

SKRIPSI

**PENGARUH HIPNOSIS UNTUK MENGURANGI TINGKAT
NYERI PADA PASIEN PASCA *SECTIO CAESAREA*
DI RUANG RAWAT INAP KEBIDANAN
RSUD OKU TIMUR TAHUN 2026**



**TINA AGUSTIANA
PO7124225275**

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

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sectio Caesarea (SC) merupakan prosedur lahiran dimana janin lahir melalui sayatan pada bagian perut (laparatomi) dan juga sayatan pada dinding rahim (histerektomi) proses pembedahan ini dapat menimbulkan Kecemasan psikologis yang dialami ibu dapat meningkatkan kadar hormon kortisol, sehingga mengganggu kerja hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan penting dalam proses menyusui (Alita, Rachmawati, & Gayatri, 2022)

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, sekitar 85–90% persalinan disertai dengan rasa nyeri, sedangkan hanya 10–15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri. Prevalensi nyeri persalinan tergolong tinggi, yaitu sebesar 86,8%, dengan 35,9% ibu mengalami nyeri persalinan berat WHO, (2023). Apabila nyeri persalinan tidak ditangani secara adekuat, baik dengan maupun tanpa obat pereda nyeri, kondisi ini dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti kecemasan, kelelahan, stres, serta peningkatan tekanan darah. Dampak tersebut berpotensi memperpanjang proses persalinan dan pada akhirnya dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin.

Di Indonesia, Data Riskesdas, (2021) menunjukkan persalinan SC mencapai 17,6% dari total kelahiran. Persalinan SC biasanya dilakukan karena adanya komplikasi yang membahayakan ibu atau bayi, seperti posisi janin melintang atau sungsang, ketuban pecah dini, partus lama, lilitan tali pusat,

perdarahan, hipertensi, eklamsi, plasenta previa, plasenta tertinggal, dan kondisi lainnya Kementerian Kesehatan RI, (2021) Tingginya angka persalinan SC ini menunjukkan pentingnya pemantauan kehamilan dan pemilihan metode persalinan yang tepat untuk mencegah risiko bagi ibu dan bayi

Menurut Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun (2023), jumlah perempuan yang melahirkan dan mendapatkan pelayanan kesehatan di Provinsi Sumatera Selatan tergolong tinggi. Namun, data spesifik mengenai prevalensi nyeri persalinan belum tersedia secara rinci. Meskipun demikian, beberapa penelitian di wilayah Sumatera Selatan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin mengalami nyeri dengan tingkat sedang hingga berat, terutama pada fase awal persalinan.

Nyeri Merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan dan bersifat subjektif. Pada pasien post operasi sectio caesarea, nyeri sering muncul sebagai keluhan fisiologis, seperti rasa nyeri tekan, pegal, linu, atau ngilu di area bekas operasi, yang dapat mengganggu mobilisasi, aktivitas sehari-hari, dan pemulihan pasca persalinan. Penanganan nyeri yang efektif sangat penting untuk meningkatkan kenyamanan ibu (Wati, Kesumadewi, & Inayati, 2022). Nyeri merupakan mekanisme pertahanan tubuh yang timbul, bila ada jaringan rusak dan hal ini akan menyebabkan individu bereaksi dengan cara memindahkan stimulus nyeri (Sulistyo, 2021).

Di dunia dan negara kita kejadian nyeri dalam persalinan meningkat 21,1% di tahun 2018, sedangkan di Turki (Departemen Statistik Kesehatan)

mencapai 51 % pada tahun 2020. Selama durasi persalinan wanita akan mengalami rasa sakit, kelelahan dan perasaan-perasaan lainnya. Primipara memiliki tingkat nyeri yang lebih parah sehingga meningkatkan angka kejadian operasi *Sectio Sesarea* 22 % jika dibandingkan multipara, dapat juga mengakibatkan otot uterus tidak terkoordinasi secara baik yang memicu terjadinya partus lama, menimbulkan terjadinya infeksi intra partum, robekan rahim, cidera otot dasar panggul, dan retraksi cincin patologis serta pada janin dapat mengakibatkan terjadinya kaput suksedaneum dan molase kepala janin (Sulistiyo,2020)

Ibu yang mengalami nyeri pasca *Sectio Caesarea* memiliki berbagai hambatan fisik dan psikologis. Pada ibu pasca *Sectio Caesarea* akan menambah rasa nyeri yang terjadi. Kondisi nyeri yang hebat pada proses persalinan memungkinkan para ibu cenderung memilih cara yang paling gampang dan cepat untuk menghilangkan rasa nyeri, maka berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan baik secara farmakologi maupun non farmakologi (Umboh, 2020).

Salah satu teknik manajemen nyeri non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri ibu yaitu hipnosis. Hipnosis merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang dinilai mampu membantu menurunkan tingkat kecemasan dengan cara memberikan relaksasi dan sugesti positif kepada individu (Wuriani & Nurwati,2024). Sugesti ini bertujuan agar ibu dapat memasuki kondisi pikiran bawah sadar dengan lebih cepat, sehingga membantu ibu merasa lebih rileks dan tenang (Fitriani,2014). Penerapan Hipnoterapi tidak

membutuhkan syarat atau alat khusus melainkan hanya perlu mempersiapkan tubuh, pikiran dan jiwa agar terapi yang diberikan dapat optimal (Ayu Muthiatulsalimah, Endang Pujiastuti, Santjaka, & Runjati, 2022)

Hipnosis bekerja dengan menciptakan kondisi relaksasi mendalam sehingga otak mencapai gelombang alfa. Pada kondisi ini, tubuh merespons dengan melepaskan hormon endorfin dan serotonin yang berperan dalam menurunkan rasa nyeri, mengurangi ketegangan, serta menekan kecemasan, sehingga ibu berada dalam keadaan lebih tenang dan rileks selama kehamilan maupun persalinan (Lestari, Windayanti, Nofitasari, Astuti, & Khairani, 2022)

Berdasarkan Penelitian Samsugito, (2020) menunjukkan bahwa hipnosis memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan nyeri selama perawatan. Dengan pemberian sugesti dan afirmasi, pasien dapat merasa lebih rileks, sehingga persepsi nyeri berkurang.

Hasil penelitian Fadilah, Megawati, & Astiriyani, (2018) Hipnosis juga terbukti efektif dan lebih cepat dalam menurunkan kecemasan pada ibu post SC dibandingkan tanpa hipnosis. Dengan kondisi diri yang lebih fokus dan tenang, ibu merasa nyerinya berkurang.

Berdasarkan studi pendahuluan/observasi di Ruang rawat inap kebidanan RSUD OKU Timur didapatkan data bahwa dari 10 pasien pasca SC, 7 di antaranya mengeluhkan nyeri skala sedang dan 3 orang mengalami nyeri skala berat meskipun telah diberikan analgesik, beberapa ibu masih mengeluh sakit.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh Hipnosis Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri**

**Pada Pasien Pasca *Sectio Caesarea* Di Ruang Rawat Inap Kebidanan
RSUD OKU Timur Tahun 2026”**

B. Perumusan Masalah

Nyeri sering dialami oleh ibu Post SC. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan` untuk menurunkan nyeri adalah hipnosis. Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Pengaruh Hipnosis Untuk Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca *Sectio Caesareadi* Ruang Rawat Inap Kebidanan RSUD Oku Timur Tahun 2026?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh Hipnosis dalam mengurangi Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca *Sectio Caesareadi* Ruang Rawat Inap Kebidanan RSUD OKU Timur Tahun 2026?

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk Mengetahui rata-rata tingkat nyeri pasien sebelum diberikan intervensi hipnosis pasca *Sectio Caesarea*.
- b. Untuk Mengetahui rata-rata tingkat nyeri pasien setelah diberikan intervensi hipnosis.
- c. Untuk Mengetahui Pengaruh efektivitas hipnosis dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca *Sectio Caesarea*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

Membantu mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan kenyamanan selama masa rawat inap

2. Bagi Ilmu Kebidanan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang kebidanan, khususnya mengenai penerapan terapi hipnosis sebagai metode non-farmakologis dalam mengurangi nyeri pasca operasi

3. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan terapi komplementer pada ibu Post *Sectio Caesarea*

4. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi mahasiswa Kebidanan.

5. Bagi Rumah Sakit

Sebagai bahan pertimbangan dalam penerapan hipnoterapi sebagai intervensi nonfarmakologis untuk *Sectio Caesarea*

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, H., & Rejeki, S. (2020). Metode Pemberian Cold Pack Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri. *Ners Muda*, 3(3), 122–134.
- Afifah, V.A. *et al.* (2024) 'PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI 5 JARI TERHADAP TINGKAT NYERI PASIEN POST OPERASI DI BANGSAL', 01(02), pp. 146–156.
- Alita, R., Rachmawati, I. N., & Gayatri, D. (2022). Self hypnosis menurunkan ketidaknyamanan kehamilan pada ibu hamil trimester III: randomized controlled trial. *JKEP (Jurnal Keperawatan)*.
- Andalas, M.R.Maharani, C.Janah, I. (2020). Profile of Cesarean Sections Since the BPJS Era. *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology*, 8(1), 5–9.
- Ayu Muthiatulsalimah, M., Endang Pujiastuti, R. S., Santjaka, A., & Runjati, R. (2022). Effect of relaxation therapy on anxiety level and breast milk production in pregnant and postpartum mothers: systematic literature review. *Journal Research of Social, Science, Economics, and Management*.
- Dewi, N. N. (2018). Peranan hipnoterapi untuk mengatasi kecemasan menghadapi persalinan anak pertama. *Jurnal Psikologi "Mandala"*, 15–21.
- Effivania., & Wulaningsih, I. (2025). Mengelola nyeri pasca sectio caesarea tanpa obat: Sentuhan lembut guided imagery. Deepublish.
- Fadilah, W. N., Megawati, M., & Astiriyani, E. (2018). Pengaruh hipnosis terhadap tingkat kecemasan ibu post sectio caesarea. *Buletin Media Informasi Kesehatan*.
- Ferinawati, F., & Hartati, R. (2019). Hubungan mobilisasi dini post sectio caesarea dengan penyembuhan luka operasi di RSUD Avicenna Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*.
- Ferinawati, F., & Hartati, R. (2023). Hubungan Mobilisasi Dini Post Sectio Caesarea Dengan Penyembuhan Luka Operasi Di Rsu Avicenna Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*.
- Fitriani, R. (2014). Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap respon adaptasi nyeri pada pasien Inpartu Kala I Fase Laten di RSKDIA Siti Fatimah Makassar Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan*.
- Falah, M. (2023). Pengaruh hypnotherapy untuk mengurangi tingkat nyeri pada pasien pasca operasi di ruang rawat inap. Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Kerangka

- Hidayatullah, A., & Noviardi, N. (2025). Tatalaksana Nyeri Pasca Operasi *Seksio sesarea*. UMI Medical Journal
- Hidayatullah, A., Noviardi. (2023). Tatalaksana nyeri paska operasi seksio saesarea. UMJ: Medical Journal, 10(1).
<https://doi.org/10.33096/umj.v10i1.341>
- Indonesia Dignity. (2024). Modul pelatihan hipnoterapi: Penerapan hipnoterapi dalam asuhan kebidanan komplementer. Boyolali: LPK Indonesia Dignity.
- Irawan, Y. F., Rahmadhani, D., & Samsudin, S. A. (2025). Efektivitas hipnoterapi sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tingkat kecemasan: Literatur review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(2), 187–192.
- Kementerian Kesehatan, R. (2014). *Pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, W. I., Windayanti, H., Nofitasari, N., Astuti, A. Z., & Khairani, A. F. (2022). Hypnobirthing untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III.
- Maharani, S. (2022). Manfaat hipnoterapi pada ibu hamil di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 12.
- Mahanani, S. W., Umaroh, U., Nugrahaeni, I. K., & Ramadhian, A. A. N. (2022). PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN IBU HAMIL DAN BERSALIN. *Midwifery Care Journal*, 3(1), 30–40. <https://doi.org/10.31983/micajo.v3i1.8095>
- Muttaqin, A. (2020). Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan. Jakarta: Salemba Medika.
- Mardhiyah, M., Dinilhaq, N. A., Amelia, Y., Arini, A., Hidayatullah, R., & Harmonedi. (2025). Populasi dan sampel dalam penelitian pendidikan: Memahami perbedaan, implikasi, dan strategi pemilihan yang tepat. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Matematika*, 2(2), 208–218.
<https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1670>
- Megawati Yunus. (2020). Standar operasional prosedur (SOP) teknik relaksasi (hipnoterapi). Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Ningtyas, N. W. R. (2023). Buku Manajemen Nyeri. In Jawa Tengah : CV. Media Organization, W. H. (2023). *World health statistics*.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oktiningrum, M., Mariyana, W. and Harjanti, A.I. (2023) ‘Literatur Review : Efektifitas Penatalaksanaan Cemas dan Nyeri Persalinan dengan Teknik Hypnosis’, 1(2), pp. 849–856.
- Prihartini, H., Herawati, T., & Maria, R. (2025). Efektivitas hipnosis sebagai terapi komplementer untuk nyeri pasien pasca bedah jantung. *Jurnal Ners: Research & Learning in Nursing Science*. Pustaka Indo.
- Tim Pokja, S. D. P. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*,

Edisi 1. Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI).

- Safitri, F. (2025) 'PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP PENGURANGAN NYERI POST SECTIO CAESAREA (SC) DI RSUD SIJUNJUNG TAHUN 2023', 1(2).
- Safitri, M. (2020). Indikasi persalinan sectio caesarea dan komplikasi pasca persalinan sectio caesarea: Narrative review. Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
- Sari, E.P. *et al.* (2024) 'Al-Insyirah Midwifery Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)', 13, pp. 184–191.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Ulfah, F. *et al.* (2026) 'The Effectiveness of Self-Hypnosis as a Non-pharmacological Approach on Post-Cesarean Pain Relief', 26(1), pp. 56–65. doi:10.18196/mmjkk.v26i1.28277.
- Wacikadewi, N. M. (2021). Manfaat media lembar balik flipchart terhadap tingkat pengetahuan tentang alat kontrasepsi dalam rahim pasca plasenta pada ibu bersalin sectio caesarea. *Jurnal Program Studi Kebidanan*.
- Wati, N. K., Kesumadewi, T., & Inayati, A. (2022). *Penerapan guided imagery (imajinasi terbimbing) terhadap skala nyeri pasien thalasemia dan dispepsia di RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro*. Jurnal Cendikia Muda.
- Wulandari, I.A. (2021) 'Penggunaan hipnoterapi untuk menurunkan nyeri pada ibu post seksio sesarea', 15(1), pp. 110–116.
- World Health Organization. (2023). WHO recommendations: Intrapartum care for a positive childbirth experience. Geneva: WHO