

# HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG *HYPNOBIRTHING* DENGAN SIKAP IBU HAMIL TERHADAP TERAPI *HYPNOBIRTHING* DI BPM Ny. MUL AGUS GROBOGAN

## *THE CORRELATION BETWEEN PREGNANT WOMEN KNOWLEDGE WITH PREGNANT WOMEN ATTITUDE TO HYPNOBIRTHING TREATMENT IN BPM NY. MUL AGUS GROBOGAN*

**Romadhomah<sup>1)</sup>, Trixie Salawati<sup>2)</sup>, Indri Astuti Purwanti<sup>3)</sup>**

1)3) Program Studi D-III Kebidanan Universitas Muhammadiyah Semarang

2) Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang

Email: [bidan@unimus.ac.id](mailto:bidan@unimus.ac.id)

### **ABSTRAK**

**Latar belakang :** *Hypnobirthing* merupakan kombinasi antara proses kelahiran alami dengan hipnosis untuk membangun persepsi positif dan rasa percaya diri serta menurunkan ketakutan, kecemasan, tegang dan panik sebelum, selama dan setelah persalinan. Fenomena yang terjadi adalah rendahnya pengetahuan ibu tentang metode hipnosis pada ibu hamil dan bersalin. Hal ini berdampak pada sikap ibu yang kemudian akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam melakukan metode hipnosis pada kehamilan. Sikap dapat digunakan untuk memprediksikan tingkah laku apa yang mungkin terjadi. Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Ny. Mul Agus Grobogan menunjukkan sebagian besar ibu hamil mengetahui adanya *hypnobirthing* di Bidan Ny. Mul Agus. **Tujuan Penelitian :** untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM. Ny. Mul Agus di Grobogan. **Metode :** Jenis penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian yaitu ibu hamil yang belum pernah mengikuti terapi *hypnobirthing* sebanyak 38 ibu. Sampel sebanyak 35 ibu dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan, sedangkan variabel terikat adalah sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing*. Analisa data menggunakan *chi-square*. **Hasil :** menunjukkan tingkat pengetahuan tentang *hypnobirthing* dalam kategori cukup (37,1%) lebih besar daripada kategori baik dan kurang. Sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* sebagian besar sikap negatif (54,3%). **Simpulan :** ada hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM. Ny. Mul Agus di Grobogan.

Kata kunci: Pengetahuan, sikap terhadap terapi *hypnobirthing*

### **ABSTRACT**

**Background :** *Hypnobirthing* is a combination of natural childbirth with hypnosis to build positive perceptions and self-confidence and reduce fear, anxiety, tension and panic before, during and after childbirth. The phenomenon shows that the mother's lack of knowledge about the methods of hypnosis during pregnancy and childbirth. It affects maternal attitude which will affect the mother's behavior in performing the method of hypnosis in pregnancy. **Propose :** This research aims to determine the correlation between pregnant women knowledge about *hypnobirthing* with pregnant women attitude toward *hypnobirthing* therapy in Ny. Mul Agus Grobogan. **Method :** The study is analytic with *cross sectional* approach with *purposive sampling* technique. Data analysis is using *chi-square*. **Result :** The research result shows that knowledge of *hypnobirthing* in middle category is more than in high and low knowledge. Pregnant women attitude toward *hypnobirthing* therapy is largely negative (54,3%). **Conclusion :** There is correlation between pregnant women knowledge about *hypnobirthing* with pregnant women attitude toward *hypnobirthing* therapy.

Keywords: Knowledge, attitudes toward *hypnobirthing* therapy

## PENDAHULUAN

Data statistik yang dikeluarkan *World Health Organization* (WHO) menunjukkan Angka Kematian Ibu (AKI) dalam kehamilan dan persalinan di dunia mencapai 586.000 jiwa setiap tahun (Ayude, 2009). Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2008 menerangkan AKI Indonesia sebesar 307/100.000 kelahiran hidup, mengalami penurunan pada tahun 2009 menjadi 228/100.000 kelahiran hidup. AKI di Provinsi Jawa Tengah untuk tahun 2008 sebesar 114,42/100.000 kelahiran hidup, pada tahun 2009 mengalami peningkatan menjadi 117,02/100.000 kelahiran hidup dan pada tahun 2010 mengalami penurunan menjadi 104,97/100.000 kelahiran hidup. Kabupaten Grobogan menempati urutan kesepuluh dari 35 Provinsi di Jawa Tengah tahun 2009 dengan AKI sebanyak 18/100.000 kelahiran hidup. Target *Millenium Development Goal's* (MDG's) pada tahun 2015 yaitu 102 per 100.000 kelahiran hidup, tetapi sampai tahun 2010 hal tersebut belum terpenuhi karena AKI di Indonesia masih tinggi (Dinkes RI, 2010).

Kematian ibu diwarnai oleh hal-hal nonteknis yang masuk kategori penyebab mendasar, seperti taraf pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil yang masih rendah (Prawirohardjo, 2002). Kehamilan merupakan peristiwa dan pengalaman penting dalam kehidupan seorang wanita. Namun, sebagaimana tahap transisi lain dalam fase kehidupan, peristiwa itu dapat pula menimbulkan stres, sehingga respon yang terjadi dapat berupa kebahagiaan maupun sebaliknya, seperti kecemasan dan juga kekecewaan (Pusdiknakes, 2003).

Metode hipnosis yang dapat dilakukan mulai masa kehamilan dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan dan ketakutan. Dasar dari metode ini sebenarnya sudah dikenal dalam salah satu management nyeri nonfarmakologi yang dikenal sebagai imajinasi terbimbing yang dikembangkan dengan berbagai teknik salah satunya adalah hipnosis. Teknik hipnosis dapat membantu merilekkan

otot-otot sehingga ibu terhindar dari kecemasan dan dapat membantu ibu lebih tenang dalam menghadapi persalinan. Teknik hipnosis merupakan salah satu cara yang dapat di aplikasikan oleh ibu hamil untuk memperoleh ketenangan saat menghadapi kehamilan dan persalinan (Bramantyo, 2003).

Persalinan dengan metode hipnosis dalam kehamilan dan persalinan disebut *hypnobirthing*. *Hypnobirthing* merupakan kombinasi antara proses kelahiran alami dengan hipnosis untuk membangun persepsi positif dan rasa percaya diri serta menurunkan ketakutan, kecemasan, tegang dan panik sebelum, selama dan setelah persalinan. *Hypnobirthing* merupakan sebuah paradigma baru dalam pengajaran melahirkan secara alami. Teknik ini mudah dipelajari, melibatkan relaksasi yang mendalam, pola pernapasan lambat dan petunjuk cara melepaskan endorfin dari dalam tubuh (relaksan alami tubuh) yang memungkinkan calon ibu menikmati proses kelahiran yang aman, lembut, cepat dan tanpa proses pembedahan.

Fenomena yang terjadi adalah rendahnya pengetahuan ibu tentang metode hipnosis pada ibu hamil dan bersalin. Hal ini berdampak pada sikap ibu yang kemudian akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam melakukan metode hipnosis pada kehamilan. Status kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah sikap seseorang itu merespon suatu penyakit. Sikap dapat digunakan untuk memprediksikan tingkah laku apa yang mungkin terjadi. Dengan demikian sikap dapat diposisikan sebagai suatu predisposisi tingkah laku yang akan tampak aktual apabila kesempatan untuk menyatakan terbuka luas (Azwar, 2005).

Hasil penelitian Marfu'ah tahun 2010 tentang perbedaan intensitas nyeri pada 30 ibu primipara menunjukkan ibu yang dilakukan *hypnoterapy* dalam persalinan normal mengalami nyeri berat 40%, nyeri sedang 53,3%, nyeri ringan 6,7% sedangkan yang tidak diberi *hypnoterapy* mengalami nyeri berat 66,7%, nyeri sedang 30%, nyeri ringan 3,3%.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Ny. Mul Agus Desa Tarub Kec. Tawangharjo-Grobogan menerangkan sebagian besar ibu hamil mengetahui adanya *hypnobirthing* di Bidan Ny. Mul Agus. Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang “Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM. Ny. Mul Agus Grobogan”. Sistematika penulisan penelitian ini meliputi pendahuluan, metode penelitian, hasil dan pembahasan serta simpulan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah ibu hamil trimester I dan II di BPM Ny. Mul Agus sebanyak 38 ibu hamil dan belum pernah mengikuti terapi *hypnobirthing*. Sampel sebanyak 35 ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan sebanyak 20 pernyataan dan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* sebanyak 20 pernyataan. Analisis data bivariat, analisis data yang digunakan adalah *chi-square* dengan taraf signifikan sebesar 0,05.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* di BPM Ny. Mul Agus Grobogan Tahun 2012

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	10	28,6
Cukup	13	37,1
Kurang	12	34,3
<b>Jumlah</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

Menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang *hypnobirthing* dalam kategori cukup lebih banyak (37,1%) daripada kategori lainnya. Jawaban responden terhadap item pertanyaan menunjukkan bahwa 80,0% responden telah mengerti bahwa hipnosis

adalah memasukkan pikiran positif ke diri ibu dengan membayangkan dan mengucapkan hal positif dan menyenangkan. Sebanyak 74,3% responden telah mengerti bahwa hipnosis bisa dilakukan kapan saja. Sebanyak 77,1% responden telah mengerti bahwa dengan hipnosis, ibu hamil menjadi tidak takut menghadapi kelahiran bayinya dan sebanyak 74,3% responden mengerti bahwa ikatan batin antara ibu dan suami akan lebih kuat.

Hasil penelitian masih ditemukan responden yang mempunyai pengetahuan kurang tentang *hypnobirthing*. Hal ini ditunjukkan oleh responden yang tidak tahu bahwa ibu hamil dapat tertidur saat terapi hipnosis sebanyak 60%. Sementara itu, sebanyak 71,4% responden tidak tahu bahwa hipnosis bisa dilakukan sendiri di rumah. Sebanyak 68,6% tidak tahu bahwa hipnosis bisa membantu ibu mengurangi nyeri saat melahirkan. Sebanyak 68,6% responden tidak tahu bahwa terapi hipnosis bermanfaat bagi suami yang mendampingi ibu hamil.

Rendahnya pengetahuan responden dipengaruhi oleh pendidikan responden. Tabel 2 menunjukkan pendidikan responden tingkat dasar (SD dan SMP), menengah (SMA) maupun tinggi (PT).

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan ibu di BPM Ny. Mul Agus Grobogan Tahun 2012

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	2	5,4
SMP	13	37,1
SMA	16	45,1
PT	4	11,4
<b>Jumlah</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

Jumlah responden dengan tingkat pendidikan tinggi (11,4%) jauh lebih sedikit daripada responden dengan tingkat pendidikan menengah (45,1%) dan tingkat pendidikan dasar (42,5%). Responden dengan tingkat pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima informasi dan lebih mudah menalar dibandingkan responden dengan tingkat pendidikan menengah dan dasar.

Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2003) bahwa tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Jika seseorang memiliki tingkat pendidikan tinggi, orang tersebut cenderung lebih mudah menerima informasi baru. Sebaliknya, jika seseorang mempunyai tingkat pendidikan dasar, orang tersebut cenderung sulit menerima informasi baru. Pengetahuan seseorang yang didapat dari proses belajar selain diperoleh dari hasil penggunaan indra yang mempunyai nilai sendiri. Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai media masa media elektronk, buku petunjuk kesehatan, media poster, kerabat dekat dan sebagainya.

Pengetahuan responden yang kurang tentang *hypnobirthing* juga disebabkan hipnosis merupakan terapi yang baru diterapkan kepada ibu hamil, sehingga sebagian besar ibu hamil belum mendapatkan informasi tentang *hypnobirthing*. Di BPM. Ny. Mul Agus di Grobogan pada saat melakukan kunjungan ANC tidak diberikan penyuluhan tentang terapi *hypnobirthing*. Terapi *hypnobirthing* hanya diberikan pada ibu hamil trimester III dan yang sudah mengikuti senam hamil.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Mongan (2007) bahwa *hypnobirthing* merupakan sebuah paradigma baru dalam pengajaran melahirkan secara alami. Teknik ini mudah dipelajari, melibatkan relaksasi yang mendalam, pola pernapasan lambat dan petunjuk cara melepaskan endorfin dari dalam tubuh (relaksasi alami tubuh). Teknik ini memungkinkan calon ibu menikmati proses kelahiran yang aman, lembut, cepat dan tanpa proses pembedahan.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Khasanah (2011) di BPS Nawangsih, S.SiT Semarang Utara bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang senam hamil cukup sebanyak 29 orang (69,0%). Hal ini dikarenakan responden dengan tingkat pendidikan menengah akan mampu menyerap informasi yang datang dalam hal hamil jika

dibanding dengan responden yang mempunyai pendidikan dasar.

Hasil penelitian sikap menunjukkan sebagian besar responden mempunyai sikap negatif (54,3%). Jawaban responden terhadap item pertanyaan sikap menunjukkan sebanyak 42,9% responden sangat setuju bahwa dengan rutin latihan hipnosis proses kelahiran bayi menjadi lama. Sebanyak 48,6% responden tidak setuju bahwa dengan terapi hipnosis bayi akan terhindar dari lilitan tali pusat. Sebanyak 48,6% responden sangat tidak setuju bahwa terapi hipnosis membuat suami menjadi lebih tenang saat mendampingi proses melahirkan dan sebanyak 45,7% responden sangat setuju bahwa dengan terapi hipnosis pertumbuhan anak dalam kandungan menjadi lambat.

Adapun responden yang mempunyai sikap positif terhadap terapi *hypnobirthing*, sebanyak 51,4% responden tidak setuju bahwa dengan terapi hipnosis selama hamil akan membuat trauma persalinan. Sebanyak 42,9% responden sangat setuju bahwa hipnosis akan membuat persalinan aman dan lancar. Sebanyak 42,9% responden tidak setuju bahwa terapi hipnosis membuat ikatan batin antara ibu dan bayi menjadi lemah.

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan sikap terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM Ny. Mul Agus Grobogan Tahun 2012

Sikap	Frekuensi	Persentase
Negatif	19	54,3
Positif	16	45,7
<b>Jumlah</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

Sikap yang ibu rasakan belum sesuai dengan teori Aprilia (2010) yang menyebutkan bahwa teknik hipnosis dapat membuat pertumbuhan janin lebih sehat karena keadaan tenang akan memberikan hormon-hormon yang seimbang ke janin lewat plasenta, selain itu suami merasa lebih tenang dalam menghadapi proses kelahiran, dan hubungan suami istri menjadi lebih hangat. Teknik hipnosis merupakan salah satu cara yang dapat di aplikasikan oleh ibu hamil untuk

memperoleh ketenangan saat menghadapi kehamilan dan persalinan.

Hasil analisa peneliti adalah sikap yang negatif pada responden disebabkan ibu belum mengetahui tentang pengertian dan manfaat *hypnobirthing*. Ibu belum merasakan manfaat *hypnobirthing* secara langsung sehingga muncul sikap yang negatif terhadap *hypnobirthing*. Sikap negatif yang muncul juga dikarenakan belum adanya sosialisasi dari bidan setempat untuk memberikan informasi tentang tujuan *hypnobirthing*.

Hal ini sesuai dengan penjelasan Azwar (2009) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman pribadi. Apa yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial. Seseorang yang mempunyai pengalaman menyenangkan dengan *hypnobirthing* maka akan mempunyai sikap positif terhadap terapi *hypnobirthing*.

Tabel 4 menunjukkan hubungan pengetahuan ibu hamil dengan sikap ibu terhadap terapi *hypnobirthing*. Responden yang mempunyai sikap positif ternyata mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang *hypnobirthing* (90%) sedangkan responden yang mempunyai sikap negative ternyata mempunyai tingkat pengetahuan kurang (83,3%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai *p value* adalah 0,002. Nilai ini lebih rendah dari taraf signifikan. Hal ini berarti ada hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM. Ny. Mul Agus di Grobogan.

Tabel 4 Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM. Ny. Mul Agus di Grobogan Tahun 2012

Penget	Sikap				Ttl	%	X <sup>2</sup>	P value
	Positif		Negatif					
	f	%	f	%				
Baik	9	90,0	1	10,0	10	100	12,26	0,002
Cukup	5	38,5	8	61,5	13	100		
Kurang	2	16,7	10	83,3	12	100		
<b>Jumlah</b>	<b>16</b>	<b>45,7</b>	<b>19</b>	<b>54,3</b>	<b>35</b>	<b>100</b>		

Ibu yang mempunyai pengetahuan kurang tentang *hypnobirthing* menyebabkan ibu tidak mengerti tentang manfaat dan tujuan *hypnobirthing*. Hal ini dapat menyebabkan munculnya sikap yang negatif terhadap *hypnobirthing*. Rendahnya pengetahuan ibu tentang metode hipnosis pada ibu hamil dan bersalin berdampak pada sikap ibu yang kemudian akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam melakukan metode hipnosis pada kehamilan.

## SIMPULAN

1. Pengetahuan responden tentang *hypnobirthing* dalam kategori cukup (37,1%) lebih banyak daripada kategori baik dan kurang.
2. Sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* sebagian besar sikap negatif (54,3%).
3. Ada hubungan pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* dengan sikap ibu hamil terhadap terapi *hypnobirthing* di BPM. Ny. Mul Agus di Grobogan (*Pvalue* = 0,002).

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiyanto, Lelik. 2010. *Smartbirthing*. Semarang : Universitas Diponegoro.
- Andriana. 2011. *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer Kelompok Gramedia.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Dwi. 2011. *Pengaruh Hipnosis Terhadap Intensitas Nyeri Kala Pada Persalinan Normal Ibu Multipara Di BPS M dan N Grobogan*. Semarang : KTI 2011.
- Aprillia, Yesie. 2010. *Hipnostetri Rileks, Nyaman, dan Aman saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta : Gagas Media.
- Ayude, 2009. *Angka Kematian Ibu*. [http : // Santi. Blogspot.co.id](http://Santi.Blogspot.co.id) Diakses 29 April 2012.

- Azwar, S. 2005. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budiarto. 2002. *Biostatistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : EGC.
- Bobak, Irene. 2005. *Essential Of Maternity Nursing*. Edisi 4. Jakarta : EGC.
- Bramantyo. 2003. *Melahirkan tanpa rasa sakit dan nyeri*. Jakarta : Rineka Swara.
- Cunningham, F G.,. 2006. *Obstetri Williams Volume I*. Jakarta: EGC.
- Danuatmadja. 2004. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Nyeri*. Jakarta : Puspa Sehat.
- Dinkes. 2010. *Profil Kesehatan Jawa Tengah*. Dinas Provinsi Jawa Tengah. Semarang.
- Hidayat, A. 2007. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kuswandi, Lany. 2007. *Kehamilan dan Persalinan dengan Hypnobirthing*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer Kelompok Gramedia.
- Khasanah, N.S. 2011. *Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan motivasi ibu hamil melakukan senam hamil di BPS Nawangsih, S.SiT Semarang Utara*. Semarang : KTI 2011.
- Marfuah, Siti. 2010. *Perbedaan Intensitas Nyeri yang Dilakukan Hypnoterapy dan yang Tidak Diberi Hypnoterapi pada Ibu Primipara pada Persalinan Normal*. Semarang : KTI 2010.

