

SKRIPSI

**EFEKTIFITAS EDUKASI TENTANG HYPNOBIRTHING
TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL DI
PMB BIDAN EKA SRIWAHYUNI
TAHUN 2025**



VIVI DWISISKA BERUTU
NIM : P07124424143

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
KEBIDANAN JURUSAN KEBIDANAN
MEDAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN
TAHUN 2025**

**EFEKTIFITAS EDUKASI TENTANG HYPNOBIRTHING
TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL DI
PMB BIDAN EKA SRIWAHYUNI
TAHUN 2025**

DIAJUKAN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT MENYELESAIKAN
PENDIDIKAN SARJANA TERAPAN KEBIDANAN MEDAN POLTEKKES
KEMENKES RI MEDAN



VIVI DWISISKA BERUTU
NIM : P07124424143

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
KEBIDANAN JURUSAN KEBIDANAN
MEDAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN
TAHUN 2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Vivi Dwisiska Berutu

NIM : P07124424143

Tanggal :

Yang Menyatakan,

Vivi Dwisiska Berutu

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PPROPOSAL SKRIPSI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN
PADA UJIAN SIDANG SKRIPSI

TANGGAL

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

(Yulina DH, S. Kep. Ners, M. Biomed)
NIP. 197807012000032001

(Melva Simatupang, SST, M. Kes)
NIP. 196104231986032003

Menyetujui :

Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



(Anita Br Sembiring, SST, M. Kes)
NIP. 197002131998032001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Vivi Dwisiska Berutu

Nim : P07124424143

Judul : Efektifitas Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan Jurusan Kebidanan Medan Poltekkes Kemenkes Medan.

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Pembimbing I : YULINA DH.S. Kep.Ners.M. Biomed
NIP. 197807012000032001

()

Pembimbing II : MELVA SIMATUPANG,SST,M.Kes
NIP. 196104231986032003

()

Penguji : JUJUREN BR SITEPU,SST,M.Kes
NIP.196312111995032002

()

Ditetapkan di :

Tanggal :

3 Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

()
Ariha Br Sembiring,SST,M.Kes
NIP. 197002131998032001



**EFEKTIFITAS EDUKASI TENTANG HYPNOBIRTHING
TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL DI PMB
BIDAN EKA SRIWAHYUNI TAHUN 2025**

VIVI DWISISKA BERUTU

**Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Email : vividwisiskaberutu@gmail.com**

ABSTRAK

Hypnobirthing merupakan paradigma baru, teknik ini mudah untuk dipelajari, melibatkan relaksasi yang mendalam, pola pernapasan lambat, dan petunjuk cara rileksasi alami tubuh. *Hypnobirthing* merupakan kombinasi antara proses kelahiran alami dengan hipnosis untuk membangun persepsi positif dan rasa percaya diri serta menurunkan ketakutan, kecemasan, tegang dan panik sebelum, selama dan setelah persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025

Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di PMB Bidan Eka Sriwahyuni sebanyak 50 orang, dan sampel diambil sebanyak 34 responden menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tertutup yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *t-Tes*.

Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan intervensi Edukasi Tentang *Hypnobirthing* adalah sebagian besar cukup yaitu sebanyak 30 responden (88,2%) dan sesudah diberikan intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* sebagian besar dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 responden (67,6%). Artinya terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan ibu hamil yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *Hypnobirthing* (p) yaitu $0,000 < 0,05$

Kesimpulan semakin baik pengetahuan ibu hamil mengenai *Hypnobirthing* maka ibu akan semakin tenang dalam menghadapi kehamilannya. Diharapkan Klinik dan pihak terkait dapat meningkatkan edukasi tentang *Hypnobirthing* kepada ibu hamil.

Kata Kunci : Edukasi, Pengetahuan Ibu Hamil

Daftar Pustaka : 19

THE EFFECTIVENESS OF EDUCATION ABOUT HYPNOBIRTHING ON PREGNANT MOTHER'S KNOWLEDGE AT EKA SRIWAHYUNI'S INDEPENDENT MIDWIFERY PRACTICE IN 2025

VIVI DWISISKA BERUTU

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery**

Email: vividwisiskaberutu@gmail.com

ABSTRACT

Hypnobirthing is a new paradigm and an easily learned technique that involves deep relaxation, slow breathing patterns, and natural body relaxation cues. It is a combination of the natural birth process with hypnosis to build positive perception and self-confidence while reducing fear, anxiety, tension, and panic before, during, and after childbirth. This study aims to determine the effectiveness of hypnobirthing education on the knowledge of pregnant mother at Eka Sriwahyuni's Independent Midwifery Practice in 2025.

This was a descriptive correlational study with a cross-sectional approach. The study population included all 50 pregnant mother who underwent check-ups at the practice. A sample of 34 respondents was selected using a simple random sampling technique. The instrument used was a closed-ended questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted univariately and bivariately using a t-test.

The results showed that before the educational intervention, most respondents had sufficient knowledge of hypnobirthing (30 respondents, or 88.2%). After the intervention, the majority had a good level of knowledge (23 respondents, or 67.6%). This indicates a significant difference in the average knowledge of pregnant women before and after receiving hypnobirthing education, with a p-value of $0.000 < 0.05$.

In conclusion, the better a pregnant mother's knowledge of hypnobirthing, the calmer she will be in facing her pregnancy. It is hoped that the clinic and related parties can



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektifitas Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025 ”, sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan sarjana terapan Kebidanan pada program studi sarjana terapan Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Medan.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis banyak berterimakasih kepada :

1. Plt,Tengku Sri Wahyuni, SST, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberikan kesempatan menyusun Proposal Laporan Tugas Akhir ini.
2. Arihta Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar,SST, M. Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan sekaligus selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan kesempatan menyusun Laporan Tugas Akhir ini.
4. Yulina Dwi Hastuty, S.Kep, Ners, M. Biomed selaku Dosen Pembimbing Utama dan sekaligus Dosen Ketua Penguji yang telah membimbing, memberi saran dan masukan sehingga Laporan Tugas Akhir ini
5. Melva Simatupang , SST, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
6. Jujuren Br. Sitepu, SST., M.Kes selaku Dosen Penguji Utama yang telah membimbing, memberi saran dan masukan sehingga Laporan Tugas Akhir ini.
7. Seluruh Dosen dan Staf Politeknik Kesehatan Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan yang telah membekali ilmiah ilmu pengetahuan, memberikan petunjuk dan nasehat selama penulis menjalani pendidikan.

8. Pemilik Klinik yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penyusunan Laporan Tugas Akhir di PMB Bidan Eka Sriwahyuni.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua penulis yang sangat luar biasa yaitu Bapak tersayang Sada Ukur Berutu dan Mama tercinta Saunah Goci serta kakak dan adik tersayang yaitu Kiki Hartati Berutu dan Viki Irfansyah Putra Berutu yang selalu memberikan semangat, Doa dan dukungan baik materi maupun moral sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini selesai pada waktunya.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa meridhoi kita semua, memberikan masa depan cerah dan semoga Laporan Tugas Akhir ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Medan, 2025

Vivi Dwisiska Berutu

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
C. Hypnobirthing.....	11
C.1 Pengertian <i>Hypnobirthing</i>	11
C.2 <i>Hypnobirthing</i> (hypnosis) dalam kehamilan	14
C.3 Tujuan Hypnobirthing	15
C.4 Manfaat Hypnobirthing	16
C.5 Hypnobirthing Dasar	17
C.6 Teknik Hypnobirthing	20
E. Kerangka Teori/Landasan Teori.....	26
F. Kerangka Konsep	26
G. Hipotesis Penelitian	27
BAB III.....	28
METODE PENELITIAN	28
A. Jenin dan Desain Penelitian.....	28

B.	Populasi dan Sampel	28
B.1	Populasi	28
B.2	Sampel	28
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	29
C.1	Lokasi penelitian	29
C.2	Waktu penelitian.....	29
D.	Variabel Penelitian	30
D.1	Variabel Independen	30
D.2	Variabel Dependen.....	30
E.	Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
F.	Jenis dan Tehnik Pengumpulan Data	31
G.	Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian.....	32
H.	Prosedur Penelitian.....	33
I.	Manajemen Data.....	34
J.	Etika Penelitian.....	38
BAB IV		39
HASIL DAN PEMBAHASAN		39
A.	Hasil Penelitian	39
B.	Pembahasan.....	43
BAB V		50
KESIMPULAN DAN SARAN		50
A.	Kesimpulan	50
B.	Saran	50
DAFTAR PUSTAKA		52
B.	Pendidikan	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1.....	5
Tabel 3.2.....	30
Tabel 4.1.....	39
Tabel 4.2.....	40
Tabel 4.3.....	41
Tabel 4.4.....	41
Tabel 4.5.....	42
Tabel 4.6.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Penelitian	55
Lampiran 2 Surat Balasan.....	57
Lampiran 3 Lembar Kuisisioner	59
Lampiran 4 Ethical Exemption	
Lampiran 5 Master Tabel	
Lampiran 6 Hasil Turnitin.....	
Lampiran 7 Draf Jurnal	
Lampiran 8 Lembar Bimbingan.....	
Lampiran 9 Dokumentasi	
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup	