

**Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan**  
**Skripsi**  
**Syifa Azzahra Setya Putri**  
**152222043, Januari 2024**

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG HIPNOTERAPI UNTUK MENGATASI NYERI MENSTRUASI (DISMENOREA) DI SMAN 6 BALIKPAPAN**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Dismenorea nyeri saat menstruasi dan salah satu masalah utama bagi remaja putri. Di Indonesia sebanyak 64,25%, 54,89% mengalami dismenorea primer dan 9,36% sekunder. Upaya yang dilakukan untuk mengatasinya dapat dengan terapi non farmakologis yaitu hipnoterapi. Untuk mengatasinya penting bagi seseorang memiliki pengetahuan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) di SMAN 6 Balikpapan.

**Metode :** Populasi subjek penelitian terdiri dari 214 orang, dan jumlah sampel yang digunakan 66 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini accidental sampling. Instrumen pengumpulan data adalah kuesioner dan analisis data univariat.

**Hasil :** Penelitian ini menunjukkan sebagian besar pengetahuan siswi SMAN 6 Balikpapan memiliki pengetahuan yang baik yaitu 39 responden (59,1%) tentang hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea). Gambaran pengetahuan mengenai pengertian hipnoterapi tergolong baik 54,5%, lalu tentang manfaat hipnoterapi memiliki pengetahuan baik 89,4%, dan mengenai pengetahuan tahapan hipnoterapi memiliki pengetahuan yang cukup 69,7%.

**Kesimpulan :** Gambaran pengetahuan remaja putri SMAN 6 Balikpapan memiliki pengetahuan yang baik tentang hipnoterapi dan pengertiannya serta manfaatnya untuk mengatasi dismenorea, sedangkan pengetahuan mengenai tahapan hipnoterapi masih tergolong cukup. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran dengan hipnoterapi dalam mengatasi dismenorea dapat menjadi fokus untuk pembinaan kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci :** Hipnoterapi, Dismenorea, Pengetahuan, Remaja Putri.  
**Kepustakaan :** (2011 – 2023)

**Ngudi Waluyo University**  
**Midwifery Study Program, Faculty of Health**  
**Thesis**  
**Syifa Azzahra Setya Putri**  
**152222043, January 2024**

**OVERVIEW OF ADOLESCENT WOMEN'S KNOWLEDGE ABOUT  
HYPNOTHERAPY TO OVERCOME MENSTRUAL PAIN  
(DYSMENORRHEA) AT SMAN 6 BALIKPAPAN**

**ABSTRACT**

**Background:** Dysmenorrhea is painful during menstruation and is one of the main problems for young women. In Indonesia, 64.25%, 54.89% experienced primary dysmenorrhoea and 9.36% secondary. Efforts can be made to overcome this with non-pharmacological therapy, namely hypnotherapy. To overcome this, it is important for someone to have knowledge. The aim of this research is to determine the knowledge of young women about hypnotherapy to treat menstrual pain (dysmenorrhea) at SMAN 6 Balikpapan.

**Method:** The research subject population consisted of 214 people, and the number of samples used was 66 people. The sampling technique in this research was accidental sampling. The data collection instruments were questionnaires and univariate data analysis.

**Results:** This research shows that the majority of female students at SMAN 6 Balikpapan have good knowledge, namely 39 respondents (59.1%) about hypnotherapy to treat menstrual pain (dysmenorrhea). The description of knowledge regarding the meaning of hypnotherapy was classified as good at 54.5%, then regarding the benefits of hypnotherapy there was good knowledge at 89.4%, and regarding knowledge of the stages of hypnotherapy there was sufficient knowledge at 69.7%.

**Conclusion:** Description of knowledge of young women at SMAN 6 Balikpapan who have good knowledge about hypnotherapy and its understanding and benefits for treating dysmenorrhoea, while knowledge about the stages of hypnotherapy is still sufficient. Therefore, efforts to increase understanding and awareness with hypnotherapy in dealing with dysmenorrhoea can be a focus for developing adolescent health in the school environment.

**Keywords:** Hypnotherapy, dysmenorrhoea, knowledge, young women.

**Literature :** (2011 – 2023)