

PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG HYPNOBIRTHING DI BPM SITI AMINAH SUKOHARJO

Ana Yuliana, Oki Dameria
Universitas Duta Bangsa Surakarta
ana_yuliana@udb.ac.id

Abstrak

Upaya yang dilakukan untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian maternal, serta neonatal dengan *Making Pregnancy Safer* (MPS) yang mengemukakan visi bahwa kehamilan dan persalinan di Indonesia berlangsung aman, serta yang dilahirkan hidup dan sehat. Metode hypnobirthing berguna untuk mengurangi rasa sakit dan memperlancar proses persalinan karena dalam metode ini selalu memberikan energi-energi positif untuk ibu hamil. Hypnobirthing adalah cara terbaik untuk menetralsir dan memprogram ulang (reprogramming) rekaman negatif dalam pikiran bawah sadar dengan program positif.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif *accidental sampling* dengan responden 32 ibu hamil.

Berdasarkan analisis data didapatkan tingkat pengetahuan tentang hypnobirthing dengan kategori baik 2 orang (6,25%), berpengetahuan cukup 18 orang (56,25%), dan berpengetahuan kurang 12 orang (37,5%).

Simpulan penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing dalam kategori cukup.

Kata Kunci : Pengetahuan, ibu hamil, Hypnobirthing

Abstract

Efforts are being made to reduce maternal and neonatal morbidity and mortality with Making Pregnancy Safer (MPS) which expresses the vision that pregnancy and childbirth in Indonesia are safe, and those born alive and well. The hypnobirthing method is useful for reducing pain and facilitating the delivery process because this method always provides positive energies for pregnant women. Hypnobirthing is the best way to neutralize and reprogram (reprogramming) negative recordings in the subconscious mind with positive programming.

This study uses a descriptive quantitative type of accidental sampling with 32 pregnant women as respondents.

Based on the data analysis, it was found that the level of knowledge about hypnobirthing was in the good category of 2 people (6.25%), 18 people with sufficient knowledge (56.25%), and 12 people with less knowledge (37.5%).

The conclusion of the study shows that the level of knowledge of pregnant women about hypnobirthing is in the sufficient category.

Keywords: Knowledge, pregnant women, Hypnobirthing

PENDAHULUAN

Melahirkan normal merupakan proses melahirkan yang diidamkan oleh para ibu yang sedang menjalani kehamilan. Ibu yang sedang mengalami kehamilan dan ingin melahirkan secara normal, dituntut tidak hanya harus siap secara fisik, tetapi juga harus siap secara mental. Kehamilan dan persalinan pada seorang perempuan merupakan suatu siklus yang normal dan alamiah. Akan tetapi siklus itu tetap menjadi beban tersendiri bagi seorang perempuan. Ibu hamil sering mengalami perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan adalah perasaan cemas yang sering dialami ibu yang sedang menjalani masa kehamilan seperti memikirkan rasa sakit saat melahirkan akan membuat ibu pingsan, memikirkan tidak bisa melahirkan secara normal, ketakutan apabila melahirkan dengan cara operasi caesar, dan ketakutan dengan kondisi janin yang akan dilahirkan tidak sehat atau mengalami kecacatan. Terkait dengan hal-hal menakutkan yang bisa terjadi ketika menjalani proses kehamilan dan persalinan tersebut, *World Health Organization (WHO)* memperkirakan 585.000 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan, proses kelahiran dan aborsi yang tidak aman dan diperkirakan sekitar satu perempuan meninggal setiap menit. Negara-negara di Asia termasuk Indonesia memiliki warga perempuan kemungkinan 20-60 kali lipat dibanding negara-negara Barat dalam hal kematian ibu karena persalinan dan komplikasi kehamilan (Martalisadan Budi setyani,2013).

Upaya yang dilakukan untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian maternal, serta neonatal dengan Making Pregnancy Safer (MPS) yang mengemukakan visi bahwa kehamilan dan persalinan di Indonesia berlangsung aman, serta yang dilahirkan hidup dan sehat (Rofiasari,2013).

Metode hypnobirthing berguna untuk mengurangi rasa sakit dan memperlancar proses persalinan karena dalam metode ini selalu memberikan energi-energi positif untuk ibu hamil. Selain itu, hypnobirthing atau penggunaan hipnosis selama masa kehamilan bisa mencegah gangguan emosional baik saat sebelum persalinan dan setelah persalinan (Martalisadan Budi setyani,2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti selama di BPM Siti Aminah Sukoharjo didapatkan ibu hamil sebanyak 51 orang. Hasil wawancara acak yang dilakukan didapatkan 11 orang ibu hamil tidak mengetahui tentang hypnobirthing dan 4 orang lainnya sudah mengetahui tentang hypnobirthing. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing di BPM Siti Aminah Sukoharjo.

METODE

Pada penelitian ini variabel yang diteliti yaitu variabel tunggal, variabel tunggal yaitu bentuk analisa yang menyampaikan sebaran atau distribusi dalam bentuk frekuensi ataupun dalam bentuk diagram, ataupun dalam bentuk narasi (Riwidikdo, 2009). Variabel tunggal, yang diteliti pada penelitian ini adalah Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif Menurut Notoatmodjo (2012) deskriptif kuantitatif adalah sekumpulan objek yang biasanya bertujuan untuk melihat gambaran fenomena (termasuk kesehatan) yang terjadi di dalam suatu populasi tertentu.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2010). Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah ibu hamil di BPM Siti Aminah Sukoharjo sebanyak 32 responden.

Teknik sampling merupakan suatu proses seleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga jumlah sampel akan mewakili keseluruhan populasi yang ada. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Nonprobability sampling* dengan cara sampling acidental, teknik pengambilansampel acidental yaitu cara pengambilan sampel yang dilakukan dengan kebetulan bertemu (Hidayat A, 2014).

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *kuesioner*. *Kuesioner* adalah suatu cara pengumpulan data atau suatu penelitian mengenai suatu masalah yang umumnya banyak menyangkut kepentingan umum (orang banyak). Dengan mengedarkan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir – formulir, diajukan secara tertulis kepada sejumlah subjek untuk mendapatkan tanggapan, informasi, jawaban dan sebagainya (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini *kuesioner* yang digunakan adalah *kuesioner* tertutup sehingga responden hanya menjawab pertanyaan dari jawaban yang sudah ada.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *univariat* yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Setelah seluruh data yang dikumpulkan disajikan dalam bentuk tabel kemudian diolah dengan menggunakan perhitungan presentase dengan rumus distribusi frekuensi untuk setiap alternatif jawaban per item pertanyaan yaitu dengan membagi frekuensi jawaban (f) dengan jumlah skor seluruh item soal (N) dan di kalikan 100 % dengan rumus

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan :

P = Presentase

N = Jumlah pertanyaan

f = Jumlah jawaban benar

Hasil perhitungan presentase tentang tingkat pengetahuan dimasukkan kedalam standar kriteria objektif (Wawan dan Dewi, 2011).

Kriteria :

Baik = 76 – 100 %

Cukup = 56 – 75 %

Kurang = < 56 %

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Karakter Responden

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Informasi

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan informasi

NO	Memperoleh Informasi	Frekuensi	Prosentase
1	Ya	22	68,75%
2	Tidak	10	31,35%
Jumlah		32	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa hampir keseluruhan responden mayoritas informasi cukup yaitu 22 responden (68,75%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase
1	SD	7	21,875%
2	SMP	9	28,125%
3	SMA	13	40,625%
4	Perguruan Tinggi	3	9,375%
Jumlah		32	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa hampir keseluruhan responden mayoritas berpendidikan SMA yaitu 13 responden (40,625%).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Prosentase
1	15-20 tahun	4	12,5%
2	21-25 tahun	8	25%
3	26-30 tahun	13	40,625%
4	31-35 tahun	6	18,75%
5	36-40 tahun	1	3,125%
Jumlah		32	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa hampir keseluruhan responden mayoritas berumur 26-30 tahun yaitu 13 responden (40,625%).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
1	Tidak bekerja	10	31,25%
2	Bekerja	22	68,75%
jumlah		32	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa hampir keseluruhan responden mayoritas bekerja yaitu 22 responden (68,75%).

2. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing di BPM Siti Aminah

Tabel 5 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	2	6,25%
2	Cukup	18	56,25%
3	Kurang	12	37,5%
Jumlah		32	100%

Berdasarkan tabel 4.1 dapat di ketahui bahwa mayoritas Ibu Hamil memiliki pengetahuan yang cukup yaitu 18 orang (56,25%).

a. Pengertian Hypnobirthing

Tabel 6 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pengertian Hypnobirthing

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	13	40,6%
2	Cukup	8	25%
3	Kurang	11	34,4%
Jumlah		32	100%

Dari tabel 6 dapat di lihat bahwamayoritas pengetahuan responden tentang pengertianhypnobirthing baik yaitu 13 orang (40,6%)

b. Manfaat Hypnobirthing

Tabel 7 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Hypnobirthing

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	0	0%
2	Cukup	18	56,25%
3	Kurang	14	43,75%
Jumlah		32	100%

Dari tabel 7 dapat di lihat bahwamayoritas pengetahuan responden tentang pengertian hypnobirthing cukup yaitu 18 orang (56,25%)

c. Panduan Relaksasi Hypnobirthing Selama Kehamilan

Tabel 8 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Panduan Relaksasi Hypnobirthing

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	13	40,6%
2	Cukup	8	25%
3	Kurang	11	34,4%
Jumlah		32	100%

Dari tabel 8 dapat di lihat bahwa mayoritas pengetahuan responden tentang pengertian hypnobirthing baik yaitu 13 orang (40,6%)

d. Panduan Relaksasi Hypnobirthing Selama Persalinan

Tabel 9 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Panduan Relaksasi Hypnobirthing Selama Persalinan

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	7	21,87%
2	Cukup	10	31,25%
3	Kurang	15	46,875%
Jumlah		32	100%

Dari tabel 9 dapat di lihat bahwa mayoritas pengetahuan responden tentang pengertian hypnobirthing kurang yaitu 15 orang (46,875%)

e. Waktu Pelaksanaan Hypnobirthing

Tabel 10 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Waktu Pelaksanaan Hypnobirthing

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	1	3,125%
2	Cukup	15	46,875%
3	Kurang	16	50%
Jumlah		32	100%

Dari tabel 10 dapat di lihat bahwa mayoritas pengetahuan responden tentang pengertian hypnobirthing kurang yaitu 16 orang (50%).

Pembahasan

Dari hasil penelitian di dapatkan mayoritas pengetahuan cukup yaitu 18 Ibu Hamil (56,25%) karena di pengaruhi oleh informasi, hal ini di karenakan mayoritas Ibu Hamil memperoleh informasi yang baik sebanyak 68,75% media informasi yang semakin meningkat dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang hypnobirthing.

Pengetahuan merupakan suatu hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya yaitu umur, pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan sosial budaya (Wawan dan Dewi,2011).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan judul hubungan tingkat pengetahuan dan sikap terhadap air susu ibu perah (ASIP) dengan praktik pemberian ASIP pada ibu bekerja di Kelurahan Tandang Kecamatan Tembalang Kota Semarang dengan hasil sebagian besar pengetahuan responden di kategori baik (60%), Sikap ibu bekerja terhadap ASIP sebagian besar positif (60%), dan yang negatif (40%), Responden yang tidak melakukan praktik ASIP (71,4%) dan yang melakukan (28,6%) jadi ada hubungan yang bermakna antarpengertian dan sikap ibu bekerja dari 35 responden mayoritas responden berusia 20-35 tahun adalah 27 orang (71,1%). Responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 19 orang (54,3%) dan responden mayoritas bekerja sebanyak 35 orang (100%).

Pengetahuan Ibu Hamil tentang hypnobirthing meliputi pengertian hypnobirthing, manfaat hypnobirthing, panduan relaksasi selama kehamilan, panduan relaksasi selama persalinan, waktu pelaksanaan hypnobirthing yaitu :

1. Pengetahuan Ibu Hamil tentang pengertian hypnobirthing

Hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang hypnobirthing mayoritas memiliki pengetahuan yang baik. Hypnobirthing adalah cara terbaik untuk menetralkan dan memprogram ulang (reprogramming) rekaman negatif dalam pikiran bawah sadar dengan program positif. Hasilnya, rekaman yang tertanam dalam pikiran bawah sadar bahwa persalinan yang menakutkan dan menyakitkan itu bisa terhapus dan berganti dengan keyakinan baru bahwa persalinan berlangsung sangat spiritual, mudah, lancar, dan nyaman. (Kuswandi, 2013).

Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dalam penelitian ini adalah faktor pendidikan. Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi 2011). Ibu Hamil di BPM Siti Aminah Sukoharjo mayoritas memiliki tingkat pendidikan menengah sebanyak 13 orang (40,6%) dari 32 responden sehingga memudahkan seseorang dalam menerima informasi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan judul perbedaan metode penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap wanita bekerja yang menyusui tentang air susu ibu perah menyatakan bahwa pendidikan seseorang mempengaruhi kecepatan orang tersebut dalam menerima informasi yang didapat.

2. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang manfaat hypnobirthing

Hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat hypnobirthing mayoritas memiliki pengetahuan cukup. Manfaat hypnobirthing yaitu :Meningkatkan kadar endorfin dalam tubuh untuk mengurangi rasa nyeri pada saat kontraksi ,meningkatkan ikatan batin, mengurangi rasa mual muntah pusing dll, mencegah terjadinya post-partum depression, meningkatkan produksi ASI. (Kuswandi,2013).

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup. dikarenakan seluruh responden belum mendapatkan informasi tentang hypnobirthing. Oleh karena itu tingkat pengetahuan yang dimiliki responden adalah cukup. hal ini sesuai dengan pendapat yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula. Ibu hamil di BPM Siti Aminah Sukoharjo mayoritas bekerja yaitu 18 orang (56,25%). Hal ini menyebabkan dalam bekerja terjadi interaksi antar manusia sehingga bertambahnya pengetahuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan judul gambaran

pengetahuan sikap dan perilaku ibu yang bekerja terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi di posyandu cempaka Kelurahan Larangan Selatan menunjukkan bahwa dari 33 responden 19 orang (57,6%) berpengetahuan baik hal ini menunjukkan bahwa pekerjaan dapat memberikan pengetahuan yang luas bagi seseorang.

3. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang panduan relaksasi selama kehamilan

Hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang panduan relaksasi hypnobirthing mayoritas memiliki pengetahuan baik. Panduan relaksasi hypnobirthing selama kehamilan yaitu : Bebaring dengan posisi yang membuat anda paling nyaman rilekskan kelopak mata dan pejamkan, Mulailah bernafas dalam dalam melalui hidung secara perlahan dan teratur, rasakan seujur tubuh anda memulai dari ujung kepala sampai ujung kaki.

Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dalam penelitian ini adalah faktor umur. Semakin cukup umur seseorang, semakin matang kekuatan seseorang dalam berfikir dengan logis dan bekerja (Wawan dan Dewi, 2011). Ibu Hamil di BPM Siti Aminah Sukoharjo mayoritas berusia 21-35 tahun sebanyak 27 orang (84,3%) sehingga pola berfikir logis semakin berkembang dan menambah pengetahuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang ASI perah di Desa Kaliancar Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri dengan hasil baik hal ini dipengaruhi oleh umur semakin cukup umur seseorang maka semakin matang kekuatan seseorang dalam berfikir dengan logis dan bekerja.

4. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang panduan relaksasi hypnobirthing selama persalinan

Hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang panduan relaksasi hypnobirthing mayoritas berpengetahuan kurang. Panduan relaksasi hypnobirthing selama persalinaan yaitu : anda telah menjalani proses awal kontraksi sealalu ingat untuk berdoa dan berniat, pada awal pembukaan kontraksi masih dating dengan tenggang waktu yang cukup lama sekitar 15 menit sekali, Praktikkan hypnobirthing yang anda latih selama masa kehamilan,

Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dalam penelitian ini adalah faktor lingkungan. Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok (Wawan dan Dewi, 2011). Hal ini menyebabkan pola hidup yang berbeda dan terjadi interaksi antar manusia sehingga mempengaruhi pengetahuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan judul hubungan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif terhadap pemberian ASI perah pada ibu yang bekerja di RS mardi rahayu Kudus dengan hasil responden berpengetahuan cukup 52,35% dan memiliki sikap negatif terhadap pemberian ASI perah sebesar 57,1% hal ini dikarenakan

faktor yang mempengaruhi adalah faktor lingkungan yang tidak mendukung yang bisa menghalangi seseorang memiliki pengetahuan yang rendah karena lingkungan tempat orang berinteraksi dan bergaul dalam masyarakat.

5. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang waktu pelaksanaan hypnobirthing

Hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang waktu pelaksanaan hypnobirthing mayoritas berpengetahuan kurang. Waktu pelaksanaan hypnobirthing yaitu : Kehamilan trimester pertama sudah bagus dilakukan. Namun tidak juga terlambat kalau melakukan hypnobirthing setelah usia kehamilan 7 bulan bahkan sampai detik detik terakhir saat mau melahirkan. Tidak ada efek signifikan kapan mulai dilakukan hypnobirthing. Hanya saja jika ibu tekun melakukan self hypnosis sejak usia kehamilan awal ibu bias merasakan rileks jauh lebih baik, karena faktor sering dilatih. Selain itu pada usia 7 bulan dimana janin sudah bias merasakandan sudah ada proses memori, maka dalam melakukan self hypnosis ibu sudah bisa bercakap- cakap dan bercerita ke pada janin di perut.(Kuswandi,2013).

Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dalam penelitian ini adalah faktor umur. Semakin cukup umur seseorang, semakin matang kekuatan seseorang dalam berfikir dengan logis dan bekerja (Wawan dan Dewi, 2011). Ibu hamil di BPM Siti Aminah Sukoharjo mayoritas berusia 21-35 tahun sebanyak 30 orang (84,3%) sehingga pola berfikir logis semakin berkembang dan menambah pengetahuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang ASI perah di Desa Kaliancar Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri dengan hasil baik hal ini dipengaruhi oleh umur semakin cukup umur seseorang maka semakin matang kekuatan seseorang dalam berfikir dengan logis dan bekerja.

KESIMPULAN

1. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hypnobirthing dalam kategori cukup.
2. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang pengertian Hypnobirthing dalam kategori baik.
3. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang manfaat hypnobirthing dalam kategori cukup.
4. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang panduan relaksasi hypnobirthing selama kehamilan dalam kategori kurang.
5. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang panduan relaksasi hypnobirthing selama persalinan dalam kategori kurang.
6. Tingkat pengetahuan Ibu Hamil tentang waktu pelaksanaan hypnobirthing dalam kategori kurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2020. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta
- Hidayat Aziz.2014. Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data.Jakarta:Salemba medika;.h. 74,76,81,86
- Kuswandi.L2014. .Hypnobirthing.h .55,57,58,96,97,98,99,100
- Martalisa W dan Budisetyani W. 2013. hubungan intensitas keikutsertaan hypnobirthing dengan tingkat kecemasan ibu hamil di gianyar. Didapat dari:<http://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/8489>
- Notoatmojo S. 2012. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta:PTRinekacipta;.h.35,103,147
- Riwidikdo H.2009. Statistik kesehatan.Yogyakarta: Nuha medika;.h.39
- Rofiasari L. 2013. hubungan berat badan bayi baru lahir dengan derajat ruptur perineum pada persalinan normal di rumah sakit umum daerah kota Surakarta. Didapat dari: <http://eprints.uns.ac.id/7091/>
- Wawan dan Dewi. 2011. Teori&pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia.Yogyakarta:Nuha medika;.h16,17,18