

Universitas Ngudi Waluyo,  
Program Studi Kebidanan Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Skripsi, Januari 2021  
Katarina Devi, Hapsari Windayanti  
152191167

**Gambaran Pengetahuan ibu hamil Trimester III Tentang *Hypnobirthing* di  
Puskesmas Nanga Pinoh kabupaten Melawi, Kalimantan Barat**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Kehamilan dengan metode Hipnotis diri (self hypnosis) dan penanaman sugesti adalah prinsip dasar *hypnobirthing* yang digunakan sebagai latihan selama masa kehamilan. Petunjuk latihan relaksasi dalam persalinan menggunakan metode visualisasi. 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*

Ngudi Waluyo University,  
Undergraduate Midwifery Study Program,  
Faculty of Health Sciences,  
Thesis, January 2021  
Katarina Devi, Hapsari Windayanti  
152191167

## **Description of Knowledge of Trimester III pregnant women about Hypnobirthing at Puskesmas Nanga Pinoh Melawi district, West Kalimantan**

### **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*

