

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K. K., Saleh, K. S., Zulaikha, L. I., Resmi, D. C., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 1–126.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Mortalitas Di Indonesia. *Mortalitas Di Indonesia Hasil Long Form Sensus Penduduk 2020*, 1–98.
- BPS. (2023). Angka Kematian Ibu\_AKI (Maternal Mortality Rate\_MMR) Hasil Long Form SP2020 Menurut Provinsi, 2020. In *Badan Pusat Statistik*.
- Dinda Fitrianiingsih, Karina Megasari Winahyu, Elang Wibisana, & Shieva Nur Azizah Ahmad. (2022). Editorial Team Jurnal JKFT. *Jkft*, 7(2), 108–112.
- Handayani, Y., Anggraeni, E., & Faronita, F. (2024). *The Effect of Hypnobirthing Relaxation on Reducing Anxiety Levels in Pregnant Women Trimester III Pengaruh Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III*. 7(November), 159–166. <https://doi.org/10.56013/JURNALMIDZ.V7I2.3396>
- Harahap, S. W. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Bersalin Tentang Metode Hypnobirthing Pada Nyeri Persalinan Di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(2), 84–88. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v8i2.1104>
- Indah, I., Firdayanti, F., & Nadyah, N. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Pada Ny “N” dengan Usia Kehamilan Preterm di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tanggal 01 Juli 2018. *Jurnal Midwifery*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.24252/jmw.v1i1.7531>
- Rosdiana, Wirawan, S., Hartika, A., Aji, S., Febriantika, Nayoan, C., Arisanti, D., Trisilawati, R., & Simanjuntak, R. (2023). Penerapan Strategi Perubahan Perilaku. In *Get Press Indonesia* (Issues 1–171).
- Salsabila, D. S., Kebidanan, J., & Kemenkes, P. (2023). Perubahan fisik dan psikologis pada masa kehamilan. *Alah Satu Manfaat Senam Hamil Adalah Untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Yang Terjadi Pada Trimester III. Permasalahan Ketidaknyamanan Ini Bisa Mengakibatkan Perasaan Tegang Saat Kehamilan Atau Bahkan Persalinan. Pada Kondisi Itu Sistem Tubuh Akan Terhalang*, 1–7.
- Setianingsih, F., Agustikawati, N., & Lestari, Y. (2022). *Kecemasan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Alas Barat*.
- Sholihah, N. L., & Aini, I. (2020). Hubungan PEengetahuan dengan Minat Ibu

Hamil dalam Mengikuti Hypnobirthing. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 155–162.  
<https://doi.org/10.35874/jib.v9i2.578>




Syafitri, E., & Mardha, M. S. (2021). Associated Factors with Hypnobirthing Implementation in Trimester III Pregnant Women at Diana Panitra Clinic Medan in 2020. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(1), 107–112. <https://doi.org/10.26699/jnk.v8i1.art.p107-112>

Syaras, D., Wirman, W., Studi, P., & Ilmu, M. (2019). *Komunikasi intrapersonal pasien hypnobirthing di rumah sakit bersalin annisa pekanbaru*. 2, 13–20.

Veronika, A., Br Sitepu, A., & Natalia, I. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala 1 Di Klinik Eka Sriwahyuni Medan Denai Tahun 2019. *Elisabeth Health Jurnal*, 5(1), 140–151. <https://doi.org/10.52317/ehj.v5i1.318>

Wahid, N., Yulaeka, Umamah, S., Tanuadike, T., & Nurhayati, E. (2023). *Untuk Ibu Hamil*.

Lampiran. 1 Surat Izin Survey Penelitian

	<b>Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan</b> Jalan Jember Giring KM. 13,5 Medan, Sumatera Utara 20132 ☎ 061 8268633 🌐 <a href="http://poltekkes-medan.ac.id">http://poltekkes-medan.ac.id</a>
Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/2470/2025 Perihal : <u>Izin Melakukan Survei Penelitian</u>	Kamis, 22 Mei 2025
Yang terhormat, Kepada PMB Yanti Panggabean di- Tempat	
Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi RPL Ahli Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:	
Nama	: Octavia Ratua Lina Boru Simatupang
NIM	: P07124424133
Judul Penelitian	: Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Persalinan Dengan Hypnobirthing Di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025
<div style="text-align: right;"> Anita Br Sembiring, SST, M.Kes NIP. 197002131998032001</div>	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 20px;"><p>Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <a href="https://web.kemkes.go.id">https://web.kemkes.go.id</a>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <a href="https://tts.kominfo.go.id/verifyPDF">https://tts.kominfo.go.id/verifyPDF</a>.</p></div> <div style="text-align: right;"></div>	

## Lampiran. 2 Surat Balasan Izin Survey Penelitian

**PRAKTEK MANDIRI BIDAN - OPPUNG BIDAN**  
*Jln. Marhusa Panggabean, Desa Sitompul, Kec. Siatas Barita*  
*No. Izin : No. 001/B.22/DPMPTSP/2024*

---

No. Surat : 004 /SKPKL/PMB\_OB / VI /2025  
Hal : Izin Melakukan Survei Penelitian  
Selasa, 02 Juni 2025

Kepada Yth,  
Kepala Jurusan Kebidanan  
Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan  
di-


Tempat

Sehubungan dengan surat saudara nomor PP.08.02/F.XXII.10/2470/2025 perihal permohonan Izin Melakukan Survei Penelitian, dengan ini kami beritahukan pada dasarnya kami menerima dan akan membantu mahasiswa Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan dalam melaksanakan survei penelitian di PMB kami, nama mahasiswa yang akan melakukan survei penelitian adalah :

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
NIP : P07124424133  
Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Dengan Hypnobirthing Di PMB. Yanti Panggabean Desa Sitompul Tapanuli Utara Tahun 2025.




Demikian surat ini kami buat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

**PMB. Yanti Panggabean**



**Yanti Panggabean, SKM, S.Keb, Bdn**

### Lampiran. 3 Surat Izin Penelitian

	<b>Kemenkes</b>	<b>Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan</b> Jalan Jamin Giring KM. 13,5 Medan, Sumatera Utara 20137 ☎ (061) 8368633 🌐 <a href="http://poltekkes-medan.ac.id">http://poltekkes-medan.ac.id</a>
Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/2497/ 2025		Jumat, 23 Mei 2025
Perihal : <u>Izin Penelitian</u>		
Yang terhormat, Kepala PMB Yanti Panggabean di- Tempat		
<p>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/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:</p>		
Nama	: Octavia Ratua Lina Boru Simatupang	
NIM	: P07124424133	
Judul Penelitian	: Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Persalinan Dengan Hypnobirthing Di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025	
		 Ketua Ariha br.Sembiring, SST, M.Kes NIP. 197002131998032001
<div><p>Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <a href="https://whs.kemkes.go.id">https://whs.kemkes.go.id</a>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <a href="https://tse.kominfo.go.id/verifyPDF">https://tse.kominfo.go.id/verifyPDF</a>.</p></div> 		

#### Lampiran. 4 Surat Balasan Izin Penelitian

**PRAKTEK MANDIRI BIDAN - OPPUNG BIDAN**

*Jln. Marhusa Panggabean, Desa Sitompul, Kec. Siatas Barita*  
*No. Izin : No. 001/B.22/DPMPTSP/2024*

---

No. Surat : 007 /SKPKL/PMB\_OB / VI /2025  
Hal : Izin Penelitian Selasa, 02 Juni 2025

Kepada Yth,  
Kepala Jurusan Kebidanan  
Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan  
di-


Tempat

Sehubungan dengan surat saudara nomor PP.08.02/F.XXII.10/2497/2025 perihal permohonan Izin Penelitian, dengan ini kami beritahukan pada dasarnya kami menerima dan akan membantu mahasiswa Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan dalam melaksanakan penelitian di PMB kami, nama mahasiswa yang akan melakukan penelitian adalah :

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
NIP : P07124424133  
Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Dengan Hypnobirthing Di PMB. Yanti Panggabean Desa Sitompul Tapanuli Utara Tahun 2025.

Demikian surat ini kami buat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

**PMB. Yanti Panggabean**



**Yanti Panggabean, SKM, S.Keb, Bdn**



**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION*  
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.1437/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

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

Peneliti utama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : poltekkes Medan  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Pada Persalinan Di PMB Yanti Panggabean  
Desa Sitompul Tahun 2025"**

*"The Relationship between Knowledge and Attitude of Pregnant Mother Regarding Hypnobirthing In Childbirth  
At Yanti Panggabean Midwifery Independent Practice, Sitompul Village 2025"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 Juli 2025 sampai dengan tanggal 11 Juli 2026.

*This declaration of ethics applies during the period July 11, 2025 until July 11, 2026.*



July 11, 2025  
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

**7 STANDAR**  
**NOMOR PROTOKOL : 0159231271111122025061500175**

	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	SEKRETARIS
1	<b>Nilai Sosial / Klinis</b> <i>Penelitian ini memenuhi standar Nilai Sosial/ Klinis, <u>minimal terdapat satu diantara 7 (tujuh) nilai berikut ini</u> :</i>	Ya
1.1	Terdapat Novelty (kebaruan). Dalam penelitian ini terdapat nilai kebaruan, yaitu terdapat minimal satu dari 3 sifat berikut :	Ya
	a. Potensi menghasilkan informasi yang valid sesuai dengan tujuan yang dinyatakan dalam protokol penelitian.	Ya
	b. Memiliki relevansi bermakna dengan masalah kesehatan	Ya
	c. Memiliki kontribusi terhadap suatu penciptaan/ kebermanfaatan dalam melakukan evaluasi intervensi kebijakan, atau sebagai bagian dari pelaksanaan kegiatan yang mempromosikan kesehatan individu atau masyarakat	Ya
1.2	Sebagai upaya mendesiminasikan hasil	Ya
1.3	Relevansinya bermanfaat dengan masalah kesehatan	Ya
1.4	Memberikan kontribusi promosi kesehatan	Ya
1.5	Menghasilkan alternatif cara mengatasi masalah	Ya
1.6	Menghasilkan data & informasi yang dapat dimanfaatkan untuk pengambilan keputusan klinis/sosial	Ya
1.7	Terdapat uraian tentang penelitian lanjutan yang dapat dilakukan dari hasil penelitian yang sekarang	Ya
2	<b>Nilai Ilmiah</b> <i>Penelitian ini memenuhi standar nilai ilmiah</i>	Ya
2.1.1	Disain penelitian mengikuti kaidah ilmiah, yang menjelaskan secara rinci meliputi :	Ya
	a. Desain penelitian; <i>Terdapat deskripsi detil tentang desain penelitian, untuk berbagai jenis penelitian.</i> 1) Bila berupa kuesioner, terdapat uraian mengenai tatacara kuesioner, kartu buku harian dan bahan lain yang relevan digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian 2) Bila penelitian klinis dan atau ujicoba klinis, deskripsi harus meliputi apakah kelompok intervensi ditentukan secara non-random, random, (termasuk bagaimana metodenya), dan apakah blinded (single/double) atau terbuka (open-label)	Ya
	b. Tempat dan waktu penelitian	Ya
	c. Jenis sampel, besar sampel, kriteria inklusi dan eksklusi; teknik sampling <i>Terdapat uraian tentang jumlah subjek yang dibutuhkan sesuai tujuan penelitian dan bagaimana penentuannya secara statistik (tergantung relevansi)</i>	Ya
	d. Variabel penelitian dan definisi operasional;	Ya
	e. Instrument penelitian/alat untuk mengambil data/bahan penelitian ;	Ya
	i. Rencana analisis data, jaminan kualitas pengumpulan, penyimpanan dan analisis data	Ya



	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	SEKRETARIS
3	<b>Pemerataan Beban dan Manfaat</b> <i>Pemerataan beban dan manfaat mengharuskan peserta/ subjek diambil dari kualifikasi populasi di wilayah geografis di mana hasilnya dapat diterapkan. Protokol suatu penelitian mencerminkan adanya perhatian atas minimal <u>satu</u> diantara butir-butir di bawah ini:</i>	Ya
3.2	Rekrutmen subjek dilakukan berdasarkan pertimbangan ilmiah, dan tidak berdasarkan status sosial ekonomi, atau karena mudahnya subjek dimanipulasi atau dipengaruhi untuk mempermudah proses maupun pencapaian tujuan penelitian. Bila pemilihan berdasarkan pada sosial ekonomi, harus atas dasar pertimbangan etik dan ilmiah - Terdapat rincian kriteria subjek dan alasan penentuan yang tidak masuk kriteria dari kelompok kelompok berdasarkan umur, sex, faktor sosial atau ekonomi, atau alasan alasan lainnya	Ya
4	<b>Potensi Manfaat dan Resiko</b> <i>Risiko kepada subjek seminimal mungkin dengan keseimbangan memadai/tepat dalam kaitannya dengan prospek potensial manfaat terhadap individu, nilai sosial dan ilmiah suatu penelitian.</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ menyiratkan ketidaknyamanan, atau beban yang merugikan mulai dari yang amat kecil dan hampir pasti terjadi.</li> <li>♦ potensi subjek mengalami kerugian fisik, psikis, sosial, material</li> <li>♦ kerugian yang besar dan atau bermakna.</li> <li>♦ risiko kematian sangat tinggi, belum/tidak adanya perawatan yang efektif</li> </ul>	Ya
4.1	Terdapat uraian potensi manfaat penelitian yang lebih besar bagi individu/subjek	Ya
5	<b>Bujukan/ Eksploitasi/ Inducement (undue)</b>	Ya
5.1	Terdapat penjelasan tentang insentif bagi subjek, dapat berupa material seperti uang, hadiah, layanan gratis jika diperlukan, atau lainnya, berupa non material: uraian mengenai kompensasi atau penggantian yang akan diberikan (dalam hal waktu, perjalanan, hari-hari yang hilang dari pekerjaan, dll)	Ya
6	<b>Rahasia dan Privacy</b>	Ya
6.4	Peneliti menjaga kerahasiaan temuan tersebut, jika terpaksa maka peneliti membukan rahasia setelah menjelaskan kepada subjek ttg keharusannya peneliti menjaga rahasia dan seberapa besar peneliti telah melakukan pelanggaran atas prinsip ini, dengan membuka rahasia tersebut	Ya
	a. Terdapat penjelasan bagaimana peneliti menjaga privacy dan kerahasiaan subjek sejak rekrutmen hingga penelitian selesai, bahkan jika terjadi pembatalan subjek karena subjek tidak memenuhi syarat sbg sampel	Ya
7	<b>Informed Consent</b> <i>Penelitian ini dilengkapi dengan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP/Informed Consent-IC), merujuk pada 35 butir IC secara lengkap, termasuk uraian seperti berikut ini</i>	Ya

## Lampiran 6. Jadwal Pelaksanaan Penelitian

No	Kegiatan	Waktu																																			
		November		Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus	
		3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2				
1	Pengajuan Judul																																				
2	Penyusunan Proposal																																				
3	Ujian Seminar Proposal																																				
4	Perbaikan Proposal																																				
5	Pelaksanaan Penelitian																																				
6	Pengolahaan Data																																				
7	Penyusunan Skripsi																																				
8	Ujian Seminar Hasil																																				
9	Perbaikan Skripsi																																				
10	Pengumpulan Skripsi																																				

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Medan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
NIM : P07124424133  
Program Studi/Jurusan : Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan  
Judul Tugas akhir : Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang  
Hypnobirthing Pada Persalinan Di PMB Yanti  
Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Medan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty- Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul :

**“ Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Hypnobirthing Pada Persalinan Di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025 ”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Medan berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat Pada tanggal : 23 Juni 2025

Yang menyatakan

(Octavia Ratua Lina Boru Simatupang)

**FORMULIR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**  
**(Informed Consent)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Agama :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Octavia Ratua Lina Boru Simatupang, mahasiswa Program Studi Alih Jenjang Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan, yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Hypnobirthing pada Persalinan di PMB Opung Bidan Tahun 2024”.

Saya mengerti dan memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap saya, oleh karena itu saya bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini.

Tarutung, 2025

Responden,

**PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG  
HYPOBIRTHING PISA PERSALINAN  
DI PMB YANTI PANGGABEAN TAHUN 2025**

**I. Petunjuk Pengisian**

1. Bacalah petunjuk pengisian dan pertanyaan sebelum menjawab
2. Menjawab pertanyaan dan memberikan tanda checklist (✓)
3. Semua pertanyaan diisi dengan satu jawaban.

**II. Identitas Responden**

Inisial

:

Umur

:

☐

<20 tahun

☐

20-35 tahun

☐

>35 tahun

Pendidikan

:

☐

SD

☐

SMA

☐

SMP

☐

Perguruan Tinggi

Pekerjaan

:

☐

Bekerja

☐

Tidak Bekerja

Paritas

(Hamil Ke)

:

Sumber Informasi

:

☐

Media (TV, Media Sosial, Koran, dll)

☐

Non Media ( Pelayan Kesehatan, dll)

### III. Pertanyaan tentang pengetahuan

1. Dibawah ini yang merupakan pengertian Hypnobirthing adalah ?
  - a. Upaya menanamkan niat ke pikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar
  - a. Upaya melahirkan dengan cara operasi Eracs
  - b. Upaya persalinan dengan pembayaran gratis dengan BPJS
  - d. Melahirkan dengan cepat tanpa cacat
2. Metode melahirkan unik yang menggabungkan teknik melahirkan santai alami dengan hypnosisdir (selfhypnosis) adalah pengertian?
  - a. Hypnobirthing
  - b. Hypnosis
  - c. Breadsfeeding
  - d. Hypnoteraphy
3. Mampu menghadirkan rasa nyaman, aman, dan rileks menjelang persalinan merupakan manfaat hypnobirthing untuk ?
  - a. Ibu
  - b. Bayi
  - c. Suami
  - d. Penolong
4. Ketika ibu mau melakukan hypnobirthing dan mampu melewati proses persalinan, menurut anda siapa saja yang dapat menerima manfaat dari hypnoirthing tersebut?
  - a. Semua benar
  - b. Ibu
  - c. Janin/bayi
  - d. Penolong dan pendamping persalinan
5. Getaran yang tenang dan damai dirasakan oleh janin merupakan dasar dari perkembangan jiwa, pertumbuhan janin lebih sehat karena keadaan tenang akan memberikan hormone yang seimbang melalui plasenta, merupakan ?

- a. Manfaat hypnobirthing untuk janin
  - b. Manfaat hypnobirthing untuk ibu
  - c. Pengertian hypnobirthing
  - d. Langkah hypnobirthing
6. Dibawah ini yang bukan termasuk manfaat hypnobirthing adalah ?
- a. Mampu melahirkan dengan Sesar metode Eracs
  - b. Ibu merasa tenang saat menjalani persalinan
  - c. Janin merasa tenang saat ibu melakukan hypnobirthing
  - d. Pendamping persalinan lebih tenang saat menemani ibu
7. Melakukan hypnobirthing dapat meningkatkan kadar endorfin dalam tubuh yang berfungsi untuk ?
- a. Mengurangi rasa nyeri
  - b. Meningkatkan kecemasan
  - c. Menerima kondisi sebenarnya
  - d. Memicu persalinan Caesar (operasi)
8. Dibawah ini yang bukan tujuan dari pelaksanaan hypnobirthing adalah ?
- a. Memicu persalinan operasi Eracs, dapat pulang cepat
  - b. Ibu percaya dan mampu melalui persalinan yang sehat
  - c. Ibu rileks menghadapi proses persalinannya
  - d. Suasana hati ibu tenang dan nyaman saat bersalin
9. Hypnobirthing baiknya dipelajari sejak ?
- a. Awal pertama kehamilan sampai menjelang persalinan
  - b. Nifas
  - c. Segera setelah melahirkan
  - d. Sebelum hamil/program kehamilan
10. Sebelum melakukan hypnobirthing, terlebih dahulu menanamkan metode relaksasi yaitu ?
- a. Semua benar
  - b. Relaksasi otot
  - c. Relaksasi Wajah
  - d. Relaksasi pernapasan



11. Perlahan hirup napas lewat hidung, hitung 10 kali hitungan kemudian buang napas dari mulut sambil niatkan “setiap hembusan napas membuat saya semakin tenang”, merupakan metode relaksasi?
  - a. Pernapasa
  - b. Otot
  - c. Wajah
  - d. Seluruh indera
12. Metode maupun langkah hypnobirthing tidak dapat dilakukan pada ibu jika ?
  - a. Semua benar
  - b. Ibu tidak mau
  - c. Ibu mengalami gangguan pendengaran
  - d. Ibu mengalami gangguan mental
13. Dibawah ini yang bukan merupakan teknik hypnobirthing adalah ?
  - a. Suprising
  - b. Preinduksi
  - c. Deepening
  - d. Sugesti
14. Tahap mematikan pikiran sadar dan masuk ke pikiran bawah sadar merupakan hypnobirthing dengan teknik ?
  - a. Induksi
  - b. Deepening
  - c. Sugesti
  - d. Suprising
15. Metode menggunakan kalimat afirmasi adalah?
  - a. Sugesti
  - b. Deepening
  - c. Segesti
  - d. Preinduksi

16. hypnobirthing merupakan upaya alami menanamkan niat kepikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
17. Hypnobirthing adalah relaksasi alami, membebaskan calon ibu dari ketakutan dan kecemasan saat persalinan
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
18. Hypnobirthing membuat ibu mampu mengontrol sensasi rasa sakit pada saat kontraksi uterus
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
19. Hypnobirthing membuat ibu menghemat energinya saat proses persalinan sehingga mencegah terjadinya kelelahan pada saat persalinan
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju

20. Hypnobirthing membantu mengurangi resiko terjadinya komplikasi dalam persalinan, mengurangi resiko operasisection sesaria
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
21. Bisa melakukan Hypnobirthing setelah usia kehamilan 7 bulan bahkan sampai detik-detik terakhir saat mau melahirkan
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
22. Apakah ibu setuju untuk melakukan Hypnobirthing pada saat persalinan
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
23. Hypnobirthing bukanlah metode persalinan cepat yang aman untuk ibu dan janin mengingat banyak resiko yang harus diperhatikan
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
24. Metode Hypnibirthing sangat susah untuk dipelajari dan tidak bias dilakukan atau dilatih sendiri
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
25. Hypnobirthing tidak memiliki dampak positif seperti yang telah dikatakan orang-orang
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju

26. Saya tidak mau mempelajari teknik Hypnobirthing
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
27. Saya tidak mau persalinan saya menggunakan teknik Hypnobirthing karena saya takut ada nada resiko untuk saya dan janin saya
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
28. hypnobirthing adalah upaya alami menanamkan niat kepikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
29. hypnobirthing membantu saya unruk melahirkan normal dan mengurangi rasa sakit saya
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
30. Saya dapat mempelajari sendiri teknik hypnobirthing di rumah dan mengulanginya sesuai kebutuhan saya
- a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju

## Lampiran 10. Jawaban Kuesioner

1. A	16. A
2. A	17. A
3. A	18. A
4. A	19. A
5. A	20. A
6. A	21. A
7. A	22. A
8. A	23. A
9. A	24. A
10. A	25. A
11. A	26. A
12. A	27. A
13. A	28. A
14. A	29. A
15. A	30. A

# Lampiran 11. Master Tabel

## MASTER TABEL

No	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Paritas	Sumber Informasi	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	Total	Kategori
1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
2	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
3	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0
4	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1
5	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0
6	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0
7	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	2	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0
9	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0
10	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1
11	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0
12	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
13	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1
14	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
15	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0
16	2	1	1	2	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0
17	2	0	0	2	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
18	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1
19	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0
20	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
21	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1
22	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0
23	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
24	2	1	1	2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0
26	2	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
27	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1
28	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
29	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
30	2	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0

No	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	Total	Kategori
1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
3	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0
4	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1
5	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0
6	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0
7	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0
9	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0
10	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1
11	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0
12	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
13	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1
14	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
15	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0
16	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0
17	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
18	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1
19	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0
20	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
21	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1
22	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0
23	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
24	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0
26	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
27	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1
28	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
29	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
30	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0



## Lampiran 12. Output Statistik Hasil penelitian

### OUTPUT STATISTIK

### HASIL PENELITIAN

#### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<20	2	6.7	6.7	6.7
	20-35	22	73.3	73.3	80.0
	>35	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

#### Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	16.7	16.7	16.7
	Tinggi	25	83.3	83.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

#### Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Bekerja	7	23.3	23.3	23.3
	Bekerja	23	76.7	76.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

### Paritas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Primigravida	10	33.3	33.3	33.3
	Secundigravida	7	23.3	23.3	56.7
	Multigravida	9	30.0	30.0	86.7
	Grandemultigravida	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

### Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik 11-15	24	80.0	80.0	80.0
	Cukup 7-10	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

### Sikap

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SETUJU	24	80.0	80.0	80.0
	TIDAK SETUJU	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Sikap

Total

			SETUJU	TIDAK SETUJU	
Pengetahuan	Baik 11-15	Count	24	0	24
		Expected Count	19.2	4.8	24.0
		% within Pengetahuan	100.0%	0.0%	100.0%
		% within Sikap1	100.0%	0.0%	80.0%
		% of Total	80.0%	0.0%	80.0%
	Cukup 7-10	Count	0	6	6
		Expected Count	4.8	1.2	6.0
		% within Pengetahuan	0.0%	100.0%	100.0%
		% within Sikap1	0.0%	100.0%	20.0%
		% of Total	0.0%	20.0%	20.0%
Total	Count		24	6	30
	Expected Count		24.0	6.0	30.0
	% within Pengetahuan		80.0%	20.0%	100.0%
	% within Sikap1		100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total		80.0%	20.0%	100.0%

#### Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	30.000 <sup>a</sup>	1	.000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	24.076	1	.000		
Likelihood Ratio	30.024	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	29.000	1	.000		
N of Valid Cases	30				

a. 3 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.20.

b. Computed only for a 2x2 table

### Usia \* Pengetahuan Crosstabulation

			Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
Usia	<20	Count	1	1	2
		% of Total	3.3%	3.3%	6.7%
	20-35	Count	17	5	22
		% of Total	56.7%	16.7%	73.3%
	>35	Count	6	0	6
		% of Total	20.0%	0.0%	20.0%
Total	Count		24	6	30
	% of Total		80.0%	20.0%	100.0%

### Pendidikan \* Pengetahuan Crosstabulation

			Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
Pendidikan	Rendah	Count	4	1	5
		% of Total	13.3%	3.3%	16.7%
	Tinggi	Count	20	5	25
		% of Total	66.7%	16.7%	83.3%
Total	Count		24	6	30
	% of Total		80.0%	20.0%	100.0%

### Pekerjaan \* Pengetahuan

			Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
Pekerjaan	Tidak Bekerja	Count	6	1	7
		% within Pekerjaan	85.7%	14.3%	100.0%
	Bekerja	Count	18	5	23
		% within Pekerjaan	78.3%	21.7%	100.0%
Total	Count		24	6	30
	% within Pekerjaan		80.0%	20.0%	100.0%

### Sumber Informasi \* Pengetahuan

			Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
Sumber Informan	Media	Count	11	4	15
		% within Sumber Informan	73.3%	26.7%	100.0%
	Non Media	Count	13	2	15
		% within Sumber Informan	86.7%	13.3%	100.0%
Total	Count		24	6	30
	% within Sumber Informan		80.0%	20.0%	100.0%

### Paritas \* Pengetahuan Crosstabulation

			Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
Paritas	Primigravida	Count	8	2	10
		% within Paritas	80.0%	20.0%	100.0%
	Secundigravida	Count	5	2	7
		% within Paritas	71.4%	28.6%	100.0%
	Multigravida	Count	7	2	9
		% within Paritas	77.8%	22.2%	100.0%
	Grandemultigravida	Count	4	0	4
		% within Paritas	100.0%	0.0%	100.0%
Total	Count		24	6	30
	% within Paritas		80.0%	20.0%	100.0%

### KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

**Nama Mahasiswa** : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
**Nim** : P07124424133  
**Judul Skripsi** : Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Pada Persalinan Di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025  
**Pembimbing Utama** : Yusniar Siregar, SST, M.Kes  
**Pembimbing Pendamping** : Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes

No	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1.	Rabu, 20 November 2024	Pengajuan Judul Skripsi	1. Ambil judul yang berhubungan dengan hypnotherapy dalam kebidanan 2. Bimbingan dengan dosen pembimbing II	(Yusniar Siregar, SST, M.Kes)
2.	Jumat, 22 November 2025	Pengajuan Judul Skripsi	1. Perbaiki Judul 2. Penentuan lokasi penelitian 3. Kerjakan BAB I, II dan III	(Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes)

3.	Selasa, 26 November 2024	1. Bimbingan Judul 2. Bimbingan BAB I, II dan III	1. ACC Judul “Hubungan Pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025” 2. Perbaiki rumusan masalah 3. Teori menggunakan referensi terbaru	(Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes)
4.	Kamis, 12 Desember 2024	Bimbingan perbaikan Proposal BAB I, II dan III	1. Perbaiki kerangka teori 2. Perbaiki kerangka konsep 3. Perbaiki metode penelitian 4. Daftar pustaka menggunakan mendeley	(Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes)
5.	Selasa, 21 Januari 2025	Bimbingan perbaikan Proposal BAB I, II dan III	1. Bedakan pertanyaan pengetahuan dan pertanyaan sikap 2. Tambahkan jumlah pertanyaan kuesioner 3. ACC maju seminar proposal	(Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes)
6.	Senin, 24 Februari 2025	Bimbingan perbaikan Proposal BAB I, II dan III	1. ACC maju seminar proposal 2. daftarkan ujian ke bagian akademik	(Yusniar Siregar, SST, M.Kes)
7.	Rabu, 12 Maret 2025	Bimbingan perbaikan seminar proposal	1. Penulisan samakan dengan panduan 2. Judul dan metode penelitian harus sesuai 3. Urus surat Ethical Clearance	(Yusniar Siregar, SST, M.Kes)



8.	Jumat, 16 Mei 2025	Bimbingan perbaikan seminar proposal	1. Jilid Proposal 2. Lanjutkan Penelitian dan urus surat izin penelitian 3. Kerjakan BAB IV dan BAB V	(Juana Linda Simbolon,SST,M.Kes)
9.	Sabtu, 20 Mei 2025	Bimbingan perbaikan seminar proposal	1. Lanjutkan penelitian 2. Jilid proposal 3. Kerjakan BAB IV dan V	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
10.	Jumat, 23 Mei 2025	Bimbingan Hasil Penelitian	1. Isi link EC 2. Olah data dengan metode Chi-square 3. Perbaikan BAB IV dan BAB V	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
11.	Rabu, 28 Mei 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	1. Acc Maju seminar hasil 2. Bimbingan dengan dosen pembimbing I	(Juana Linda Simbolon,SST,M.Kes)
12.	Rabu, 04 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	1. Perbaikan penulisan 2. BAB IV hasil penelitian distribusi frekuensi digabungkan satu tabel 3. BAB V, hasil penelitian dicantumkan hanya inti dari hasil penelitiannya saja	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
13	Jumat, 20 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	1. ACC maju seminar hasil 2. Daftarkan ujian seminar	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)

14.	Senin, 21 Juli 2025	Perbaiki hasil penelitian atau hasil skripsi	1. Perbaiki penulisan 2. Masukkan semua lampiran 3. Bimbingan ke pembimbing I	(Juana Linda Simbolon,SST,M.Kes)
15.	Selasa, 22 Juli 2025	Perbaiki hasil penelitian	1. Bimbingan ke pembimbing I 2. Acc Jilid	(Juana Linda Simbolon,SST,M.Kes)
16.	Senin, 04 Agustus 2025	Perbaiki hasil penelitian	1. Turnitinkan hasil penelitian 2. Perbaiki penulisan	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
17.	Jumat, 08 Agustus 2025	Perbaiki hasil penelitian	1. Lampirkan semua yang berhubungan dengan penelitian 2. Acc jilid	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)

### Mengetahui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

**(Yusniar Siregar, SST, M.Kes)**  
NIP. 196707081990032001

**(Juana Linda Simbolon,SST, M.Kes)**  
NIP. 196703101989112001



# Octavia Ratua Lina Boru Simatupang

## SKRIPSI REAL OCTAVIA.docx

 Skripsi 2025

 SKRIPSI 2025

 Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

---




### Document Details

**Submission ID****tm:oid:::1:3308700932****Submission Date****Aug 5, 2025, 10:31 PM GMT+7****Download Date****Aug 5, 2025, 10:40 PM GMT+7****File Name****SKRIPSI\_REAL\_OCTAVIA.docx****File Size****979.8 KB****76 Pages****11,862 Words****78,266 Characters**

# 13% Overall Similarity

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

## Top Sources

- 8%  Internet sources
  - 3%  Publications
  - 10%  Submitted works (Student Papers)
-

## Top Sources

8%	Internet sources
3%	Publications
10%	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	Universitas Sumatera Utara	2%
2	Student papers	Universitas Sebelas Maret	1%
3	Student papers	Badan PPSPDM Kesehatan Kementerian Kesehatan	<1%
4	Student papers	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II	<1%
5	Internet	journal.unnes.ac.id	<1%
6	Internet	repo.stikesicme-jbg.ac.id	<1%
7	Student papers	Linfield Christian School	<1%
8	Student papers	Sriwijaya University	<1%
9	Student papers	Universitas Pendidikan Indonesia	<1%
10	Publication	Elvia Marlina, Elvinar Munthe, Ellida Friska Simanjuntak, Elli Syafrida, Debora Pan...	<1%
11	Student papers	Universitas Respati Indonesia	<1%

12	Student papers	Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya	<1%
13	Internet	repository.helvetia.ac.id	<1%
14	Student papers	LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part V	<1%
15	Internet	repository.usu.ac.id	<1%
16	Internet	dspace.uui.ac.id	<1%
17	Student papers	National Open University of Nigeria	<1%
18	Internet	patents.google.com	<1%
19	Internet	repository.uinjkt.ac.id	<1%
20	Internet	repository.bku.ac.id	<1%
21	Internet	text-id.123dok.com	<1%
22	Student papers	KYUNG HEE UNIVERSITY	<1%
23	Student papers	Universiti Malaysia Perlis	<1%
24	Internet	ejournal.almaata.ac.id	<1%
25	Internet	repository.uinsu.ac.id	<1%



26	Student papers	Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur	<1%
27	Student papers	Universitas Wiraraja	<1%
28	Internet	eprints.walisongo.ac.id	<1%
29	Internet	repository.poltekkes-denpasar.ac.id	<1%
30	Student papers	UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	<1%
31	Internet	digilibadmin.unismuh.ac.id	<1%
32	Student papers	Central Visayan Institute Foundation	<1%
33	Student papers	Purdue University	<1%
34	Internet	es.scribd.com	<1%
35	Internet	repository.uin-suska.ac.id	<1%
36	Publication	Ni Made Dwi Mahayati, I Gusti Agung Ayu Novya Dewi, Gusti Ayu Tirtawati, Ni Ko...	<1%
37	Internet	journal.poltekkes-mks.ac.id	<1%
38	Internet	pdfcoffee.com	<1%
39	Internet	repository.upstegal.ac.id	<1%

40	Internet	ejournal.unesa.ac.id	<1%
41	Internet	ojs.phb.ac.id	<1%
42	Internet	s3.amazonaws.com	<1%
43	Publication	Robert L. Perry, John D. Robertson. "Comparative Analysis of Nations - Quantitati...	<1%
44	Internet	repo.poltekkes-medan.ac.id	<1%
45	Internet	repository.unhas.ac.id	<1%

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU**  
**HAMIL TENTANG HYPNOBIRTHING PADA**  
**PERSALINAN**  
**DI PMB YANTI PANGGABEAN**  
**DESA SITOMPUL**  
**TAHUN 2025**



**OCTAVIA RATUA LINA BORU SIMATUPANG**  
**NIM : P07124424133**

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

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU**  
**HAMIL TENTANG HYPNOBIRTHING PADA**  
**PERSALINAN**  
**DI PMB YANTI PANGGABEAN**  
**DESA SITOMPUL**  
**TAHUN 2025**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mendapatkan**  
**Gelar Sarjana Terapan Kebidanan**



**OCTAVIA RATUA LINA BORU SIMATUPANG**  
**NIM : P07124424133**

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

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
NIM : P07124244133  
Tanggal : 07 Maret 2025  
Judul : Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Pada Persalinan Di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025

Yang Menyatakan,

Octavia Ratua Lina Boru  
Simatupang

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang

Nim : P01724244133

Judul : Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Pada Persalinan Di Pmb Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025

Skripsi Ini Telah Disetujui Dan Dipertahankan Pada  
Ujian Sidang Seminar Skripsi Tanggal, 23 Juni 2025

Oleh :

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

(Yusniar Siregar SST, M.Kes) (Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes)  
NIP. 196707081990032001 NIP.  
196703101989112001

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Kebidanan

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

## **LEMBAR PENGESAHAN**

### **HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG HYPNOBIRTHING PADA PERSALINAN DI PMB YANTI PANGGABEAN DESA SITOMPUL TAHUN 2025**

Disusun Oleh :

OCTAVIA RATUA LINA BORU SIMATUPANG  
NIM. P07124424133

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan penguji Pada  
Tanggal, 23 Juni 2025

**Ketua penguji**

Yusniar Siregar, SST, M.Kes ( )  
NIP. 196707081990032001

**Penguji Utama**

Fitriyani Pulungan, SST, M.Kes ( )  
NIP. 198008132002122003

**Penguji Pendamping**

Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes ( )  
NIP. 196703101989112001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan

(Arihta Br. Sembiring, SST, M.Kes)

NIP. 197002131998032001



**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU HAMIL  
TENTANG HYPNOBIRTHING PADA PERSALINAN  
DI PMB YANTI PANGGABEAN  
DESA SITOMPUL  
TAHUN 2025**

**OCTAVIA RATUA LINA BORU SIMATUPANG**

Poltekkes kemenkes Medan  
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan  
Email : octaviasimatupang217@gmail.com

**ABSTRAK**

Hypnobirthing adalah teknik hypnosis diri yang bertujuan menanamkan pikiran positif dalam menghadapi kehamilan dan persalinan dengan cara yang alami dengan meminimalisir rasa nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian Analitik korelasi dengan rancangan Cross Sectional. Pengambilan sampel menggunakan metode totaling sampling yaitu sebanyak 30 orang ibu hamil dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat yang bertujuan untuk melihat adakah hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil. Hasil uji analisa p value 0,001 ( $<0,05$ ), penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing adalah baik dengan sikap positif sebanyak 24 orang (80%) dan berpengetahuan cukup dengan sikap negatif yaitu sebanyak 6 orang (20%). Diharapkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing tentang persalinan semakin meningkat bukan hanya di PMB Yanti Panggabean tapi juga di fasilitas kesehatan lainnya, guna meningkatkan kesejahteraan ibu hamil khususnya dalam menghadapi kehamilan dan persalinan nya.

Kata Kunci : Pengetahuan Dan Sikap Tentang Hypnobirthing

**THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND ATTITUDE  
OF PREGNANT MOTHER REGARDING HYPNOBIRTHING  
IN CHILDBIRTH AT YANTI PANGGABEAN  
MIDWIFERY INDEPENDENT PRACTICE  
SITOMPUL VILLAGE, 2025**

**OCTAVIA RATUA LINA BORU SIMATUPANG**

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

**Email: octaviasimatupang217@gmail.com**

**ABSTRACT**

Hypnobirthing is a self-hypnosis technique that aims to in still positive thoughts when facing pregnancy and childbirth in a natural way, minimizing pain. This study aims to examine the relationship between knowledge and the attitude of pregnant women regarding hypnobirthing in childbirth at Yanti Panggabean Midwifery Independent Practice , Sitompul Village in 2025. This research is a correlational analytic study with a cross-sectional design. Sampling was conducted using the total sampling method, involving 30 pregnant mother, with data collected using questionnaires. Data analysis was performed univariately and bivariately to determine if there was a relationship between knowledge and the attitude of pregnant childbirth. The analysis results showed a p-value of 0.001 ( $<0.05$ ). This study indicates that the knowledge level of pregnant mother about hypnobirthing is good, with 24 people (80%) having a positive attitude and 6 people (20%) having sufficient knowledge with a negative attitude. It is hoped that the knowledge and attitude of pregnant mother about hypnobirthing in labor will continue to increase, not only at Yanti Panggabean Midwifery Independent Practice but also at other healthcare facilities, to improve the well-being of pregnant mother, especially in facing their pregnancy and childbirth.

Keywords: Knowledge and Attitude, Hypnobirthing



**CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :**

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

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya dan dengan hasil yang sesuai dengan harapan saya. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan. Skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan Bapak/Ibu dan saya ucapkan terimakasih kepada Bapak/ Ibu yang telah membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Pada kesempatan ini saya juga mengucapkan terimakasih kepada :

1. Tengku Sri wahyuni, SST, M.Kes, selaku Plt Direktur Poltekkes Kemenkes Medan yang memberikan kesempatan untuk saya menyelesaikan skripsi ini.
2. Arihta Br. Sembiring, SST, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Direktur Poltekkes Kemenkes Medan yang memberikan kesempatan untuk saya menyelesaikan skripsi ini.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes, selaku Ketua Prodi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan sekaligus sebagai Pembimbing pertama saya, yang telah banyak memberikan bimbingan dan juga kesempatan untuk saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Fitriyani Pulungan SST, M.Kes sebagai penguji utama saya yang telah menguji saya selama seminar proposal dan seminar hasil dan telah banyak memberikan bimbingan dan arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Juana Linda Simbolon SST, M.Kes sebagai pembimbing II saya yang juga telah banyak memberikan bimbingan dan masukan serta banyak meluangkan waktunya untuk membantu saya tanpa pamrih

menyelesaikan skripsi ini.

6. Bidan Yanti Panggabean S.Keb selaku Kepala Lahan Penelitian di PMB yang telah mengizinkan saya melaksanakan penelitian serta menyediakan tempat dan fasilitas yang dibutuhkan sehingga penelitian ini dapat selesai.

2 7. Orang tua dan adik-adik saya yang telah banyak memberikan dukungan moral, doa serta bantuan kepada saya sehingga memotivasi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu saya, semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pendidikan terkhususnya mengenai Hypnobirthing dalam membantu ibu menghadapi kehamilan dan proses kelancaran persalinan.

Medan, 23 Juni 2025

(Octavia Ratua Lina Boru

Simatupang)

## DAFTAR ISI

Halaman pernyataan orisinitas .....	i
Lembar Persetujuan .....	ii
Lembar Pengesahan .....	iii
Abstrak Bahasa Indonesia .....	iv
Abstrak Bahasa Inggris .....	v
Kata Pengantar .....	vi
Daftar Isi .....	viii
Daftar Tabel .....	x
Daftar Lampiran .....	xi
BAB I .....	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	3
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	3
1.4.2 Manfaat Praktik .....	3
BAB II .....	
2.1 Tinjauan Teori .....	5
2.1.1 Konsep Dasar Pengetahuan .....	5
2.1.1.1 Pengertian Pengetahuan .....	5
2.1.1.2 Faktor Mempengaruhi Pengetahuan .....	6
2.1.1.3 Pengukuran Pengetahuan .....	8
2.1.2 Konsep Dasar Sikap .....	9
2.1.2.1 Pengertian Sikap .....	9
2.1.2.2 Skala Pengukuran Sikap .....	10
2.1.3 Konsep Dasar Kehamilan .....	11

2.1.3.1	Pengertian Kehamilan.....	11
2.1.3.2	Perubahan Fisiologi Pada Kehamilan .....	12
2.1.4	Konsep Dasar Hypnobirthing .....	14
2.1.4.1	Pengertian Hypnobirthing .....	14
2.1.4.2	Tujuan Hypnobirthing .....	15
2.1.4.3	Manfaat Hypnobirthing .....	15
2.1.4.4	Teknik Hypnobirthing .....	16
2.1.4.5	Langkah-langkah Melakukan Hypnobirthing .....	17
2.1.4.6	Waktu Melakukan Hypnobirthing .....	18
2.2	Kerangka Teori .....	19
2.3	Kerangka Konsep .....	19
2.4	Defenisi Operasional.....	20
BAB III.....		
3.1	Jenis dan Desain Penelitian.....	21
3.2	Populasi dan Sampel.....	21
3.3	Jenis dan Cara Pengambilan Data .....	21
3.4	Pengolahan dan Analisi Data.....	22
3.5	Hipotesis.....	22
3.6	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	22
3.7	Prosedur penelitian.....	23
BAB IV .....		
4.1	Hasil penelitian .....	25
4.2	Pembahasan.....	28
BAB V .....		
5.1	Kesimpulan .....	32
5.2	Saran .....	32
32		
5.2.1	Bagi Responden .....	32
5.2.2	Bagi Institusi .....	32
5.2.3	Bagi Peneliti Lain.....	33
5.2.4	Bagi Tenaga Kesehataan .....	33
Daftar pustaka .....		34

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Defenisi Operasional Variabel.....	20
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden .....	25
Tabel 4.2 Tabulasi Silang Usia dan Pengetahuan.....	26
Tabel 4.3 Tabulasi Silang Pendidikan dan Pengetahuan .....	26
Tabel 4.4 Tabulasi Silang Pekerjaan dan Pengetahuan .....	27
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Paritas dan Pengetahuan .....	27
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Sumber Informasi dan Pengetahuan .....	28
Tabel 4.7 Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Hamil.....	28



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Survey Penelitian.....	
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Survey Penelitian .....	
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian .....	
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian .....	
Lampiran 5. Sertifikat Ethical Clearance.....	
Lampiran 6. Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	
Lampiran 7. Informed Consent.....	
Lampiran 8. Lembar Kuesioner .....	
Lampiran 9. Jawaban Kuesioner.....	
Lampiran 10. Master Tabel.....	
Lampiran 11. Output Statistik Hasil Penelitian.....	
Lampiran 12. Daftar Bimbingan.....	
Lampiran 13. Hasil Turnitin .....	
Lampiran 14. Output Hasil Penelitian .....	
Lampiran 15. Daftar Riwayat Hidup .....	

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Persalinan adalah sebuah proses dari yang dimuali dari tahapan pengeluaran bayi sampai lahirnya plasenta, pada proses persalinan banyak hal yang dapat terjadi pada tubuh ibu maupun tubuh janin. Salah satunya adalah adanya rasa sakit dan ketidaknyamanan saat hamil dan pada saat proses persalinan, hal ini merupakan proses yang alami tetapi banyak ibu hamil maupun ibu bersalin tidak mengetahui dan kurang memahami bahwa rasa sakit saat bersalin itu disebabkan karena perubahan dalam tubuh ibu terutama pada alat reproduksi seperti uterus dan genetalia luar, hal tersebut terjadi karena pengaruh hormon yang terjadi saat proses persalinan. Bukan hanya itu, komplikasi yang mungkin terjadi pada ibu saat hamil maupun bersalin bisa sangat banyak dan sangat berbahaya sampai mengancam nyawa ibu dan janinnya (Indah et al., 2019).

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah jumlah kematian perempuan yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan masa nifasnya per 100.000 kelahiran hidup. Kematian akibat kecelakaan, bunuh diri tidak termasuk dalam hitungan AKI. AKI merupakan indikator yang digunakan untuk menentukan derajat kesehatan masyarakat. Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2020 angka kematian ibu (AKI) di dunia berkisar 810/100.000, sedangkan AKI di Indonesia tahun 2020 yaitu 189 per 100.000 kelahiran hidup (Badan Pusat Statistik, 2020) dan Provinsi Sumatera Utara AKI mencapai 195 per 100.000 kelahiran hidup (BPS, 2023).

Salah satu penyebab tingginya AKI adalah kesiapan fisik maupun mental pada ibu hamil, ibu bersalin dan ibu nifas. Kesiapan mental setiap ibu berbeda-beda berdasarkan beberapa faktor seperti usia, paritas, dukungan keluarga, tingkat kecemasan, jarak kehamilan dan lain

sebagainya. Tingkat kecemasan ibu sangat mempengaruhi proses persalinan ibu, kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan akan meningkat pada kehamilan trimester III dan akan sangat berpengaruh pada proses persalinannya. Kecemasan yang terjadi terus menerus dapat menyebabkan kesejahteraan ibu dan janin menurun. Dampak perubahan psikologi pada ibu menyebabkan ibu hamil mengalami rasa sensitif, cenderung malas, butuh perhatian lebih, mudah cemburu, kecemasan yang semakin tinggi (Veronika et al., 2020).

Hypnobirthing merupakan salah satu teknik hipnosis dengan cara menghipnotis diri sendiri untuk mempersiapkan persalinan agar berjalan dengan lancar. Teknik ini bekerja dengan cara membawa gelombang otak alfa yang memiliki frekuensi 14-30 Hz. Pada gelombang otak alfa, kondisi otak dalam keadaan rileks dan nyaris tertidur, dimana saat itu tubuh mulai mengeluarkan hormon serotonin dan endorfin. Teknik ini bisa diterapkan pada awal kehamilan sampai saat proses persalinan. Relaksasi hypnobirthing yang dilakukan secara terus-menerus oleh ibu hamil akan menimbulkan kenyamanan sehingga kecemasan menghadapi persalinan dapat diatasi. Hypnobirthing dapat meminimalkan bahkan bisa menghilangkan rasa takut, rasa sakit dan kepanikan selama proses persalinan maupun periode setelahnya (Sholihah & Aini, 2020)

Menurut (Dinda Fitrianiingsih et al., 2022) dengan judul penelitian “Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing”, pada penelitian tersebut dinyatakan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil dengan persalinan menggunakan hypnobirthing berdasarkan beberapa karakteristik seperti usia, pendidikan, pekerjaan dan paritas ibu. Dan dalam penelitian (Harahap, 2022) juga menyatakan bahwa, adanya hubungan pengetahuan dengan sikap ibu tentang hypnobirthing berdasarkan karakteristik usia, sumber informasi dan pendidikan.

Berdasarkan penelitian tersebut, penulis melakukan penelitian kembali untuk melihat apakah ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil di PMB Bidan Yanti Panggabean tahun 2025 berdasarkan karakteristik usia,

pekerjaan, pendidikan, paritas dan sumber informasi. Dimana pada PMB bidan Yanti Panggabean sudah dilakukan hypnobirthing dan pada kunjungan ANC sudah diterapkan pelatihan hypnoterapi sebelum diadakannya penelitian ini. Sehingga penulis tertarik melihat apakah hal tersebut juga mempengaruhi pengetahuan dan sikap ibu hamil di PMB tersebut.

## 1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025 ?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean 2025.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.
2. Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025 berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, sumber informasi.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan, meningkatkan ilmu pengetahuan serta menerapkan ilmu yang telah dipelajari tentang teknik hypnobirthing serta manfaat hypnobirthing selama persalinan.

### 1.4.2 Manfaat Praktik

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan pengetahuan dan informasi bagi dosen dan mahasiswa khususnya tentang hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.

#### 2. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk program hypnobirthing yang sudah ada dan sebagai bahan masukan kepada para tenaga kesehatan untuk dapat melaksanakan hypnobirthing saat persalinan.

#### 3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan ke dalam keadaan yang sebenarnya bagi dalam segi penelitian maupun hypnobirthing.

#### 4. Bagi Responden

Dapat mengetahui manfaat hypnobirthing dalam masa kehamilan dan persalinan, serta mengetahui sejauh mana mereka mengerti tentang hypnobirthing dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari selama kehamilannya dan saat proses persalinannya.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Tinjauan Pustaka

##### 2.1.1 Konsep Dasar Pengetahuan

##### 2.1.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah bentuk pemahaman seseorang terhadap sesuatu objek atau keadaan, pengetahuan yang dimiliki seseorang sangat penting bagi dirinya maupun bagi orang lain. Tingkat pengetahuan setiap orang dapat berbeda-beda tergantung pengalaman, apa yang sering dilihat dan apa yang sering didengar. Pengetahuan dapat diaplikasikan dalam bentuk apa saja seperti buku, teknologi, praktik, tradisi dan lain sebagainya. Pengetahuan yang disimpan dan dikelola dengan bijak dapat menciptakan inovasi dan tren terbaru yang akan sangat berguna bagi kehidupan manusia. Pengetahuan dapat dikategorikan dalam 6 tingkatan menurut Notoatmodjo dalam (Veronika et al., 2020) yaitu:

##### 1. Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu hal atau materi yang telah dipelajari sebelumnya dan mengingat kembali dengan spesifik dari seluruh bahan yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima tersebut. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah dari 6 tingkatan tersebut. Sehingga orang tersebut dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan serta menyatakan.

##### 2. Memahami (Comprehension)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan sesuatu secara benar tentang objek yang telah diketahui dan dipelajari dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara baik dan benar. Dalam hal ini, orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan sesuatu tentang apa yang telah diketahuinya.

### 3. Aplikasi (Application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasinya dapat diartikan sebagai penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip dan lain sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain yang berbeda dari sebelumnya.

### 4. Analisis (Analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur yang masih berkaitan satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari pengguna kata kerja, seperti dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan lain sebagainya.

### 5. Sintesis (Synthesis)

Sintesis merujuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian ke dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru dan utuh.

### 6. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi maupun objek.

#### 2.1.1.2 Faktor Mempengaruhi Pengetahuan

Dalam (Wahid et al., 2023) dikemukakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan ada dua jenis yaitu :

##### 1. Faktor Internal

###### a. Usia

Usia ibu hamil yang normal dan aman bagi ibu adalah dengan usia antara 20 sampai 35 tahun. Umur dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun merupakan usia yang bahaya bagi kehamilan karena dapat meningkatkan resiko kesakitan dan kematian dalam proses kehamilan dan persalinan dan juga

akan sangat menentukan kesejahteraan ibu dan janin dan akan mempengaruhi proses pembuahan dan kualitas sel telur. Dalam kurun usia >35 tahun, kualitas sel telur sudah menurun, begitu juga dengan usia <20 tahun maka kualitas sel telur belum matang seutuhnya.

b. Pendidikan

Pendidikan merupakan suatu proses dan hasil dari bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju tingkat yang lebih baik dan lebih tinggi. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan berbagai informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan juga mempengaruhi seseorang dalam berpikir dan perilaku sehingga sangat penting bagi proses pembangunan dan kualitas diri, semakin tingkat pendidikan seseorang maka sangat memungkinkan seseorang lebih mudah menerima dan memahami informasi. Klasifikasi tingkat pendidikan menurut Arikunto dalam (Wahid et al., 2023) adalah:

Pendidikan Rendah: tidak sekolah, SD, SMP

Pendidikan Tinggi: SMA, Pendidikan Lanjut

c. Pekerjaan

Merupakan salah satu penunjang bagi seseorang untuk menunjang kualitas kehidupannya dan keluarganya sehingga memiliki penghasilan untuk memenuhi kebutuhan rumah tangganya. Pekerjaan ibu hamil tidak hanya mempengaruhi tingkat sosial ekonomi tetapi juga menunjukkan bahwa ibu yang bekerja memiliki pengetahuan yang lebih tinggi dalam menerima informasi dan lebih cepat tanggap dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Menurut Yuliana dalam (Wahid et al., 2023) pekerjaan dibagi dua yaitu : bekerja dan tidak bekerja.



d. Paritas

Paritas merupakan jumlah anak yang dilahirkan oleh ibu hingga persalinan terakhir baik dalam keadaan hidup maupun mati. Klasifikasi paritas di bagi yaitu : Nullipara adalah wanita yang belum pernah melahirkan, Primipara adalah yang telah melahirkan sebanyak satu kali, Secondipara adalah ibu yang melahirkan sebanyak dua kali, Multipara adalah telah melahirkan lebih dari dua kali, Grandemultipara adalah melahirkan lima orang anak atau lebih.

e. Sumber Informasi

Sumber Informasi merupakan perantara dalam menyampaikan suatu informasi. Sumber informasi dapat diterima melalui media dan non media. Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang juga dipengaruhi oleh informasi, semakin banyak orang mendapatkan informasi maka pengetahuan yang dimiliki semakin meningkat.

2. Faktor Eksternal

a. Faktor Lingkungan

Merupakan faktor kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku seseorang atau kelompok.

b. Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat yang dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi, karena manusia cenderung menerima maupun melakukan sesuatu yang sering dilihat dan didengar.

**2.1.1.3 Pengukuran Pengetahuan**

Dalam hal mengukur pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau menanyakan secara langsung tentang isi materi yang akan di ukur dari responden secara langsung ke dalam pengetahuan yang ingin

diukur dan disesuaikan dengan tingkatannya. Jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum di bagi menjadi 2 yaitu :

1. Pertanyaan subjektif

Penggunaan pertanyaan subjektif yaitu dengan bentuk pertanyaan essay yang akan dijawab oleh responden dan kemungkinan jawaban akan berbeda-beda tergantung situasi dan keadaan responden.

2. Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan objektif yaitu pertanyaan pilihan ganda atau bentuk pertanyaan seperti menjodohkan antar dua bagian, hal ini dianggap lebih efektif untuk dinilai dibandingkan dengan essay. Dalam (Wahid et al., 2023) pengukuran tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi 3 yaitu :

- a. Pengetahuan baik bila responden menjawab 76- 100% pertanyaan
- b. Pengetahuan cukup bila responden menjawab 56- 75% pertanyaan.
- c. Pengetahuan kurang bila responden menjawab <56% pertanyaan.

## 2.1.2 Konsep Dasar Sikap

### 2.1.2.1 Pengertian Sikap

Sikap merupakan hasil dari sebuah pemikiran, perasaan dan tindakan seseorang terhadap seseorang maupun lingkungannya. Sikap seseorang dapat berubah apabila mendapatkan stimulasi yang lebih besar melebihi stimulasi pertama yang didapatkan seseorang, sehingga dapat dikatakan bahwa sikap adalah tindakan seseorang yang cenderung dilakukan dengan cara tertentu (Rosdiana et al., 2023). Sikap terdiri dari beberapa tingkatan yaitu :

#### 1. Menerima (Receiving)

Jika seseorang menunjukkan ketertarikan terhadap suatu objek atau keadaan, mereka akan mau mengikuti arahan dan petunjuk yang diberikan tanpa arahan atau himbauan yang berlebihan karena pada

dasarnya dalam pikiran bawah sadarnya mereka sudah menerima tanpa diberikan stimulasi yang berlebih dari yang seharusnya.

2. Merespon (Responding)

Seseorang yang tertarik terhadap sesuatu mereka akan spontan meresponi suatu keadaan, mereka akan bertanya terlebih dahulu sebelum diberikan pertanyaan dan mereka akan sangat antusias dan serius ketika diberikan arahan dan pengertian tentang suatu hal.

3. Menghargai (Valuing)

Jika seseorang menerima stimulasi tertentu dan mereka tertarik terhadap sesuatu tersebut, mereka akan sangat menghargainya dan mereka akan memberitahukan hal hal yang mereka terima tersebut kepada orang-orang karena itu adalah bukti mereka menghargai dan mengapresiasi sesuatu.

4. Bertanggungjawab (Responsible)

Merupakan sikap yang paling tinggi, karena memiliki rasa tanggung jawab maka seseorang akan secara khusus mengorbankan sesuatu untuk menunjukkan rasa apresiasi atau rasa ketertarikannya terhadap suatu hal.

### 2.1.2.2 Skala Pengukuran Sikap

Pengukuran skala sikap biasanya dengan mengukur menggunakan skala likert yaitu untuk mengukur suatu pendapat seseorang maupun kelompok. Skala likert merupakan skala ukur psikometrik yang digunakan dalam kuesioner dan sering digunakan dalam skala ukur dalam riset survey, skala likert diambil dari nama penemunya yaitu Rensis Likert, beliau telah mengembangkan skala ini untuk mengukur sikap masyarakat pada tahun 1932. Cara kerja skala ini adalah dalam pembentukan pilihan atau nilai berjenjang semisalnya 0,1,2,3,4,5 yang bertujuan untuk memudahkan dalam pengambilan hasil atau nilai sosial. Dalam skala likert variabel yang akan di ukur akan dijabarkan menjadi indikator variabel kemudian akan dijadikan untuk menyusun pertanyaan atau pernyataan

dalam sebuah kuesioner dan jawabannya akan menunjukkan sikap yang dari sangat positif sampai sangat negatif (Harahap, 2022)

### 2.1.3 Konsep Dasar Kehamilan

#### 2.1.3.1 Pengertian Kehamilan

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau pertemuannya spermatozoa dan ovum, kemudian terjadinya nidasi atau implantasi dan berkembang menjadi janin. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu, jadi dapat disimpulkan bahwa kehamilan adalah bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau diluar rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir (Setianingsih et al., 2022)

Kehamilan yaitu pertumbuhan dan perkembangan dari dalam rahim mulai sejak konsepsi sampai permulaan persalinan. Setiap bulan wanita melepaskan satu sampai dua sel telur dari induk telur yang disebut ovulasi, yang ditangkap oleh umbai-umbai (fimbriae) dan masuk ke dalam sel telur. Saat melakukan hubungan seksual, cairan sperma masuk ke dalam vagina dan berjuta-juta sel sperma bergerak memasuki rongga rahim lalu masuk ke dalam sel telur. Pembuahan sel telur oleh sperma biasa terjadi di bagian yang mengembang dari tuba falopi. Pada sekeliling sel telur banyak berkumpul sperma kemudian pada tempat yang paling mudah untuk dimasuki, masuklah satu sel sperma dan kemudian bersatu dengan sel telur. Peristiwa ini disebut fertilisasi. Ovum yang telah dibuahi ini segera membelah diri sambil bergerak oleh rambut getar tuba menuju ruang rahim kemudian melekat pada mukosa rahim untuk selanjutnya bersarang di ruang rahim, Peristiwa ini disebut nidasi (implantasi). Dari pembuahan sampai nidasi diperlukan waktu kira-kira 6-7 hari. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester yaitu Trimester I (0-12 minggu), Trimester II (13-24 minggu) dan Trimester III (25-40 minggu) (Setianingsih et al., 2022)

#### 2.1.3.2 Perubahan Pada Kehamilan

Dalam (Salsabila et al., 2023), menyatakan bahwa perubahan perubahan fisiologis pada kehamilan antara lain :

#### 1. Perubahan Fisiologis

##### a. Mual Muntah

Perubahan Fisiologis yang pertama kali akan terjadi adalah mual muntah, karena pada saat proses pertumbuhan janin uterus akan membesar dan sistem pencernaan pun akan mendapatkan efek sampingnya, juga mual muntah akan didukung oleh perubahan hormon kehamilan seperti hormon estrogen, progesteron dan HCG.

##### b. Cepat Lelah

Hal ini biasanya akan dialami oleh ibu hamil di trimester I dan III, penyebab salah satunya adalah kurang tidur, kadar Hb yang semakin turun dan pembesaran uterus yang membuat fisik ibu akan mengalami kelelahan terlebih saat melakukan aktivitas yang berat.

##### c. Nyeri Pinggang

Ketidaknyamanan ini disebabkan oleh bertambahnya uterus sesuai dengan bulan kehamilan yang semakin besar dan postur tubuh serta fisiologis tulang belakang yang menahan beban uterus sehingga akan berdampak pada pinggan, biasanya pinggang akan sering nyeri dan panas di kehamilan trimester III.

##### d. Susah BAB

Hal ini biasanya disebabkan sistem pencernaan pada ibu hamil, ibu akan mengalami konstipasi sehingga disarankan untuk mengonsumsi serat dan banyak air hangat dan ketika ibu mengalami konstipasi disarankan tidak konsumsi tablet Fe terlebih dahulu.

##### e. Sering BAK

Pada ibu hamil, ginjal bekerja lebih keras dari biasanya karena ginjal akan menyaring darah lebih banyak dari pada sebelum hamil dan juga pembesaran uterus akan membuat ibu akan sering BAK dibandingkan ketika tidak hamil.

#### 2. Perubahan Psikologis

#### a. Perubahan Psikologis Pada Trimester I

Ibu merasa tidak sehat dan kadang merasa benci dengan kehamilannya, kadang muncul penolakan, kekecewaan, kecemasan dan kesedihan, bahkan ibu berharap dirinya tidak hamil, ibu selalu mencari tanda-tanda apakah ia benar benar hamil, hal ini dilakukan hanya sekedar untuk meyakinkan dirinya, setiap perubahan yang terjadi dalam dirinya akan selalu mendapat perhatian, ketidakstabilan emosi dan suasana hati (Anwar et al., 2022)

#### b. Perubahan Psikologis Pada Trimester II

Ibu sudah merasa sehat, tubuh ibu sudah terbiasa dengan kadar hormon yang tinggi, ibu sudah bisa menerima kehamilannya, ibu sudah dapat merasakan gerakan bayi, merasa terlepas dari ketidaknyamanan dan kekhawatiran, merasa bahwa bayi sebagai individu yang merupakan bagian dari dirinya, hubungan sosial meningkat dengan wanita hamil lainnya/pada orang lain, ketertarikan dan aktifitasnya terfokus pada kehamilan, kelahiran dan persiapan untuk peran baru, perut ibu belum terlalu besar sehingga belum dirasa beban (Anwar et al., 2022)

#### c. Perubahan Psikologis Pada Trimester III

Rasa tidak nyaman timbul kembali, merasa dirinya jelek, aneh dan tidak menarik, merasa tidak menyenangkan ketika bayi tidak lahir tepat waktu, takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang akan timbul pada saat melahirkan, khawatir akan keselamatannya, khawatir bayi akan dilahirkan dalam keadaan tidak normal, semakin ingin menyudahi kehamilannya, aktif mempersiapkan kelahiran bayinya (Anwar et al., 2022)

### 2.1.4 Konsep Dasar Hypnobirthing

#### 2.1.4.1 Pengertian Hypnobirthing

Hypnobirthing berasal dari bahasa Yunani hypnos yang berarti tidur atau pikiran tenang dan birthing yang berarti proses kehamilan sampai melahirkan. Hypnobirthing merupakan upaya alami menanamkan niat ke

pikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar dengan menggunakan kata kata afirmatif untuk menginformasi, mengedukasi serta memotivasi ibu. Kehamilan merupakan krisis maturasi yang dapat menimbulkan kecemasan. Namun, jika krisis tersebut dapat ditanggulangi, wanita menjadi siap untuk memasuki fase baru, yaitu mengemban tanggung jawab dan merawat kehamilannya. Konsep diri wanita berubah, siap menjadi orang tua dan menyiapkan emosional yang sangat besar pada wanita dan menambah intensitas emosi-emosi dan tekanan bathin pada kehidupan psikisnya (Syaras et al., 2019)

Menurut dokter kandungan inggris bernama Grantly Dick Read yang berhasil menyimpulkan teorinya yaitu “jika rasa takut tidak ada, maka rasa sakit tidak ada”. Rasa takut menyebabkan pembuluh arteri yang mengarah ke rahim berkontraksi dan menegang, menimbulkan nyeri. Tanpa adanya rasa takut, otot-otot melemas dan melentur, leher rahim (serviks) dapat menipis serta membuka secara alami sewaktu tubuh berdenyut secara berirama dan mendorong bayi dengan mudah. Teori inilah yang akhirnya banyak menginspirasi para dokter dan ilmuwan untuk terus mengkaji tentang proses persalinan yang alami dan tanpa rasa sakit atau nyeri. Hypnobirthing merupakan metode melahirkan unik yang menggabungkan teknik melahirkan santai alami dengan hypnosis diri (self-hypnosis). Metode ini membantu calon ibu untuk mengembangkan naluri melahirkan alami yang lebih aman, lebih mudah dan lebih nyaman, dengan cara memahami bagaimana tubuh bekerja selama kehamilan dan melahirkan. Teknik hipnosis diri membantu mereka untuk merasa rileks sehingga otot-otot persalinan dapat bekerja dalam harmoni yang sempurna sesuai fungsi. Relaksasi mengalir secara alami, membebaskan calon ibu dari ketakutan dan kecemasan dalam menjalani kehamilan dan menghadapi persalinannya (Syaras et al., 2019)

#### 2.1.4.2 Tujuan Hypnobirthing

Tujuan Hypnobirthing adalah ibu yang akan melahirkan menyadari bahwa tubuhnya akan mampu melahirkan dengan kondisi rileks,

bekerjasama dengan tubuhnya dan bayinya, dia percaya bahwa masing-masing dapat melakukan tugasnya, dan proses persalinannya berlangsung tanpa interupsi. Dalam proses persalinan dapat melenyapkan rasa lelah dan mempersingkat waktu persalinan. Hasilnya adalah pengalaman persalinan yang memuaskan dari proses persalinan, bersama seluruh keluarga, termasuk bayi tetap terjaga, sadar dan tenang namun bersemangat. Hypnobirthing membuat orang tua menjadi tenang, rileks dan memegang kendali saat mereka membahas berbagai pilihan yang ada, mengevaluasi situasinya dan mengambil keputusan mengenai persalinan. Suasana hati yang tenang dan damai dapat membuat pemulihan ibu menjadi lebih mudah dan mengurangi intervensi medis selama persalinan (Wahid et al., 2023)

#### **2.14.3 Manfaat Hypnobirthing**

Menurut penelitian wahid (2023), manfaat relaksasi hypnobirthing yaitu:

##### **1. Manfaat untuk ibu**

Mampu menghadirkan rasa nyaman, aman, dan rileks menjelang persalinan, membuat ibu mampu mengontrol sensasi rasa sakit pada saat kontraksi uterus, membantu ibu meningkatkan rasa ketenangan diri pada proses persalinan, membuat ibu bersalin tetap dalam kondisi terjaga dan sadar, hypnobirthing membuat ibu menghemat energinya saat proses persalinan sehingga mencegah terjadinya kelelahan pada saat persalinan, meningkatkan kadar endorphen dalam tubuh untuk mengurangi rasa nyeri pada saat kontraksi, menghilangkan rasa takut, tegang dan panik saat persalinan, mengurangi resiko terjadinya komplikasi dalam persalinan, mengurangi resiko operasi section sesaria, dan mempercepat pemulihan ibu setelah melahirkan.

##### **2. Manfaat untuk bayi**

Getaran tenang dan damai akan dirasakan oleh janin yang merupakan dasar dari perkembangan jiwa, pertumbuhan janin lebih



sehat karena keadaan tenang akan memberikan hormon - hormon yang seimbang ke janin lewat plasenta.

3. Manfaat untuk suami atau pendamping persalinan

Dengan belajar hypnobirthing, suami atau pendamping persalinan menjadi lebih tenang dalam mendampingi proses persalinan, emosi suami akan menjadi lebih stabil dalam kehidupan sehari-hari, membantu memperbaiki dan memperkuat hubungan dan ikatan batin antara suami, istri serta bayi yang di kandung, aura positif dan tenang yang dimiliki oleh suami akan mempengaruhi aura ibu bersalin dan orang-orang disekitarnya.

#### 2.1.4.4 Teknik Hypnobirthing

Ada beberapa tahapan dalam teknik penerapan hypnobirthing menurut Wahid (2023) yaitu :

1. Preinduksi

Preinduksi adalah persiapan masuk ke pikiran bawah sadar dan termasuk mengetahui sebagai manfaat melakukan hypnosis. Dalam asas preinduksi ini ibu hamil juga dilatih tingkat kepekaan terhadap sugestibilitas, bisa dengan menggunakan alat atau tanpa alat. Salah satu alat yang digunakan adalah pendulum cevreur, caranya diamkan pendulum dan pandang pendulum lalu berkonsentrasi menggerakkan pendulum ke kanan ke kiri atau berputar hanya dengan memfokuskan pikiran. Cara lain tanpa alat yaitu dengan metode arm levitation yaitu mengangkat dua tangan lalu merasakan sugesti tangan kiri seolah ada sensasi balon hingga tangan kiri terangkat ke atas, tangan kanan ada sensasi membawa buku berat sehingga merasa tertarik ke bawah. Biasanya hypnotherapis akan mengajarkan kepada ibu hamil yang ikut kursus hypnobirthing.

2. Induksi

Induksi yaitu tahap bagaimana mematikan pikiran sadar dan masuk ke pikiran bawah sadar. Yang lazim digunakan adalah progresif

relaksasi yaitu relaksasi bertahap secara cepat dari ujung kepala secara bagian per bagian sampai ujung kaki.

## 2. Deepening

Deepening dilakukan hypnotherapeuticnya, bisa sugesti badan sehat dan perasaan gembira, maupun imaginsi bagaimana melahirkan dengan nyaman dan damai serta tenang. Metode sugesti bisa bermacam macam, bisa disesuaikan dengan keadaan emosi dan fisik pasien, namun jika pasien mengalami berbagai kasus trauma dan ketakutan yang berlebihan, memang perlu seorang hypnotherapist untuk membantu. Seorang hypnotherapist akan mencari permasalahannya dengan metode hypnoanalysis.

## 3. Sugesti

Sugesti bisa berupa mehtapora sugesti, bisa dengan empowerment sugesti maupun berbagai kalimat afirmatif. Setelah itu proses ditutup dengan terminasi sambil memberikan sugesti membuka mata dengan keadaan segar bugar.

### 2.1.4.5 Langkah-langkah Melakukan Hypnobirthing

Menurut Kuswandi (Sholihah & Aini, 2020) dalam ada empat cara untuk melakukan metode hypnobirthing ini, yaitu:

#### 1. Relaksasi Otot

Otot adalah bagian yang paling luas di tubuh manusia dan banyak digunakan untuk beraktivitas. Cara melakukan relaksasi otot adalah berbaring santai, lengan di samping kanan dan kiri, telapak kanan menghadap ke atas. Lalu tegangkan telapak kaki hingga merambat kebetis, paha, pinggul, dan dada. Pundak ditarik ke atas dan kedua telapak tangan dikepal kuat-kuat. Dahi dikerutkan, lidah ditarik ke arah langit-langit.

#### 2. Relaksasi Wajah

Mencapai relaksasi wajah yang dalam sangat penting karena akan membuat bagian tubuh yang lain lebih mudah mengikuti. Setelah menguasai seni relaksasi wajah, rahang akan benar-benar rileks

dengan mulut sedikit terbuka. Biarkan kedua kelopak mata pelanpelan menutup, pusatkan perhatian pada otot-otot didalam dan disekitar mata dengan membiarkan rahang bagian bawah sedikit rileks.

### 3. Relaksasi Pernapasan

Perhatikan nafas yang keluar dan masuk lewat hidung. Nafas yang rileks adalah nafas perut yang lambat dan teratur. Perlahan-lahan hirup nafas yang dalam lewat hidung, hitung 10 kali hitungan. Selanjutnya, hembuskan lewat hidung secara perlahan sambil diniatkan: "Setiap hembusan nafas membuat diri saya semakin tenang". Ini merupakan salah satu cara menuju kondisi rileks yang semakin dalam (teknik deepening).

### 4. Relaksasi Pikiran

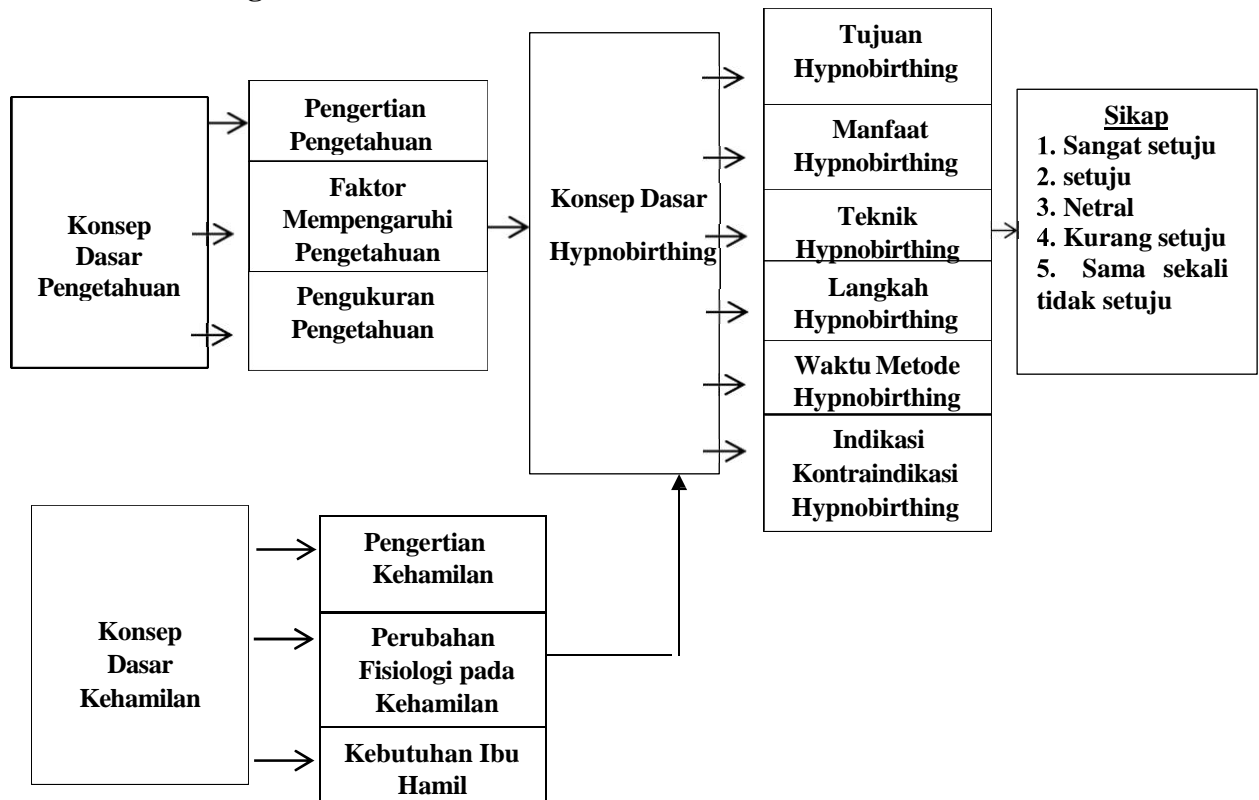
Karena getaran pikiran sangat ringan, pikiran perlu dilatih agar dapat mencapai ketenangan. Maka langkah ini diwakili oleh indera mata. Setelah mata terpejam sejenak, buka mata perlahan-lahan sambil memandang satu titik tepat di atas mata, makin lama, kelopak mata makin rileks, berkedip, dan hitungan kelima mata akan menutup. Jika ada pikiran yang datang, sementara biarkan saja, tetap pusatkan perhatian pada musik dan panduan. Pada saat ketiga unsur jiwa (perasaan, kemauan, dan pikiran) dan raga istirahat, masukkan program positif yang akan terekam dalam alam bawah sadar. Contoh program positif, "Saya dan janin di dalam kandungan akan tumbuh sehat dan saat persalinan akan menghadapinya dengan tenang".

#### 2.1.4.6 Waktu Melakukan Hypnobirthing

Pada kehamilan trimester pertama sudah dapat dilakukan dan diajarkan teknik hypnobirthing, namun apabila ibu belum mengetahui hypnobirthing dan terlambat mendapatkan informasi dan belum tahu cara melakukannya tidak terlambat jika melakukan hypnobirthing setelah usia kehamilan 7

bulan bahkan sampai saat proses persalinan. Belum ada ditemukan efek samping dari hypnobirthing dikarenakan hypnobirthing tidak menggunakan obat-obatan kimia, sehingga tidak mempunyai efek samping apapun. Ibu hamil juga dapat melakukan hypnobirthing sendiri, jika ibu sudah tahu cara melakukan relaksasi pikiran bawah sadar dapat melakukannya sendiri di rumah dapat juga diiringi oleh musik (Wahid et al., 2023).

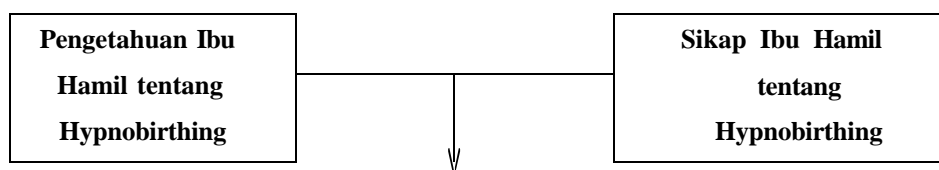
## 2.2 Kerangka Teori



## 2.3 Kerangka Konsep

### Variabel Independen

### Variabel Dependen



38

1. Usia
2. Pendidikan
3. Pekerjaan
4. Paritas
5. Sumber

## 2.4 Defenisi Operasional

**Tabel 2.1**  
**Defenisi Operasional Variabel Tentang Hypnobirthing**  
**Pada Persalinan Di PMB Yanti Panggabean**

<b>Variabel</b>	<b>Defenisi Operasional</b>	<b>Alat Ukur</b>	<b>Skala Ukur</b>	<b>HasilUkur</b>
Pengetahuan Ibu Hamil	Tingkat pengetahuan ibu hamil yang mempengaruhi pengetahuannya tentang hypnobirthing pada persalinan	Kuesioner	Ordinal	Baik Cukup Kurang
Sikap ibu Hamil	Sikap Ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan	Kuesioner	Ordinal	Positif Negatif
Usia ibu hamil	Perbedaan usia yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang Hypnobirthing	Kuesioner	Ordinal	<20 Tahun 20-35 Tahun >35 Tahun
Pendidikan ibu hamil	Tingkat pendidikan yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing	Kuesioner	Ordinal	Rendah (SD,SMP) Tinggi (SMA,PT)
Pekerjaan ibu hamil	Hubungan pekerjaan yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang Hypnobirthing	Kuesioner	Ordinal	Bekerja Tidak Bekerja
Paritas ibu hamil	Jumlah paritas yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada Persalinan	Kuesioner	Ordinal	Primigravida Secundigravida Multigravida Grandemultigravida
Sumber Informasi	Jenis sumber informasi yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap ibu hami tentang Hypnobirthing	Kuesioner	Ordianl	Media Non Media

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Analitik Korelasi dengan rancangan Cross Sectional yang bertujuan untuk mengukur kedua variabel sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.

#### 3.2 Populasi Dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang ibu hamil dan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Total Sampling yaitu dengan cara mengambil semua jumlah populasi menjadi responden dalam penelitian ini, yaitu semua ibu hamil yang ada di PMB Yanti Panggabean tahun 2025 sehingga diperkirakan jumlah sampel adalah 30 orang ibu hamil dari Trimester I sampai Trimester III.

#### 3.3 Jenis Dan Cara Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan metode survey dan jenis pengumpulan data pada penelitian ini adalah data primer yaitu pengambilan data secara langsung kepada sampel dengan menggunakan Inform Consent terlebih dahulu setelah responden setuju menjadi bagian dalam penelitian kemudian peneliti memberikan kuesioner pertanyaan sebanyak 30 pertanyaan yang dibagi menjadi dua yaitu, 15 pertanyaan untuk menilai pengetahuan dan 15 pertanyaan untuk menilai sikap ibu hamil.

Penilaian dalam kuesioner berdasarkan pengetahuan :

1. Pengetahuan Baik apabila responden benar menjawab 11-15 pertanyaan dari total pertanyaan.
2. Pengetahuan Cukup apabila responden benar menjawab 8-10 pertanyaan dari total pertanyaan.

3. Pengetahuan Kurang apabila benar <7 pertanyaan dari total pertanyaan.

Penilaian dalam kuesioner berdasarkan sikap :

1. Sikap Positif apabila responden benar menjawab 11-15 pertanyaan
2. Sikap Negatif apabila responden benar menjawab <11 pertanyaan

### 3.4 Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah analisis data univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk melihat gambaran frekuensi responden berdasarkan karakteristik variabel dan Analisis bivariat dengan uji chi-square untuk menguji anatr variabel untuk melihat apakah ada hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.

### 3.5 Hipotesis

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif yaitu hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas, dimana  $H_a$  dalam penelitian ini adalah :

$H_a$  : Adanya hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.

### 3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini adalah di PMB Yanti Panggabean yang terletak di Tarutung Kecamatan Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Provinsi Sumatera Utara dan waktu penelitian hanya 2 bulan dimulai setelah selesai seminar proposal yaitu tanggal 07 Maret 2025 sampai 06 Mei 2025.



### 3.7 Prosedur Penelitian

- 1) Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengajukan surat survey terlebih dahulu ke pihak kampus yang ditujukan ke tempat penelitian untuk mensurvey tempat yang akan dituju sebagai tempat penelitian.
- 2) Setelah surat survey keluar, maka peneliti akan datang ke tempat penelitian dengan membawa surat survey ke PMB Yanti Panggabean di Desa Sitompul dan akan menilai apakah PMB tersebut sudah memenuhi standar sesuai kebutuhan penelitian.
- 3) Setelah melakukan survey dan mendapatkan hasil sesuai dengan kebutuhan, peneliti mengajukan ke PMB Yanti Panggabean untuk membuat surat balasan untuk memenuhi keperluan administrasi penelitian.
- 4) Selanjutnya, setelah melakukan survey peneliti akan mengajukan surat izin penelitian ke pihak kampus agar dapat melakukan penelitian di PMB Yanti Panggabean.
- 5) Setelah surat izin penelitian keluar, maka peneliti akan melakukan penelitian di PMB Yanti Panggabean dengan membawa surat penelitian yang sudah keluar dari kampus. Peneliti akan melakukan penelitian dan akan menjumpai secara langsung responden yang berjumlah 30 orang ibu hamil saat kelas ibu hamil, peneliti memperkenalkan diri dan menyampaikan kedatangan dan menjelaskan mengenai penelitian dan peneliti memberikan informed consent kepada responden sebagai bukti bahwa responden bersedia menjadi bagian dari penelitian.
- 6) Setelah responden menandatangani informed consent, peneliti akan memberikan lembar kuesioner untuk diisi oleh responden

dengan jumlah pertanyaan sebanyak 30 pertanyaan dengan 15 pertanyaan mengenai pengetahuan tentang hypnobirthing dan 15 pertanyaan mengenai sikap tentang hypnobirthing.

- 7) Setelah kuesioner di isi oleh semua responden, peneliti mengajukan surat balasan dari PMB Yanti Panggabean untuk memenuhi kebutuhan administrasi penelitian.
- 8) Kemudian semua hasil data yang didapatkan dari 30 responden akan diolah dengan komputer menggunakan aplikasi SPSS dengan membuat master tabel terlebih dahulu dan akan di uji analisa dengan metode chi-square, semua kerahasiaan data responden akan dijaga dan ditanggungiawabi oleh peneliti.
- 9) Hasil penelitian yang didapatkan akan dibuat dalam bentuk laporan skripsi, dimana penelitian ini bertujuan untuk memenuhi tugas sebagai syarat untuk menyelesaikan study Sarjana Terapan Kebidanan dan akan dilakukan seminar hasil yang akan di uji oleh dosen penguji.
- 10) Setelah dilakukannya seminar hasil maka peneliti akan melakukan bimbingan untuk revisi hasil penelitian kepada pembimbing I dan pembimbing II, kemudian akan di jilid.
- 11) Setelah di jilid, maka hasil penelitian akan di publikasikan dalam bentuk jurnal yang akan dibantu oleh pihak kampus dan pihak komisi etik penelitian poltekkes medan.
- 12) Kemudian peneliti menyampaikan hasil penelitian kepada responden, karena hasil penelitian merupakan hak responden untuk mengetahuinya

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

**Tabel 4.1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan,**  
**Pekerjaan, Paritas dan Sumber Informasi di PMB Yanti**  
**Panggabean**

Variabel	Frekuensi	%
<b>Usia</b>		
<20 Tahun	2	6,7
20-35 Tahun	22	73,3
>35 Tahun	6	20
<b>Pendidikan</b>		
Rendah	5	16,7
Tinggi	25	83,3
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	23	76,7
Tidak Bekerja	7	23,3
<b>Paritas</b>		
Primigravida	10	33,4
Secundigravida	7	23,3
Multigravida	9	30
Grandemultigravida	4	13,3
<b>Sumber Informasi</b>		
Media	15	50
Non Media	15	50

Pengetahuan		
Kurang	0	0
Cukup	6	20
Baik	24	80
Sikap		
Positif	24	80
Negatif	6	20
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui mayoritas usia yaitu 20-35 tahun sebanyak 22 orang (73,3%), mayoritas tingkat pendidikan yaitu tinggi sebanyak 25 orang (83,3%), mayoritas pekerjaan yaitu bekerja sebanyak 23 orang (76,7%), mayoritas paritas adalah primigravida sebanyak 10 orang (33,4), sumber informasi memiliki persentasi yang sama yaitu sebanyak 15 orang (50%) untuk media dan 15(50%) orang untuk non media, mayoritas pengetahuan responden adalah baik sebanyak 24 orang (80%) dan mayoritas sikap responden adalah positif yaitu sebanyak 24 orang (80%).

**Tabel 4.2**  
**Tabulasi Silang Usia dan Pengetahuan**  
**di PMB Yanti Panggabean**

		Pengetahuan			
		Baik		Cukup	
		f	%	F	%
Usia	<20	1	3,3	1	3,3
	20-35	17	56,7	5	16,7
	>35	6	20	-	-
Total		24	80	6	20

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui mayoritas responden berpengetahuan baik yaitu di usia 20-35 tahun sebanyak 17 orang (56,7%), usia >35 tahun sebanyak 6 orang (20%) dan usia <20 tahun sebanyak 1 orang (3,3%) dan berpengetahuan cukup mayoritas usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 5 orang (16,7%) dan <20 tahun sebanyak 1 orang (3,3%).

**Tabel 4.3**

**Tabulasi Silang Pendidikan dan Pengetahuan  
Di PMB Yanti Panggabean**

		Pengetahuan			
		Baik		Cukup	
		f	%	F	%
Pendidikan	Rendah	4	13,3	1	3,3
	Tinggi	20	66,7	5	16,7
Total		24	80	6	20

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui mayoritas responden berpengetahuan baik yaitu dengan pendidikan tinggi sebanyak 20 orang (66,7%), dan berpendidikan rendah sebanyak 4 orang (13,3%) dan mayoritas berpengetahuan cukup yaitu dengan pendidikan tinggi sebanyak 5 orang (16,7%) dan pendidikan rendah sebanyak 1 orang (3,3%).

**Tabel 4.4  
Tabulasi Silang Pekerjaan dan Pengetahuan  
Di PMB Yanti Panggabean**

		Pengetahuan			
		Baik		Cukup	
		f	%	F	%
Pekerjaan	Bekerja	18	60	5	16,7
	TidakBekerja	6	20	1	3,3
Total		24	80	6	20

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa mayoritas responden berpengetahuan baik yaitu bekerja sebanyak 18 orang (60%), dan tidak bekerja sebanyak 6 orang (20%) dan mayoritas berpengetahuan cukup yang bekerja sebanyak 5 orang (16,7%) dan tidak bekerja sebanyak 1 orang (3,3%).

**Tabel 4.5  
Tabulasi Silang Paritas dan Pengetahuan  
Di PMB Yanti Panggabean**

		Pengetahuan			
		Baik		Cukup	
		f	%	F	%

Paritas	Primigravida	8	26,7	2	6,6
	Secundigravida	5	16,7	2	6,7
	Multigravida	7	23,3	2	6,7
	Grandemultigravida	4	13,3	-	-
Total		24	80	6	20

Berdasarkan tabel 4.5, mayoritas responden berpengetahuan baik yaitu primigravida sebanyak 8 orang (26,7%), secundigravida 5 orang (16,7%), multigravida sebanyak 7 orang (23,3%) dan grandemultigravida sebanyak 4 orang (13,3%) dan responden berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 2 orang (6,7%) kecuali grandemultigravida.

**Tabel 4.6**  
**Tabulasi Silang Sumber Informasi dan Pengetahuan**  
**Di PMB Yanti Panggabean**

		Pengetahuan			
Informasi	Media	Baik		Cukup	
		F	%	F	%
	Media	11	36,7	4	13,3
	Non Media	13	43,3	2	6,7
Total		24	80	6	20

Berdasarkan tabel 4.6, dapat diketahui bahwa mayoritas responden dengan berpengetahuan baik yaitu non media sebanyak 13 orang (43,3%) dan media 11 orang (36,7%) dan mayoritas responden berpengetahuan cukup yaitu mayoritas menerima informasi dari media sebanyak 4 orang (13,3%) dan non media sebanyak 2 orang (6,7%).

**Tabel 4.7**  
**Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Hamil**

Pengetahuan	Sikap				P
	Positif		Negatif		
	f	%	f	%	
Kurang	0	0	0	0	0,001
Cukup	0	0	6	20	
Banyak	24	80	0	0	

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa responden dengan pengetahuan baik dan bersikap positif sebanyak 24 orang dan responden dengan pengetahuan cukup dan bersikap negatif sebanyak 6 orang .

## 4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dari 30 responden yang sudah diteliti dapat diketahui bahwa mayoritas responden ada di usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 22 orang (73,3%), untuk usia >35 tahun ada sebanyak 6 orang (20%) dan usia <20 tahun sebanyak 2 orang (6,7%). Dan dapat diketahui juga bahwa, mayoritas responden yang berpengetahuan baik berada di rentan usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 17 orang (56,7%) dari 30 responden yang diteliti.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Erniawati (2024) di Puskesmas Caile Kabupaten Karo dengan hasil penelitian mayoritas responden dengan pengetahuan baik berdasarkan usia yaitu berusia 26-30 tahun (53,3%), 31-40 tahun (26,7%) dan 21-25 tahun (20%). Dari kedua hasil penelitian dapat diketahui bahwa usia berpengaruh pada tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil, usia ibu hamil 20-35 tahun yang secara relatif masuk kategori produktif dan masuk dalam kategori reproduksi sehat sehingga tingkat resiko, kecemasan lebih minim dan juga berpengaruh pada tingkat pengetahuan ibu, ini terjadi karena pada usia tersebut ibu sudah siap secara fisik dan psikologis dalam mengurus dirinya dan dapat mempercayai bahwa hypnobirthing dapat digunakan untuk membuat rasa nyaman ketika hamil sampai melahirkan, karena seiring bertambahnya usia mempengaruhi pola pikir dan daya tangkap seseorang dalam menerima informasi dan menerapkannya.

Berdasarkan hasil data 30 responden yang sudah diteliti dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik berdasarkan pendidikan, mayoritas berpendidikan tinggi yaitu sebanyak 26 orang (86,7%) dan berpendidikan rendah sebanyak 4 orang (13,3%) dari 30 responden yang berpengetahuan baik mayoritas tingkat pendidikannya

tinggi yaitu sebanyak 20 responden (66,7%). Dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yuliana (2021) didapati sebanyak 13 responden (40,625%) berpendidikan SMA dan diketahui ini merupakan hampir jumlah keseluruhan responden, sehingga ditemukan kesesuaian dari kedua hasil penelitian. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi kemungkinan besar memiliki kemampuan memahami informasi lebih baik, termasuk manfaat dan teknik hypnobirthing sehingga lebih mampu menyerap materi tentang hypnobirthing dengan baik dan dapat menerapkannya secara langsung.

Berdasarkan hasil data 30 responden yang sudah diteliti dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik berdasarkan pekerjaan mayoritas adalah bekerja yaitu sebanyak 23 orang (76,7%) dan tidak bekerja sebanyak 7 orang (23,3%) dan mayoritas yang berpengetahuan baik dengan bekerja yaitu sebanyak 18 orang (60%).

Penelitian sesuai dengan hasil penelitian Esti dalam Dinda Fitriyaningsih (2022) bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan ibu hamil berdasarkan pekerjaan, ibu hamil yang bekerja memiliki pengetahuan baik sebanyak 14 responden dengan presentase (35%), pengetahuan cukup sebanyak 5 responden dengan presentase (12,5%), pengetahuan kurang sebanyak 5 responden dengan presentase (12,5%), sedangkan ibu hamil yang tidak bekerja memiliki pengetahuan baik sebanyak 9 responden dengan presentase (22,5%), pengetahuan cukup sebanyak 5 responden dengan presentase (12,5%), dan pengetahuan kurang sebanyak 2 responden dengan presentase (5%). Hal ini besar kaitannya dengan pekerjaan karena ibu yang bekerja cenderung memiliki tingkat sosial dan ekonomi yang lebih stabil sehingga lebih merencanakan dan mempersiapkan kehamilan dan persalinannya, sehingga sejak awal kehamilan ibu sudah aktif mengikuti kelas ibu hamil dimana kelas ibu hamil sangat bermanfaat dan sangat mendukung masa kehamilan dan kelancaran persalinan dan juga ibu yang bekerja memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi dan memiliki motivasi yang lebih tinggi terhadap kehamilan sehat.



Berdasarkan hasil data 30 responden yang sudah diteliti dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik berdasarkan paritas yaitu primigravida sebanyak 10 orang (33,4%), secundigravida 7 orang (23,3%) multigravida sebanyak 9 orang (30%) dan grandemultigravida sebanyak 4 orang (13,3%). Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian (Syafitri & Mardha, 2021), ditemukan bahwa tingkat pengetahuan ibu primigravida tentang hypnobirthing (65%) dan multigravida (35%). Kedua penelitian dapat dikaitkan karena menurut teori lainnya, paritas menentukan tinggi rendahnya motivasi untuk belajar sesuatu. Ibu cenderung mengabaikan sesuatu karena merasa sudah pernah hamil dan bersalin sebelumnya dengan keadaan baik dan sehat tanpa hypnobirthing. Paritas juga menentukan sikap ibu dalam mencari informasi terbaru dan keinginan untuk mempersiapkan persalinannya. Sehingga diperlukan pendekatan berbeda dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil primigravida maupun ibu multigravida. Ibu Primigravida lebih membutuhkan pendekatan informatif, motivasional, dan suportif dikarenakan belum memiliki pengalaman hamil dan bersalin sebelumnya, sedangkan pada multigravida memerlukan pendekatan reflektif dan korektif.

Berdasarkan hasil data 30 responden yang sudah diteliti dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik berdasarkan sumber informasi yang didapatkan yaitu dari non media sebanyak 15 orang (50%) dan media sebanyak 15 orang (50%) dan mayoritas yang berpengetahuan baik yaitu yang menerima informasi melalui non media yaitu sebanyak 13 orang (43,3%). Menurut penelitian (Handayani et al., 2024), ibu hamil mendapatkan pengetahuan tentang hypnobirthing dari media sosial sebanyak (46%), disusul oleh tenaga kesehatan dan kelas ibu hamil (54%). Dari kedua penelitian ini dapat diketahui bahwa media memiliki pengaruh terhadap pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing tetapi dalam hal ini lebih tinggi dampaknya bahwa informasi didapatkan dari non media yaitu pelayanan kesehatan sehingga sangat diharapkan dalam pelayanan kelas ibu hamil sudah diajarkan dan

diterapkan mengenai hypnobirthing dalam kehamilan dan proses persalinan karena informasi yang didapatkan menunjukkan hasil yang signifikan terhadap perubahan perilaku dan sikap ibu hamil terutama ketika informasi disampaikan secara menarik dan terencana.

Berdasarkan 30 responden dapat diketahui bahwa responden yang berpengetahuan baik dengan sikap positif ada sebanyak 24 orang dan responden dengan pengetahuan cukup dengan sikap yang negatif ada 6 orang, penelitian ini sesuai dengan penelitian (Harahap, 2022) yang mengatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang hypnobirthing pada persalinan dengan hasil dari 30 responden yang diteliti terdapat 10 responden berpengetahuan kurang dengan sikap negatif, 7 responden dan sikap positif 23 orang dan berpengetahuan cukup sebanyak 16 orang dengan sikap negatif 7 orang dan berpengetahuan baik dan bersikap positif sebanyak 4 orang, sehingga didapati kesimpulan dari kedua penelitian ini bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik cenderung akan memiliki sikap yang positif terhadap suatu keadaan atau suatu informasi.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa dari 30 responden didapati responden dengan tingkat pengetahuan baik dan bersikap positif sebanyak 24 orang (80%) dan responden yang berpengetahuan cukup dengan sikap negatif sebanyak 6 orang (20%), didukung oleh hasil uji analisa dengan menggunakan metode chi-square didapati hasil bahwa p value dalam penelitian ini adalah 0,001 sehingga p value  $<0,05$  dan dapat disimpulkan

bahwa adanya hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025, sehingga Ha diterima dan H0 ditolak. Hal ini dikarenakan di PMB Yanti Panggabean ibu hamil telah diajari tentang hypnobirthing pada saat kelas ibu hamil dan sudah diterapkan secara langsung baik pada saat kelas ibu hamil maupun pada saat proses persalinan.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Responden**

Menganjurkan pada ibu hamil untuk mengikuti kelas ibu hamil dengan rutin karena pada saat kelas ibu hamil ibu akan diperiksa kehamilannya dan akan diajari kembali kegiatan hypnobirthing secara teratur sehingga ibu lebih mengetahui informasi mengenai hypnobirthing dan dapat lebih paten menerapkan hypnobirthing dalam kehamilan nya sampai pada saat persalinannya terkhusus bagi ibu yang tingkat pengetahuannya cukup dan ibu yang sikap nya negatif terhadap hypnobirthing.

### **5.2.2 Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya mengenai hypnobirthing untuk penunjang praktik kebidanan di institusi maupun di lahan praktik, dan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa lainnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hypnobirthing pada persalinan karena hypnobirthing merupakan metode yang sangat dibutuhkan ibu hamil dan ibu bersalin untuk menjaga kehamilan dan persalinannya tetap sehat dan nyaman.

### **5.2.3 Bagi peneliti Lain**

Diharapkan peneliti lain dapat melakukan penelitian tentang hypnobirthing ini berkelanjutan baik ditempat lain karena mengingat sangat pentingnya hypnobirthing diajarkan dan diterapkan pada ibu hamil dan ibu bersalin guna meningkatkan kesejahteraan ibu dan janin selama kehamilan dan saat proses persalinan.

#### 5.2.4 Bagi Tenaga kesehatan

Edukasi dan pelatihan hypnobirthing sangat bermanfaat bagi ibu hamil khususnya dalam menghadapi persalinan, sehingga diharapkan bidan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilannya dalam metode hypnobirthing guna meningkatkan kesejahteraan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan persalinannya sehingga ibu dapat lebih nyaman menjalani kehamilan dan persalinannya karena meningkatkan kepercayaan dalam dirinya bahwa ia mampu menghipnosis dirinya baik saat hamil maupun saat bersalin.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K. K., Saleh, K. S., Zulaikha, L. I., Resmi, D. C., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. 1–126.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Mortalitas Di Indonesia. *Mortalitas Di Indonesia Hasil Long Form Sensus Penduduk 2020*, 1–98.
- BPS. (2023). Angka Kematian Ibu\_AKI (Maternal Mortality Rate\_MMR) Hasil Long Form SP2020 Menurut Provinsi, 2020. In *Badan Pusat Statistik*.
- Dinda Fitrianiingsih, Karina Megasari Winahyu, Elang Wibisana, & Shieva Nur Azizah Ahmad. (2022). Editorial Team Jurnal JKFT. *Jkft*, 7(2), 108–112.

- Handayani, Y., Anggraeni, E., & Faronita, F. (2024). *The Effect of Hypnobirthing Relaxation on Reducing Anxiety Levels in Pregnant Women Trimester III Pengaruh Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III*. 7(November), 159–166. <https://doi.org/10.56013/JURNALMIDZ.V7I2.3396>
- Harahap, S. W. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Bersalin Tentang Metode Hypnobirthing Pada Nyeri Persalinan Di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(2), 84–88. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v8i2.1104>
- Indah, I., Firdayanti, F., & Nadyah, N. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Pada Ny “N” dengan Usia Kehamilan Preterm di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tanggal 01 Juli 2018. *Jurnal Midwifery*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.24252/jmw.v1i1.7531>
- Rosdiana, Wirawan, S., Hartika, A., Aji, S., Febriantika, Nayoan, C., Arisanti, D., Trisilawati, R., & Simanjuntak, R. (2023). Penerapan Strategi Perubahan Perilaku. In *Get Press Indonesia* (Issues 1–171).
- Salsabila, D. S., Kebidanan, J., & Kemenkes, P. (2023). Perubahan fisik dan psikologis pada masa kehamilan. *Alah Satu Manfaat Senam Hamil Adalah Untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Yang Terjadi Pada Trimester III. Permasalahan Ketidaknyamanan Ini Bisa Mengakibatkan Perasaan Tegang Saat Kehamilan Atau Bahkan Persalinan. Pada Kondisi Itu Sistem Tubuh Akan Terhalang*, 1–7.
- Setianingsih, F., Agustikawati, N., & Lestari, Y. (2022). *Kecemasan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Alas Barat*.
- Sholihah, N. L., & Aini, I. (2020). Hubungan PEengetahuan dengan Minat Ibu Hamil dalam Mengikuti Hypnobirthing. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 155–162. <https://doi.org/10.35874/jib.v9i2.578>
- Syafitri, E., & Mardha, M. S. (2021). Associated Factors with Hypnobirthing Implementation in Trimester III Pregnant Women at Diana Panitra Clinic Medan in 2020. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(1), 107–112. <https://doi.org/10.26699/jnk.v8i1.art.p107-112>
- Syaras, D., Wirman, W., Studi, P., & Ilmu, M. (2019). *Komunikasi intrapersonal pasien hypnobirthing di rumah sakit bersalin annisa pekanbaru*. 2, 13–20.
- Veronika, A., Br Sitepu, A., & Natalia, I. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala 1 Di Klinik Eka Sriwahyuni Medan Denai Tahun 2019. *Elisabeth Health Jurnal*, 5(1),

140–151. <https://doi.org/10.52317/ehj.v5i1.318>

Wahid, N., Yulaeka, Umamah, S., Tanuadike, T., & Nurhayati, E. (2023).  
*Untuk Ibu Hamil*.

## **DOKUMENTASI**





## Lampiran 7. Informed Consent

## PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,  
Calon Responden

Dengan hormat, saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Prodi Kebidanan Jurusan Alih Jenjang Kebidanan,

Nama : Octavia Simatupang

NIM : P07124424133

Dengan ini menyampaikan bahwa saya akan mengadakan penelitian dengan judul: “Hubungan Pengetahuan dan sikap Ibu Hamil tentang Persalinan dengan Hypnobirthing di PMB Yanti Panggabean Tahun 2025”. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk keperluan peneliti, kerahasiaan data dan identitas saudara tidak akan disebarluaskan.

Saya sangat menghargai kesediaan saudara untuk meluangkan waktu menandatangani lembar persetujuan yang disediakan ini. Atas kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Octavia Ratua Lina Boru Simatupang



8

## FORMULIR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Agama :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Octavia Ratua Lina Boru Simatupang, mahasiswa Program Studi Alih Jenjang Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan, yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Hypnobirthing pada Persalinan di PMB Opung Bidan Tahun 2024”.

Saya mengerti dan memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap saya, oleh karena itu saya bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini.

5

Tarutung, 2025

Responden,

## Lampiran 8. Lembar Kuesioner

### PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG HYPNOBIRTHING PASA PERSALINAN DI PMB YANTI PANGGABEAN TAHUN 2025

#### I. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah petunjuk pengisian dan pertanyaan sebelum menjawab
2. Menjawab pertanyaan dan memberikan tanda checklist (✓)
3. Semua pertanyaan diisi dengan satu jawaban.

#### II. Identitas Responden

Inisial :

Umur : ☐ <20 tahun

☐ 20-35 tahun

☐ > 35 tahun

Pendidikan : ☐ SD ☐ SMA

☐ SMP ☐ Perguruan Tinggi

Pekerjaan : ☐ Bekerja

☐ Tidak Bekerja

Paritas

(Hamil Ke) :

Sumber Informasi : ☐ Media (TV, ☐ Media Sosial, Koran,

☐

dll)

Non Media ( Pelayan Kesehatan, dll)

### III. Pertanyaan tentang pengetahuan

1. Dibawah ini yang merupakan pengertian Hypnobirthing adalah ?
  - a. Upaya menanamkan niat ke pikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar
  - b. Upaya melahirkan dengan cara operasi Eracs
  - c. Upaya persalinan dengan pembayaran gratis dengan BPJS
  - d. Melahirkan dengan cepat tanpa cacat
2. Metode melahirkan unik yang menggabungkan teknik melahirkan santai alami dengan hypnosisdir (selfhypnosis) adalah pengertian?
  - a. Hypnobirthing
  - b. Hypnosis
  - c. Breadsfeeding
  - d. Hypnoteraphy
3. Mampu menghadirkan rasa nyaman, aman, dan rileks menjelang persalinan merupakan manfaat hypnobirthing untuk ?
  - a. Ibu
  - b. Bayi
  - c. Suami
  - d. Penolong
4. Ketika ibu mau melakukan hypnobirthing dan mampu melewati proses persalinan, menurut anda siapa saja yang dapat menerima maanfaat dari hypnoirthing tersebut?
  - a. Semua benar
  - b. Ibu
  - c. Janin/bayi
  - d. Penolong dan pendamping persalinan
5. Getaran yang tenang dan damai dirasakan oleh janin merupakan dasar dari perkembangan jiwaya, pertumbuhan janin lebih sehat karena keadaan tenag akan memberikan hormone yang seimbang melalui plasenta, merupakan ?

- a. Manfaat hypnobirthing untuk janin
  - b. Manfaat hypnobirthing untuk ibu
  - c. Pengertian hypnobirthing
  - d. Langkah hypnobirthing
6. Dibawah ini yang bukan termasuk manfaat hypnobirthing adalah ?
- a. Mampu melahirkan dengan Sesar metode Eracs
  - b. Ibu merasa tenang saat menjalani persalinan
  - c. Janin mersa tenang saat ibu melakukan hypnoirthing
  - d. Pendamping persalinan lebih tenang saat menemani ibu
7. Melakukan hypnobirthing dapat meningkatkan kadar endorphin dalam tubuh yang berfungsi untuk ?
- a. Mengurangi rasa nyeri
  - b. Meningkatkan kecemasan
  - c. Menerima kondisi sebenarnya
  - d. Memicu persalinan Caesar (operasi)
8. Dibawah ini yang bukan tujuan dari pelaksanaan hypnobirthing adalah ?
- a. Memicu persalinan operasi Eracs, dapat pulang cepat
  - b. Ibu percaya dan mampu melalui persalinan yang sehat
  - c. Ibu rileks menghadapi proses persalinannya
  - d. Suasana hati ibu tenang dan nyaman saat bersalin
9. Hypnobirthing baiknya dipelajari sejak ?
- a. Awal pertama kehamilan sampai menjelang persalinan
  - b. Nifas
  - c. Segera setelah melahirkan
  - d. Sebelum hamil/program kehamilan
10. Sebelum melakukan hypnobirthing, terlebih dahulu menanampak metode relaksasi yaitu ?
- a. Semua benar
  - b. Relaksasi otot
  - c. Relaksasi Wajah

- d. Relaksasi pernapasan
11. Perlahan hirup napas lewat hidung, hitung 10 kali hitungan kemudian buang napas dari mulut sambil niatkan “setiap hembusan napas membuat saya semakin tenang”, merupakan metode relaksasi?
    - a. Pernapasa
    - b. Otot
    - c. Wajah
    - d. Seluruh indera
  12. Metode maupun langkah hypnobirthing tidak dapat dilakukan pada ibu jika ?
    - a. Semua benar
    - b. Ibu tidak mau
    - c. Ibu mengalami gangguan pendengaran
    - d. Ibu mengalami gangguan mental
  13. Dibawah ini yang bukan merupakan teknik hypnobirthing adalah ?
    - a. Suprising
    - b. Preinduksi
    - c. Deepening
    - d. Sugesti
  14. Tahap mematikan pikiran sadar dan masuk ke pikiran bawah sadar merupakan hypnobirthing dengan teknik ?
    - a. Induksi
    - b. Deepening
    - c. Sugesti
    - d. Suprising
  15. Metode menggunakan kalimat afirmasi adalah?
    - a. Sugesti
    - b. Deepening
    - c. Segesti
    - d. Preinduksi

16. hypnobirthing merupakan upaya alami menanamkan niat kepikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
17. Hypnobirthing adalah relaksasi alami, membebaskan calon ibu dari ketakutan dan kecemasan saat persalinan
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
18. Hypnobirthing membuat ibu mampu mengontrol sensasi rasa sakit pada saat kontraksi uterus
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
19. Hypnobirthing membuat ibu menghemat energinya saat proses persalinan sehingga mencegah terjadinya kelelahan pada saat persalinan
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju

20. Hypnobirthing membantu mengurangi resiko terjadinya komplikasi dalam persalinan, mengurangi resiko operasisection sesaria
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
21. Bisa melakukan Hypnobirthing setelah usia kehamilan 7 bulan bahkan sampai detik-detik terakhir saat mau melahirkan
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
22. Apakah ibu setuju untuk melakukan Hypnobirthing pada saat persalinan
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
23. Hypnobirthing bukanlah metode persalinan cepat yang aman untuk ibu dan janin mengingat banyak resiko yang harus diperhatikan
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
24. Metode Hypnibirthing sangat susah untuk dipelajari dan tidak bias dilakukan atau dilatih sendiri
  - a. Sangat bagus
  - b. Setuju
  - c. Netral
  - d. Kurang Setuju
  - e. Sama sekali tidak setuju
25. Hypnobirthing tidak memiliki dampak positif seperti yang telah



dikatakan orang-orang

- a. Sangat bagus
- b. Setuju
- c. Netral
- d. Kurang Setuju
- e. Sama sekali tidak setuju

26. Saya tidak mau mempelajari teknik Hypnobirthing

- a. Sangat bagus
- b. Setuju
- c. Netral
- d. Kurang Setuju
- e. Sama sekali tidak setuju

27. Saya tidak mau persalinan saya menggunakan teknik Hypnobirthing

karena saya takut ada nada resiko untuk saya dan janin saya

- a. Sangat bagus
- b. Setuju
- c. Netral
- d. Kurang Setuju
- e. Sama sekali tidak setuju

28. hypnobirthing adalah upaya alami menanamkan niat kepikiran bawah sadar untuk menghadapi persalinan dengan tenang dan sadar

- a. Sangat bagus
- b. Setuju
- c. Netral
- d. Kurang Setuju
- e. Sama sekali tidak setuju

29. hypnobirthing membantu saya unruk melahirkan normal dan mengurangi rasa sakit saya

- a. Sangat bagus
- b. Setuju
- c. Netral
- d. Kurang Setuju
- e. Sama sekali tidak setuju

30. Saya dapat mempelajari sendiri teknik hypnobirthing di rumah dan mengulanginya sesuai kebutuhan saya

- a. Sangat bagus
- b. Setuju
- c. Netral
- d. Kurang Setuju
- e. Sama sekali tidak setuju



## Lampiran 9. Jawaban Kuesioner

15

1. A

2. A

3. A

4. A

5. A

6. A

7. A

8. A

9. A

10. A

11. A

12. A

13. A

14. A

15. A

16. A

17. A

18. A

19. A

20. A

21. A

22. A

23. A

24. A

25. A

26. A

27. A

28. A

29. A

30. A

18

## Lampiran 11. Output Statistik Hasil penelitian

### OUTPUT STATISTIK HASIL PENELITIAN

#### Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	2	6.7	6.7	6.7
	22	73.3	73.3	80.0
>35	6	20.0	20.0	100.0

#### Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	5			16.7
Tinggi	25	83.3	83.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

#### Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	7	23.3	23.3	23.3
Bekerja	23	76.7	76.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

## Paritas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative
	Primigravida	10			
	Secundigravida	7	23.3	23.3	56.7
	Multigravida	9	30.0	30.0	86.7
	Grandemultigravida	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

## Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik 11-15	24	80.0	80.0	80.0
	Cukup 7-10	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

## Sikap

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		24	80.0	80.0	80.0
	TIDAK SETUJU	6	20.0	20.0	100.0
		30	100.0	100.0	

		Sikap		Total
		SETUJU	TIDAK SETUJU	
Pengetahuan	Baik 11-15	Count	24	24
		Expected Count	19.2	24.0
		% within Pengetahuan	100.0%	100.0%
		% within Sikap1	100.0%	80.0%
		% of Total	80.0%	80.0%
	Cukup 7-10	Count	0	6
		Expected Count	4.8	6.0
		% within Pengetahuan	0.0%	100.0%
		% within Sikap1	0.0%	20.0%
		% of Total	0.0%	20.0%
		Count	24	30
		Count	24.0	30.0
		% within Pengetahuan	80.0%	100.0%
		% within Sikap1	100.0%	100.0%
			80.0%	100.0%

#### Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
	30.000 <sup>a</sup>	1	.000		
	24.076	1	.000		
	30.024	1	.000		
				.000	.000
	29.000	1	.000		
	30				

a. 3 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.20.

### Usia \* Pengetahuan Crosstabulation

			Pengetahuan		
			Baik 11-15	Cukup 7-10	Total
Usia	<20	Count	1	1	2
		% of Total	3.3%	3.3%	6.7%
	20-35	Count	17	5	22
		% of Total	56.7%	16.7%	73.3%
	>35	Count	6	0	6
		% of Total	20.0%	0.0%	20.0%
Total	Count	24	6	30	
	% of Total	80.0%	20.0%	100.0%	

b. Computed only for a 2x2 table

### Pendidikan \* Pengetahuan Crosstabulation

			Pengetahuan		
			Baik 11-15	Cukup 7-10	Total
Pendidikan	Rendah	Count	4	1	5
		% of Total	13.3%	3.3%	16.7%
	Tinggi	Count	20	5	25
		% of Total	66.7%	16.7%	83.3%
Total		Count	24	6	30
		% of Total	80.0%	20.0%	100.0%

### Pekerjaan \* Pengetahuan

			Pengetahuan		
			Baik 11-15	Cukup 7-10	Total
Pekerjaan	Tidak Bekerja	Count	6	1	7
		% within Pekerjaan	85.7%	14.3%	100.0%
	Bekerja	Count	18	5	23
		% within Pekerjaan	78.3%	21.7%	100.0%
Total		Count	24	6	30

% within Pekerjaan	80.0%	20.0%	100.0%
--------------------	-------	-------	--------

### Sumber Informan \* Pengetahuan

Sumber Informan	Media	Count	Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
	Media	Count	11	4	15
		% within Sumber Informan	73.3%	26.7%	100.0%
	Non Media	Count	13	2	15
		% within Sumber Informan	86.7%	13.3%	100.0%
		Count	24	6	30
		% within Sumber Informan	80.0%	20.0%	100.0%

### Paritas \* Pengetahuan Crosstabulation

Paritas			Pengetahuan		Total
			Baik 11-15	Cukup 7-10	
Paritas	Primigravida	Count	8	2	10
		% within Paritas	80.0%	20.0%	100.0%
	Secundigravida	Count	5	2	7
		% within Paritas	71.4%	28.6%	100.0%
	Multigravida	Count	7	2	9
		% within Paritas	77.8%	22.2%	100.0%
	Grandemultigravida	Count	4	0	4
		% within Paritas	100.0%	0.0%	100.0%



Total	Count	24	6	30
	% within Paritas	80.0%	20.0%	100.0%

## Lampiran 12. Daftar Bimbingan



**Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Medan**

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

### KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

**Nama Mahasiswa** : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
**Nim** : P07124424133  
**Judul Skripsi** : Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Pada Persalinan Di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025  
**Pembimbing Utama** : Yusniar Siregar, SST, M.Kes  
**Pembimbing Pendamping** : Juana Linda Simbolon, SST, M.Kes

No	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1.	Rabu, 20 November 2024	Pengajuan Judul Skripsi	1. Ambil judul yang berhubungan dengan hypnotherapy dalam kebidanan 2. Bimbingan dengan dosen pembimbingII	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
2.	Jumat,	Pengajuan Judul	1.Perbaikan Judul	

	22 November 2025	Skripsi	2. Penentuan lokasi penelitian 3. Kerjakan BAB I, II dan III	(Juana Linda Simbolon, SST, M. Kes)
3.	Selasa, 26 November 2024	1. Bimbingan Judul 2. Bimbingan BAB I, II dan III	1. ACC Judul "Hubungan Pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025" 2. Perbaiki rumusan masalah 3. Teori menggunakan referensi terbaru	(Juana Linda Simbolon, SST, M. Kes)
4.	Kamis, 12 Desember 2024	Bimbingan perbaikan Proposal BAB I, II dan III	1. Perbaiki kerangka teori 2. Perbaiki kerangka konsep 3. Perbaiki metode penelitian 4. Daftar pustaka menggunakan mendeley	(Juana Linda Simbolon, SST, M. Kes)
5.	Selasa, 21 Januari 2025	Bimbingan perbaikan Proposal BAB I, II dan III	1. Bedakan pertanyaan pengetahuan dan pertanyaan sikap 2. Tambahkan jumlah pertanyaan kuesioner 3. ACC maju seminar proposal	(Juana Linda Simbolon, SST, M. Kes)
6.	Senin, 24 Februari	Bimbingan perbaikan Proposal BAB I, II	1. ACC maju seminar proposal	

	2025	dan III	2. daftarkan ujian ke bagian akademik	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
7.	Rabu, 12 Maret 2025	Bimbingan perbaikan seminar proposal	1. Penulisan samakan dengan panduan 2. Judul dan metode penelitian harus sesuai 3. Urus surat Ethical Clereance	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
8.	Jumat, 16 Mei 2025	Bimbingan perbaikan seminar proposal	1. Jilid Proposal 2. Lanjutkan Penelitian dan urus surat izin penelitian 3. Kerjakan BAB IV dan BAB V	(Juana Linda Simbolon,SST,M.Kes)
9.	Sabtu, 20 Mei 2025	Bimbingan perbaikan seminar proposal	1. Lanjutkan penelitian 2. Jilid proposal 3. Kerjakan BAB IV dan V	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
10.	Jumat, 23 Mei 2025	Bimbingan Hasil Penelitian	1. Isi link EC 2.Olah data dengan metode Chi-square 3. Perbaikan BAB IV dan BAB V	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
11.	Rabu, 28 Mei 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	1. Acc Maju seminar hasil 2. Bimbingan dengan dosen pembibing I	(Juana Linda Simbolon,SST,M.Kes)

12.	Rabu, 04 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	1. Perbaiki penulisan 2. BAB IV hasil penelitian distribusi frekuensi digabungkan satu tabel 3. BAB V, hasil penelitian dicantumkan hanya inti dari hasil penelitiannya saja	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)
13	Jumat, 20 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan BAB V	1. ACC maju seminar hasil 2. Daftarkan ujian seminar	(Yusniar Siregar,SST, M.Kes)

--	--	--	--	--

9

## Mengetahui

Pembimbing Utama  
Pembimbing Pendamping

2

(Yusniar Siregar, SST, M.Kes) (Juana Linda  
Simbolon, SST, M.Kes)  
NIP. 196707081990032001 NIP.  
196703101989112001

22

## Lampiran 15. Daftar Riwayat Hidup

3

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### DATA PRIBADI

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
NIM : P07124424133  
Tempat, tanggal lahir : Sibolga, 14 Oktober 1997  
Agama : Kristen  
Alamat : Lobupining, Desa dolok Nauli  
Kecamatan Adiankoting Tapanuli Utara  
Status : Belum Menikah  
Jenis Kelamin : Perempuan



No. Telepon : 0823-7091-8965  
Email : octaviasimatupang217@gmail.com

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

2004-2010	SD Negeri 175748 Lobupining
2010-2013	SMP Negeri 2 Adiankoting
2013-2016	SMK Swasta HKBP Sibolga
2017-2020	Prodi DIII Kebidanan Tarutung Poltekkes Medan

## **Lampiran 15. Ouput Hasil Penelitian**

### **HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG HYPNOBIRTHING PADA PERSALINAN DI PMB YANTI PANGGABEAN DESA SITOMPUL TAHUN 2025**

**Octavia Ratua Lina Boru Simatupang**

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Medan

Email: *octaviasimatupang217@gmail.com*

#### **ABSTRACT**

Hypnobirthing is a self-hypnosis technique that aims to instill positive thoughts when facing pregnancy and childbirth in a natural way, minimizing pain. This study aims to examine the relationship between knowledge and the attitude of pregnant women regarding hypnobirthing in childbirth at Yanti Panggabean Midwifery Independent Practice, Sitompul Village in 2025. This research is a correlational analytic study with a cross-sectional design. Sampling was conducted using the total sampling method, involving 30 pregnant mother, with data collected using questionnaires. Data analysis was performed univariately and bivariately to determine if there was a relationship between knowledge and the attitude of pregnant childbirth. The analysis results showed a p-value of 0.001 ( $<0.05$ ). This study indicates that the knowledge level of pregnant mother about hypnobirthing is good, with 24 people (80%) having a positive attitude and 6 people (20%) having sufficient knowledge with a negative attitude. It is hoped that the knowledge and attitude of pregnant mother about hypnobirthing in labor will continue to increase, not only at Yanti Panggabean Midwifery Independent Practice but also at other healthcare facilities, to improve the well-being of pregnant mother, especially in facing their pregnancy and childbirth.

Keywords: Knowledge and Attitude, Hypnobirthing

#### **ABSTRAK**

Hypnobirthing adalah teknik hipnosis diri yang bertujuan menanamkan pikiran positif dalam menghadapi kehamilan dan persalinan dengan cara yang alami dengan meminimalisir rasa nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean Desa Sitompul Tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian Analitik korelasi dengan rancangan Cross Sectional. Pengambilan sampel menggunakan metode totaling sampling yaitu sebanyak 30 orang ibu hamil dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat yang bertujuan untuk melihat adakah hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil. Hasil uji analisa p value 0,001 ( $<0,05$ ), penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing adalah baik dengan sikap positif sebanyak 24 orang (80%) dan berpengetahuan cukup dengan sikap negatif yaitu sebanyak 6 orang (20%). Diharapkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing tentang persalinan semakin meningkat bukan hanya di PMB Yanti Panggabean tapi juga di fasilitas kesehatan lainnya, guna meningkatkan kesejahteraan ibu hamil khususnya dalam menghadapi kehamilan dan persalinan nya.

Kata Kunci : Pengetahuan Dan Sikap Hypnobirthing

## **PENDAHULUAN**

Persalinan adalah serangkaian proses pengeluaran bayi sampai lahirnya bayi pada saat proses persalinan banyak hal yang terjadi pada tubuh ibu maupun tubuh janin. Salah satu yang terjadi yaitu adanya rasa sakit dan ketidak nyamanan saat hamil maupun pada saat proses pengeluaran bayi, hal ini merupakan kejadian yang alami tetapi banyak ibu hamil maupun ibu bersalin tidak mengetahui bahwa rasa sakit saat bersalinan oleh perubahan dalam tubuh terutama pada alat reproduksi yaitu uterus dan genetalia luar, hal ini terjadi karena pengaruh hormonal yang terjadi saat proses persalinan (Indah et al., 2019).

Menurut WHO pada tahun 2020, angka kematian ibu (AKI) di dunia berkisar 810/100.000, AKI di Indonesia tahun 2020 yaitu 189 per 100.000 kelahiran hidup (Badan Pusat Statistik, 2020) dan Provinsi Sumatera Utara AKI nya 195 per 100.000 kelahiran hidup (BPS, 2023)

Salah satu penyebab AKI adalah kesiapan fisik maupun mental pada ibu hamil, bersalin dan ibu nifas. Kesiapan mental setiap ibu berbeda berdasarkan beberapa faktor seperti usia, paritas, kecemasan, pengalaman traumatik, jarak kehamilan sangat mempengaruhi proses persalinan ibu (Veronika et al., 2020).

Hypnobirthing merupakan cara hipnotis diri untuk mempersiapkan persalinan agar berjalan dengan lancar. Teknik ini mempunyai cara kerja dengan membawa kerja otak pada gelombang alfa. Hypnobirthing dapat meminimalkan, menghilangkan rasa takut, rasa sakit dan kepanikan

selama kehamilan, pada saat proses persalinan (Sholihah & Aini, 2020).

## **TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan Umum : Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean 2025.

Tujuan Khusus:

1. Mengetahui pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.
2. Mengetahui pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti berdasarkan karakteristik umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, sumber informasi.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian adalah Analitik Korelasi dengan rancangan Cross Sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di PMB Yanti Panggabean pada tahun 2025 dengan jumlah sampel 30 orang ibu hamil, dengan teknik pengumpulan data total sampling. Menggunakan data primer, memberikan lembar kuesioner kepada responden sebelumnya kan disetujui dengan Informed consent dan analisis data yang digunakan adalah analisis data univariat untuk melihat distribusi frekuensi atau gambaran dan bivariat untuk menilai apakah ada hubungan antar variabel dengan uji chi-square dengan pengolahan menggunakan perangkat lunak atau aplikasi SPSS.



## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas dan Sumber Informasi

Variabel	F	%
Usia		
<20 Tahun	2	6,7
20-35 Tahun	22	73,3
>35 Tahun	6	20
Pendidikan		
Rendah	5	16,7
Tinggi	25	83,3
Pekerjaan		
Bekerja	23	76,7
Tidak Bekerja	7	23,3
Paritas		
Primigravida	10	33,4
Secundigravida	7	23,3
Multigravida	9	30
Grandemultigravida	4	13,3
Sumber Informasi		
Media	15	50
Non Media	15	50
Pengetahuan		
Kurang	0	0
Cukup	6	20
Baik	24	80
Sikap		
Positif	24	80
Negatif	6	20
Total	30	100

Diketahui mayoritas usia yaitu 20-35 tahun sebanyak 22 orang (73,3%), mayoritas tingkat pendidikan yaitu tinggi sebanyak 25 orang (83,3%), mayoritas pekerjaan yaitu bekerja sebanyak 23 orang (76,7%), mayoritas paritas adalah primigravida sebanyak 10 orang (33,4), sumber informasi memiliki persentasi yang sama yaitu sebanyak

15 orang (50%) untuk media dan 15(50%) orang untuk non media, mayoritas pengetahuan responden adalah baik sebanyak 24 orang (80%) dan mayoritas sikap responden adalah positif yaitu sebanyak 24 orang (80%).

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil

	Sikap		P	
Pengetahuan	+		-	
	f	%	F	%
Kurang	0	0	0	0
Cukup	0	0	6	20
Baik	24	80	0	0

0,001

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean yang ditunjukkan dengan nilai p 0,001.

## PEMBAHASAN

Didapati dari seluruh responden dengan tingkat pengetahuan baik dan bersikap positif sebanyak 24 orang (80%) danyang berpengetahuan cukup dengan sikap negatif sebanyak 6 orang (20%), didukung oleh hasil uji analisa dengan menggunakan metode chi-square didpati hasil bahwa p value dalam penelitian ini adalah 0,001 sehingga p value <0,05 dan dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan. Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian dari (Dinda Fitriyaningsih,2020)dengan judulnya “Tingkat pengetahuan ibu hamil tentanghypnobirthing”, menyatakan bahwa ada hubungan pengetahuan

ibu dengan prosesnya menggunakan teknik hypnobirthing berdasarkan karakteristik ibu seperti perbedaan usia, pendidikan, pekerjaan dan paritas ibu. Ada penelitian yang menyatakan bahwa adanya hubungan pengetahuan ibu dengan sikapnya tentang hypnobirthing berdasarkan karakteristik usia, sumber informasi dan pendidikan (Harahap, 2022).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan sebelumnya dan didukung oleh hasil uji analisa dengan menggunakan metode chi-square didapati hasil bahwa p value dalam penelitian ini adalah 0,001 sehingga p value <0,05 dan dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang hypnobirthing pada persalinan di PMB Yanti Panggabean tahun 2025.

Sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Hal ini dikarenakan di PMB Yanti Panggabean ibu hamil telah diajari tentang hypnobirthing pada saat kelas ibu hamil dan sudah diterapkan secara langsung baik pada saat kelas ibu hamil maupun pada saat proses persalinan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K. K., Saleh, K. S., Zulaikha, L. I., Resmi, D. C., Hutomo, C. S., & Purnama, Y. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan. 1–126.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Mortalitas Indonesia. Mortalitas Di Indonesia Hasil Long Form Sensus Penduduk 2020, 1–98.
- BPS.(2023).(MaternalMortalityRate\_MMR) Hasil Long Form SP2020 Menurut Provinsi, 2020. In Badan
- Pusat Statistik.
- Dinda Fitrianingsih, Karina Megasari Winahyu, Elang Wibisana, & Shieva Nur Azizah Ahmad. (2022). Editorial Team Jurnal JKFT. Jkft, 7(2), 108–112.
- Handayani, Y., Anggraeni, E., & Faronita, F. (2024). The Effect of Hypnobirthing Relaxation on Reducing Anxiety Levels in Pregnant Women Trimester III PengaruhRelaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. 7(November), 159–166.<https://doi.org/10.56013/JURNALMIDZ.V7I2.3396>
- Harahap, S. W. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Bersalin Tentang Metode Hypnobirthing Pada Nyeri Persalinan Di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022. Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda, 8(2), 84<https://doi.org/10.52943/jikebi.v8i2.1104>
- Indah, I., Firdayanti, F., & Nadyah, N. (2019). Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Pada Ny “N” dengan Usia Kehamilan Preterm di RSUD Syekh Yusuf Gowa Tanggal 01 Juli 2018. Jurnal Midwifery, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.24252/jmw.v1i1.7531>
- Rosdiana, Wirawan, S., Hartika, A., Aji, S., Febriantika, Nayoan, C., Arisanti, D., Trisilawati, R., & Simanjuntak, R. (2023). Penerapan Strategi Perubahan Perilaku. In Get Press Indonesia (Issues 1–171).
- Salsabila, D. S., Kebidanan, J., & Kemenkes, P. (2023). Perubahan fisik dan psikologis pada masa kehamilan. Alah Satu Manfaat

Senam Hamil Adalah Untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Yang Terjadi Pada Trimester III. Permasalahan Ketidaknyamanan Ini Bisa Mengakibatkan Perasaan Tegang Saat Kehamilan Atau Bahkan Persalinan. Pada Kondisi Itu Sistem Tubuh Akan Terhalang, 1–7.

Setianingsih, F., Agustikawati, N., & Lestari, Y. (2022). Kecemasan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Alas Barat.

Sholihah, N. L., & Aini, I. (2020). Hubungan PEengetahuan dengan Minat Ibu Hamil dalam Mengikuti Hypnobirthing. *Jurnal Kebidanan*, 9(2),155<https://doi.org/10.35874/jib.v9i2.578>

Syafitri, E., & Mardha, M. S. (2021). Associated Factors with Hypnobirthing Implementation in Trimester III Pregnant Women at Diana Panitra Clinic Medan in 2020. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(1),107<https://doi.org/10.26699/jnk.v8i1.art.p107-112>

Syaras, D., Wirman, W., Studi, P., & Ilmu, M. (2019). Komunikasi intrapersonalpasien hypnobirthing di rumah sakit bersalin annisa pekanbaru. 2, 13–20.

Veronika, A., Br Sitepu, A., & Natalia, I. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala 1 Di Klinik Eka Sriwahyuni Medan Denai Tahun 2019. *Elisabeth Health Jurnal*, 5(1), 140–151. <https://doi.org/10.52317/ehj.v5i1.318>

Wahid, N., Yulaeka, Umamah, S., Tanuadike, T., & Nurhayati, E. (2023). Untuk Ibu Hamil.

## Lampiran 16. Dokumentasi

### DOKUMENTASI



## **Lampiran 17. Daftar Riwayat Hidup**

### **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

#### **DATA PRIBADI**

Nama : Octavia Ratua Lina Boru Simatupang  
NIM : P07124424133  
Tempat, tanggal lahir : Sibolga, 14 Oktober 1997  
Agama : Kristen  
Alamat : Lobupining, Desa dolok Nauli Kecamatan  
Adiankoting Tapanuli Utara  
Status : Belum Menikah  
Jenis Kelamin : Perempuan  
No. Telepon : 0823-7091-8965  
Email : [octaviasimatupang217@gmail.com](mailto:octaviasimatupang217@gmail.com)



#### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

2004-2010 : SD Negeri 175748 Lobupining  
2010-2013 : SMP Negeri 2 Adiankoting  
2013-2016 : SMK Swasta HKBP Sibolga  
2017-2020 : Prodi DIII Kebidanan Tarutung Poltekkes Medan