & HS, S. A. S. (2022). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi di Ruang Jantung RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro. Jurnal Cendikia Muda, 2(2), 1–8.
- Sari, F. (2020). Aplikasi Akupresure Untuk Mengatasi Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas Pada Anak. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Sari, M., Ningsih, E. S., & Utami, T. (2023). Efektivitas yoga sebagai terapi nonfarmakologis pada masalah

- menstruasi. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(3), 101–108.
- Sari, M., Ningsih, E. S., & Utami, T. (2023). Terapi nonfarmakologis massage terhadap intensitas nyeri haid. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(2), 75–82.
- Sari, M., Ningsih, E. S., & Utami, T. (2023). Terapi nonfarmakologis kompres hangat terhadap nyeri haid pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(2), 83–90.
- Sari, M., Ningsih, E. S., & Utami, T. (2024). Efektivitas aromaterapi lavender terhadap nyeri perineum pada ibu nifas. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 11(1), 23–30.
- Sari, M., Ningsih, E. S., & Utami, T. (2024). Efektivitas aromaterapi sebagai terapi komplementer dalam asuhan kebidanan. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 11(1), 23–30.
- Sari, M., Ningsih, E. S., & Utami, T. (2024). Efektivitas spa nifas terhadap pemulihan fisik dan psikologis ibu postpartum. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 11(2), 41–48.
- Sembiring, L., et al. (2023). *The effect of foot massage on pain intensity in postpartum mothers*. Jurnal Keperawatan Florence.

- Shin, S. H., & Kim, J. H. (2011). Music Therapy on Anxiety, Stress and Maternal-fetal Attachment in Pregnant Women During Transvaginal Ultrasound. *Asian Nursing Research*, 5(1), 19–27.
- Shintia, A. I. (2019). Pengaruh Waktu Pemberian Terapi Musik Gamelan Jawa Laras Slendro Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
- Soeparno, W. S., Sulistyowati, & Ajiningtyas, E. S. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Journal of Nursing and Health (JNH)*, 5 (2), 74–83.
- Sukanta, P. O. (2008). Pijat Akupresur Untuk Kesehatan. Jakarta: Penebar Plus.
- Sukanta, P. O. (2009). Terapi Pijat Tangan Cara Penyembuhan Aman, Mudah dan Bermanfaat. Jakarta: Penebar Plus.
- Sukrisminiati, N. W. (2020). Perbedaan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Sebelum dengan Sesudah Diberikan Bimbingan Pijat Akupresure pada Bayi dengan Klasifikasi Bukan Pneumonia. Politeknik Kesehatan Masyarakat Denpasar.

- Suprapti, 2006. Pengaruh Metode Zilgrei Terhadap Durasi Persalinan Kala II pada Ibu Inpartu di Bidan Praktek Swasta (BPS) Sukemi. Poltekkes Malang, Malang.
- Susilawati, Kartaatmadja, F. S., dan Suherman, R. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pasien. *Media Informasi*, 17-18.
- Tanjung, W. W., & Antoni, A. (2019). Efektifitas Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 4(2), 48-53.
- Tashani Johnson MI. (2013). Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) A Possible Aid For Pain Relief In Developing Countries. Faculty Of Health Leeds Metropolitan University UK Leeds Pallium Research Groupin.
- Thea de Rijk. (2007). Shiatsu als ondersteuning voor diabetes mellitus type 2. Dutch: Dutch Shiatsu Academy
- Toru Namikoshi. (1981). The Complete Book of Shiatsu Therapy. Tokyo: Japan Publications.
- Tsay S.L., Cho Y.C., Chen M. L. (2004). Acupressure and Transcutaneous Electrical Acupoint Stimulation in

- Improving Fatigue, Sleep Quality and Depression in Hemodialysis Patients. *Journal of Chinese Medicine*. Vol. 32, No. 3: 407-416.
- Ulan, D. P., et al. (2023). *The effect of massage effleurage on the back and breasts on milk production in postpartum mothers*. *Formosa Journal of Science and Technology*.
- Verawaty, K., dan Widiastuti, S. H. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester II Dalam Menghadapi Ujian Akhir Semester di Akademi Perawatan RS PGI Cikini. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 16-21.
- Wardani, D. W. (2015). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam sebagai Terapi Tambahan terhadap Penurunan Nyeri Dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Tingkat 1 (Studi Kasus di Instalasi Rawat Jalan Poli Spesialis Penyakit Dalam RSUD Tugurejo Semarang). *Public Health Science Department*, 1(55).
- Wardani, Y. D. (2020). Studi Literatur: Pengaruh Pijat Akupresure dan Moksibusi Terhadap Lamanya Batuk Pilek Pada Anak Balita. *Politeknik Kesehatan Tanjungkarang*.

- Wati, N. K., Kesumadewi, T., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing) Terhadap Skala Nyeri Pasien Thalasemia dan Dispepsia di RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3).
- Widayanti, Alfiyanti, D., & Solekhan, A. (2013). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Nyeri.
- Wijaya, P. G. partha, Saraswati, N. L. G. I., & Trisnadewi, N. W. (2021). Literature Review: Pemberian Terapi Musik Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi.
- Wijayanti, S., & Setiyo, W. (2018). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD dr. Loekmono Hadi Kudus. *J Chem Inf Model*.
- World Health Organization. (2022). *Menopause and healthy ageing*.
- World Health Organization. (2022). *WHO guideline on physical activity and self-care interventions for health*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2022). *WHO guideline on self-care interventions for health and well-being*. Geneva: WHO.

- World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on postnatal care of the mother and newborn*. Geneva: WHO.
- Wulandari, I., & Lestari, A. (2023). *Back massage with self-talk reduces anxiety and increases breastfeeding self-efficacy*. International Journal of Midwifery and Nursing.
- Wulandari, I., et al. (2024). *The effectiveness of daily hypnobreastfeeding exercises on lactation adequacy*. International Journal of Health Sciences.
- Yessi Aprilia. Lotus Birth “A Gentle Way to Gentle Birth and Gentle Mothering. 2011.
- Yulianingsih, E., Porouw, H. S., & Loleh, S. (2019). Teknik Massage Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala L Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSUD. Dr. MM Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. *Gaster*, 17(2),231-242.
- Yuliasari, Dewi., & Santriani, E. (2015). Hubungan Counterpressure Dengan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Ibu Primipara Di BPS Hj. SULASTRI, Amd.Keb Pekalongan Lampung Timur Tahun 2013. Pengaruh Akupresur Lo4 (He Kuk) Dan Thai Cong Terhadap Tingkat Nyeri

Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin., 9(2015), 9–12.

Zainuddin, R., Fitri, H., Arniyanti, A., Mahmud, Y., dan Nurbaiti. (2022). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Kombinasi Terapi Dzikir Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 61 - 67.

Biografi Penulis



Bdn. Meli Doloksaribu, S.Tr.Keb., M.Keb., lahir di Pematangsiantar, 30 November 1988. Pendidikan formalnya dimulai dari SD Swasta RK No.6 Pematangsiantar, dilanjutkan ke SMP Negeri 6 Pematangsiantar, dan SMA Swasta Erlangga Pematangsiantar. Gelar Diploma, Sarjana dan Magister Pendidikan diperolehnya dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sumatera

Utara (STIKES-SU) pada Program Studi D-III Kebidanan, Universitas Sumatera Utara (USU) pada Program Studi D-IV Bidan Pendidik dan Universitas Hasanuddin (UNHAS) pada Program Studi Magister Ilmu Kebidanan. Saat ini, penulis aktif sebagai Dosen Tetap di Institut Kesehatan Sumatera Utara pada Program Studi Pendidikan Profesi Bidan. Selain mengajar, penulis juga terlibat dalam berbagai kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi dalam mengembangkan, mentransformasi ilmu pengetahuan melalui Pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada Masyarakat serta aktif sebagai penulis buku, publikasi dan seminar. Penulis dapat dihubungi melalui e-mail: melidoloksaribu88@gmail.com

Buku *Inovasi Pelayanan Kebidanan Komplementer II* ini lahir dari perkembangan Evidence Based dalam ilmu kebidanan yang dapat memberikan manfaat dan kenyamanan yang bisa dirasakan oleh ibu dan bayi baik pada masa kehamilan, persalinan dan masa nifas.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna. Namun, harapannya sederhana: semoga tulisan ini dapat memberi makna dan mendorong para pendidik untuk kembali pada hakikat

pendidikan yang membentuk manusia seutuhnya. Mohon doa dan dukungan dari para pembaca agar penulis dapat terus berkarya demi kemajuan pendidikan Indonesia.

Biografi Penulis



Bdn. Ayu Jani Puspitasari, SST., M.Keb, lahir di Medan, 06 Januari 1992. Pendidikan formalnya dimulai dari SD Nurul Huda Medan, dilanjutkan ke SMPN 1 Medan, dan SMAN 4 Medan. Gelar Sarjana diperoleh di Program Studi D-IV Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan di Universitas Sumatera Utara di

tahun 2014 dan Magister Kebidanan diperoleh dari Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang di tahun 2020 pada Program Studi S2 Ilmu Kebidanan. Saat ini, penulis aktif sebagai Dosen Tetap di Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan Sumatera Utara. Selain mengajar, penulis juga terlibat dalam berbagai kegiatan literasi, dan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pengembangan ilmu kebidanan dan terapi komplementer. Buku *Inovasi Pelayanan Komplementer 2* ini lahir dari lanjutan pengembangan buku *Inovasi Pelayanan Kebidanan Komplementer 1*. Dengan menyajikan refleksi ilmu kebidanan yang dikaitkan dengan praktik kebidanan komplementer di Indonesia, penulis berharap buku ini dapat menjadi bahan inspirasi bagi para pendidik, mahasiswa, dan pemerhati pendidikan.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna. Namun, harapannya sederhana: semoga tulisan ini dapat memberi sumber informasi tambahan bagi para pembaca dan meningkatkan kemajuan ilmu kebidanan komplementer.

Buku **INOVASI PELAYANAN KEBIDANAN KOMPLEMENTER II** mengulas secara

komprehensif penerapan terapi komplementer dalam pelayanan kebidanan di berbagai fase kehidupan perempuan. Buku ini membahas prinsip dan praktik terapi komplementer pada masa persalinan, teknik mengurangi nyeri dan kecemasan, asuhan pada masa nifas, penanganan keluhan menstruasi remaja, hingga dukungan kesehatan pada masa menopause.

Dengan pendekatan holistik dan berbasis evidensi, buku ini menekankan pentingnya asuhan yang aman, humanis, dan berpusat pada perempuan (woman-centered care). Berbagai teknik non-farmakologis seperti relaksasi, pijat, aromaterapi, hidroterapi, dan teknik pernapasan disajikan secara aplikatif untuk mendukung proses fisiologis secara alami serta meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup perempuan.

Buku ini sangat relevan bagi mahasiswa kebidanan, bidan praktik, pendidik, dan tenaga kesehatan sebagai referensi dalam mengintegrasikan pelayanan medis konvensional dengan terapi komplementer secara profesional dan bertanggung jawab.



ISBN 978-634-05-0159-9 (jil.2)



9

786340

501599