SKRIPSI

PENGARUH SELF HYPNOSIS TERHADAP NYERI PADA IBU TRIMESTER III DI KLINIK BIDAN HJ.ROMAULI SILALAHI MARELAN TAHUN 2025

GRACYA VALENCYA SAMOSIR
P07124424119

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

SKRIPSI

PENGARUH SELF HYPNOSIS TERHADAP NYERI PADA IBU TRIMESTER III DI KLINIK BIDAN HJ.ROMAULI SILALAHI MARELAN TAHUN 2025

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan

GRACYA VALENCYA SAMOSIR
P07124424119

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

LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : GRACYA VALENCYA SAMOSIR

NIM : P07124424119

JUDUL : PENGARUH SELF HYPNOSIS TERHADAP NYERI PADA IBU TRIMESTER III DI KLINIK BIDAN HJ.ROMAULI SILALAHI MARELAN TAHUN 2025

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN PADA UJIAN SIDANG SKRIPSI
TANGGAL, 4 MARET 2025

MENYETUJUI,

PEMBIMBING UTAMA

Dr Samsider Sitorus SST, M.Kes
NIP. 197206091992032001

PEMBIMBING PENDAMPING

Betty Mangkuji, SST, M.Keb
NIP196609101944032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES MEDAN

Arihta Sembiring,SST,M.Kes
NIP.197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : **GRACYA VALENCYA SAMOSIR**

NIM : **P07124424119**

JUDUL : **PENGARUH SELF HYPNOSIS TERHADAP NYERI PADA IBU TRIMESTER III DI KLINIK BIDAN HJ.ROMAULI SILALAHI MARELAN TAHUN 2025**

Telah Berhasil Dipertahankan Di Hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai Bagian Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan Pada Program Studi Sarjana Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Ri Medan
Pada Tanggal, 15 Juli 2025

DEWAN PENGUJI

1. **Dr Samsider Sitorus SST, M.Kes** ( )
   NIP. 197206091992032001

2. **Dr Rismahara Lubis SST.M.Kes** ( )
   NIP. 197307271993032001

3. **Betty Mangkuji, SST, M.Keb** ( )
   NIP 196609101944032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN

Arihta Sembiring,SST,M.Kes
NIP.197002131998032001

PENGARUH SELF HIPNOSIS TERHADAP NYERI PADA IBU TRIMESTER III DI KLINIK BIDAN HJ ROMAULI SILALAHI MARELAN TAHUN 2025

GRACYA VALENCYA SAMOSIR

Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Kebidanan
Jl. Jamin Ginting Km. 13.5 Kelurahan Lau Cih, Medan Tuntungan Sumatera Utara
Email: valencyagracya@gmail.com

ABSTRAK

Psikologi ibu pada masa hamil merupakan salah satu faktor kesuksesan ibu dalam persalinan, oleh sebab itu perlunya pemusatan pikiran ibu pada hal yang positif dan nyaman merupakan salah satu teknik khusus untuk mengurangi tingkat pesakitan dan shock pada ibu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Self Hypnosis* terhadap nyeri pada ibu pada trimester III di klinik Bidan Hj.Romauli Silalahi Marelan tahun 2025. Metode penelitian ini adalah *Quasi Experiment* menggunakan disain *pre test dan post test*. Sampel yang diambil berjumlah 26 ibu hamil. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Total Sampling*. Data dikumpulkan melalui lembar observasi *check list* dan dianalisis secara *Univariat* dan *Bivariate* dengan uji *Willcoxon* dengan penyajian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Kesimpulan penelitian ini menyatakan ada pengaruh Self hypnosis terhadap nyeri pada ibu hamil trimester III di klinik Bidan Hj.Romauli Silalahi. Harapan untuk kedepannya klinik dapat membuat suatu program terkait dengan *Self Hypnosis* untuk diajarkan pada setiap ibu hamil dalam setiap melakukan kunjungan ulang sehingga ibu yang akan menghadapi persalinan akan merasa lebih nyaman dan siap dalam persalinan yang akan dia hadapi nantinya.

Kata Kunci: *Self Hipnosis*, tingkat nyeri Ibu Trimester III

THE EFFECT OF SELF-HYPNOSIS ON PAIN IN THIRD TRIMESTER MOTHERS AT THE CLINIC OF MIDWIFE HJ. ROMAULI SILALAHI MARELAN IN 2025

GRACYA VALENCYA SAMOSIR

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

Email: valencyagracya@gmail.com

ABSTRACT

The psychology of mothers during pregnancy is a critical factor for successful delivery. Therefore, focusing the mother's mind on positive and comfortable things is a special technique to reduce the level of distress and shock experienced by the mother. The objective of this study was to determine the effect of Self-Hypnosis on pain in third-trimester mothers at the clinic of Midwife Hj. Romauli Silalahi Marelan in 2025. This research utilized a Quasi-Experiment method with a pre-test and post-test design. The sample consisted of 26 pregnant mothers. Sampling was conducted using the Total Sampling method. Data was collected through observation checklists and analyzed Univariately and Bivariately using the Wilcoxon test, with presentation in the form of frequency distribution tables. The conclusion of this study indicates that there is an effect of Self-Hypnosis on pain in third-trimester pregnant mothers at the clinic of Midwife Hj. Romauli Silalahi. Moving forward, it is hoped that the clinic can establish a program related to Self-Hypnosis to be taught to every pregnant mother during follow-up visits, so that mothers facing labor will feel more comfortable and prepared for the delivery they will eventually undergo.

Keywords: Self-Hypnosis, Third Trimester Mother's Pain Level

CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

Language Laboratory of Medan Health Polytehnic of The Ministry of Health

14 OCT 2026

KATA PENGANTAR

Ucapan syukur saya ucapkan atas berkat Tuhan Yang Maha Kuasa atas penyertaan-Nya dan berkat-Nya yang berlimpah hingga saya dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **"**Pengaruh Self Hypnosis Terhadap Nyeri Pada Ibu Trimester III Di klinik Bidan Hj.Romauli Silalahi Marelan Tahun 2025**"** sebagai salah satu persyaratan meyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.

Dalam terselesaikan proposal skripsi saya ini saya banyak mendapatkan banyak dukungan dan bantuan. Saya banyak berterimakasih kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni S.SiT, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Arihta Br Sembiring, SST,M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Yusniar Siregar, SST,M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Dr Samsider Sitorus SST, M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikanproposal ini.
5. Betty Mangkuji, SST, M.Keb Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal ini.
6. Dr Rismahara Lubis SST.M.Kes selaku Penguji Utama saya yang telah memberikan bimbingan dan arahan.
7. Bapak/Ibu Dosen dan Staff pengajar Poltekkes Kemenkes RI Medan Jurusan Sarjana Terapan kebidanan medan yang telah memberi banyak ilmu kepada penulis selama masa perkuliahan di jurusan kebidanan medan.
8. Terimakasih kepada kedua orang tua saya, Ayah saya Marnalom samosir dan Ibu saya Dahlia Pasaribu atas segala dukungannya kepada saya hingga saya mampu bersemangat dan terus berjuang melanjutkan pendidikan di Poltekkes. Juga untuk kakak adik saya Eveline Valencya dan Boy daniel yang selalu ada

untuk saya dalam suka dan duka. Teman-teman seperjuangan Jurusan Sarjana Terapan Kebidanan juga saya ucapkan terimakasih banyak.

Akhir kata, saya berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan,15 Juli 2025

Gracya Valencya Samosir

P07124424119

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DA FTAR ISI ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **viii**
DAFTAR GAMBAR ..... **ix**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **x**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Perumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
1. Tujuan Umum 4
2. Tujuan Khusus 4
D. Ruang Lingkup 4
E. Manfaat Penelitian 5
F. Keaslian Penelitian 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **8**
A. Uraian Materi 8
1. Kehamilan Trimester III 8
2. Konsep Dasar Nyeri 11
3. Self Hypnosis 15
B. Kerangka Teori 20
C. Kerangka Konsep 20
D. Hipotesis Penelitian 21
BAB III METODE PENELITIAN **22**
A. Jenis dan Desain Penelitian 22
B. Populasi dan Sampel 22
C. Waktu dan Tempat Penelitian 23
D. Variabel Penelitian 24
E. Defenisi Operasional 25
F. Instrumen Penelitian 26
G. Jenis dan Cara Pengumpulan Data 27
H. Manajemen dan Analisis Data 27
I. Etika Penelitian 28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN **30**
A. Hasil Penelitian 30
1. Karakteristik Responden 30
2. Analisa Univariat 31
3. Analisa Bivariat 33
B. Pembahasan 34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN **37**
A. Kesimpulan 37
B. Saran 38

DAFTAR PUSTAKA 40
LAMPIRAN 45

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 5
Tabel 2.1 Self Hypnosis 18
Tabel 3.1 Desain Penelitian Eksperimen Post Test .....
Tabel 3.2 Defenisi Oprasional .....
Tabel 3.2 Waktu pelaksanaan penelitian di klinik bidan Hj.Romauli Silalahi Marelan 2025 24
Tabel 3.2 Definisi Operasional 25
Tabel 4.6 Distribusi Tabel Dan Hasil Uji Wilcoxon Tingkat Intensitas Nyeri Pada Ibu Trimester III Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=26) 33
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Usia Kehamilan dan Status Gravida 30
Tabel 4.2 Distribusi Skor Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian terapi Self Hypnosis secara Langsung Dan Video Pada Ibu Hamil 31
Tabel 4.5 Uji Skala Nyeri Pada Ibu Trimester III Dengan Shapiro Wilk 32

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Teori 20
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Hubungan Self Hypnosis Dengan Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III 20
Gambar 3.1 Desain Penelitian 22

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 Surat Izin Survey Tempat Penelitian 46
Lampiran 2 Surat Balasan Survey Awal 47
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian 48
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian 49
Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden 50
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (informed consent) 51
Lampiran 7 Lembar SOP Pelaksanaan Self Hypnosis 52
Lampiran 8 Lembar Pengukuran Skala Nyeri Pre-Test 55
Lampiran 9 Lembar Pengukuran Skala Nyeri Post-Test 57
Lampiran 10 Lembar Observasi Penilaian Skala Nyeri 59
Lampiran 11 Dokumentasi 61
Lampiran 12 Lembar Output Statistic 63
Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup 64