

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU BERSALIN TENTANG METODE *HYPNOBIRTHING* PADA NYERI PERSALINAN DI KLINIK PRATAMA ANUGRAH TAHUN 2022

Seri Wahyuni Harahap

Akademi Kebidanan Kholisatur Rahmi Binjai, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Aug 26, 2022

Revised Sep 21, 2022

Accepted Sep 28, 2022

Keywords:

Knowledge

Attitude

Maternal Maternity

Hypnobirthing

Labor Pain

ABSTRACT

Hypnobirthing is one part of clinical hypnosis, especially midwifery hypnosis. Hypnobirthing is a birthing technique that involves relaxation techniques and hypnosis (self hypnosis), and is currently growing rapidly because many people need it. This is due to stressful conditions in the face of very rapid changes in the labor process. Clinical hypnosis has a purpose as an effort to promote, prevent, treat and rehabilitate (Kusuma, et al). This research is a correlation study with cross sectional method. The data sources in this data are primary and secondary data which are measured using an instrument in the form of a questionnaire and analyzed using the chi-square technique using the SPSS (Statistical Product and Service Solution) program with a sample of 30 people. Based on the table of the results of the study of the relationship between knowledge and attitudes of Maternal Maternity about the Hypnobirthing Method on Labor Pain, the results obtained from the Chi-square test table in the Asymp.Sig column. (2-Sided) shows the probability value. The Sig value is 0.001 which means that the value ($p < 0.05$) and the calculated χ^2 value = 18.261 which means that the calculated χ^2 value is greater than the χ^2 table, it is known that the χ^2 table value = 5.991 with $df = 2$ and the significant level is 0.05. There is a significant relationship between knowledge and attitudes of maternity mothers about the Hypnobirthing method on labor pain at the AnugrahPratama Clinic in 2022. Judging from the Chi-Square Test, p value < 0.05 , with a probability value of 0.001. And with χ^2 count (18.261) $>$ from χ^2 table (5.991), with a degree of frequency 2, = 0.05 then H_a is accepted and H_o is rejected.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Seri Wahyuni Harahap

Akademi Kebidanan Kholisatur Rahmi Binjai,

JL. Samanhudi, No. 292, Pasar 3, Binjai Selatan, Binjai, 20725.

Email: wahyuni.harahap88@gmail.com

1. INTRODUCTION

Ilmuwan pertama yang memberikan teknik relaksasi kepada pasien-pasien bersalin yang ia tangani yaitu dr Dick Read. *Hypnobirthing* ialah teknik persalinan melibatkan hypnosis dan relaksasi (*selfhypnosis*). Tujuan dari *hypnobirthing* ialah membantu ibu agar siap secara fisik, mental dan spriritual dalam

melahirkan. Teknik *hypnobirthing* berguna dalam mengurangi rasa takut, gelisah dan sakit yang dialami selama proses melahirkan. Awalnya, Dick Read menolak anggapan bahwa teknik relaksasi yang digunakan adalah hipnosis. Kemudian ide tersebut dituangkan dalam buku yang berjudul *Childbirth without Fear: The Principles and Practice of Natural Childbirth I* dan pertama kali diterbitkan tahun 1944.

Kemudian teknik relaksasi tersebut diteliti lebih lanjut oleh Marie Morgan, seorang *hypnotherapist* bersertifika, yang merupakan pasien dr. Dick-Read [1]. Pada 1987, Marie Morgan yang telah memiliki kemampuan hipnoterapi yang kemudian mengembangkan metode relaksasi persalinan. Kurang lebih setahun setelah ia menjadi seorang hipnoterapis, yakni setelah putrinya melahirkan cucu baginya pada tanggal 3 Januari 1990, yang melahirkan bayi pertama dengan metode *hypnobirthing*. Sejak itulah metode tersebut dengan sendirinya [2].

Di Indonesia, hipnosis untuk kebidanan khususnya *hypnobirthing*, *hypnoprenancy* dan *hypnofertility* dikembangkan sejak tahun 2002 di *Prorevital* yang saat ini menjadi *Pro V Clinic (Holistic Health Care)* oleh [3], perawat bidan dengan pendalaman *Clinical hypnotherapist*. Hingga saat ini sudah sekitar 600 bidan di Indonesia yang sudah belajar *hypnobirthing*.

Hipnosis diri dapat juga dikategorikan dalam meditasi sebab sama-sama menempatkan diri dan pikiran dalam kondisi rileks, fokus dan tenang [2]. Metode *hypnobirthing* merupakan salah satu teknik otophipnosis (*self hypnosis*), [4]. Dalam menghadapi dan menjalani kehamilan dan persiapan melahirkan hingga para wanita hamil mampu melalui masa kehamilan dan persalinan dengan cara alami, lancar dan tanpa rasa sakit dan lebih penting lagi ialah kesehatan jiwa dari bayi yang dikandung. [1] dalam kondisi hipnosis, pikiran bawah sadar manusia dapat diakses karena diri seseorang lebih fokus secara internal dengan gelombang otak yang lebih rendah. Kondisi ini dicapai saat berada dalam kondisi rileks. Dalam kondisi hipnosis, pikiran bahwa sadar manusia dapat diakses karena lebih fokus dengan gelombang otak yang lebih rendah.

Relaksasi ialah teknik untuk mencapai kondisi rileks, ketika seluruh sistem syaraf, organ tubuh dan pancaindra istirahat untuk melepaskan ketegangan yang ada, pada dasarnya tetap sadar. Peranan relaksasi menjadi makin penting pada saat ini banyak ibu takut untuk melahirkan secara normal dan hanya sebagian kecil yang tidak. Rasa takut ini dipicu oleh cerita-cerita tentang sulitnya bersalin, rasa nyeri yang kuat atau adanya faktor penyulit atau komplikasi. Sayangnya, rasa takut hanya akan memicu stress yang kemudian tertanam pada alam bawah sadar kita. Kita lupa bahwa persalinan adalah suatu hal yang paling alami di dunia ini [1].

Berdasarkan penelitian, penggunaan hipnosis selama persalinan dinilai efektif membantu ibu mengatasi ketakutan. Ketika takut, otot-otot menjadi tegang dan membuat proses kontraksi dan melahirkan secara alami pun menjadi terganggu. Rasa khawatir atau takut selama persalinan membuat tubuh ibu hamil dibanjiri oleh hormon adrenalin. Kelebihan adrenalin ini akan mengurangi aliran darah ke rahim serta sistem pencernaan, dan lebih banyak mengalirkan darah menuju otot-otot besar di tungkai. Akibatnya, otot-otot rahim tidak bekerja dengan baik karena kekurangan darah dan oksigen. Hal ini tentunya dapat membuat proses persalinan menjadi lebih susah dan lama, serta pasokan oksigen untuk bayi yang ada di dalam rahim juga bisa berkurang. *Hypnobirthing* didasarkan pada kekuatan sugesti. Prosesnya dapat menggunakan musik, video, atau kata-kata positif guna memandu pikiran kearah positif, membuat tubuh santai, dan membantu mengendalikan napas saat proses persalinan [5].

Dari survey awal yang dilakukan oleh peneliti, masih banyak ibu yang belum mengetahui metode *hypnobirthing* untuk mengurangi rasa sakit disaat bersalin sehingga peneliti tertarik mengambil judul adakah hubungan pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di Klinik Pratama Anugrah tahun 2022.

Adapun tujuan penelitian: untuk mengetahui pengetahuan ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di Klinik Pratama Anugrah, untuk mengetahui sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di Klinik Pratama Anugrah dan untuk mengetahui adakah hubungan pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di Klinik Pratama Anugrah.

2. RESEARCH METHOD

Jenis pada penelitian ini adalah penelitian *observational* dengan desain *cross sectional study*. *Cross sectional study* menganalisis data variabel yang dikumpulkan pada satu titik waktu tertentu di seluruh populasi sampel atau subset yang telah ditentukan [6]. Pada desain studi ini seluruh variabel diukur dan diamati pada saat yang sama (*one point in time*) sehingga lebih memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian ini dengan judul hubungan pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di Klinik Pratama Anugrah dari bulan Januari sampai bulan Juni tahun 2022.

Penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Anugrah dari bulan Januari sampai Juni tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Klinik Pratama Anugrah, sebanyak 30 orang dan sampel penelitian dengan menggunakan tehnik *total sampling* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel [2]. Sumber data penelitian ini adalah data primer. Data primer yaitu data yang di peroleh dari responden melalui lembar kuesioner/wawancara/checklist yang telah di siapkan dan di tambah dengan data sekunder yang didapat dari pihak klinik. Adapun instrumen penelitian menggunakan Kuesioner dan wawancara. Analisis data menggunakan analisis bivariat, dan univariat.

3. RESULTS AND ANALYSIS

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia Responden di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022

No	Usia Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1	< 30	8	26,70
2	30-35	19	63,60
3	> 35	3	10,00
Total		30	100,0

Distribusi frekuensi responden menurut umur responden diatas diketahui jumlah responden sebanyak 30 responden di Klinik Pratama Anugrah menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 30 – 35 tahun sebanyak 19 orang dan minoritas responden berusia > 35 tahun sebanyak 3 orang.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022

No	Sumber Informasi yang Diperoleh Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1	Televisi	8	27,00
2	Internet	17	56,00
3	Bidan	5	17,00
Total		30	100,0

Berdasarkan informasi yang diperoleh responden diketahui jumlah responden sebanyak 30 responden di Klinik Pratama Anugrah menunjukkan bahwa mayoritas responden mendapat informasi dari internet sebanyak 19 orang, dan minoritas responden mendapat informasi dari Bidan 5 Orang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022

No	Pendidikan Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1	SMA	20	66,70
2	S1	10	33,30

Berdasarkan pendidikan diketahui jumlah responden sebanyak 30 responden di Klinik Pratama Anugrah menunjukkan bahwa mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 20 orang dan minoritas S1 sebanyak 10 orang.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Bersalin tentang Metode Hypnobirthing pada Nyeri Persalinan di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022

No	Pengetahuan Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1	Baik	4	14,00
2	Cukup	16	53,00
3	Kurang	10	33,00
Total		30	100,0

Berdasarkan tingkat pengetahuan responden diketahui jumlah responden sebanyak 30 responden di Klinik Pratama Anugrah menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan dengan kategori “Cukup” sebanyak 16 orang, dan minoritas responden memiliki pengetahuan dengan kategori “Baik” 4 orang.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Ibu Bersalin tentang Metode Hypnobirthing pada Nyeri Persalinan di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022

No	Sikap Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1	Positif	23	77,00
2	Negatif	7	23,00
Total		30	100,00

Berdasarkan sikap responden diketahui jumlah responden sebanyak 30 responden di Klinik Pratama Anugrah menunjukkan bahwa mayoritas Sikap Responden Positif sebanyak 23 responden dan Negatif 7 responden.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Bersalin tentang Metode *Hypnobirthing* pada Nyeri Persalinan di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022

No	Pengetahuan	Sikap (%)			
		Positif		Negatif	
		F	%	F	%
1	Baik	4	13,32	23	77,00
2	Cukup	16	53,28	-	-
3	Kurang	10	33,40	7	23,00
Total		30	100,0	30	100,0

Berdasarkan pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan diketahui jumlah responden sebanyak 30 responden di Klinik Pratama Anugrah menunjukkan bahwa pengetahuan kurang sebanyak 10 orang dengan sikap negatif terdapat 7 responden, dan sikap positif terdapat 23 responden dan yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 16 orang dengan sikap negatif 7 responden, yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 4 orang dengan sikap positif.

Hubungan pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan diperoleh nilai X^2 hitung = 18,261 > X^2 tabel = 5,991. Dari tabel uji Chi-Square di atas pada kolom Asymp, Sig. (2-sided) menunjukkan nilai probabilitas. Nilai sig-nya 0,001 yang berarti bahwa nilai $p < 0,05$, ($0,001 < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti "ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di klinik Pratama Anugrah Tahun 2022.

Menurut penulis, mayoritas pengetahuan ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan masih cukup dikarenakan masih banyaknya bidan yang tidak pelatihan *hypnobirthing* Sehingga kemampuan bidan dalam memahami dan menyerap ilmu pengetahuan sudah berkurang, hal ini juga disebabkan oleh karena banyak bidan yang tidak menerapkan/ melaksanakan tindakan *hypnobirthing* pada pasiennya.

Menurut penelitian [7] dari 16 orang ibu inpartu yang dilaksanakan pada bulan April-Juni 2017. Dengan menggunakan data sekunder dan primer serta data dianalisis dengan uji Mann-Whitney dan hasil penelitian: ada pengaruh *hypnobirthing* terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Eka Sri Wahyuni dan Klinik Pratama Tanjung tahun 2017 ($p = 0,000$).

Menurut peneliti [8] dari sampel penelitian 30 ibu bersalin dengan teknik *purposive sampling*. Analisis menggunakan Wilcoxon. Hasil menunjukkan mayoritas tingkat nyeri ibu bersalin pretest adalah nyeri berat sebanyak 21 (70,0%). Mayoritas tingkat nyeri ibu bersalin post test adalah nyeri sedang sebanyak 27 orang (90,0%). Ada pengaruh *hypnobirthing* terhadap tingkat nyeri persalinan normal di rumah bersalin Harapan Bunda Surakarta dengan nilai $p: 0,000 < 0,05$ pada signifikansi 5%. *Hypnobirthing* mampu menurunkan nyeri persalinan normal.

Sedangkan menurut penelitian [9] ibu bersalin dengan *hypnobirthing* sebanyak 11 orang (73,3%) tidak mengalami gejala kecemasan dan 8 orang (53,3%) dalam katagori lama persalinan normal (4-8 jam). Sedangkan ibu bersalin tanpa *hypnobirthing* sebanyak 6 orang (40%) termasuk dalam katagori gejala kecemasan sedang dan 6 orang (40%) dengan proses persalinan normal. Hasil analisis dengan mann whitney terhadap lama persalinan signifikasi sebesar 0,229. Dan nilai signifikasi terhadap tingkat kecemasan sebesar 0,001. Karena nilai signifikasi $< 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Kesimpulan: tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan *hypnobirthing* lebih rendah daripada tanpa *hypnobirthing*, namun tidak ada perbedaan terhadap lama persalinan.

4. CONCLUSION

Dari hasil uji bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap ibu bersalin tentang metode *hypnobirthing* pada nyeri persalinan di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2022. Hal ini dapat dilihat dari Uji Chi-Square diperoleh nilai $p < 0,05$, dengan nilai probabilitas 0,001. Dan dengan X^2 hitung (18.261) > dari X^2 tabel (5.991), dengan derajat frekuensi 2, $\alpha = 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

REFERENCES

- [1] E. Andriana, *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit Dengan Metode Relaksasi Hypnobirthing*. Jakarta: Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer, 2012.
- [2] A. Hidayat, *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba medika, 2017.

- [3] L. Kuswandi, *Hypnobirthing a gentle way to give birth*. Jakarta: Pustaka Bunda, 2014.
- [4] C. A. Smith and Et all, *Relaxation Techniques for Pain Management in Labour The Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2018.
- [5] M. Healy and T. Cludas, *The HypnoBirthing Technique: Everything You Need to Know*. 2020.
- [6] S. Notoadmodjo, *Metodologi dan Pendidikan Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta, 2018.
- [7] S. Melva and Dkk, *Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif Di Klinik Eka Sri Wahyuni Dan Klinik Pratama Tanjung*. 2020.
- [8] P. R, "Profesional Islam Media Publikasi Penelitian," 2015.
- [9] S. Y, "Jurnal ilmiah Bidan," 2016.

BIOGRAPHIES OF AUTHORS



Seri Wahyuni Harahap, SST, M.Kes. Alumni D3 Akademi Kebidanan Kholisatur Rahmi Binjai Tahun 2009, DIV Bidan Pendidik STIKes Helvetia Medan Tahun 2011, S2 IKM Minat Studi Kesehatan Reproduksi Universitas Sumatera Utara Tahun 2015. Saat ini penulis tercatat sebagai dosen di Akademi Kebidanan Kholisatur Rahmi Binjai. Penulis tergerak untuk menyumbangkan tulisan dalam memajukan pendidikan kesehatan khususnya kebidanan, juga aktif dalam melakukan penelitian baik nasional maupun internasional serta aktif dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat.