

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., & Ramadhaningtyas, E. A. (2019). Manfaat Prenatal Yoga Pada Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskesmas)*, vol.3(1), 31. <https://ejournal.unwaha.ac.id/index.php/eduscope/article/view/376/298%0Ahttps://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Apriansyah, M. R. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Video Berbasis Animasi Mata Kuliah Ilmu Bahan Bangunan Di Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal PenSil*, vol.9(1), 9–18. <https://doi.org/10.21009/jpensil.v9i1.12905>
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2022. In *Dinas Kesehatan Sumatera Utara*: www.dinkes.sumutprov.go.id.
- Estadística, I. N. de. (2021). Hypnobirthing pada penatalaksanaan nyeri persalinan : scoping review. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol.48(2), 39–62. www.ine.es
- Hotimah, H., & Qomariyah, K. (2024). Penyuluhan Teknik Relaksasi Hypnobirthing Pada Ibu Hamil trimester III Dalam Persiapan Persalinan. *Journal of Human And Education*, vol.4(6), 527–531.
- Husna, H. N., & Aprillia, E. A. (2022). Penggunaan Video Sebagai Media Edukasi Kesehatan Mata Di Media Sosial. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol.5(3), 636. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v5i3.37644>
- Ikawati, N., Syamsuryanita, & Sari, A. P. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala 1 Persalinan Normal Pada Inpartu Di Rs Fatima Makale Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 369, vol.12(jurnal ilmiah hospital), 1693–4695.
- Isnaeni, Ana Pertiwi, And Iriantom, A. and A. (2012). Poltekkes Kemenkes Yogyakarta | 9. *Jurnal Kesehatan*, 6(6), 9–33. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4>. Chapter 2.pdf
- Kurnia, S. (2019). Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Tm Iii Di PMB Kota Bengkulu Tahun 2019. *Skripsi*. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/eprint/2027>
- Nasution, H. wardah. (2020). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Di Rumah Sakit Walandari. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, vol.4(3), 286–297.
- Nurhidayah. (2022). Edukasi Media Booklet Dalam Meningkatkan Pengetahuan

Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Samata. *JIKP (Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*, vol.11(2), 130–142.

- Prananta, R., & Safitri, N. Q. L. (2023). Tahapan Pembuatan E-Booklet Sebagai Media Informasi Objek Wisata Kedung Kandang di Desa Wisata Nglanggeran. *E-Sospol*, 9(4), 393. <https://doi.org/10.19184/e-sospol.v9i4.36929>
- Retnowati, Y., Farahdiba, I., Sugiyatmi, T. A., & Dari, R. B. (2024). *Penggunaan Media Video pada Kelas Hamil Trimester III dengan Anemia*. 6(7), 789–800. <https://doi.org/10.17977/um062v6i72024p789-790>
- Ritonga, P. T., & Siburian, U. D. (2023). Edukasi tentang Hypnobirthing dan Pemanfaatan Whatsapp Group untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Hypnobirthing di Wilayah Kabupaten Tapanuli Utara. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(11), 5124–5139. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i11.12467>
- Sitorus, T. F., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga dalam Menghadapi Persalinan di Klinik RSP Ceger Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, vol.9(1), 29–36.
- Susanti, R., & Lexi, S. A. (2024). *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hipnosis Lima Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Selama Kehamilan*. *jurnal kebidanan indonesia*, vol.2(2), 24–29.
- Sutriningsih, Radhiah, S., Arwan, Mantao, E., Salmawati, L., & Hasanah. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Balinggi. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45–58. <https://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif/article/view/630/391>
- Wahid, N., Yulaeka, Umamah, S., Tanuadike, T., & Nurhayati, E. (2023). Pengetahuan hypnobirthing untuk ibu hamil, CV. Literasi Nusantara Abadi, Malang
- Wahyuni, I., Kirana, D. N., & Hayati, S. (2023). Prenatal Yoga Mengurangi Kecemasan Ibu Hamil Primi Gravida Dalam Menghadapi Persalinan. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, vol.7(2), 129–137. <https://doi.org/10.36341/jomis.v7i2.3387>

L

A

M

P

I

R

A

N

1. Izin penelitian

 **Kemenkes**

**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/0455/2025
Perihal : Izin Melakukan Survei Penelitian 30 Januari 2025

Yang terhormat,
Pimpinan PMB Eka Sriwahyuni
di-
Tempat

Schubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Ahli Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Schubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : VIVI DWISISKA BERUTU
NIM : P07124424143
Judul Penelitian : "Efektivitas edukasi tentang hypnobirthing terhadap pengetahuan ibu hamil di PMB Eka Sriwahyuni, Medan Denai 2025"


Arlita Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP.197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.keminfo.go.id/verifyPDF>.





**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1412/2025
Perihal : Izin Penelitian

21 Maret 2025

Yang terhormat,
Pimpinan PMB Eka Sriwahyuni
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan
Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian.
Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Tbu
untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : VIVI DWISISKA BERUTU

NIM : P07124424143

Judul Penelitian : "Efektivitas edukasi tentang hypnobirthing terhadap
pengetahuan ibu hamil di PMB Eka Sriwahyuni, Medan
Desa 2025"

Jurusan Kebidanan
Ketua,

Arihta Pr. Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ttd.keminfo.go.id/verifikasi>.



2. Surat Balasan

	PRAKTIK MANDIRI BIDAN (Praktisi Hypnobirthing, Hypnotherapy, Waterbirth, Gentlebirth) EkaSriwahyuni, SST., MKes., CHt.CI. Jl. Anugerah Mataram No.2 Medan, Kel. Binjai, Kec. Medan Denai, 20228 HP / Whatsapp : 081263547862 Facebook : Eka Sri Wahyuni Instagram : @bidan_eka Youtube : BidanEka, e-mail : bidanekagente@gmail.com	
No	: 4326 / XXII / 03 / BE-SKM / 2025	
Hal	: Surat Balasan Izin Penelitian	
Lampiran	:	
Kepada Yth.		
Ketua Jurusan Kebidanan Kementrian Kesehatan Poltekkes Medan		
Di tempat		
Dengan Hormat		
Menindaklanjuti surat Izin penelitian dari Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/1412/2025, kami pihak Praktek Mandiri Bidan Eka yang beralamat di Jl. Anugerah Mataram No.2 Medan, sangat terbuka untuk menerima Izin penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan dibawah ini :		
Nama	: VIVI DWISISKA BERUTU	
NIM	: PO7124424143	
Judul	: <i>"Efektivitas Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di PMB Eka Sriwahyuni Medan Denai 2025"</i>	
Dengan ini kami menyatakan bahwa kami memberikan ijin Penelitian kepada mahasiswa tersebut diatas.		
Demikian surat balasan ini kami buat. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih		
Medan, 22 Maret 2025 Pimpinan Klinik  Eka Sriwahyuni, SST., Mkes.		

3. Lembar Kuisioner

Efektifitas edukasi tentang Hypnobirthing terhadap pengetahuan ibu hamil di
PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Petunjuk Pegisian

Bacara pertanyaan dengan seksama kemudian berilah tanda silang () pada jawaban yang anda anggap benar!

Nama :

Tanggal :

A. Data Umum

1 Umur

1) 20-30 tahun

2) 31-40 tahun

3) >40 tahun

2 Pendidikan

1) SD

2) SMP

3) SMA

4) Perguruan Tinggi

3 Status Pekerjaan

1) Ibu Rumah Tangga

2) Petani

3) Swasta

4) PNS

4 Informasi

1) Pernah mendapat

2) Tidak pernah mendapat

5 Sumber informasi

1) Tenaga kesehatan (dokter, bidan)

2) Media cetak (koran, majalah, leaflet)

3) Media elektronik (TV, radio, internet)

4) Teman, saudara, kader

B. Data Khusus

1. Pengetahuan

Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu jawaban yang dianggap paling tepat dan sesuai dengan pendapat ibu dengan tanda check () pada jawaban “B (Benar)” atau “S (Salah)”.

1	Hypnobirthing merupakan salah satu upaya alami menanamkan niat positif / sugesti kejiwa / pikiran bawah sadar dalam menjalani masa kehamilan dan persiapan persalinan.		
2	Hypnobirthing merupakan metode menghilangkan kesadaran.		
3	Hypnobirthing merupakan metode melahirkan yang biasa digunakan untuk mengurangi rasa sakit dan nyeri pada waktu mau melahirkan.		
4	hypnobirthing hanya boleh diikuti oleh ibu hamil trimester III		
5	Hypnobirthing mampu membuat ibu rileks lebih dalam sehingga semua stres serta ketakutan & kekhawatiran menjelang kelahiran yang dapat menyebabkan ketegangan, rasa nyeri dan sakit saat bersalin dapat dihilangkan		
6	Hypnobirthing bermanfaat bagi tumbuh kembang janin lebih sehat karena keadaan tenang akan memberikan hormon-hormon yang seimbang kejanin lewat ari-ari		
7	Hypnobirthing dapat menambah terjadinya komplikasi.		
8	Hypnobirthing memperlambat keluarnya ASI.		
9	Hypnobirthing baik dilakukan pada waktu pagi dan malam hari.		
10	Hypnobirthing baik dilakukan pada waktu bangun tidur.		
11	Langkah dalam hypnobirthing menenangkan pikiran dan merileksasikan tubuh dengan cara menarik napas panjang lalu dikeluarkan melalui mulut.		
12	Cara melakukan relaksasi otot adalah, berbaring santai, lengan di samping kanan dan kiri, telapak tangan menghadap keatas.		
13	Dengan komunikasi secara teratur, ibu dapat berkomunikasi dengan janin.		

14	Saat ibu hamil beristirahat dalam keadaan duduk atau berbaring rileks, kandungan juga dalam keadaan rileks. Ini akan menghambat aliran darah kedalam kandungan, jumlah oksigen, serta zat gizi yang dibutuhkan janin.		
15	Dengan menggunakan musik yang keras akan mempercepat konsentrasi ibu.		

4. ETHICAL EXEMPTION



Kemenkes

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
 Komite Etik Penelitian Kesehatan

A. Jalan Jember Gering KM. 13.5
 Medan, Sumatera Utara 20137
 ☎ 061 8166611
 🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No. 01.20.1894005001.ETIKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diajukan oleh:
The research protocol proposed by

Pemilik proposal : VIVI DWISKA HERUTU
Principal Investigator

Nama Institut : POLTEKES
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
**"EFEKTIVITAS EDUKASI TENTANG HYPNODERTHING TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL DI PMB
 BIDAN EKA SRIWAHYUNI TAHUN 2025"**
**"THE EFFECTIVENESS OF EDUCATION ABOUT HYPNODERTHING ON PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE IN
 ANDRESSE EKA SRIWAHYUNI'S PMB IN 2025"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2013, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemanfaatan Risiko dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Rujukan/Explanation, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang mengacu pada Pedoman CIOMS 2005. Hal ini sesuai yang ditetapkan oleh terdapatnya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2013 Standards: 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Explanation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2005 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama masa waktu tanggal 04 September 2025 sampai dengan tanggal 04 September 2026.

This declaration of ethics applies during the period September 04, 2025 and September 04, 2026.



September 04, 2025
Chairperson



Dr. Lestari Rahmah, MKT

BORG & PETERSON, W. 1987:1171

k)

5. Master Tabel Frequencies

Statistics

		Umur	Pendidikan	Status Pekerjaan
N	Valid	34	34	34
	Missing	0	0	0

Frequency Table

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-30 tahun	22	64,7	64,7	64,7
	31-40 tahun	12	35,3	35,3	100,0
	Total	34	100,0	100,0	

Studi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Menengah	12	35,3	35,3	35,3
	Perguruan Tinggi	22	64,7	64,7	100,0
	Total	34	100,0	100,0	

Status Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Bekerja	18	52,9	52,9	52,9
	Bekerja	16	47,1	47,1	100,0
	Total	34	100,0	100,0	

Informasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Pernah Mendapat	27	79,4	79,4	79,4
Tidak Pernah Mendapat	7	20,6	20,6	100,0
Total	34	100,0	100,0	

Sumber Informasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tenaga Kesehatan	20	58,8	58,8	58,8
Media Cetak	3	8,8	8,8	67,6
Media Elektronik	9	26,5	26,5	94,1
Teman, Saudara, Kader	2	5,9	5,9	100,0
Total	34	100,0	100,0	

Pengetahuan Sebelum

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Cukup	30	88,2	88,2	88,2
Kurang	4	11,8	11,8	100,0
Total	34	100,0	100,0	

Pengetahuan Sesudah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	23	67,6	67,6	67,6
Cukup	11	32,4	32,4	100,0
Total	34	100,0	100,0	

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pre	34	100,0%	0	0,0%	34	100,0%
Post	34	100,0%	0	0,0%	34	100,0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Pre	Mean		9,7353	,15402
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	9,4219	
		Upper Bound	10,0487	
	5% Trimmed Mean		9,7614	
	Median		10,0000	
	Variance		,807	
	Std. Deviation		,89811	
	Minimum		7,00	
	Maximum		12,00	
	Range		5,00	
	Interquartile Range		1,00	
	Skewness		-,766	,403
	Kurtosis		2,707	,788
Post	Mean		12,0294	,20020
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	11,6221	
		Upper Bound	12,4367	
	5% Trimmed Mean		12,0654	
	Median		12,0000	
	Variance		1,363	
	Std. Deviation		1,16737	
	Minimum		9,00	
	Maximum		14,00	
	Range		5,00	
	Interquartile Range		2,00	
	Skewness		-,546	,403
	Kurtosis		-,006	,788

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre	,351	34	,351	,791	34	,791
Post	,209	34	,209	,911	34	,911

a. Lilliefors Significance Correction

Pre

Pre Stem-and-Leaf Plot

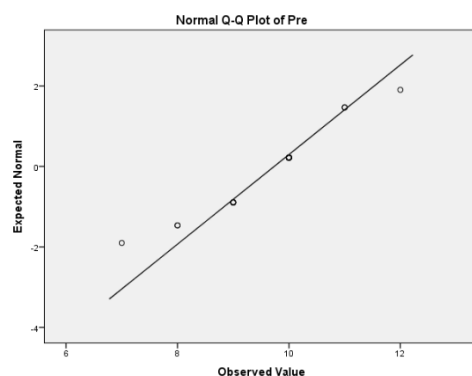
Frequency Stem & Leaf

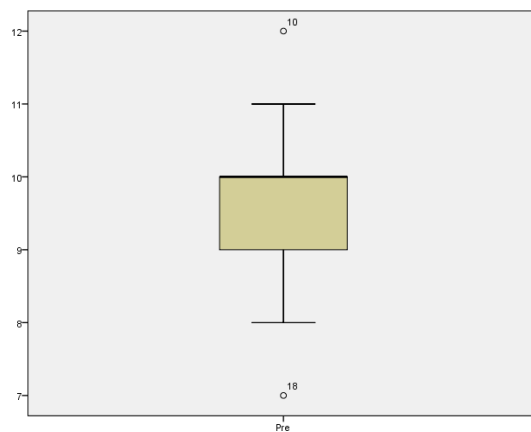
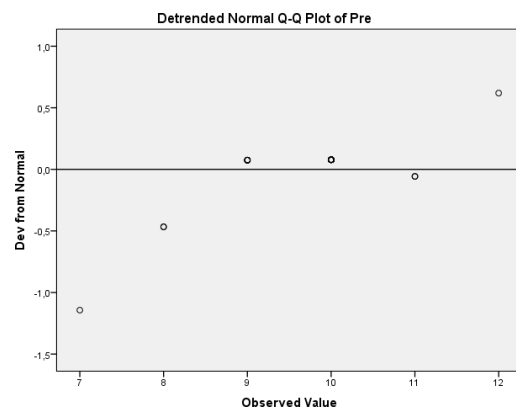
```

1,00 Extremes  (= <7,0)
2,00      8 . 00
,00      8 .
6,00      9 . 000000
,00      9 .
22,00     10 . 0000000000000000000000
,00     10 .
2,00     11 . 00
1,00 Extremes  (>=12,0)

```

Stem width: 1,00
Each leaf: 1 case(s)



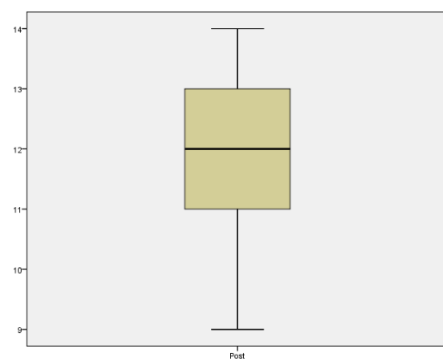
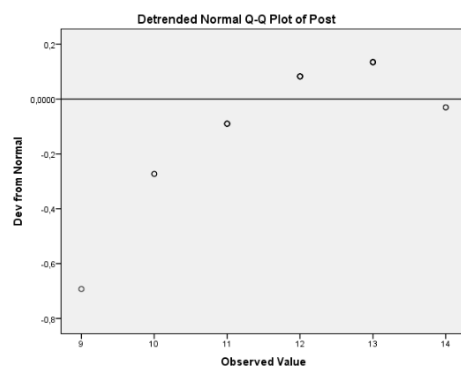
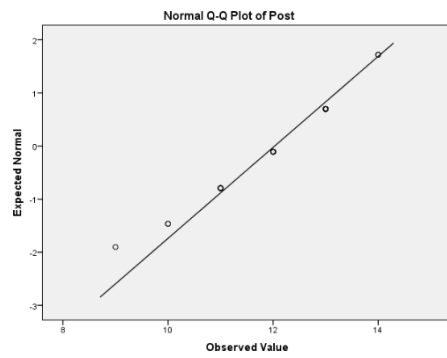


Post

Post Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem & Leaf
1,00	9 . 0
2,00	10 . 00
8,00	11 . 00000000
9,00	12 . 000000000
12,00	13 . 000000000000
2,00	14 . 00

Stem width: 1,00
Each leaf: 1 case(s)



T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre	9,7353	34	,89811	,15402
	Post	12,0294	34	1,16737	,20020

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre & Post	34	-,108	,543

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre - Post	-2,29412	1,54781	,26545	-2,83417	-1,75406	-8,642	33	,000

6. Hasil Turnitin

7. Draf Jurnal

8. Lembar Bimbingan



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Vivi Dwisiska Berutu
 Nim : P07124424143
 Judul Skripsi : Efektifitas Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Medan Denai Tahun 2024/2025
 Pembimbing Utama : Yulina Dwi Hastuti, S.Kep, M.Biomed
 Pembimbing Pendamping : Melva Simatupang, SST, M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Hasil	Paraf
1	14 November 2024	Pengajuan judul skripsi kepada Pembimbing I	revisi judul skripsi	 Yulina DH, S.Kep, Ners, M. Biomed
2	16 November 2024	Perbaikan judul skripsi dengan dosen pembimbing I	Acc Judul skripsi	 Yulina DH, S.Kep, Ners, M. Biomed
3	17 November 2024	Pengajuan judul skripsi kepada Pembimbing II	Acc Judul skripsi	 Melva Simatupang, SST, M.Kes
4	20 November 2024	Bimbingan BAB I	Revisi BAB I	 Yulina DH, S.Kep, Ners, M. Biomed
5	21 November 2024	Bimbingan BAB I	Revisi BAB I dan Lanjut BAB II dan III	 Yulina DH, S.Kep, Ners, M. Biomed



6	02 Desember 2024	Bimbingan BAB I, II, dan III	Revisi BAB I, II dan III	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
7	09 Desember 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Revisi BAB I, II dan III	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
8	17 Desember 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Revisi BAB II dan III	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
9	14 Januari 2025	Bimbingan BAB II dan III	Revisi BAB II	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
10	17 Januari 2025	Bimbingan BAB II dan III	Revisi BAB II dan III	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
11	23 Januari 2025	Bimbingan BAB II dan III	Revisi BAB III	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
12	30 Januari 2025	Bimbingan BAB III	Revisi BAB III	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed
13	03 Februari 2025	Bimbingan BAB III	ACC untuk Seminar proposal	 Yulina OH, S.Pd, M.Pd, M. Biomed

14	02 Maret 2025	Bimbingan BAB I, II, dan III	Revisi BAB I, II dan III	 Melva Simatupang, SST, M.Pd
15	04 Maret 2025	Bimbingan BAB I, II, dan III	ACC untuk seminar proposal	 Melva Simatupang, SST, M.Pd
16	12 Juni 2025	Revisi proposal	ACC proposal	 Jusuren Br Sitepu, SST, M.Pd
17	02 Juni 2025	Revisi proposal	ACC proposal	 Nanda D.H. Sitepu, NIS, M. Biomed

9. DOKUMENTASI





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

¹ Vivi Dwisiska Berutu, ² Yulina DH, ³ Melva Simatupang

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan, Poltekkes Medan, I. Jamin
Ginting Km.13 , Lau Cih, Kec. Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara 20137
vividwisiskaberutu@gmail.com

ABSTRACT

Hypnobirthing is a new paradigm; this technique is easy to learn, involving deep relaxation, slow breathing patterns, and guidance on how to naturally relax the body. Hypnobirthing combines the natural birth process with hypnosis to build positive perceptions and self-confidence and reduce fear, anxiety, tension, and panic before, during, and after labor. This study aims to determine the effectiveness of education about Hypnobirthing on the knowledge of pregnant women at the Eka Sriwahyuni Midwifery Center in 2025.

This study was a descriptive correlation study with a cross-sectional approach. The population in this study was all 50 pregnant women undergoing examinations at the Eka Sriwahyuni Midwifery Center, and a sample of 34 respondents was drawn 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 performed using univariate and bivariate t-tests.

The results of the research analysis showed that the majority of pregnant women's knowledge before receiving the Hypnobirthing education intervention was sufficient (30 respondents (88.2%), and after receiving the Hypnobirthing education intervention, the majority had good knowledge (23 respondents (67.6%). This means there was a significant difference in the average knowledge of pregnant women before and after receiving Hypnobirthing education ($p < 0.000 < 0.05$).

Conclusion: The better a pregnant woman's knowledge of Hypnobirthing, the calmer she will be during her pregnancy. Clinics and related parties are expected to improve education about Hypnobirthing for pregnant women.

Keywords: *Hypnobirthing, Education, Knowledge for Pregnant Women.*

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 hypnosis 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 : *Hypnobirthing*, Edukasi, Pengetahuan Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) angka kematian ibu 223/100.000 kelahiran hidup, sekitar 800 wanita meninggal akibat komplikasi terkait kehamilan atau persalinan diseluruh dunia setiap hari (WHO, 2020).

Kematian ibu di Indonesia 189/100.000 kelahiran hidup, Sumatera utara 131/100.000 kelahiran hidup, di kota Medan 26/100.000 kelahiran hidup. penyebab kematian ibu adalah hipertensi dalam kehamilan, perdarahan obstetrik, komplikasi obstetrik lain, komplikasi abortus, komplikasi manajemen yang tidak Terantisipasi, komplikasi non obstetrik.

Penyebab dari salah satu komplikasi adalah stress pada ibu hamil. Stress selama kehamilan dapat memiliki dampak serius pada kesehatan ibu hamil dan perkembangan janin. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres kronis atau tingkat stres yang tinggi pada ibu hamil dapat berkontribusi terhadap berbagai komplikasi kehamilan, termasuk kelahiran prematur, infeksi saluran pernapasan, dan risiko kematian bayi (Kurniawan, Hamudi, et al. 2022). Faktor-faktor seperti kondisi ekonomi, jumlah anak, dan masalah dalam keluarga dapat menyebabkan stres

selama kehamilan. Kontrol kelahiran atau kontrasepsi adalah salah satu cara untuk membantu mencegah kehamilan yang tidak diinginkan (Kurniawan, Kambawuna, et al. 2022).

Salah satu alternatif alami yang bisa dilakukan oleh ibu hamil untuk membuat jiwa menjadi lebih tenang dengan energi-energi positif dan membantu meringankan rasa sakit saat kontraksi serta mempercepat proses persalinan adalah dengan teknik relaksasi *Hypnobirthing*. *Hypnobirthing* merupakan kombinasi antara proses kelahiran alami dengan hypnosis untuk membangun persepsi positif dan rasa percaya diri serta menurunkan ketakutan, kecemasan, tegang dan panik sebelum, selama dan setelah persalinan. (Ritonga & Siburian, 2023). Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani kesehatan mental ibu hamil yaitu dengan pemberian edukasi mengenai pengetahuan kesehatan mental. (Nurhidayah, 2022)

Hypnobirthing merupakan paradigma baru, teknik ini mudah untuk dipelajari, melibatkan relaksasi yang mendalam, pola pernapasan lambat, dan petunjuk cara rileksasi alami tubuh. Masih banyak orang belum menerima metode *Hypnobirthing*, terutama orang

berfikir bahwa hipnosis adalah suatu kondisi yang membuat manusia tidak menyadari apa yang dilakukan, karena hipnosis kerap digunakan dalam kejahatan. Banyak ibu hamil yang masih belum mengenal istilah *Hypnobirthing* serta belum banyak yang mengetahui teknik relaksasi *Hypnobirthing*. Pengetahuan tentang *Hypnobirthing* di masyarakatpun sangat kurang terutama pada masyarakat menengah ke bawah. (Wahid et al., 2023)

Hasil kajian yang dilakukan Nasution, H. wardah. (2020) tentang Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang *Hypnobirthing* di rumah sakit wulandari Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing* p value $0,037 < 0,05$ dan

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode *Cross Sectional* dengan rancangan. “*Pretest-Posttest One Group Design*”. Penelitian dilakukan pada responden yakni ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap 34 responden ibu hamil. Selanjutnya diberikan intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* dan diukur pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing*. Tujuan pengambilan data dalam penelitian ini untuk mengetahui efektifitas edukasi tentang *hypnobirthing*

ada pengaruh penyuluhan terhadap sikap ibu hamil tentang *Hypnobirthing* p value $0,014 < 0,05$. Disarankan kepada Pimpinan Klinik untuk memberikan penyuluhan kesehatan tentang *Hypnobirthing* secara rutin dengan metode lain untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Petugas kesehatan dapat memberikan brosur dan leaflet sebagai sumber informasi kesehatan kepada ibu yang mendapat penyuluhan.

Berdasarkan latar belakang di atas, diperlukan pendidikan pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing*. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan kajian lebih dalam mengenai “Efektifitas Edukasi Tentang *Hypnobirthing* Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025”

mengetahui pengaruh intervensi yaitu Bagaimana efektivitas edukasi tentang *Hypnobirthing* terhadap ibu hamil (kelompok pengetahuan Ibu).

terhadap pengetahuan ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025. Hasil penelitian dan pengolahan data dapat dilihat sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Status Pekerjaan, Informasi dan Sumber Informasi Ibu Hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
20-30 tahun	22	64,7
31-40 tahun	12	35,3
>35 tahun	0	0,0
Total	34	100.0
Studi		
Dasar	0	0,0
Menengah	12	35,3
Perguruan Tinggi	22	64,7
Total	34	100.0
Status Pekerjaan		
Tidak Bekerja	18	52,9
Bekerja	16	47,1
Total	34	100.0
Informasi		
Pernah Mendapat	27	79,4
Tidak Pernah Mendapat	7	20,6
Total	34	100.0
Sumber Informasi		
Tenaga Kesehatan	20	58,8
Media Cetak	3	8,8
Media Elektronik	9	26,5
Teman, saudara, kader	2	5,9
Total	34	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diperoleh bahwa karakteristik ibu hamil di Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025 adalah berdasarkan umur sebagian besar berumur 20-30 tahun sebanyak 22 responden (64,7). Berdasarkan pendidikan sebagian besar perguruan tinggi sebanyak 22 responden (64,7%).

Berdasarkan pekerjaan sebagian besar tidak bekerja sebanyak 18 responden (52,9%). Berdasarkan informasi sebagian besar pernah mendapat informasi sebanyak 27 responden (79,4%). Berdasarkan sumber informasi sebagian besar dari tenaga kesehatan sebanyak 20 responden (58,8%).

b. Pengetahuan

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Sebelum di berikan Pengetahuan Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025

Pengetahuan	Sebelum	
	F	%
Baik	0	0,0
Cukup	30	88,2
Kurang	4	11,8
Total	34	100,0

Pada Tabel 4.2 dapat diketahui pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan intervensi Edukasi Tentang

Hypnobirthing adalah sebagian besar cukup yaitu sebanyak 30 responden (88,2%).

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Sesudah di berikan Pengetahuan Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025

Pengetahuan	Sesudah	
	F	F
Baik	23	23
Cukup	11	11
Kurang	0	0
Total	34	34

Pada Tabel 4.3 dapat diketahui pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan intervensi edukasi tentang

Hypnobirthing sebagian besar dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 responden (67,6%).

2. Analisis Univariat

a. Hasil Uji Normalitas Data

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Data Dengan Menggunakan Shapiro Wilks Sebelum dan Sesudah

Pengetahuan Ibu Hamil	Kelompok Kontrol	
	p-value	Signifikan
Sebelum	0,791	0,063
Sesudah	0,911	0,004

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa seluruh data pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah berdistribusi normal karena seluruh nilai p-value lebih

besar dari 0,05. Sehingga dapat dilakukan untuk uji yaitu uji paired sample t-test. p-value sudah berdistribusi normal.

b. Pengetahuan Ibu hamil Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Tabel 4.5. Pengetahuan Ibu hamil Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Edukasi Tentang *Hypnobirthing* Terhadap Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Pengetahuan Ibu Hamil	$\bar{x}$	SD	Selisih
Sebelum	9,74	0,89811	2,29412
Sesudah	12,03	1,16737	

Berdasarkan table 4.4 diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *Hypnobirthing* bahwa sebelum diperoleh rata-rata pengetahuan adalah 9,7353 dengan simpangan baku 0,89811

dan sesudah rata-rata pengetahuan adalah 12,0294 dengan simpangan baku 1,16737. Diperoleh selisih rata-rata 2,29 artinya antara sebelum dan sesudah ada peningkatan rata-rata pengetahuan 2,29.

c. Efektifitas Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Pengetahuan Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Tabel 4.12. Efektifitas Edukasi Tentang *Hypnobirthing* Terhadap Pengetahuan Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Pengetahuan Ibu Hamil	Mean	Max	p-value
Sebelum	9,7353	12,00	0,000
Sesudah	12,0294	14,00	

Berdasarkan Tabel 4.5, diketahui bahwa hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *Hypnobirthing*. Sebelum diberikan edukasi, rata-rata pengetahuan ibu hamil

sebesar 9,7353 dengan nilai maksimum 12, sedangkan setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 12,0294 dengan nilai maksimum 14. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi tentang *Hypnobirthing* efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di PMB Bidan Eka Sriwahyuni.

Pembahasan

Karakteristik Responden Ibu Hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik ibu hamil di Klinik Helena Sinaga Sukamaju adalah berdasarkan umur sebagian besar berumur 20-30

tahun sebanyak 22 responden (64,7). Ibu hamil yang berusia 21-35 tahun memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang *Hypnobirthing* karena mereka lebih cenderung mencari informasi dan mempersiapkan diri untuk kehamilan dan persalinan. Ibu hamil yang berusia di

bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun mungkin memiliki pengetahuan yang kurang tentang *Hypnobirthing* karena kurangnya pengalaman atau akses ke informasi.

Berdasarkan pendidikan sebagian besar menengh sebanyak 22 responden (64,7%). Ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini sebagian besar memiliki tingkat pendidikan yang relatif tinggi. Dengan demikian, hasil penelitian ini mungkin lebih mewakili pandangan dan pendapat dari individu dengan latar belakang pendidikan perguruan tinggi. Ibu hamil dengan pendidikan yang lebih tinggi (SMA, Diploma, Sarjana) cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang *Hypnobirthing* karena mereka memiliki kemampuan untuk mencari dan memahami informasi yang lebih kompleks. Ibu hamil dengan pendidikan yang lebih rendah (SD, SMP) mungkin memiliki pengetahuan yang kurang tentang *Hypnobirthing* karena keterbatasan akses ke informasi atau kemampuan untuk memahami informasi yang kompleks. Pendidikan dapat menjadi faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing*. Ibu hamil dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang *Hypnobirthing*, sehingga mereka dapat lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi proses persalinan.

Berdasarkan pekerjaan sebagian besar tidak bekerja sebanyak 18 responden (52,9%). Ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini sebagian besar memiliki peran sebagai pengurus rumah tangga. Dengan demikian, hasil penelitian ini mungkin lebih mewakili pandangan dan pendapat dari ibu rumah tangga. Ibu hamil yang bekerja di bidang kesehatan (seperti bidan, perawat, dokter) mungkin memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang *Hypnobirthing* karena mereka

memiliki akses ke informasi dan pelatihan yang terkait dengan kesehatan dan persalinan. Ibu hamil yang bekerja di bidang non-kesehatan mungkin memiliki pengetahuan yang kurang tentang *Hypnobirthing* karena kurangnya akses ke informasi dan pelatihan yang terkait dengan kesehatan dan persalinan.

Berdasarkan informasi sebagian besar pernah mendapat informasi sebanyak 27 responden (79,4%). Sehingga menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dan kesadaran tentang topik tersebut. Ibu hamil yang pernah mendapat informasi tentang *Hypnobirthing* cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang *Hypnobirthing* karena mereka telah terpapar dengan informasi yang terkait dengan topik tersebut. Ibu hamil yang belum pernah mendapat informasi tentang *Hypnobirthing* mungkin memiliki pengetahuan yang kurang tentang *Hypnobirthing* karena kurangnya akses ke informasi yang terkait dengan topik tersebut.

Berdasarkan sumber informasi sebagian besar dari tenaga kesehatan sebanyak 20 responden (58,8%). Ini menunjukkan bahwa tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan informasi kepada responden. Ibu hamil yang mendapatkan informasi tentang *Hypnobirthing* dari sumber yang akurat (seperti bidan, dokter, atau literatur ilmiah) cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang *Hypnobirthing*. Ibu hamil yang mendapatkan informasi tentang *Hypnobirthing* dari sumber yang tidak akurat (seperti media sosial atau sumber tidak terpercaya) mungkin memiliki pengetahuan yang kurang atau tidak akurat tentang *Hypnobirthing*.

Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum Dilakukan Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Ibu hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* adalah sebagian besar cukup yaitu sebanyak 30 responden (88,2%) dengan rata-rata 9,74 (cukup). Hal ini karena Ibu hamil belum memiliki akses yang cukup ke informasi tentang *Hypnobirthing*, sehingga pengetahuan mereka tentang topik tersebut masih terbatas. Ibu hamil mungkin pernah mendapatkan edukasi tentang *Hypnobirthing* dari tenaga kesehatan atau sumber lain, sehingga pengetahuan mereka tentang topik tersebut masih kurang. Ibu hamil memiliki pengetahuan dasar tentang kehamilan dan persalinan, tetapi pengetahuan tentang *Hypnobirthing* secara spesifik masih terbatas. Dengan demikian, intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang topik tersebut dan mempersiapkan mereka untuk proses persalinan yang lebih baik.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Diharapkan dengan pendidikan yang tinggi maka akan semakin luas pengetahuannya. tetapi orang yang berpendidikan rendah tidak mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, tetapi juga dapat diperoleh dari pendidikan non formal. Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang. Semakin banyak aspek positif

dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu.

Pengetahuan Ibu hamil Sesudah Dilakukan Edukasi Tentang Hypnobirthing Terhadap Ibu Hamil Di PMB Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* sebagian besar dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 responden (67,6%) dengan rata-rata 12,03 (baik). Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, pengetahuan mereka tentang *Hypnobirthing* berada pada tingkat yang baik. Peningkatan pengetahuan ini dapat membantu ibu hamil dalam membuat keputusan yang tepat dan mempersiapkan diri untuk proses persalinan yang lebih baik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah intervensi edukasi, pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing* meningkat menjadi baik. pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* meningkat menjadi baik karena edukasi yang efektif dimana intervensi edukasi tentang *Hypnobirthing* yang diberikan kepada ibu hamil efektif dalam meningkatkan pengetahuan mereka tentang topik tersebut. Peningkatan pemahaman yaitu ibu hamil dapat memahami konsep dan manfaat *Hypnobirthing* dengan lebih baik setelah diberikan edukasi, sehingga pengetahuan mereka meningkat. Dan ketersediaan informasi yang akurat yaitu edukasi yang diberikan kepada ibu hamil menyediakan informasi yang akurat dan terpercaya tentang *Hypnobirthing*, sehingga ibu hamil dapat memperoleh pengetahuan yang baik tentang topik tersebut.

Salah satu alternatif alami yang bisa dilakukan oleh ibu hamil untuk membuat

jiwa menjadi lebih tenang dengan energi-energi positif dan membantu meringankan rasa sakit saat kontraksi serta mempercepat proses persalinan adalah dengan teknik relaksasi *Hypnobirthing*. *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. (Ritonga & Siburian, 2023). Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani kesehatan mental ibu hamil yaitu dengan pemberian edukasi mengenai pengetahuan kesehatan mental. (Nurhidayah, 2022)

Hypnobirthing merupakan paradigma baru, teknik ini mudah untuk dipelajari, melibatkan relaksasi yang mendalam, pola pernapasan lambat, dan petunjuk cara rileksasi alami tubuh. Masih banyak orang belum menerima metode *Hypnobirthing*, terutama orang berfikir bahwa hipnosis adalah suatu kondisi yang membuat manusia tidak menyadari apa yang dilakukan, karena hipnosis kerap digunakan dalam kejahatan. Banyak ibu hamil yang masih belum mengenal istilah *Hypnobirthing* serta belum banyak yang mengetahui teknik relaksasi *Hypnobirthing*. Pengetahuan tentang *Hypnobirthing* di masyarakatpun sangat kurang terutama pada masyarakat menengah ke bawah. (Wahid et al., 2023)

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

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *Hypnobirthing* bahwa sebelum diperoleh rata-rata pengetahuan adalah 9,7353 dengan simpangan baku 0,89811 dan sesudah rata-rata

pengetahuan adalah 12,0294 dengan simpangan baku 1,16737. Diperoleh selisih rata-rata 2,29 artinya antara sebelum dan sesudah ada peningkatan rata-rata pengetahuan 2,29. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi tentang *Hypnobirthing* dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi adalah signifikan. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi tentang *Hypnobirthing* efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang topik tersebut. Peningkatan pengetahuan ini dapat membantu ibu hamil dalam membuat keputusan yang tepat dan mempersiapkan diri untuk proses persalinan yang lebih baik.

Dari hasil uji paired sample t-test yang dilakukan diperoleh probabilitas (p) yaitu $0,000 < 0,05$. Artinya terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan ibu hamil yang signifikan sebelum dan sesudah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi tentang *Hypnobirthing* efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil. edukasi tentang *Hypnobirthing* memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, sehingga dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mempersiapkan ibu hamil untuk proses persalinan yang lebih baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Nasution, H. wardah. (2020) tentang Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang *Hypnobirthing* di rumah sakit wulandari Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing* p value $0,037 < 0,05$ dan ada pengaruh penyuluhan terhadap sikap ibu hamil tentang *Hypnobirthing* p value $0,014 < 0,05$.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian tentang “Efektifitas Edukasi Tentang *Hypnobirthing* Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025”, dapat ditemukan suatu hasil kesimpulan, yaitu :

- a. Proses percepatan persalinan kala 1 pada kelompok intervensi menunjukkan rata-rata Pengetahuan ibu hamil tentang *Hypnobirthing* sebelum diberikan edukasi di PMB Bidan Eka Sriwahyuni sebagian besar cukup (88,2%) dengan rata-rata 9,74 (cukup).
- b. Pengetahuan Ibu Hamil tentang *Hypnobirthing* setelah diberikan Edukasi di PMB Bidan Eka Sriwahyuni sebagian besar baik (67,6%) dengan rata-rata 12,03 (baik).
- c. Ada efektifitas edukasi tentang *Hypnobirthing* terhadap pengetahuan ibu hamil di PMB Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2025 dengan p-value $0,000 < 0,05$.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat di berikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Responden

Sebagai bahan informasi bagi ibu hamil bahwa dengan melakukan Edukasi Tentang *Hypnobirthing* dapat meningkatkan pengetahuan.

2. Petugas Kesehatan

Diharapkan pada bidan penggerak tempat praktek membuat kebijakan terkait Edukasi Tentang *Hypnobirthing* untuk bisa diajarkan pada setiap ibu hamil yang berkunjung dan disarankan untuk memberikan media seperti leaflet, video dan poster

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menambah wawasan penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan bahan referensi guna melakukan penelitian yang sama, dan diharapkan peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang sama dapat menambah variabel – variabel yang lain sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., & Ramadhaningtyas, E. A. (2019). Manfaat Prenatal Yoga Pada Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskesmas)*, vol.3(1), 31. <https://ejournal.unwaha.ac.id/index.php/eduscope/article/view/376/298%0Ahttps://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Apriansyah, M. R. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Video Berbasis Animasi Mata Kuliah Ilmu Bahan Bangunan Di Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal PenSil*, vol.9(1), 9–18. <https://doi.org/10.21009/jpensil.v9i1.12905>
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2022. In *Dinas Kesehatan Sumatera Utara*: www.dinkes.sumutprov.go.id.
- Estadistica, I. N. de. (2021). *Hypnobirthing* pada penatalaksanaan nyeri persalinan : scoping review. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol.48(2), 39–62. www.ine.es

- Hotimah, H., & Qomariyah, K. (2024). Penyuluhan Teknik Relaksasi Hypnobirthing Pada Ibu Hamil trimester III Dalam Persiapan Persalinan. *Journal of Human And Education*, vol.4(6), 527–531.
- Husna, H. N., & Aprillia, E. A. (2022). Penggunaan Video Sebagai Media Edukasi Kesehatan Mata Di Media Sosial. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol.5(3), 636. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v5i3.37644>
- Ikawati, N., Syamsuryanita, & Sari, A. P. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal Pada Inpartu Di Rs Fatima Makale Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 369, vol.12(jurnal ilmiah hospital), 1693–4695.
- Isnaeni, Ana Pertiwi, And Iriantom, A. and A. (2012). Poltekkes Kemenkes Yogyakarta | 9. *Jurnal Kesehatan*, 6(6), 9–33. [http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4.Chapter 2.pdf](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4.Chapter%20.pdf)
- Kurnia, S. (2019). Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Tm Iii Di PMB Kota Bengkulu Tahun 2019. *Skripsi*. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/eprint/2027>
- Nasution, H. wardah. (2020). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Di Rumah Sakit Walandari. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, vol.4(3), 286–297.
- Nurhidayah. (2022). Edukasi Media Booklet Dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Samata. *JIKP (Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*, vol.11(2), 130–142.
- Prananta, R., & Safitri, N. Q. L. (2023). Tahapan Pembuatan E-Booklet Sebagai Media Informasi Objek Wisata Kedung Kandang di Desa Wisata Nglanggeran. *E-Sospol*, 9(4), 393. <https://doi.org/10.19184/e-sospol.v9i4.36929>
- Retnowati, Y., Farahdiba, I., Sugiyatmi, T. A., & Dari, R. B. (2024). Penggunaan Media Video pada Kelas Hamil Trimester III dengan Anemia. 6(7), 789–800. <https://doi.org/10.17977/um062v6i72024p789-790>
- Ritonga, P. T., & Siburian, U. D. (2023). Edukasi tentang Hypnobirthing dan Pemanfaatan Whatsapp Group untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Hypnobirthing di Wilayah Kabupaten Tapanuli Utara. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(11), 5124–5139. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i11.12467>
- Sitorus, T. F., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga dalam Menghadapi Persalinan di Klinik RSP Ceger Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, vol.9(1), 29–36.
- Susanti, R., & Lexi, S. A. (2024). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hipnosis Lima Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Selama Kehamilan. *jurnal kebidanan indonesia*, vol.2(2), 24–29.
- Sutriningsih, Radhiah, S., Arwan, Mantao, E., Salmawati, L., & Hasanah. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas

- Balinggi. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45–58.
<https://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif/article/view/630/391>
- Wahid, N., Yulaeka, Umamah, S., Tanuadike, T., & Nurhayati, E. (2023). Pengetahuan hypnobirthing untuk ibu hamil, CV. Literasi Nusantara
- Abadi, Malang
 Wahyuni, I., Kirana, D. N., & Hayati, S. (2023). Prenatal Yoga Mengurangi Kecemasan Ibu Hamil Primi Gravida Dalam Menghadapi Persalinan. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, vol. 7(2), 129–137.
<https://doi.org/10.36341/jomis.v7i2.3387>

10. DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. BIODATA PRIBADI

Nama : Vivi Dwisiska Berutu
Tempat/Tanggal Lahir : Sidikalang,
18 Desember 2003
Kewarganegaraan : Indonesia
Anak Ke : 2 dari 3 bersaudara
Email : vividwisiskaberutu@gmail.com

Nama Orang Tua
Ayah : Sada Ukur Berutu
Ibu : Saunah Goci

B. Pendidikan

No	Nama Sekolah	Tahun Masuk	Tahun Tamat
1	TK Raudmatul Athfal Al-quran Al-ikhlas Bt.Kapur	2008	2009
2	SD 030277 Teladan	2009	2015
3	MTs Negeri Sidikalang	2015	2018
4	SMA S Bukit Cahaya Sidikalang	2018	2021
5	Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Jurusan Kebidanan Medan	2021	2024

Sri Puja Amandha

KTI VIVI

-  karya tulis
-  Karya Tulis 2025-2026
-  Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Document Details

Submission ID

trn:oid::1:3497448466

Submission Date

Mar 4, 2026, 6:20 PM GMT+7

Download Date

Mar 4, 2026, 6:24 PM GMT+7

File Name

done_VIVI_BAB_1-5_1.docx

File Size

225.0 KB

59 Pages

9,023 Words

64,657 Characters

21% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

Top Sources

- 10%  Internet sources
- 3%  Publications
- 18%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

1 Integrity Flag for Review



Hidden Text

7774 suspect characters on 55 pages

Text is altered to blend into the white background of the document.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 10% Internet sources
- 3% Publications
- 18% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	
	Badan PPSPM Kesehatan Kementerian Kesehatan	6%
2	Internet	
	repository.poltekkes-medan.ac.id	2%
3	Student papers	
	Universitas Sebelas Maret	2%
4	Student papers	
	University of Wollongong	2%
5	Student papers	
	Universitas Bengkulu	2%
6	Internet	
	wisuda.unissula.ac.id	1%
7	Student papers	
	Linfield Christian School	1%
8	Student papers	
	Universitas Sumatera Utara	<1%
9	Student papers	
	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II	<1%
10	Student papers	
	State Islamic University of Alauddin Makassar	<1%
11	Student papers	
	Purdue University	<1%

12	Student papers	Sriwijaya University	<1%
13	Student papers	Lincoln High School	<1%
14	Internet	repository.bku.ac.id	<1%
15	Student papers	Universitas Sains Alquran	<1%
16	Student papers	University of Oklahoma	<1%
17	Internet	es.scribd.com	<1%
18	Student papers	UIN Raden Intan Lampung	<1%
19	Student papers	Udayana University	<1%
20	Internet	id.scribd.com	<1%
21	Internet	repository.upnjatim.ac.id	<1%
22	Internet	edukatif.org	<1%
23	Internet	repo.poltekkes-medan.ac.id	<1%
24	Publication	Salsha Nabila Ayumi, Alfin Siregar. "Efektivitas rational emotive behavioral thera...	<1%
25	Internet	docobook.com	<1%

26	Student papers	College of the Canyons	<1%
27	Publication	Elvia Marlina, Elvinar Munthe, Ellida Friska Simanjuntak, Elli Syafrida, Debora Pan...	<1%
28	Internet	dspace.uui.ac.id	<1%
29	Internet	etd.uinsyahada.ac.id	<1%
30	Internet	repository.uinib.ac.id	<1%
31	Internet	repository.uin-suska.ac.id	<1%