

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG *HYPNOBIRTHING* DI KLINIK ELISABETH PASAR 1 KUALA

Ade Irma Triana Siregar¹ Ira Anggriyati²

¹Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

²Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

e-mail:

adesiregar792@gmail.com anggriyatiira@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan akan berjalan mudah dan nyaman jika si ibu rileks, tidak cemas, takut, dan panik. Karena jika panik produksi endorfin dalam tubuh yang berfungsi membuat tubuh merasa nyaman akan terhalang. *Hypnobirthing* dapat membantu ibu merasa lebih tenang menghadapi persalinan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang *hypnobirthing* di Klinik Elisabeth Tahun 2022 berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, sumber informasi. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif kuantitatif*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *total sampling* yang mana sampel yang secara kebetulan datang ke Klinik Elisabeth. Jumlah responden 30 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner data demografi dan kuesioner pengetahuan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil Tentang *Hypnobirthing* Di Klinik Elisabeth Tahun 2022 yaitu berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (26,7%), berpengetahuan cukup sebanyak 12 orang (40%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 10 orang (33,3%).

Kata kunci : *pengetahuan, metode hypnobirthing, persalinan*

ABSTRAK

Childbirth will be easy and comfortable if the mother is relaxed, not anxious, afraid and panicked. Because if you panic, the production of endorphins in the body, which function to make the body feel comfortable, will be blocked. Hypnobirthing can help mothers feel calmer about giving birth. The aim of this research is to determine the description of pregnant women's knowledge about hypnobirthing at Klinik Elisabeth in 2022 based on age, education, occupation, information sources. The design used in this research is quantitative descriptive. The sampling technique used a total sampling technique where the sample came by chance to the Elisabeth Clinic. The number of respondents was 30 people. Data collection was carried out using a demographic data questionnaire and a knowledge questionnaire. Based on the results of the research that has been carried out, it can be concluded that the knowledge of pregnant women about Hypnobirthing at the Elisabeth Clinic in 2022 is 8 people (26.7%) have good knowledge, 12 people have good knowledge. (40%), and 10 people (33.3%) had less knowledge.

Keywords: *knowledge, hypnobirthing method, childbirth*

PENDAHULUAN

Nyeri pada persalinan bisa menyebabkan kecemasan dan kelelahan serta bisa menyebabkan efek negatif pada kemajuan persalinan. Respon nyeri sangat tergantung pada kultur dan persepsi sebelumnya. Setiap ibu hamil pasti akan berharap proses persalinan bayinya lancar tanpa harus merasakan nyeri. Sehingga manajemen nyeri merupakan aspek penting dalam kecemasan. (Hanny, 2010)

Rasa cemas pada banyak orang dewasa sekarang adalah akibat dari rekaman getaran kehidupan mereka sejak dalam kandungan. Padahal, bayi di dalam kandungan perlu mendapat ketenangan dan kedamaian dari ibunya. Getaran seperti itulah yang akan terekam sampai usia dewasa. Kecemasan dan stres yang berlebihan pada saat hamil sama berbahaya dengan ibu hamil yang perokok. Keadaan itu bisa berakibat bayi lahir prematur, kesulitan belajar, anak menjadi hiperaktif, atau bahkan mengalami autisme. Stres yang berlebihan pada ibu hamil akan mengakibatkan kadar pregnanolone dalam tubuh tidak mencukupi. (Denidya, 2010).

Selain pengelolaan nyeri persalinan secara farmakologis dan non farmakologis, terdapat berbagai metode pengolahan nyeri persalinan terkini yang dibenarkan untuk mengatasinya, dalam hal ini disebut metode alternatif atau metode alami. Prinsipnya tetap sama yaitu mengurangi ketegangan ibu sehingga bisa merasa nyaman dan rileks menghadapi persalinan. Berbagai metode ini juga bisa meningkatkan stamina untuk mengatasi rasa nyeri dan tidak berdampak pada bayi yang dilahirkan. (Maryunani, 2010).

Hypnobirthing dapat membantu ibu merasa lebih tenang menghadapi persalinan. Penanaman konsep dan paham pada alam bawah sadar ibu akan sangat membantu kelancaran proses kelahiran. Ibu yang tidak mampu melakukan apapun secara sadar (kecuali tahap mengejan yang memang harus dilakukan dengan sadar), dapat membiarkan alam bawah sadar bekerja untuk menenangkan dan membantunya menjalani persalinan. (Andriana, 2010).

METODE

Pemilihan Responden

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memeriksakan kehamilannya di Klinik Elisabeth sebanyak 30 orang

Cara Pengumpulan Data

Penelitian ini dilakukan di Klinik Elisabet dilaksanakan pada bulan April 2022.

Analisis Data

Analisa data dilakukan secara deskriptif dengan melihat persentase data yang telah terkumpul dan dinyatakan dalam tabel distribusi frekuensi. Analisa data dilanjutkan dengan membahas hasil penelitian dengan menggunakan teori yang ada.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Data Demografi

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden Berdasarkan Karakteristik Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
17	1	3,3
18	1	3,3
19	3	10
20	2	6,7
21	3	10
22	1	3,3
23	3	10
24	4	13,3
25	2	6,7
26	5	16,7
27	3	10
29	2	6,7
Total	30	100

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 orang responden terdapat ibu yang mengikuti penelitian yaitu usia 17 tahun sebanyak 1 orang (3,3%), usia 18 tahun sebanyak 1 orang (3,3%), usia 19 tahun sebanyak 3 orang (10%), usia 20 tahun sebanyak 2 orang (6,7%), usia 21 tahun sebanyak 3 orang (10%), usia 22 tahun sebanyak 1 orang (3,3%), usia 23 tahun sebanyak 3 orang (10%), usia 24 tahun sebanyak 4 orang (13,3%), usia 25 tahun sebanyak 2 orang (6,7%), usia 26 tahun sebanyak 5 orang (16,7%), 27 tahun sebanyak 3 orang (10%), dan 29 tahun sebanyak 2 orang (6,7%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden Berdasarkan Karakteristik Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD/SMP	10	33,3
SMA	16	53,3
Perguruan Tinggi	4	13,3
Total	30	100

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden terdapat ibu yang berpendidikan SD/SMP sebanyak 10 orang (33,3%), SMA sebanyak 16 orang (53,3%), dan Perguruan Tinggi 4 orang (13,3%).

KESIMPULAN

- Berdasarkan usia, dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden mayoritas responden yang berusia 26 tahun berpengetahuan cukup sebanyak 5 orang (16,7%).
- Berdasarkan pendidikan, dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden mayoritas responden yang berpendidikan SMA berpengetahuan cukup sebanyak 15 orang (50%).

- Berdasarkan pekerjaan, dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden mayoritas responden yang pekerjaannya sebagai IRT berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (60%).
- Berdasarkan sumber informasi, dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden mayoritas responden mendapat informasi dari media massa berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (60%).
- Pengetahuan ibu hamil usia 17-29 tahun tentang gambaran pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan pada 30 responden di Klinik Elisabeth pasar 1 kuala adalah berpengetahuan baik sebanyak 5 orang (16,7%), berpengetahuan cukup sebanyak 21 orang (70%), berpengetahuan kurang sebanyak 4 orang (13,3%).

DAFTAR PUSTAKA

Akbar. 2000.wikippedia// traumacapitis.go.id

G, Mardan; S, Hesti.2012. *Riset dan Praktik Penulisan KTI*. Medan