

SKRIPSI

**HUBUNGAN SELF HYPNOSIS DENGAN MOBILISASI DINI
PADA IBU POST SECTIO CAESAREA
DI RSUD OKU TIMUR
TAHUN 2026**



**DITA FEBRIYANTI
PO. 7124225273**

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sectio Caesarea (SC) merupakan tindakan pembedahan untuk melahirkan janin melalui insisi pada dinding abdomen dan uterus. Prosedur ini dilakukan atas indikasi medis seperti fetal distress, preeklampsia, plasenta previa, disproporsi sefalovelvik, gagal induksi ataupun indikasi maternal lainnya. *World Health Organization (WHO)* menyatakan bahwa angka ideal persalinan melalui *sectio caesarea* berkisar antara 10-15%, namun kenyataannya di berbagai negara angka *sectio caesare* cenderung meningkat setiap tahun (*World Health Organization, 2018*).

Di dunia, *WHO Global Maternal and Perinatal Health Survey* menemukan peningkatan tindakan *sectio caesarea* yaitu sekitar 46,1% semua kelahiran dilakukan melalui operasi caesar. Di Indonesia, penelitian tindakan *sectio caesarea* di lakukan menggunakan data *Indonesia Demographic and Health Survey (IDHS)* juga menemukan peningkatan tindakan persalinan melalui SC hingga 17,6% melebihi rekomendasi WHO. Data persalinan melalui *sectio caesarea* di Sumatera Selatan pun mengalami peningkatan setiap tahun nya, dari 11,2% pada tahun 2020 menjadi 16,5% pada tahun 2022.

Sedangkan di OKU Timur, persalinan melalui tindakan *section caesarea* juga mengalami peningkatan dari 11,7% pada tahun 2020 menjadi 12,3% pada tahun 2022.

Di Indonesia, tren tindakan *sectio caesarea* cenderung mengalami peningkatan seiring dengan meningkatkan akses pelayanan kesehatan, faktor medis, dan preferensi ibu maupun keluarga (Moore & Cooper, 2021). Meskipun *sectio caesarea* merupakan prosedur yang aman, proses pemulihan pasca operasi sering menjadi tantangan. Ibu *post sectio caesarea* umumnya mengalami nyeri hebat, keterbatasan gerak, ketidaknyamanan, kecemasan, serta ketakutan untuk bergerak. Kondisi tersebut berdampak pada keterlambatan mobilisasi dini. Mobilisasi dini adalah upaya menggerakkan pasien sesegera mungkin setelah operasi, seperti miring kanan-kiri, duduk, berdiri, hingga berjalan secara bertahap. Mobilisasi dini penting dilakukan untuk mempercepat penyembuhan luka, meningkatkan fungsi respirasi, memperlancar sirkulasi, mencegah thrombosis, mempercepat pengeluaran lochea, serta mempercepat pemulihan fungsi organ tubuh (Gursoy, Ceylan, & Dereli, 2020).

Ibu *post sectio caesarea* yang melakukan mobilisasi dini memiliki waktu penyembuhan lebih cepat, resiko komplikasi lebih kecil, fungsi organ lebih cepat pulih, serta kondisi fisiologis menjadi lebih stabil dibandingkan dengan ibu yang terlambat melakukan mobilisasi (Saputra & Handayani, 2022). Namun, dilapangan masih banyak ibu yang menunda mobilisasi karena rasa nyeri, takut jahitan terbuka, kecemasan, serta kurangnya

kepercayaan diri. Faktor psikologis terutama kecemasan dan persepsi nyeri sangat mempengaruhi kesiapan ibu melakukan mobilisasi dini (Kekre & Abrahams, 2019).

Salah satu pendekatan non farmakologi yang dapat membantu meningkatkan kesiapan ibu dalam melakukan mobilisasi adalah *Self Hypnosis*. *Self Hypnosis* merupakan teknik relaksasi yang dilakukan secara mandiri dengan memfokuskan pikiran pada sugesti dan afirmasi positif sehingga mampu mempengaruhi kondisi psikologis dan fisiologis seseorang. Teknik ini terbukti dapat membantu menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa tenang, mengurangi persepsi nyeri, meningkatkan kontrol diri, serta memperbaiki kondisi emosional ibu (Hammond, 2020).

Hypnosis dan *self hypnosis* membantu mengurangi kecemasan, dan intensitas nyeri saat proses persalinan melalui teknik sugesti, relaksasi, dan focus perhatian. *Self hypnosis* juga terbukti efektif dalam mengurangi intensitas nyeri saat persalinan, serta mempercepat proses pemulihan pada ibu setelah tindakan bedah termasuk *sectio caesarea* (Abrahams, 2019).

Intervensi hypnosis berpengaruh signifikan terhadap pengurangan nyeri dan peningkatan ketenangan pada ibu (Cyna et al. 2019). Penelitian lain juga menunjukan bahwa hypnosis mampu menurunkan rasa sakit dan meningkatkan kesiapan ibu dalam mobilisasi pasca operasi (Mahandaru, Sari, & Nugroho, 2021) selain, itu, *self hypnosis* juga terbukti mampu memperbaiki kondisi emosi dan kenyamanan ibu post *sectio caesarea* sehingga mempercepat proses pemulihan (Fatma & Prawiragara, 2023).

Dengan adanya teknik *self hypnosis*, ibu diharapkan mampu mengatur pola pikir, mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa percaya diri, serta mampu mengelola nyeri dengan lebih baik. Ketika kecemasan menurun dan persepsi nyeri terkontrol, maka ibu akan lebih siap dan berani melakukan mobilisasi dini. Mobilisasi dini yang dilakukan lebih cepat akan berdampak positif terhadap proses penyembuhan, adaptasi fisiologis, serta kualitas pemulihan ibu *post sectio caesarea*.

Berdasarkan uraian di atas, *self hypnosis* dipandang memiliki peranan penting terhadap kesiapan mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea*. Namun, penelitian khusus mengenai hubungan *self hypnosis* dengan mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea* khususnya di ruang kebidanan RSUD OKU Timur masih belum pernah dilakukan. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self Hypnosis* dengan Mobilisasi Dini pada Ibu *Post Sectio Caesarea* Di RSUD OKU Timur 2026.”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan *self hypnosis* dengan mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD OKU Timur tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *self hypnosis* dengan mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD OKU Timur Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pelaksanaan *self hypnosis* pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD OKU Timur tahun 2026.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD OKU Timur tahun 2026.
3. Untuk mengetahui hubungan *self hypnosis* dengan mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea* di RSUD OKUT tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dipertimbangkan untuk menambah wawasan mengenai intervensi psikologis *self hypnosis* dalam mendukung mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, sebagai referensi dalam memberikan edukasi dan pendampingan *self hypnosis* pada ibu *post sectio caesarea* untuk meningkatkan kesiapan mobilisasi dini.

a. Manfaat bagi peneliti

Sebagai data dasar dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang lebih luas khususnya mengenai hypnosis.

b. Manfaat bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi perpustakaan yang dapat menambah ilmu mengenai *self hypnosis* dengan mobilisasi dini pada ibu *post sectio caesarea*.

c. Manfaat bagi Rumah Sakit

Sebagai bahan masukan dalam merancang program edukasi dan intervensi non farmakologis untuk mempercepat pemulihan ibu *post sectio caesarea*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abasi, M., Rahimi, F., & Hosseini, R. (2022). Pengaruh Hipnosis Terhadap Pemulihan Pasca Operasi Pada Ibu Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Internasional*, 14(2), 85-93.
- Abrahams, P. (2019). *Hipnosis dan Manajemen Nyeri Dalam Praktik Kebidanan*. Jurnal Pelayanan Obstetri, 12 (3), 145-152.
- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2020). Persalinan Sectio Caesarea. *Buletin Praktik ACOG*.
- American Psychological Association (APA). (2022). *Pedoman Praktik Hipnosis Klinis*. Washington, DC: APA Publishing.
- Andayani (2018). Karakteristik Ibu (Usia, Paritas, Pendidikan) dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu Post SC Trimester III. Vol 16 No. 1, April 2018.
- A.Muri Yusuf (2017). Metode Penelitian. Jakarta : Pranamedia Group.
- Asnuriyati, W., & Fajri, L. (2022). Description Of Trimester Pregnant Women’S Anxiety In Facing Labor In Cempaka Puskesmas. *Jurnal Keperawatan*, 1(2), 01–08.
- Azzahra, S. S., Indrawan, I. W. A., & Indahwati, L. (2023). Pengaruh Self Hypnosis Terhadap Mobilisasi Fisik Ibu Post SC. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 12(2), 165–171.
- Beevi, Z., Low, W., & Hassan, J. (2019). Impact Of Hypnosis Intervention In Alleviating Psychological And Physical Symptoms During Pregnancy. *American Journal Of Clinical Hypnosis*, 58(4), 368–382. <https://doi.org/10.1080/00029157.2015.1063476>

Binawan, (2019). Pengaruh Tingkat Kecemasan Ibu Post SC Terhadap Kualitas Tidur.

Cahyawati, Endang Fitrianingsih, & Aas Wahyuni. 2023. Mobilisasi Dini pada Ibu Post Partum dengan Sectio Caesarea Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Operasi. (2023). *JURNAL KESEHATAN PERINTIS*, 10 (1), 44-52. <https://doi.org/10.33653/jkp.v10i1.951>.

Cyna, A. M., Andrew, M. I., & McAuliffe, G. L. (2019). Hipnosis untuk pengurangan nyeri pada persalinan dan kelahiran. Tinjauan sistematis. *British Journal of Anaesthesia*, 123(2), e293-e302.

Eliyawati. (2024). Pengaruh Self Hypnosis Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Post SC Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan. *Womb Midwifery Journal*, 3(1), 27–33.

Fahma, N., & Prawiragara, F. (2023). Efektivitas *self-hypnosis* terhadap kecemasan dan status emosional ibu pasca sectio caesarea. *Jurnal of Maternity Care*, 5(2), 45-52.

Fitriani, H., & Sari, D.P. (2021). Pengaruh mobilisasi dini terhadap intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 83-92.

Gunawan, A.W. (2005). *Hypnosis : The Art of Subconscious Communication*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

Gursoy, A., Ceylan, B., & Dereli, Y. (2020). Pengaruh mobilisasi dini terhadap pemulihan ibu setelah operasi sectio caesarea. *Clinical Nursing Research*, 29 (4), 213-221.

Hammond, D. (2020). Buku pegangan sugesti dan metafora hipnotik. New York: W. Norton & Company.

Hosseini, R., & Karimi, L. (2021). Efektivitas Hipnosis dalam Manajemen Nyeri Pasca Operasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Klinis*, 9(1), 45-52.

- Herman, A, & Sari, D. (2021). Pengaruh Mobilisasi Dini Terhadap Pemulihan Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Poltekkes Malang*, 10(2), 45-52.
- Indahwati, L., Yulismaulidya, F., & Putri, F. R. (2024). Self-Hypnosis Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Post SC. *Majalah Kesehatan*, 11(1), 17–23.
- Kekre, A. N., & Abrahams,V. (2019). Perawatan pasca operasi dan ambulasi dini setelah persalinan sectio caesarea. *International Journal of Obstetrics and Gynecology*, 146 (3), 321-327.
- Mahandaru, D., Sari, P. A., & Nugroho, Y. (2021). Hypnotherapy menurunkan nyeri dan depresi pada pasien pasca sectio caesarea. *International Journal of Medical and Health Research*, 6 (4), 78-85.
- Moore, J., & Cooper, G. (2021). Pemulihan pasca operasi pada pasien sectio caesarea dan hasil mobilisasi dini. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 50(1), 35-44.
- Montgomery, G., et al. (2023). *Hypnosis in Medical and Surgical Recovery: Evidance Update*. Pain Medical Journal.
- Nurul Chomaria (2019). Kehamilan Jakarta : Garda Media.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Promsi Kesehatan dan Perilaku Keseatan*. Jakarta : Rinike Cipta.
- Ni Nyoman Ari Indradewi. Peranan Hipnoterapi Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama. *Jurnal Psikologi Mandala*. 2018; 2(2): 15-21.
- Rafica, Misrawati, & Erika. (2025). Self Hypnosis Prenatal Dalam Meningkatkan Kesehatan Ibu Post SC : Literatur Review. *Jurnal Ners*, 9(3), 3465–3469.
- Sabella, A. S., Asiri, A. A., & Al-Dhwayan, M. A. (2021). Physical Mobility Challenges After Cesarean Section: A Systematic Review Of The Literature.

Journal Of Perioperative Nursing, 34(3), 50–57.
<https://doi.org/10.1177/1085032221997024>

Salsabila Maisah A. (2024). *Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian*. UPT Jurnal UMSU.

Saputra, H., & Handayani, R. (2022). Mobilisasi dini dan pemulihan pasca operasi pada ibu sectio caesarea. *Journal of Midwifery Science*, 7(1), 11-20.

Sehmawati. (2020). Self- Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post SC Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan di Masa Pandemic Covid-19.

Sukmalara, D., & Eliza, C. (2023). Hubungan Self Hypnosis Dengan Kemampuan Mobilisasi Dini Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Bunda Aliyah Pondok Bambu Jakarta Timur. *Jurnal Keperawata*, 4(3), 563–570.

Suryani dan Anik. (2015). *Asuhan Keperawatan Ibu Post Sectio Caesarea*. Jakarta : CV Trans Info Media.

Stanton, H. (2020). *Clinical Hypnosis for Women's Health*.

Triyani. S (2018) *Psikologis Ibu Post SC*. Jakarta : Garda Media.

Valiani, M., et al. (2021). *Effect of Self Hypnosis on Anxiety and Pain in Post Cesarean Mothers*.

Ward, S., Hisley, S., & Kennedy, A (2023). Enhanced Recovery After Surgery (ERAS); Status terkini dan arah maju depan. *World Journal of Surgery*, 47 (2), 289-297.

World Health Organization. (2018). *Rekomendasi WHO: Intervensi non-klinis untuk mengurangi Tindakan section caesarea yang tidak perlu*. Jenewa : WHO Press.

WHO. (2020). *Mental Health and Psychological Support in Postnatal Mothers*.

Wulandari, R.I & Sari, D.P. (2023). *Pengaruh Relaksasi dan Sugesti Positif Terhadap Nyeri Ibu Post Sectio Caesarea*. Jurnal Kebidanan Indonesia, 14 (2), 85 – 92.

Yesie Aprilia (2017). Hipnostetri Jakarta : Gagas Media.

Yuliana, R. (2022). Hubungan Mobilisasi Dini dengan Percepatan Penyembuhan Luka pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15 (1), 45-52

Yulianingsih, N., & Indriani, D. (2025). Penerapan Mobilisasi Dini Pada Ny. M G2p2a0 Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Pasca Sectio Caesarea Di Ruang Dewi Sartika Rsud Arjawinangun Cirebon. *Nursing Applied Journal*, 3(3), 56–65.