



**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TRIMESTER III TENTANG
HYPNOBIRTHING DI PUSKESMAS NANGA PINOH, KABUPATEN
MELAWI, KALIMANTAN BARAT**

ARTIKEL

Oleh

KATARINA DEVI

NIM.152191167

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS
ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

TAHUN 2021

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel Berjudul :

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TRIMESTER III TENTANG
HYPNOBIRTHING DI PUSKESMAS NANGA PINOH, KABUPATEN
MELAWI, KALIMANTAN BARAT**

Disusun oleh :

Katarina Devi 152191167

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing skripsi Program Studi Kebidanan
Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Maret 2021

Pembimbing



Hapsari Windayanti, S.SiT., M.Keb

NIDN.0628018401

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TRIMESTER III TENTANG
HYPNOBIRTHING DI PUSKESMAS NANGA PINOH, KABUPATEN
MELAWI, KALIMANTAN BARAT**

Katarina Devi, Hapsari Windayanti, S.SiT., M.Keb Kebidanan Program Sarjana,
Universitas Ngudi Waluyo Semarang katarina.devie@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kehamilan dengan metode Hipnotis diri (self hypnosis) dan penanaman sugesti adalah prinsip dasar *hypnobirthing* yang digunakan sebagai latihan selama masa kehamilan. i. Ketika ibu merasa lebih nyaman menggunakan metode visualisasi, selanjutnya lakukan langkah pada bagian afirmasi (setelah mencapai kondisi rileks dengan metode yang dipilih) (Andriana, 2010). Studi pendahuluan di lakukan dengan wawancara secara langsung di Polindes poring, jumlah ibu hamil yang di wawancara 8 orang di antaranya 3 ibu hamil sudah mengetahui tentang pengertian *hypnobirthing*, 2 ibu hamil tidak tahu manfaat dari *hypnobirthing* ,serta 3 orang ibu hamil belum mengetahui tujuan dan langkah-langkah dari *hypnobirthing*. Tujuan Umum dari Penelitian ini untuk mengetahui Gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh.

Metode: Pada Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif . Penelitian dilakukan pada tanggal 17– 23 Desember 2020 di Puskesmas Nanga Pinoh, Populasi penelitian ini 38 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan dari 38 responden. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup 18 (47,4%) sebanyak 14 (36,8) responden memiliki pengetahuan kurang. Berpengetahuan cukup tentang Pengertian *hypnobirthing* 22 (63,2). Berpengetahuan cukup tentang manfaat *hypnobirthing* 15 (39,5). Berpengetahuan baik tentang tujuan *hypnobirthing* 13 (34,2). Berpengetahuan baik tentang langkah langkah *hypnobirthing* 13 (34,2).

Simpulan dan Saran : Pengetahuan Ibu hamil tentang *hypnobirthing* di dapatkan 18 (47,4%) berpengetahuan cukup. Penelitian ini diharapkan ibu hamil trimester III dapat meningkatkan pengetahuan tentang metode metode baru dalam ilmu kesehatan khususnya *Hypnobirthing*.

Kata Kunci: pengetahuan, ibu hamil, *hypnobirthing*.

ABSTRACT

Background: Pregnancy with self hypnosis method (self hypnosis) and planting of suggestions is the basic principle of hypnobirthing which is used as an exercise during pregnancy. Instructions for relaxation exercises in labor using the visualization method. When the mother feels more comfortable using the visualization method, then do the steps in the affirmation section (after reaching a relaxed state with the chosen method) (Andriana, 2010). The preliminary study was carried out by direct interviews at the Polindes poring, the number of pregnant women interviewed 8 of them 3 pregnant women already knew about the meaning of hypnobirthing, 2 pregnant women did not know the benefits of *hypnobirthing*, and 3 pregnant women did not know the goals and steps - steps from *hypnobirthing*.

Methods: This study uses a quantitative descriptive method. The study was conducted on 17-23 December 2020 at Puskesmas Nanga Pinoh. The population of this study was 38 pregnant women. The sampling technique used total sampling. The research instrument used a questionnaire. Data analysis using univariate analysis. The general objective of this study was to describe the knowledge of third pregnant women about Hypnobirthing at Puskesmas Nanga Pinoh.

Results: The results showed that from 38 respondents. Most of the respondents had sufficient knowledge 18 (47,4%) as many as 14 (36,8) respondents had less knowledge. Sufficient knowledge about understanding hypnobirthing 22 (63,2). Be knowledgeable about hypnobirthing benefits 15 (39,5). Be well-informed about the purpose of hypnobirthing 13 (34,2). Be well informed about hypnobirthing steps 13 (34,2).

Conclusions and Suggestions: The knowledge of Hamhil's mother about hypnobirthing was obtained 18 (47.4%) had sufficient knowledge. This research is expected that pregnant women trimester III can increase knowledge about new methods in health science, especially Hypnobirthing.

Keywords: knowledge, pregnant women, *hypnobirthing*

PENDAHULUAN

Proses kehamilan suatu proses yang dimana bertemunya sel sperma laki-laki dan sel ovum matang dari wanita yang nanti akan terjadi sebuah proses pembuahan pada sel ovum, ketika proses ini berlangsung maka terciptanya/ terjadinya suatu kehamilan pada wanita. Jika menginginkan kehamilan maka harus ada yang namanya sperma laki-laki agar terjadinya pembuahan pada ovum hasil tersebut akan terjadi konsepsi implantasi (nidasi) yaitu sebuah perlekatan atau penempelan embrio pada dinding rahim wanita, proses ini akan terjadi hingga plasentasi / sampai pembentukan plasenta. Proses pembuahan ini ada hal yang terpenting yaitu sperma dan sel ovum. Proses terjadinya pembuahan diawali dengan sel telur diproduksi oleh indung telur atau ovarium pada wanita, pada saat terjadinya ovulasi wanita akan melepaskan sel telur yang sudah matang tersebut hal ini akan terjadi setiap bulannya dan akan ditangkap oleh rumbai-rumbai (microfilamen fimbria) akan dibawa masuk oleh rumbai ke dalam rahim proses ini akan melalui saluran telur atau yang disebut istilah medisnya tuba (*tuba fallopi*). Setelah dibawa masuk untuk masa bertahan sel ini 12- 48 jam setelah ovulasi. Pada setiap hari akan menghasilkan sperma kewanitaan yang berkerja adalah testis dan ketika akan melakukan hubungan intim atau yang disebut senggama (coitus), maka berjuta-juta sel sperma pada laki-laki yang akan masuk ke dalam rahim wanita melewati saluran sel telur (Manuaba I, 2012).

Kehamilan adalah masa yang dimulai dari pembuahan sampai lahirnya janin dalam rahim. Usia Kehamilan dengan normal mulai dari 280 hari 40 minggu atau 9 bulan 7 hari. Pada Kehamilan akan terbagi menjadi atas 3 trimester diantaranya kehamilan trimester pertama mulai yang dimulai pada kehamilan 0-14 minggu kehamilan , kehamilan trimester kedua dimulai dari 14-28 minggu, dan kehamilan trimester ketiga mulai dari usia kehamilan 28-42 minggu (Yuli, 2017)

Perubahan pada kehamilan diantaranya akan ada yang dinamakan perubahan psikis hal ini biasanya akan terjadi pada ibu hamil Kabupaten dimulai dengan timbul sifat rasa yang tidak percaya atau sifat merasa sedih kecewa sangat merasakan suatu penolakan, kecemas dan akan merasa sedih. Pada ibu hamil trimester ke dua biasanya terbalik dengan trimester I pada trimester ke II ini ibu akan merasakan tenang karena sudah mulai menyesuaikan dirinya atau beradaptasi dengan kehamilan yang sudah di alaminya pada trimester tiga, perubahan psikologi ibu terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya, dan ini tidak lain dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar. Sebagai upaya dalam penanganan metode hypnosis yang dapat dilakukan mulai masa kehamilan dapat mengurangi rasa mual,, muntah dan pusing di trimester pertama, mengatasi rasa tidak nyaman selama hamil dan rasa sakit saat melahirkan tanpa efek samping terhadap janin (Kuswandi,2014).

Di Puskesmas Nanga Pinoh sudah dibuka kelas *hypnobirthing* tetapi penerapannya belum optimal di sebabkan banyaknya ibu hamil yang belum mengetahui *hypnobirthing* dan jika ibu hamil diberikan pengetahuan *hypnobirthing* ibu hamil mengetahui manfaat,tujuan, pengertian *hypnobirthing* dan langkah-langkah *hypnobirthing*.

Berdasarkan data dari Puskesmas Nanga Pinoh ada 17 Desa yang memiliki Polindes/ Poskesdes sehingga Peneliti melakukan pengambilan Studi Pendahuluan di Polindes Desa Poring 8 orang ibu hamil. Hasil wawancara yang dilakukan di Polindes Poring kec Nanga Pinoh Kab.Melawi pada hari/tanggal senin, 19 oktober 2020 pada hamil yang mengikuti posyandu dan ibu hamil trimester III berjumlah 3

orang 5 orang diantaranya trimester II , yang hanya di wawancara ibu hamil trimester III, wawancara di lakukan secara langsung di Polindes poring berjumlah 3 orang ibu hamil, 3 orang ibu hamil tersebut belum mengetahui tentang manfaat dari *hypnobirthing*, pengertian *hypnobirthing*, tujuan *hypnobirthing* , 3 orang ibu hamil dilakukan wawancara melalui telepon wa sudah mengetahui tentang pengertian *hypnobirthing* ,tujuan *hypnobirthing* dan langkah – langkah *hypnobirthing*. 2 orang ibu hamil diantaranya belum mengetahui manfaat, tujuan pengertian, langkah- langkah *hypnobirthing*, riwayat pendidikan ibu hamil trimester III berjumlah 4 oarang pendidikan sekolah Dasar (SD), 2 orang ibu hamil berpendidikan sekolah menengah kejuruan (SMK) ibu hamil yang diberikan pertanyaan mengenai *hypnobirthing* hanya 2 orang memang pernah mendapatkan informasi tentang *hypnobirthing* melalui *media sosial*, sehingga ibu hamil yang belum mengetahui *hypnobirthing* tersebut perlu diberikan gambaran tentang pengertian,manfaat, tujuan dan langkah- langkah *ypnobirthing* .

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah menggunakan metode *kuantitatif* , menggunakan pendekatan *cross sectional* . Jenis penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil trimester III tentang *Hypnobirthing*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Nanga Pinoh di Polindes Poring, Paal, Tanjung Tengah, Kenual, Sidomulyo tanggal 17- 23 Januari 2020. Populasi dalam penelitian ini 38 ibu hamil trimester III adalah wilayah generalisasi (Sugiyono, 2015). Populasi dalam penelitian ini pada bulan November di Puskesmas nanga pinoh dengan jumlah Populasi 38 ibu hamil trimester III. Sampel adalah subjek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2012). Teknik pengambilan Sampel yang akan digunakan pada penelitin ini adalah *total sampling*, yaiu sampel yang mewakili jumlah populasi yang digunakan adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Jika Populasi dianggap kecil atau kurang dari 100 (Noor, 2011) Menurut Syamsuni (2019) *Total sampling* jika jumlah populasi dibawah 100.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Pengetahuan ibu Hamil Trimester III tentang *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Trimester III Tentang Pengetahuan *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh trimester III di Puskemas Nanga

Pengetahuan	F	%
Baik	6	15.8
Cukup	18	47.4
Kurang	14	36.8
Jumlah	38	100

Data disribusi gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskemas Nanga Pinoh tentang *hypnobirthing* dari 38 responden diantaranya 18 responden (47,5%) memiliki pengetahuan cukup dan yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 14 responden (36,3%).

2. Gambaran Pengetahuan ibu Hamil Trimester III tentang Pengertian *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Trimester III Tentang Pengertian *Hypnobirthing* di Pukesmas Nanga Pinoh

Pengetahuan	F	%
Baik	2	5,2
Cukup	22	63,2
Kurang	14	36,8
Jumlah	38	100 %

Berdasarkan data distribusi frekuensi ibu hamil trimester III tentang pengertian *hypnobirthing* di pukesmas Nanga Pinoh dari 38 responden. Sebanyak 22 responden (63,2%) memiliki pengetahuan cukup tentang pengertian *hypnobirthing*, sedangkan sebanyak 2 responden (5,3 %) memiliki pengetahuan kurang tentang pengertian *hypnobirthing*

3. Gambaran Pengetahuan ibu Hamil Trimester III tentang Manfaat *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Trimester III Tentang Manfaat *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Pengetahuan	F	%
Cukup	15	39,5
Kurang	23	60,5
Jumlah	38	100 %

Berdasarkan data distribusi frekuensi ibu hamil trimester III tentang manfaat *hypnobirthing* di puskesmas Nanga Pinoh dari 38 responden. Sebanyak 15 responden (39,5%) memiliki pengetahuan cukup tentang manfaat *hypnobirthing*, sedangkan sebanyak 23 responden (60,%) memiliki pengetahuan kurang tentang manfaar *hypnobirthing*.

4. Gambaran Pengetahuan ibu Hamil Trimester III tentang Tujuan *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Trimester III Tentang Tujuan *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Pengetahuan	F	%
Cukup	13	34,2
Kurang	25	65,8
Jumlah	38	100 %

Berdasarkan data distribusi frekuensi ibu hamil trimester III tentang tujuan *hypnobirthing* di pukesmas Nanga Pinoh dari 38 responden. Sebanyak 13 responden (34,2%) memiliki pengetahuan cukup tentang manfaat *hypnobirthing*, sedangkan sebanyak 25 responden (65,%) memiliki pengetahuan kurang tentang tujuan *hypnobirthing*.

5. Gambaran Pengetahuan ibu Hamil Trimester III tentang Langkah-Langkah *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Trimester III Tentang langkah –langkah *Hypnobirthing* di Puskesmas Nanga Pinoh.

Baik	13	34,2
Cukup	11	28,2
Kurang	14	36,8
Jumlah	38	100 %

Berdasarkan data distribusi frekuensi ibu hamil trimester III tentang langkah –langkah *hypnobirthing* di puskesmas Nanga Pinoh dari 38 responden. Sebanyak 13 responden (34,2%) memiliki pengetahuan cukup tentang pengertian *hypnobirthing*, sedangkan sebanyak 11 responden (28,9 %) memiliki pengetahuan cukup tentang langkah- langkah *hypnobirthing*.

Pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskesmas Nanga Pinoh tentang pengetahuan *hypnobirthing* dari 38 responden, memiliki pengetahuan cukup 18 responden (47,4%) berdasarkan umur responden memiliki usia ideal kehamilan 20-35 tahun berjumlah 37 (94,4 %). Usia ini termasuk usia reproduktif yang cukup matang dalam berpikir dan yang mempengaruhi pengetahuan terhadap daya tangkap pola pikirnya sehingga pengetahuan yang di peroleh semakin baik (Notoatmodjo 2010) .Berdasarkan karakteristik Paritas Primigravida sebanyak 21 (55,2%) ibu hamil yang baru kehamilan pertama. Pada teori Wawan dan Dewi (2010) mengatakan pengalaman akan mempengaruhi pengetahuan karena pengalaman merupakan cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

Berdasarkan karakteristik sebagian besar ibu hamil berpendidikan tinggi berjumlah 17 (44,7%). Hal sesuai dengan teori Mubarak (2011) pendidikan di artikan bahwa bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami sesuatu karena memang tidak dapat di pungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi , dan pada akhirnya pengetahuan yang dimiliki akan semakin banyak.

Tingkat pengetahuan cukup pada ibu hamil berdasarkan karakteristik sumber informasi tentang *hypnobirthing* ibu hamil yang pernah mendapatkan sumber informasi berjumlah 14 (36,8%). Berdasarkan studi pendahuluan sebagian besar ibu hamil yang menjadi responden sudah mengikuti kelas *hypnobirthing* karena berdasarkan data yang menjadi responden di ambil dari ibu hamil yang mengikuti kelas *hypnobirthing* dan sumber informasi tersebut di dapat oleh responden dari Tenaga Kesehatan yang mengajar kelas *hypnobirthing* .

Berdasarkan hasil penelitian yang di peroleh ibu hamil yang tidak mendapatkan sumber informasi paling banyak yaitu 24 responden (63,2%) sehingga hal ini terjadi karena jarang sekali ibu hamil mencari informasi tentang metode-metode baru salah satunya seperti pengetahuan tentang hypnobirthing. Hasil penelitian ini sesuai dengan Notoadmodjo (2010) informasi kesehatan dapat di peroleh responden dari tenaga kesehatan , non kesehatan, media.

Berdasarkan disribusi pengetahuan sebanyak 15 responden (36,8%) memiliki pengetahuan kurang. Karakteristik ibu hamil berdasarkan pendidikan dasar berjumlah 12 (31,6 %). Hal sesuai dengan teori Mubarak (2011) jika seseorang memiliki pendidikan rendah maka akan menghambat perkembangan sikap orang tersebut terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru yang baru. Berdasarkan karateristik responden yang berstatus tidak berkerja 17 responden (44,7%) hal ini didasari oleh responden tersebut memang memiliki tanggung jawab yang penuh untuk mengurus keluarganya karena berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mayoritas ibu hamil berstatus tidak bekerja . Selain itu pengalaman yang diperoleh akan lebih sedikit, rasa ingin tahu akan ilmu baru pun sangat rendah.

Pengetahuan ibu hamil trimester III tentang Pengertian hypnobirthing Puskesmas Nanga Pinoh berdasarkan data distribusi frekuensi ibu hamil trimester III tentang pengertian hypnobirthing di Puskesmas Nanga Pinoh dari 38 responden. Sebanyak 22 responden (57,9%) memiliki pengetahuan cukup tentang pengertian hypnobirthing. Pernyataan positif pada item pernyataan nomor 1 tentang pengertian hypnobirthing yaitu metode yang digunakan untuk memberikan niat dalam diri agar berpikiran baik dalam suatu proses yang telah dialami yang menjawab salah sebanyak 19 responden (50.0 %) dan untuk pernyataan yang bersifat negatif pada item pernyataan nomor 2 tentang Hypnobirthing merupakan metode menghilangkan kesadaran 12 responden menjawab benar (31,6%) dan yang menjawab salah sebanyak 26 responden (68,4%).

Berdasarkan status pekerjaan yang dimiliki responden mayoritas ibu hamil berstatus berkerja sebanyak 20 (52%). Pekerjaan memiliki hubungan yang sangat erat dengan kehidupan sehari- hari dalam memenuhi kebutuhan hidup. Pekerjaan akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang maupun pengetahuan di dapat pribadi ataupun berdasarkan orang lain (Notoadmodjo,2010).

Pengetahuan ibu hamil trimester III tentang Manfaat hypnobirthing Puskesmas Nanga Pinoh berdasarkan data distribusi frekuensi ibu hamil trimester III tentang manfaat hypnobirthing di Puskesmas Nanga Pinoh. Sebanyak 15 (39,5%) responden memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat hypnobirthing, sedangkan sebanyak 23 responden (60,5%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang manfaat hypnobirthing. Pernyataan positif item nomor 5 tentang manfaat hypnobirthing mampu membuat ibu rileks lebih dalam sehingga semua stres serta ketakutan & kekhawatiran menjelang kelahiran yang dapat menyebabkan ketegangan, rasa nyeri, dan sakit saat persalinan dapat dihilangkan

sebanyak 27 responden menjawab benar (71,1) dan responden yang menjawab salah sebanyak 11 (28,9 %). Pernyataan negative pada pernyataan item nomor 7 tentang hypnobirthing dapat menambah terjadinya komplikasi responden yang menjawab salah sebanyak 24 (63,2%) dan pernyataan negative pada item nomor 8 tentang hypnobirthing memperlambat keluarnya ASI 22 responden (57,9%) menjawab benar

Dari pernyataan tentang manfaat hypnobirthing responden memiliki pengetahuan cukup 15 responden (39,5%) sebagian besar karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan memiliki pendidikan tinggi berjumlah 17 (44,7 %) tingkat pendidikan tinggi seseorang makin mudah menerima informasi baik informasi tersebut dari orang lain maupun dari media massa , hal ini membuat mereka memiliki pengetahuan hal ini akan membuat mereka berpikir maju dan sangat ingin mencoba hal- hal baru sehingga dengan hal ini yang dimiliki mereka mendorong mereka masuk ke lingkungan dan pergaulan yang lebih luas. (Munir, 2011). Berdasarkan hasil penelitian terdapat 13 responden (34,2 %) memiliki pengetahuan baik tentang tentang tujuan hypnobirthing dan berdasarkan karakteristik yang dimiliki oleh responden dari 38 responden 37 responden mayoritas ibu hamil masuk masa ideal dalam kehamilan antara 20-35 tahun sehingga hal ini dapat di simpulkan bahwa berdasarkan umur responden memiliki usia ideal kehamilan 20-35 tahun berjumlah 37 (94,4). Usia ini termasuk usia reproduktif untuk kematangan pemikiran seseorang . Usia adalah masuk dalam salah satu yang akan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang karena untuk mempengaruhi cara dalam berpikir seseorang agar pikiran yang akan di capai dalam pemerikiran baik/ cara berpikirnya baik menyimpulkan bahwa yang akan dilakukan adalah niat yang baik (Notoatmodjo 2010) . Berdasarkan hasil penelitian 25 responden (65,8%) memiliki pengetahuan kurang tentang tujuan dari hypnobirthing, dan berdasarkan karakteristik pendidikan ibu hamil berpendidikan dasar sebanyak 9 (23,7%). Berdasarkan karakteristik ibu hamil yang tidak pernah mendapatkan sumber informasi tentang hypnobirthing 24 responden (63,2%).

Pengetahuan ibu hamil trimester III tentang Langkah- langkah hypnobirthing Puskesmas Nanga Pinoh Berdasarkan data distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil trimester III tentang langkah-langkah hypnobirthing di Puskesmas Nanga Pinoh dari 38 responden. Sebanyak 13 responden (34,2%) memiliki pengetahuan baik tentang langkah-langkah hypnobirthing, sedangkan sebanyak 12 responden (31,6%) memiliki pengetahuan kurang tentang langkah-langkah hypnobirthing bagi ibu hamil trimester III. Pernyataan positif pada item nomor 11 tentang langkah- langkah hypnobirthing salah satunya Langkah dalam hypnobirthing menenangkan pikiran dan merileksasikan tubuh dengan cara menarik nafas panjang lalu dikeluarkan melalui mulut sebanyak 25 responden menjawab benar (68,5%) dan responden menjawab salah 13 responden (34,2%). Pernyataan negative pada item nomor 14 tentang Saat ibu hamil istirahat dalam keadaan duduk atau berbaring rileks, kandungan juga dalam keadaan rileks Ini akan menghambat aliran darah ke dalam kandungan, jumlah oksigen, serta zat gizi yang dibutuhkan janin Sebanyak 18 responden menjawab benar (47,4) dan responden menjawab

salah sebanyak 20 (52,6). Pernyataan positif item nomor 13 tentang dengan komunikasi secara teratur , ibu dapat berkomunikasi dengan janin sebanyak 18(47,4) menjawab benar.

Hasil penelitian yang menyatakan tentang langkah- langkah hypnobirthing sebanyak 14 responden (36,8%) memiliki pengetahuan kurang. Hal ini dapat di kait berdasarkan karakteristik responden yang pendidikan dasar . Hal sesuai dengan teori Mubarak (2011) jika seseorang memiliki pendidikan rendah maka akan menghambat perkembangan sikap orang tersebut terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru yang baru.

KESIMPULAN

Pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskemas Nanga Pinoh tentang Pengetahuan hypnobirthing dari 38 responden. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 18 (47,4%) . Pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskesmas Nanga Pinoh tentang pengertian hypnobirthing dari 38 responden. sebanyak 22responden (57,9%) memiliki pengetahuan cukup tentang pengertian hypnobirthing, dan sebanyak 14 responden (36,8%) memiliki pengetahuan kurang tentang pengertian hypnobirthing. Pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskemas Nanga Pinoh tentang manfaat hypnobirthing dari 38 responden. Sebanyak 23 responden (60,5%) memiliki pengetahuan kurang tentang manfaat hypnobirthing, dan sebanyak 15 responden (39,5%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang manfaat hypnobirthing. pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskemas Nanga Pinoh tentang tujuan hypnobirthing dari 38 responden. Sebagian besar sebanyak 13 responden (34,2%) memiliki pengetahuan baik tentang tujuan hypnobirthing, dan sebanyak 25 responden (65,8%) memiliki pengetahuan kurang tentang tujuan hypnobirthing pengetahuan ibu hamil trimester III di Puskemas Nanga Pinoh tentang langkah- langkah hypnobirthing dari 38 responden. Sebagian besar sebanyak 13 responden (34,2%) memiliki pengetahuan baik tentang langkah- langkah hypnobirthing, sedangkan sebanyak 14 responden (36,8%) memiliki pengetahuan kurang tentang langkah- langkah hypnobirthing

DAFTAR PUSTAKA

Aspiani, Leni, (Yuli 2017). Buku Ajar Keperawatan Maternitas.Jakart:TransInfomedika

Aprilia Y. (2010), Hipnostetri rileks Nyaman dan aman saat hamil dan Melahirkan.Jakarta. Gagas Media

Ahmad kholid (2018). *Promosi kesehatan dengan pendekatan teori perilaku media dan aplikasinya*

- Andriana, E. (2007). *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit Dengan Metode Hypnobirthing* Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer. Jakarta: PT buana ilmu populer
- Dewi, Vivian, Sunarsih. (2011) *Asuhan kehamilan untuk kebidanan*. Jakarta: Selemba Medika
- Elsa, S.N. (2017). *Hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester III dalam mengikuti hypnobirthing di puskesmas kabuh, kecamatan kabuh, kabupaten jombang*
- Kusumawati, Farida dan Hartono, Yudi (2011). *Buku ajar keperawatan jiwa*. Jakarta: Selemba Medika
- Nurul Kamariyah, Yessie Anggasari, dan Siti Mufiihah, (2020). *Buku ajar kehamilan untuk mahasiswa dan praktisi keperawatan serta kebidanan*. Jakarta: Selemba Medika
- Kuswandi Lanny (2014) *Hyponobirthing A Gentle Way to Give Birth*. Jakarta: Pustaka Bunda
- Kuswandi Lanny (2011). *Keajaiban Hypnobirthing*. Jakarta: Pustaka Bunda
- Manuaba, I.B.G dkk. (2010). *Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan Kb*. Jakarta: EGC
- Manuaba, Ida Bagus 2012. *Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan keluarga berencana untuk pendidikan bidan*. Jakarta. EGC
- Mubarak, W. 2011. *Promosi Kesehatan masyarakat untuk kebidanan*. Jakarta: Selemba medika
- Notoatmodjo S. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rinka Cipta: 2016
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi penelitian kesehatan*. Cetakan ketiga. Jakarta: Rinka Cipta
- Noor, Juliansyah. (2011). *Metodologi Penelitiann: Skripsi, Tesis, Disertai, dan Karya ilmiah*. Jakarta: Kencana
- Nurul Chomaria. (2012) *Seputar Kehamilan*. Jakarta: Pt elek media komplikasi
- Nursalam. (2011) *Konsep dan penerapan metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta : Selemba Medika

Romadjonah. Trixie. Indri astute puwanti. 2012. *Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing dengan sikap hamil terhadap terapi hypnobirthing.* Jurnalunimus

Yessie, A. (2010). *Rileks, Nyaman Dan Aman Saat Hamil Dan Melahirkan.* Jakarta: Gagas Media. Asuhan Kebidanan pada kehamilan Fisiolog.Jakarta

Ummi hani. Jiarti kusbandiyah marjadi. Rita Yulifah 2019.: Selemba Medika

Zamriati, Wa Ode.(2013). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kemasam ibu hamil menjelang persalinan E-journal keperawatan,(1)1-7.*