

**PERBEDAAN EFEKTIVITAS KEIKUTSERTAAN LATIHAN *HYPNO* PRA  
PERSALINAN DENGAN *HYPNO* PADA SAAT PERSALINAN TERHADAP  
INTENSITAS NYERI PERSALINAN DI RS BERSALIN PEKANBARU  
TAHUN 2017**

**Dhini Anggraini Dhillon, M.Keb**

Dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Email : [nislawaty@gmail.com](mailto:nislawaty@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hampir semua wanita merasakan ketakutan menghadapi proses melahirkan. Akibatnya mereka mengalami proses persalinan yang panjang dan sangat sakit sehingga membutuhkan intervensi medis yang sebenarnya tidak diperlukan tubuh jika bisa relaks. Nyeri persalinan menyebabkan ibu memilih alternative persalinan lain untuk menghindari nyeri persalinan yaitu Persalinan *Sectio Caesarea*. *Hypnobirthing* merupakan teknik *autohypnosis* dan *selfhypnosis* dalam menjalani kehamilan dan mempersiapkan kelahiran sehingga dapat melalui proses kehamilan dan persalinan dengan cara yang alamiah, nyaman, lancar, serta tanpa rasa sakit. Tujuannya adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas *hypno* pra persalinan dengan *hypno* pada saat persalinan terhadap intensitas nyeri persalinan. Jenis penelitian ini kuantitatif, dengan desain *quasy eksperimen* (eksperimen semu) dengan pendekatan *post test only design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Ibu yang taksiran persalinannya Bulan Oktober-November Tahun 2017. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sampel 15 Ibu Bersalin dengan *Hypno* Pra Persalinan dan 15 Ibu dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan efektivitas keikutsertaan latihan *hypno* pra persalinan dengan *hypno* pada saat persalinan terhadap intensitas nyeri persalinan. Hasil *uji Independent samples T-test* menunjukkan  $p$  value yaitu 0,626 yang artinya  $> 0,05$ , hipotesis alternative ( $H_a$ ) ditolak berarti tidak ada perbedaan efektivitas keikutsertaan latihan *hypno* pra persalinan dengan *hypno* pada saat persalinan terhadap intensitas nyeri persalinan. Diharapkan kepada tenaga kesehatan agar dapat meningkatkan kemampuan tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan pada Ibu untuk mengikuti latihan *hypno* serta meningkatkan keterampilannya dalam memberikan latihan *hypno*.

**Kata Kunci** : *Hypno* Pra Persalinan, *Hypno* Pada Saat Persalinan dan Intensitas Nyeri

**PENDAHULUAN**

Setiap tahun sekitar 160 juta perempuan diseluruh dunia hamil.

Sebagian besar kehamilan ini berlangsung dengan aman. Namun, sekitar 15% menderita komplikasi

berat, dengan sepertiganya merupakan komplikasi yang mengancam jiwa Ibu. Komplikasi ini mengakibatkan kematian lebih dari setengah juta Ibu setiap tahun (Prawirohardjo, 2010).

Kehamilan merupakan peristiwa dan pengalaman penting dalam kehidupan seorang wanita. Namun, sebagaimana tahap transisi lain dalam fase kehidupan, peristiwa itu dapat pula menimbulkan stres, sehingga respon yang terjadi dapat berupa kebahagiaan maupun sebaliknya, seperti kecemasan dan juga kekecewaan (Pusdiknakes, 2003 dalam Romadhomah dkk, 2012).

Menurut *World Health Organization* (WHO), (2010) menunjukkan sekitar 5% wanita tidak hamil mengalami kecemasan, 8-10 % selama kehamilan, dan meningkat menjadi 13% ketika menjelang persalinan. Banyak ibu tidak ingin atau kurang percaya diri untuk merasakan nyeri persalinan, ibu bersalin berasumsi bahwa obat dan anestesi epidural atau dengan operasi sesar dapat membantu menghilangkan rasa nyeri persalinan (Varney et al, 2007 dalam Imannura dkk, 2016).

Hampir semua wanita merasakan ketakutan ketika menghadapi proses melahirkan atau persalinan. Ketakutan tentang melahirkan atau persalinan terjadi karena hampir setiap orang menyatakan proses melahirkan atau persalinan adalah momen hidup dan mati bagi seorang wanita. Rasa takut pada wanita saat menghadapi persalinan membuat seluruh tubuh mereka tegang dan menghalangi tubuh mereka untuk menjalankan fungsi fisiologisnya untuk melahirkan dengan nyaman. Akibatnya mereka mengalami proses persalinan yang panjang dan sangat

sakit sehingga membutuhkan intervensi medis yang sebenarnya tidak diperlukan jika tubuh mereka bisa relaks (sagiran dkk, 2015)

Melahirkan adalah proses yang normal dan alami walaupun untuk melakukan proses melahirkan secara normal membutuhkan persiapan yang matang secara fisik, mental, dan spiritual. Melahirkan memang selalu disertai dengan rasa sakit, rasa sakit yang terjadi disebabkan karena adanya aktivitas yang sangat besar didalam tubuh untuk mengeluarkan bayi dari dalam Rahim. Penyebab rasa nyeri pada persalinan normal terjadi terutama karena adanya kontraksi rahim sebagai usaha alamiah pembukaan mulut rahim, untuk jalan keluarnya janin dari rahim Ibu. Rasa nyeri yang dirasakan juga dipengaruhi oleh kelelahan, keletihan, ketakutan dan kecemasan yang malah akan meningkatkan rasa nyeri (Irmawati, 2014).

*Power* atau kekuatan ibu merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi persalinan untuk berlangsung lama. Kala I yang lama disebabkan karena tidak adekuatnya kontraksi uterus (His) yang menyebabkan pembukaan berjalan lambat. Persalinan yang lama dapat menyebabkan ibu mengalami kelelahan sehingga kehabisan tenaga. Tidak adekuatnya kondisi uterus akan menyebabkan terjadinya perdarahan intrapartum dan postpartum yang merupakan penyebab kematian terbesar. Kondisi lain yang mempengaruhi lama persalinan adalah kondisi psikologis yang meliputi persepsi ibu pada rasa nyeri dan cemas saat persalinan (Prawirohardjo, 2010).

Nyeri adalah perasaan ketidaknyamanan yang pernah dialami oleh setiap orang, entah

dalam kadar ringan maupun akut. Salah satu penyebab dari timbulnya nyeri adalah proses persalinan. Nyeri dalam proses persalinan adalah momok bagi para wanita. Banyak wanita yang dibayangi ketakutan bahkan perasaan trauma akan nyeri yang tidak tertahankan saat persalinan. Meskipun takut dan trauma tetap saja mereka akan menjalani persalinan untuk menjadi seorang ibu yang ingin melahirkan anak melalui rahim mereka sendiri. Hal ini artinya mau tidak mau, wanita harus merasakan nyeri tak tertahankan saat menjalani persalinan. Untuk itu, diperlukan suatu langkah-langkah atau metode yang dapat meringankan rasa nyeri ketika persalinan (Andarmoyo & Suharti, 2013).

Rasa nyeri pada persalinan adalah nyeri kontraksi *uterus* yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem syaraf simpatis. Nyeri yang hebat pada persalinan dapat menyebabkan perubahan-perubahan fisiologi tubuh seperti; tekanan darah menjadi naik, denyut jantung meningkat, laju pernafasan meningkat, dan apabila tidak segera diatasi maka akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut dan stres. Peningkatan konsumsi glukosa tubuh pada ibu bersalin yang mengalami stres menyebabkan kelelahan dan sekresi *katekolamin* yang menghambat kontraksi *uterus*, hal tersebut menyebabkan persalinan lama yang akhirnya menyebabkan cemas pada ibu, peningkatan nyeri dan stress berkepanjangan (Bobak, 2005 dalam Afriyani, 2012)

Nyeri persalinan ini menyebabkan ibu lebih memilih alternative persalinan lain guna menghindari nyeri persalinan tersebut yaitu Persalinan *Sectio Caesarea*. Angka

kejadian *sectio caesarea* di Indonesia menurut survey nasional tahun 2007 adalah 921.000 dari 4.039.000 persalinan atau sekitar 22,8% dari seluruh persalinan. Di Indonesia angka persalinan dengan *sectio caesarea* mengalami peningkatan dari 5% menjadi 20% dalam 20 tahun terakhir dan tercatat dari 17.665 angka kelahiran terdapat 35.7% - 55.3% ibu melahirkan dengan proses *Sectio Caesarea* (Indiarti, 2007 dalam Armi & oktriani 2014).

Melakukan persalinan normal tanpa rasa nyeri salah satunya dapat dilakukan dengan metode *Hypnobirthing*. *Hypnobirthing* merupakan teknik *autohypnosis* dan *selfhypnosis* dalam menjalani kehamilan dan mempersiapkan kelahiran sehingga dapat melalui proses kehamilan dan persalinan dengan cara yang alamiah, nyaman, lancar, serta tanpa rasa sakit. Metode ini sangat baik bagi ibu yang pernah mempunyai trauma saat melahirkan dan disarankan untuk menjalani *selfhypnosis* dan *selfhealing*. Metode *Hypnobirthing* memadukan antara kekuatan kata-kata dan kekuatan pikiran yang diciptakan oleh ibu sendiri. *Hypnobirthing* sebaiknya dilaksanakan bersama pasangan karena proses persalinan merupakan suatu perjalanan spiritual bagi ibu, suami dan bayi (Irmawati, 2014).

*Hypnobirthing* bekerja berdasarkan kekuatan sugesti. Proses ini menggunakan afirmasi positif, sugesti dan visualisasi untuk menenangkan tubuh, memandu pikiran, serta mengendalikan nafas klien, klien Ibu hamil dapat melakukan proses ini sendiri (*Self Hypnosis*) atau dengan bantuan pendamping persalinan/ bidan, prosesnya bisa dilakukan dengan

memberikan afirmasi verbal yang membantu klien memasuki kondisi tenang (*Calm state*) dari hipnosis, melalui visualisasi (misalnya membayangkan bunga yang bermekaran, melihat pelangi, melihat apa yang akan terjadi kepada seseorang), atau menggunakan gerakan idiomotor untuk mencapai relaksasi (Aprillia, 2010).

Manfaat dari *Hypnobirthing* persalinan dapat berjalan lancar dan relative lebih cepat, rasa nyeri dapat di kurangi secara maksimal, ibu dapat mengontrol rasa nyeri yang dirasakan saat kontraksi, mengurangi risiko sectio caesar, mengurangi kemungkinan tindakan episiotomy, memperbaiki letak janin di rahim dengan teknik komunikasi dengan janin, emosi ibu lebih terkontrol, mencegah *sindrom baby blues*, memperlancar produksi ASI, mencegah rasa kelelahan, terhindarnya dari kekurangan oksigen pada bayi, membantu janin terlepas dari lilitan tali pusat, membantu memperbaiki kelainan letak bayi di dalam kandungan dan Di sinilah *Hypnobirthing* berperan besar, membantu memberikan kesiapan mental dan keyakinan untuk melahirkan secara alami dengan rasa sakit yang minimal (Irmawati, 2014).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Indria Astuti & Noviyanti pada tahun 2015 dengan judul “Pengaruh *Hypnobirthing* Terhadap Tingkat Nyeri Dan Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Bpm Kota Cimahi Tahun 2015” Hal ini terlihat dari menurunnya skala nyeri pada 30 sampel penelitian pada kelompok yang dilakukan *hypnobirthing*. Pada kelompok yang tidak diberikan *hypnobirthing*, sebagian besar responden mengalami nyeri berat

(66,7%), yang diikuti nyeri sedang (26,7%), dan nyeri sangat berat (6,7%). Pada kelompok yang diberi *hypnobirthing*, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang (60%), yang diikuti nyeri berat (26,7%), dan nyeri ringan (13,3%).

Di sinilah *hypnobirthing* berperan besar, membantu memberikan kesiapan mental dan keyakinan untuk melahirkan secara alami dengan rasa sakit yang minimal. *Hypnobirthing* merupakan sebuah paradigma baru dalam pengajaran melahirkan secara alami.

Berdasarkan Data yang diperoleh dari Rumah Sakit Bersalin Annisa Pekanbaru dari bulan Januari-April 2017 ada 130 Ibu bersalin yang mengikuti kelas *hypnobirthing*. Pada latihan *hypnobirthing* ada kelas *hypno* yang dimulai dari saat pra persalinan hingga saat bersalin dan kelas *hypno* yang dimulai pada saat persalinan saja, diperoleh data bahwa Ibu yang mengikuti kelas *hypnobirthing* ada yang melahirkan secara *sectio caesarea* sebanyak 49 orang dan ibu melahirkan secara *section caserae* tidak semuanya berdasarkan indikasi medis, tetapi atas permintaan ibu dengan alasan tidak tahan terhadap rasa nyeri sebanyak 20 orang.

Berdasarkan Masalah diatas dan mengingat kejadian stress saat persalinan dipengaruhi oleh rasa nyeri berlebihan dan rasa takut yang dirasakan akan membuat persalinan lebih lama dan membuat Ibu bersalin memilih alternatif melahirkan secara *sectio caesarea* serta untuk mengetahui lebih efektif *hypno* pra persalinan atau *hypno* pada saat persalinan maka penulis perlu melakukan penelitian berjudul **“Perbedaan Efektivitas Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra**

**Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Pekanbaru Tahun 2017”.**

**TUJUAN PENELITIAN**

- a. Untuk mengetahui Distribusi Frekuensi Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Pekanbaru Tahun 2017.
- b. Untuk mengetahui Distribusi Frekuensi Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pada Saat Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Pekanbaru Tahun 2017.
- c. Untuk mengetahui Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Pekanbaru Tahun 2017.
- d. Untuk mengetahui Perbedaan Efektivitas Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Pekanbaru Tahun 2017.

**MANFAAT PENELITIAN**

**1. Aspek Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu masukan untuk teori dan menambah hasil informasi ilmiah yang berhubungan dengan Perbedaan Efektivitas Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan

Terhadap Intensitas Nyeri. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menyusun hipotesa baru dalam merancang penelitian selanjutnya.

**2. Aspek Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada bidan dan tenaga kesehatan lainnya untuk mengetahui Perbedaan Efektivitas Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* (eksperimen semu) dengan pendekatan *Post Test Only Design* dimana sampel pada penelitian ini diberikan intervensi atau perlakuan kemudian dilakukan pengukuran.

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Bersalin Pekanbaru pada tanggal 26 Oktober-28 November 2017. Sampel pada penelitian ini adalah Ibu bersalin yang mengikuti latihan *Hypno* Pra Persalinan dan *Hypno* Pada Saat Persalinan Pada Bulan Oktober di RS Bersalin Pekanbaru tahun 2017 Pekanbaru sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 26 Oktober–28 November 2017 di RS Bersalin Pekanbaru. Dalam penelitian ini menggunakan data Primer dengan jumlah sampel yaitu 15 Ibu Bersalin dengan *hypno* pra persalinan dan 15 Ibu Bersalin *hypno* pada saat persalinan dan diukur ketika telah selesai dilakukan intervensi. Tujuan penelitian ini

adalah untuk menganalisa Perbedaan Efektivitas *Hypno* Pra Persalinan dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017.

Setelah selesai penelitian data dikumpulkan kemudian diolah secara komputerisasi Hasil pengolahan data dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik responden Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017**

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	<b>Umur</b>		
	a. <20 tahun	0	0 %
	b. 20-35 tahun	30	100 %
	c. >35 tahun	0	0 %
Total		30	100
2	<b>Pendidikan</b>		
	a. SD	1	3,3%
	b. SMP	3	13,3%
	c. SMA	15	50,0%
	d. SARJANA	11	36,7%
Total		30	100
3	<b>Paritas</b>		
	a. Primigravida	18	60.0 %
	b. Multigravida	8	26.7 %
	c. Grandemulti	4	13.3 %
Total		30	100
4	<b>Pekerjaan</b>		
	a. Bekerja	11	36.7 %
	b. Tidak Bekerja	19	63.3 %
Total		30	100

Sumber : Data Analisis Primer Tahun 2017

Kelompok umur responden adalah berumur 20-35 tahun sebanyak 30 responden (100%). Kelompok pendidikan responden adalah berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 15 responden (50,0%). Kelompok Paritas responden adalah Primigravida

sebanyak 18 responden (60.0%).

### Data Umum Responden

Berdasarkan data *informed consent* dan wawancara yang peneliti lakukan didapatkan distribusi frekuensi berdasarkan data umum responden pada penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Umum Responden Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017**

No	Data umum responden	Frekuensi	Persentase (%)
1	<b>Jenis Hypno</b>		
	a. Hypno Pra Persalinan	15	50,0%
	b. Hypno Pada Saat Persalinan	15	50,0%
	Total	30	100
2	<b>Jumlah Keikutsertaan Hypno</b>		
	a. 1-4	14	46.7 %
	b. >4	16	53.3 %
	Total	30	100
3	<b>Jenis Persalinan</b>		
	a. Normal	27	90.0 %
	b. Ekstraksi Vakum	3	10.0 %
	Total	30	100
4	<b>Keikutsertaan Suami</b>		
	a. Ikut	8	26.7 %
	b. Tidak Ikut	22	73.3 %
	Total	30	100
5	<b>Pembukaan Serviks</b>		
	a. Fase Akselerasi (3-4)	3	10,0%
	b. Fase Dilatasi Mak (5-8)	18	60,0%
	c. Fase Deselerasi (9-10)	9	30,0%
	Total	30	100
6	<b>Skala Nyeri</b>		
	a. 4-5 (Nyeri sedang)	4	13.3
	b. 6-8 (Nyeri berat)	8	26.7
	c. 9-10 (Nyeri sangat berat)	18	60.0
	Total	30	100

Sumber : Data Analisis Primer Tahun 2017

Jenis *Hypno* responden adalah *Hypno* Pra Persalinan 15 responden (50,0%) dan *Hypno* Pada Saat Persalinan 15 responden (50,0%). Responden tidak bekerja sebanyak 19 responden (63,3%). Frekuensi latihan *hypno* adalah >4 sebanyak 16 responden (53,3%). Responden dengan Jenis Persalinan Normal sebanyak 27 responden

(90,0%). Suami responden tidak ikut serta dalam latihan *hypno* sebanyak 22 responden (73,3%). Responden dengan Pembukaan Serviks 9 sebanyak 9 responden (30,0%). Responden dengan nyeri sangat berat sebanyak 18 responden (60,0%).

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Persalinan Pada Responden dengan Hypno Pra Persalinan Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017**

No	Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
1	4-5 (Nyeri sedang)	2	13,3
2	6-8 (Nyeri berat)	3	20,0
3	9-10 (Nyeri sangat berat)	10	66,7
	Jumlah	15	100

Sumber : Data Analisis Primer Tahun 2017

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 15 *Hypno*

Pada Saat Persalinan ditemukan bahwa dengan

Nyeri Sangat Berat 10 Responden (66,7%).

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Persalinan Pada Responden dengan Hypno Pada Saat Persalinan Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017**

No	Skala Nyeri	Frekuensi	Persentase (%)
1	4-5 (Nyeri sedang)	2	13,3
2	6-8 (Nyeri berat)	5	33,3
3	9-10 (Nyeri sangat berat)	8	53,3
Jumlah		15	100

Sumber : Data Analisis Primer Tahun 2017

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 15 *Hypno* Pada Saat Persalinan ditemukan bahwa dengan Nyeri Sangat Berat 8 Responden (53,3 %).

**Analisa Bivariat**

Analisa bivariat digunakan untuk melihat perbedaan antara variabel independen (*Hypno* Pra Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan) dengan variabel

dependen (Intensitas Nyeri). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh analisa bivariat sebagai berikut:

**Tabel 4.5 Perbedaan Efektivitas Keikutsertaan Latihan Hypno PraPersalinan Dengan Hypno Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017**

Jenis Hypno	Intensitas Nyeri						Total	P <sub>value</sub>
	4-5 (Nyeri Sedang)		6-8 (Nyeri Berat)		9-10 (Nyeri Sangat Berat)			
	N	%	N	%	N	%		
Pra Persalinan	2	13,3%	3	20,0%	10	66,7%	15	100%
Pada Saat Persalinan	2	13,3%	5	33,3%	8	53,3%	15	0,626
								100%

Keterangan : Hasil penelitian diuji dengan uji statistik *Independent sample T-test*

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui dari 15 ibu hamil yang mengikuti *Hypno* Pra Persalinan dengan Nyeri sangat berat sebanyak 10 responden (66,7%) dan 15 ibu hamil yang mengikuti *Hypno* Pada Saat Persalinan dengan Nyeri sangat berat sebanyak 8 responden (53,3 %). Berdasarkan uji statistik *Independen Sample T-test* maka diperoleh nilai P= 0,626 (P > 0,05) dengan derajat kemaknaan ( $\alpha=0,05$ ). Ini berarti hipotesis alternatif ditolak dan Tidak Ada Perbedaan Efektivitas

Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan dari hasil uji statistik dengan *Independen sample T-test*, maka diperoleh nilai P = 0,626 (P > 0,05) dengan derajat kemaknaan ( $\alpha=0,05$ ). Ini berarti hipotesis Alternative (Ha) ditolak yaitu Tidak Ada

Perbedaan Efektivitas Keikutsertaan Latihan *Hypno* Pra Persalinan Dengan *Hypno* Pada Saat Persalinan Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Bersalin Annisa Pekanbaru Tahun 2017. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan efektivitas antara latihan *hypno* pra persalinan dengan *hypno* pada saat persalinan terhadap intensitas nyeri persalinan.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa Paritas mempengaruhi persepsi terhadap nyeri persalinan karena tidak semua responden pada penelitian ini dengan kategori primipara, primipara mempunyai proses persalinan yang lebih lama dan lebih melelahkan dibandingkan dengan multipara. Hal ini disebabkan karena serviks pada responden primipara memerlukan tenaga yang lebih besar untuk mengalami peregangan karena pengaruh intensitas kontraksi lebih besar selama kala I persalinan. selain itu, pada ibu dengan primipara menunjukkan peningkatan kecemasan dan keraguan untuk mengantisipasi rasa nyeri selama persalinan dan pada penelitian ini respondennya memiliki paritas yang bervariasi sehingga hasilnya itu tidak ada perbedaan efektivitas antara keikutsertaan latihan *hypno* pra persalinan dengan *hypno* pada saat persalinan Terhadap Intensitas Nyeri (Afrityeni, 2017).

Paritas mempengaruhi intensitas nyeri persalinan, dimana salah satu faktor yang mempengaruhi intensitas nyeri salah satunya yaitu riwayat

persalinan lalu. Seorang ibu yang pernah mengalami persalinan akan mengerti tentang bagaimana rasa nyeri yang akan ia rasakan pada saat persalinan. Sedangkan pada ibu yang belum pernah melahirkan tidak mengetahui bagaimana rasa nyeri yang akan ia rasakan untuk pertama kali dalam proses persalinan. Peneliti juga beranggapan pada primipara proses penipisan biasanya terjadi lebih dulu dari pada dilatasi serviks. Sedangkan pada multipara proses penipisan dan dilatasi serviks terjadi bersamaan. Pengaruh ini disebabkan oleh adanya pengalaman sebelumnya yang dirasakan oleh ibu multipara dimana pengalaman ini merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan intensitas nyeri yang dirasakan individu berbeda (Afrityeni, 2017).

Stres atau rasa takut ternyata secara fisiologis dapat menyebabkan kontraksi uterus menjadi terasa semakin nyeri dan sakit dirasakan. Ibu dalam kondisi inpartu tersebut mengalami stress maka tubuh merangsang tubuh mengeluarkan hormon stressor yaitu *hormone* Katekolamin dan *hormone* Adrenalin.

Katekolamin ini akan dilepaskan dalam konsentrasi tinggi saat persalinan jika ibu tidak bisa menghilangkan rasa takutnya sebelum melahirkan. Akibat kondisi tersebut maka uterus menjadi semakin tegang sehingga aliran darah dan oksigen ke dalam otot-otot uterus berkurang karena arteri mengecil dan menyempit akibatnya adalah rasa nyeri yang tak tertahankan (Bobak, et al, 2005).

Berbeda dengan ibu multigravida sudah pernah melahirkan sehingga sudah punya pengalaman nyeri saat melahirkan. Ibu yang sudah mempunyai pengalaman melahirkan akan mampu merespon rasa nyeri tersebut. Ibu yang melahirkan dalam keadaan rileks, semua lapisan otot dalam rahim akan bekerja sama secara harmonis sehingga persalinan akan berjalan lancar, mudah dan nyaman (Bobak, et al, 2005).

Hal ini sejalan dengan penelitian Afritayeni (2017) tentang Hubungan Umur, Paritas Dan Pendamping Persalinan Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Tahun 2017, Besarnya peran suami dalam mengurangi intensitas nyeri pada persalinan sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuliantanti & Nurhidayati, 2013) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pendampingan suami dengan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif deselerasi di ruang bersalin RSUD Prof. Dr.H. Aloi Saboe Kota Gorontalo.

Berdasarkan hasil penelitian pembukaan serviks juga mempengaruhi nyeri, pengukuran nyeri yang dilakukan pada saat pembukaan yang berbeda-beda sehingga menghasilkan skala nyeri yang berbeda beda pula, semakin besar pembukaan nyeri yang dirasakan oleh ibu juga semakin besar. Dari hasil penelitian ada 18 responden pada fase Dilatasi Maksimal, 9 responden pada deselerasi dan 3 orang responden berada di fase Akselerasi. Mayoritas responden

berada pada fase intensitas berat sangat berat sehingga hasil yang didapatkan tidak ada perbedaan.

Pada penelitian ini intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu mayoritas pada skala 8-10 yang tergolong nyeri sangat berat. Hal ini disebabkan oleh kontraksi yang dirasakan oleh ibu yang telah berada pada fase aktif persalinan kala 1 yang semakin kuat dan frekuensinya lebih sering. Nyeri persalinan menghasilkan respon psikis dan refleks pada perilaku fisik. Nyeri persalinan memberikan gejala yang dapat diidentifikasi seperti pada sistem saraf simpatis yang dapat terjadi mengakibatkan perubahan tekanan darah, nadi, respirasi, dan warna kulit. Ekspresi sikap juga berubah meliputi peningkatan kecemasan dengan penurunan lapangan persepsi, menangis, mengerang, tangan mengempal dan menggengam serta otot mudah teransang (Bobak, et al, 2005).

Berdasarkan penelitian Oleh Yulrina Ardhiyanti & Liza Safitri "Pengaruh Teknik Relaksasi *Hypnobirthing* Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Kala I Persalinan Normal Pada Primipara di BPM Evi Tahun 2015" hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 18 responden sebagian besar responden Menurut peneliti, nyeri kala I pada responden disebabkan oleh nyeri. Menurut Aprillia (2010), nyeri adalah suatu sensori yang tidak menyenangkan dari suatu pengalaman emosional yang disertai kerusakan jaringan secara nyata atau jaringan yang potensial mengalami kerusakan. Nyeri dan sakit adalah suatu kondisi dimana yang paling tidak disukai dan

bahkan ditakuti terutama oleh ibu hamil dan ibu yang hendak bersalin.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Marfu'ah (2010) tentang perbedaan intensitas nyeri pada 30 ibu primipara menunjukkan bahwa ibu yang ibu yang dilakukan *hypnotherapy* dalam persalinan normal mengalami nyeri berat (40%), nyeri sedang (53,3%), nyeri ringan (6,7%). Sedangkan yang tidak diberi *hypnotherapy* mengalami nyeri berat (66,7%), nyeri sedang (30%) dan nyeri ringan (3,3%) (Romadhomah dkk, 2010).

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, Try. 2012. *Pengaruh Tehnik Hypnobirthing Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Pervaginam Pada Primipara Di Klinik Bersalin Summi Medan Tahun 2012*. <http://library.usu.ac.id>. Diakses 20 Mei 2017
- Andarmoyo, Sulistyono dan Suharti. 2013. *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Aprillia, yesie. *Hipnostetri; Rilleks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan*. 2010. Jakarta: Gagas Media
- Arikunto, Suhaimi. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Danuatmadja, Bonny & Meiliasari, Mila. 2008. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Puspa Dewi
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Buletin Angka Kematian Ibu*, Artikel. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2015. <http://www.depkes.go.id> Diakses pada tanggal 23 Mei 2017
- Dewi, Nanda Anggraini ESTU. 2015. *Pengaruh Teknik Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Penurunan Nyeri Pada Persalinan Kala 1 Di BPS Lilik Sudjiati Hulu'an Tahun 2015*. <https://lppmunigresblog.files.pdf> Diakses 12 Juli 2017
- Hidayat, A A A. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- \_\_\_\_\_. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Indria, Astuti dan Noviyanti. 2015. *Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat Nyeri dan Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Di BPM Kota Cimahi Tahun 2015*. <http://Journal-aipkind.or.id> Diakses 25 Juli 2017
- Imannura, dkk. 2016. *The Effectiveness of Hypnobirthing in Reducing Anxiety Level During Delivery*. Surakarta: Faculty of Medicine, Sebelas Maret University
- Irmawati. 2014. *Tetap Tersenyum Saat Melahirkan*. Yogyakarta: Media Pressindo
- Maryunani, Anik. 2010. *Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: CV Trans Media
- Mongan, Marie F. 2007. *Hypnobirthing*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer
- Nasir, Abd dkk. 2011. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta:

Nuha Medika

Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka

Nuha Medika

Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika

Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka

Prokes, 2013. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. [www.pusdatin.go.id](http://www.pusdatin.go.id). Diakses tanggal 16 Juni 2017

Romadhomah dkk, 2012. *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing Dengan Sikap Ibu Hamil Terhadap Terapi Hypnobirthing Di Bpm Ny. Mul Agus Grobogan Tahun 2012*. <http://download.portalgaruda.org/article.pdf> diakses 20 Agustus 2017

Sagiran. 2015. *Efektivitas Hypnobirthing Terhadap Penurunan Nyeri Dan Cemas Pada Persalinan Normal Di Asri Medical Centre Tahun 2015*. <http://repository.umy.ac.id> Diakses 20 Juli 2017

Setiadi. 2013. *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Jakarta: Graha Ilmu

Yahya, Azizi dkk. 2006. *Mengusai Penyelidikan Dalam Pendidikan (Teori Analisis & Interpretasi Data)*. Kuala Lumpur: PTS Professional Publishing Sdn. Bhd