

SKRIPSI
PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP TINGKAT NYERI
PERSALINAN PADA IBU BERSALIN DI ZAAL
KEBIDANAN RSUD MARTAPURA
KABUPATEN OKU TIMUR
TAHUN 2026



ETI INDRIANI
PO7124225272

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan adalah proses fisiologis yang dialami oleh setiap wanita hamil, tetapi hampir semua persalinan disertai dengan rasa sakit dengan tingkat keparahan yang berbeda-beda. Nyeri persalinan adalah pengalaman yang kompleks dan subjektif, yang mencakup faktor fisiologis, psikologis, sosial, dan budaya yang memengaruhi kualitas pengalaman persalinan ibu (Whitburn *et al.*, 2019).

World Health Organization (WHO) melaporkan pada tahun 2023, 85-90% persalinan disertai rasa sakit, dan hanya 10-15% yang tanpa rasa sakit. Prevalensi rasa sakit selama persalinan cukup tinggi, yaitu 86,8%, dengan 35,9% ibu mengalami rasa sakit yang parah (WHO, 2023). Jika rasa sakit selama persalinan tidak ditangani dengan baik dengan obat pereda nyeri, hal itu dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti kecemasan, kelelahan, stres, dan tekanan darah tinggi, yang dapat memperpanjang persalinan dan pada akhirnya membahayakan kesehatan ibu dan janin (Falina, *et al.* 2024).

Survei Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas) 2018, melaporkan nyeri persalinan terjadi pada 85-90% kelahiran, dan hanya 10-15% kelahiran yang tanpa nyeri. Data ini menunjukkan bahwa nyeri persalinan merupakan masalah signifikan dalam praktik kebidanan di Indonesia. Tingginya prevalensi nyeri

persalinan merupakan salah satu faktor yang meningkatkan permintaan operasi caesar tanpa obat, karena 25,9% kelahiran di Indonesia dilakukan melalui operasi caesar (Kementerian Kesehatan, 2023).

Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan (2023), melaporkan jumlah wanita yang melahirkan dan menerima perawatan medis di Provinsi Sumatera Selatan telah mencapai tingkat yang signifikan, namun data spesifik mengenai prevalensi nyeri persalinan masih kurang. Meskipun demikian, studi yang dilakukan di Sumatera Selatan menunjukkan bahwa sebagian besar wanita mengalami nyeri sedang hingga berat, terutama pada tahap awal persalinan (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan., 2023).

Rumah Sakit Regional Martapura di OKU Timur adalah salah satu Rumah Sakit rujukan untuk pasien dari Distrik Kominulu di OKU Timur, dan perawatan kebidanan merupakan layanan utama. Survei terhadap dokter kandungan di Rumah Sakit Regional Martapura pada tahun 2024, sebagian besar wanita yang melahirkan melaporkan nyeri sedang hingga berat selama persalinan. Data klinis menunjukkan bahwa metode pereda nyeri tradisional, seperti latihan pernapasan dan dukungan emosional tidak optimal, sementara metode komplementer, seperti hipnoterapi telah terbukti efektif (Dinas Kesehatan OKU, 2025).

Nyeri saat persalinan sering disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks selama tahap pertama persalinan, serta dilatasi serviks selama tahap kedua. Intensitas nyeri bergantung pada banyak faktor, termasuk usia, awal persalinan, tingkat kecemasan, dukungan pasangan, dan mekanisme

penanggulangan individu (Low, 2002; Jones *et al.*, 2012). Hal ini jika tidak diobati dapat menyebabkan peningkatan laju pernapasan, peningkatan konsumsi oksigen, penurunan kontraktilitas uterus, dan persalinan yang berkepanjangan, yang meningkatkan risiko komplikasi bagi ibu dan bayi baru lahir (Sundariningsih dkk., 2021).

Nyeri persalinan dapat diobati dengan metode farmakologi maupun non-farmakologi. Metode farmakologi, seperti anestesi epidural, sangat efektif, tetapi mahal, membutuhkan tenaga ahli yang terbatas, dan dapat menyebabkan efek samping. Oleh karena itu, metode non-farmakologi, seperti teknik relaksasi, pijat, aromaterapi, *hypnobirthing*, dan hipnoterapi, semakin banyak dipelajari dan digunakan sebagai metode alternatif dalam praktik kebidanan modern (Smith *et al.*, 2018; Bohren *et al.*, 2017).

Hipnoterapi adalah metode bebas obat yang menggunakan teknik hipnotis untuk mencapai relaksasi mendalam dan mengubah persepsi nyeri. Hipnoterapi memengaruhi sistem limbik otak, merangsang pelepasan endorfin dan enkefalin, yang memiliki sifat pereda nyeri alami. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa hipnosis efektif dalam mengurangi nyeri persalinan dan meningkatkan kepuasan ibu terhadap proses persalinan (Raksanagara & Suardi, 2021).

Sebuah studi oleh Raksanagara dan Suardi (2021) menemukan bahwa hipnoterapi efektif dalam mengurangi nyeri pada tahap pertama persalinan selama fase aktif persalinan pada trimester pertama sebesar 24,13%. Sebuah studi oleh Hayat (2024), yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Jakarta

(RSIABDT), menemukan bahwa hipnoterapi memiliki efek signifikan dalam mengurangi intensitas nyeri pada wanita yang sedang melahirkan.

Meskipun banyak penelitian telah menunjukkan efektivitas hipnoterapi dalam meredakan nyeri persalinan, penggunaannya di Indonesia masih terbatas, khususnya di Sumatera Selatan dan Rumah Sakit Daerah Martapura di OKU Timur. Belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji dampak hipnoterapi terhadap tingkat nyeri persalinan di Rumah Sakit Daerah Martapura di OKU Timur. Metode ini berpotensi untuk meningkatkan kualitas perawatan obstetri, mengurangi penggunaan analgesik farmakologis, meningkatkan kepuasan ibu, dan berfungsi sebagai metode tambahan yang hemat biaya untuk mengelola nyeri persalinan.

Berdasarkan hal tersebut di atas, peneliti tertarik untuk mempelajari pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat nyeri selama persalinan pada wanita yang melahirkan di bangsal bersalin Rumah Sakit Daerah Martapura di OKU Timur. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul **“Pengaruh Hipnoterapi terhadap Tingkat Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026.”**

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini : Pengaruh Hipnoterapi terhadap Tingkat Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026 .

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan hipnoterapi di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026.
- b. Untuk mengetahui tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan hipnoterapi di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026.
- c. Untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026.
- d. Bagaimana mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin di Zaal Kebidanan RSUD Martapura Oku Timur Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang kebidanan, khususnya mengenai pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah bagi pengembangan teori dan konsep asuhan kebidanan komplementer dalam manajemen nyeri persalinan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan bagi peneliti tentang pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin untuk ibu bersalin mengurangi nyeri saat persalinan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat dijadikan ilmu tambahan dalam melakukan pelayanan kebidanan khususnya asuhan pada ibu bersalin dalam memberikan hipnoterapi yang bertujuan untuk mengurangi nyeri saat persalinan.

c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat memberikan informasi sebagai referensi dan edukasi pada masyarakat tentang manfaat hipnoterapi bagi ibu bersalin.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan referensi yang dapat digunakan oleh mahasiswa khususnya kebidanan tentang hipnoterapi bagi ibu bersalin.

DAFTAR PUSTAKA

- Anim-Somuah, M., Smyth, R. M. D., & Cyna, A. M. (2018). Epidural versus non-epidural or no analgesia for pain management in labour. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, 11(5), CD000331. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD000331.pub4>
- Bohren, M. A., Hofmeyr, G. J., Sakala, C., Fukuzawa, R. K., & Cuthbert, A. (2017). Continuous support for women during childbirth. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, 7(7), CD003766. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003766.pub6>
- Candra, A., Diarina, A., Romalina. 2014. Pengaruh Hipnoterapi terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Ibu Pasca Operasi Sectio Caesarea. Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang.
- Gusti Ayu, D. P. 2015. Pengaruh Hypnotherapy terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar. Jurnal Dunia Kesehatan, Vol 5(2), 67-71.
- Hayati, N. (2024). Pengaruh therapy hypnobirthing terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin di RSIABDT Jakarta tahun 2024. **Jurnal Kebidanan**, 4, 4732-4741.
- Hidayat, S. 2011. Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Proses Persalinan. Wiraraja Medika, 3(2), 67–72. Retrieved from <https://scholar.google.co.id/scholar>
- Humairah, U., & Wulandari, R. (2023). Pengaruh penerapan teknik hypnobirthing terhadap nyeri dan kemajuan persalinan normal. **Jurnal Kebidanan**, 2(1), 6-7.
- Jones, L., Othman, M., Dowswell, T., Alfirevic, Z., Gates, S., Newburn, M., Jordan, S., Lavender, T., & Neilson, J. P. (2012). Pain management for women in labour: An overview of systematic reviews. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, 3, CD009234. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009234.pub2>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). **Profil kesehatan Indonesia tahun 2023**. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Kurikulum Pelatihan Hypnoterapi Untuk Kesehatan Ibu. Bandung: Balai Kesehatan.
- Kuswandi, Lanny. 2011. Keajaiban Hypnobirthing. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Kuswandi, Lanny., Aprilia, Yessie., Setyorini, T.M. 2016. Modul Panduan Pelatihan Basic Hypnosis and Hypno-Birthing. Jakarta: HBI
- Lowe, N. K. (2002). The nature of labor pain. **American Journal of Obstetrics and Gynecology**, 186(5 Suppl Nature), S16-S24. <https://doi.org/10.1067/mob.2002.121427>
- Marliana. 2016. Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan, Tekanan Darah dan Denyut Nadi pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. IX, No. 1.
- Masdudi. 2017. Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Islami Melalui Teknik Hipnoterapi dalam Membentuk Karakter Siswa. *Jurnal Edueksos*, Vol.VI, No.2. <https://doi.org/10.24235/edueksos.v6i2.1364>
- Morgan, M. 2007. Hypnobirthing. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Poltekkes Yogyakarta. (2025). Pengaruh kombinasi hipnoterapi relax birth dan aromaterapi terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Puri Adisty Yogyakarta. **Repository Poltekkes Yogyakarta**. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/20835/>
- Putra, S. R. 2016. Cara Mudah Melahirkan dengan Hypnobirthing. Yogyakarta: Flashbooks.
- Raksanagara, A. S., & Suardi, A. (2021). Efektivitas hipnoterapi terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif parturien primigravida di praktik mandiri bidan. **Jurnal Sistem Kesehatan**, 6(71), 26-32. <https://doi.org/10.24853/jsk.6.71.26-32>
- Rejeki, S. (2020). **Buku ajar manajemen nyeri dalam proses persalinan (non farmaka)**. Semarang: Unimus Press.

- Reyhanah, R., Hartini, S., & Marlina, E. (2025). The effect of hypnotherapy on reducing labor pain. **JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)**, 11(3), 1-10. <https://doi.org/10.33024/jkm.v11i3.21211>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). **Laporan nasional Riskesdas 2018**. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Sholihah, Aini. 2019. Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Hypnobirthing. *Jurnal Kebidanan*, Vol. 9 (2), 155-162. <https://doi.org/10.35874/jib.v9i2.578>
- Smith, C. A., Levett, K. M., Collins, C. T., Dahlen, H. G., Ee, C. C., & Suganuma, M. (2018). Massage, reflexology and other manual methods for pain management in labour. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, 3(3), CD009290. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009290.pub3>
- Sundariningsih, Raksanagara, A. S., & Nurdiati, D. S. (2021). Efektivitas hipnoterapi terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif parturien primigravida di praktik mandiri bidan. **Jurnal Sistem Kesehatan**, 6(2), 26-32.
- Suryanindra, D.W. 2017. Pengaruh Hipnocaring terhadap Nyeri dan Kecemasan pada Klien Post Sectio Caesarea. Surabaya: Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Treasa, A. D., Nurhaedah, N., Wijayanti, L. A., & Purbanova, R. (2025). Pengaruh hypnobirthing terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I. **Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan**, 3(3), 692-697. <https://doi.org/10.59585/bajik.v3i3.690>
- Whitburn, L. Y., Jones, L. E., Davey, M. A., & McDonald, S. (2019). The nature of labour pain: An updated review of the literature. **Women and Birth**, 32(1), 28-38. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.03.004>
- World Health Organization. (2023). **WHO recommendations: Intrapartum care for a positive childbirth experience**. Geneva: WHO.