

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP BIDAN TERHADAP *HYPNOBIRTHING*  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITU KABUPATEN SUMEDANG**Upus Piatun Khodijah<sup>1</sup>, Wina Herdiani<sup>2</sup><sup>1</sup>*Akademi Kebidanan Respati Sumedang, Jl.Raya Bandung Cirebon KM.75 Tomo Sumedang Jawa Barat Indonesia No.Telp/Faks. (0233)664000***ABSTRAK**

*Hypnobirthing* adalah suatu metode relaksasi dikhususkan untuk ibu hamil. Dengan metode ini seorang ibu bersalin bisa mendapatkan relaksasi yang mendalam, baik secara fisik, nafas dan pikiran. Dalam keadaan relaksasi yang dalam ini seorang ibu bisa mengaktifkan pikiran bawah sadar. Dampaknya melalui pikiran bawah sadar yang aktif, ibu hamil dengan mudah mendapatkan suasana rileks, emosi stabil, nyaman dan bahagia. Inilah kondisi terbaik dalam persiapannya menghadapi persalinan. Metode penelitian yang dilakukan adalah deskriptif dengan jenis penelitian kuantitatif dengan populasi seluruh Bidan di wilayah kerja puskesmas Situ Kabupaten Sumedang yaitu 30 Bidan. Pengolahan dan analisis data secara univariat dengan analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dan hasil penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan Bidan tentang *hypnobirthing* dari 30 responden, setengahnya (50,0%) dikategorikan baik dan setengahnya lagi (50,0%) dikategorikan kurang. Dan berdasarkan sikap dapat diketahui bahwa sikap Bidan tentang metode *hypnobirthing* dari 30 responden, dikategorikan yang memiliki sikap positif (60,0%) dan dikategorikan yang memiliki sikap negatif (40,0%). Pengetahuan dan sikap Bidan tentang *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang cukup tentang teknik dan metode *hypnobirthing*. Diharapkan para Bidan bisa mengikuti seminar dan pelatihan khususnya tentang *hypnobirthing* sebagai upaya memberikan manfaat sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pertolongan persalinan yang aman, nyaman dan berkualitas..

**Kata kunci** : *hypnobirthing*, Pengetahuan, Sikap, Bidan

***DESCRIPTION OF KNOWLEDGE AND ATTITUDE MIDWIFE'S TO  
HYPNOBIRTHING IN THE HEALTH DISTRICT SITU SUMEDANG*****ABSTRACT**

*Hypnobirthing is a relaxation method specialized for pregnant mother. Using this method a pregnant mother can get a deep relaxation for the physic, breath, and mind. In this deep relaxation situation, a pregnant woman can activate the subconscious mind. The effect of active subconscious mind, the pregnant woman can get relax situation, stable emotion, comfort, and happy feelings easily. This is the best condition of preparation in facing the labor. The research employed the descriptive method using the quantitative research with the population was all midwives in Situ Health Centre working area Sumedang Regency. The sample was 30 midwives of a partial of population taken from all researched object and was considered represent all population. The data analysis and process was univariate with the analysis was done to each variable and research result. The research results showed that the midwife's knowledge about hypnobirthing from 30 respondents was categorized good for (50,0%) from partial of the respondents and another partial was categorized less for (50,0%). And for the midwife's behavior towards the hypnobirthing from 30 respondents was positive behavior for (60,0 %) and negative behavior for (40.0%). The Midwife's knowledge and behavior about hypnobirthing in Situ Health Centre Working Area in Sumedang Regency has adequate knowledge and experience about hypnobirthing technique and method. It is expected that the midwives are able to follow the seminar and training about hypnobirthing as a way to give benefit in increasing the safety, comfortable, and quality of labor.*

**Keywords** : *hypnobirthing, Knowledge, Attitude, Midwife*

## PENDAHULUAN

Persalinan bagi sebagian besar wanita hamil merupakan suatu proses yang menakutkan. Kondisi ketakutan ini ditambah dengan perasaan cemas yang berlebihan akan memberikan dampak pada ketegangan otot – otot yang berkaitan selama proses persalinan. (Muhimah, 2010).

*Hypnobirthing* adalah salah satu bagian dari hipnosis klinik khususnya hipnosis kebidanan. Hipnosis klinik adalah suatu ilmu pengetahuan dan keterampilan yang sudah lama digunakan dalam dunia kesehatan, dan saat ini berkembang pesat. Hipnosis klinik mempunyai tujuan sebagai upaya promosi, prevensi, terapi dan rehabilitasi. (Hermianti, 2011). *Hypnosis* disarankan untuk mengurangi rasa sensasi rasa nyeri persalinan (Madden, 2012), *Hypnosis* dapat mengurangi berbagai intervensi medis, persalinan lebih banyak dilakukan di rumah dibandingkan di Rumah Sakit dengan posisi persalinan normal dan keadaan bayi yang baik sesuai masa kehamilan (Swencionis, 2012)

Di Indonesia, hipnosis untuk kebidanan khususnya *hypnobirthing*, *hypnoprenancy* dan *hypnofertility* dikembangkan sejak tahun 2002 di Prorevital yang saat ini menjadi Pro V Clinic (Holistic Health Care) oleh Lanny Kuswandi. Menurutnya wanita yang memiliki pengalaman *hypnobirthing* saat melahirkan anak, jauh lebih tenang dan rasa sakit berkurang sampai 70 % (Hermianti, 2012)

Sementara itu penggunaan *hypnobirthing* di Kabupaten Sumedang sendiri belum berkembang cukup signifikan. Menurut mereka metode *hypnobirthing* hanya akan efektif jika dilakukan sejak masa kehamilan dan dalam persalinan respon dan kondisi setiap ibu berbeda – beda. Tanpa teknik *hypnobirthing* pun sebenarnya persalinan bisa berjalan lancar. Menurutnya dengan komunikasi kita yang baik, ramah dan membuat nyaman pasien pun bisa melahirkan. pada dasarnya *hypnobirthing* merupakan proses komunikasi, yang dipadukan dengan teknik lain seperti relaksasi dan pernafasan. Tujuan penelitian ini diketahuinya gambaran pengetahuan dan sikap Bidan tentang *hypnobirthing* di wilayah kerja puskesmas Situ Kabupaten Sumedang.

## METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang dilakukan adalah deskriptif dengan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang pada bulan September 2013 dengan populasi seluruh Bidan di wilayah kerja puskesmas Situ Kabupaten Sumedang yaitu 30 Bidan, teknik pengambilan sampel menggunakan Total Sampling jadi seluruh populasi dijadikan sebagai sampel yaitu sebanyak 30 Bidan. Proses pengumpulan data dengan mengumpulkan data primer yaitu data yang di ambil langsung dari responden. Pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan kuesioner langsung kepada Bidan yang ada di wilayah kerja puskesmas Situ Kabupaten Sumedang.

Pengolahan dan analisis data secara univariat dengan analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel berdasarkan hasil penelitian. Analisis univariat dalam penelitian ini meliputi variabel pengetahuan dan sikap Bidan tentang *hypnobirthing* ke dalam distribusi frekuensi dan persentase masing – masing variabel dari semua jawaban responden, dan di analisis dengan menggunakan sistem komputerisasi.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik dari 30 responden berdasarkan umur, pendidikan, lama kerja dan seminar yang pernah diikuti tentang *hypnobirthing* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1 Karakteristik Responden**

Karakteristik Responden	F	%
<b>Umur</b>		
21 – 30	8	26,7
31 – 40	13	43,3
41 – 50	7	23,3
51 – 60	2	6,7
<b>Pendidikan</b>		
DI	1	3,3
DIII	29	96,7
<b>Lama kerja</b>		
< 10 tahun	8	26,7

10 – 30 tahun	20	66,7
> 30 tahun	2	6,7
<b>Seminar</b>		
Ya	17	56,7
Tidak	13	43,3

Sumber: Hasil Penelitian

Rata-rata Bidan berumur 40 tahun, dengan umur termuda 21 tahun dan tertua 60 tahun. Rata – rata berpendidikan DIII Kebidanan yaitu sebanyak 29 responden (96,7%), rata – rata lama kerja Bidan 20 tahun, dengan lama kerja minimal 1 bulan dan lama kerja maksimal 35 tahun. Dan juga dilihat dari kategori pernah mengikuti seminar sebagian besar responden yang telah mengikuti seminar sebanyak 17 responden (56,7%).

## 2. Pengetahuan Bidan Tentang *Hypnobirthing*

Distribusi frekuensi dari 30 responden mengenai pengetahuan tentang *hypnobirthing* diperoleh dari kuesioner sebanyak 20 item dan setiap jawaban benar responden dirubah kedalam bentuk persentase dengan cara membagi jawaban benar dengan jumlah seluruh pertanyaan kemudian dikalikan 100%. Setelah diperoleh persentase pengetahuan setiap responden kemudian dikategorikan menjadi pengetahuan baik, dan pengetahuan kurang. Pengetahuan baik jika skor yang di peroleh > mean/ median dari total skor dan pengetahuan kurang jika skor yang di peroleh ≤ mean/ median dari total skor. Dan hasilnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi dibawah ini:

**Tabel 2 Distribusi frekuensi pengetahuan Bidan tentang *hypnobirthing***

No	Pengetahuan	F	%
1.	Baik	15	50,0
2.	Kurang	15	50,0
Jumlah		30	100

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa pengetahuan Bidan tentang *hypnobirthing* dari 30 responden, setengahnya dikategorikan baik yaitu sebanyak 15 responden (50,0%) dan setengahnya lagi dikategorikan kurang yaitu sebanyak 15 responden (50,0%).

Dari hasil pengumpulan data pengetahuan Bidan tentang *hypnobirthing*

diketahui bahwa rata-rata pengetahuan Bidan tentang *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang Tahun 2013 sebesar 51,33 dan nilai mediannya sebesar 52,50 dengan nilai minimum sebesar 25 dan maksimum sebesar 70. Dari rekapitulasi jawaban benar sebagian besar skor responden adalah 55% sebanyak 18 responden.

### a. Pengetahuan Bidan tentang sejarah *hypnobirthing*

**Tabel 3 Distribusi frekuensi pengetahuan Bidan tentang sejarah *hypnobirthing***

No	Item pertanyaan	Mengetahui		Tidak Mengetahui	
		F	%	F	%
2.	Sejarah <i>hypnobirthing</i> di dunia.	16	53,3	14	46,7
11.	Sejarah <i>hypnobirthing</i> di Indonesia	19	63,3	11	36,7
Jumlah		35	116,6	29	100

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 3 diatas, dapat diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar responden dapat menjawab Marie F Mongan sebagai orang yang mematenkan *hypnobirthing* di dunia dengan benar sebanyak 16 responden (53,3%), dan untuk pertanyaan berikutnya sebagian besar responden dapat menjawab Lanny Kuswandi sebagai seorang Bidan yang telah menyebar luaskan *hypnobirthing* di Indonesia dengan benar sebanyak 19 responden (63,3%).

### b. Pengetahuan Bidan tentang pengertian dari *hypnobirthing*

**Tabel 4. Distribusi frekuensi pengetahuan Bidan tentang pengertian dari *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang Tahun 2013**

No	Item Pertanyaan	Mengetahui		Tidak mengetahui	
		F	%	F	%
1.	Definisi dari <i>hypnobirthing</i>	30	100	0	0
Jumlah		30	100	0	0

Sumber: Hasil Penelitian

Responden (100%), semua responden dapat menjawab pertanyaan tentang definisi dari *hypnobirthing* dengan benar dan tidak ada responden yang menjawab salah

**c. Pengetahuan Bidan tentang prinsip dari metode *hypnobirthing***

**Tabel 5 Distribusi frekuensi pengetahuan Bidan tentang prinsip dari metode *hypnobirthing***

No	Item pertanyaan	Tidak Mengetahui			
		F	%	F	%
3.	Prinsip dari Metode <i>hypnobirthing</i>	4	13,3	26	86,7
14.	Dampak prinsip Penanaman sugesti yang Negative	23	76,7	7	23,3
Jumlah		27	90	33	110

Sumber: Hasil Penelitian

Responden dapat menjawab penanaman sugesti sebagai salah satu prinsip dari metode *hypnobirthing* dengan benar hanya beberapa orang yaitu sebanyak 4 responden (13,3%), dan sebagian besar responden dapat menjawab pertanyaan tentang dampak prinsip penanaman sugesti yang negatif pada saat

Responden dapat menjawab penanaman sugesti sebagai salah satu prinsip dari metode *hypnobirthing* dengan benar sebanyak 23 responden (76,7%).

**d. Pengetahuan Bidan tentang manfaat dari *hypnobirthing***

**Tabel 6 Distribusi frekuensi Pengetahuan Bidan tentang manfaat dari *hypnobirthing***

No	Item pertanyaan	Tidak Mengetahui			
		F	%	F	%
4.	Manfaat <i>hypnobirthing</i> pemicu hormone dalam tubuh	27	90,0	3	10,0
5.	Fungsi hormone tersebut	23	76,7	7	23,3
7.	Manfaat hormon tersebut	20	66,7	10	33,3
6.	Cara peningkatan	1	3,3	29	96,7

hormon tersebut

9.	Manfaat <i>hypnobirthing</i> bagi bayi	16	53,3	14	46,7
10.	Manfaat <i>hypnobirthing</i> bagi ibu	29	96,7	1	33,3
13.	Manfaat <i>hypnobirthing</i> saat melahirkan	26	86,7	4	13,3
12.	Manfaat <i>hypnobirthing</i> bagi tenaga kesehatan	21	70,0	9	30,0
Jumlah		163	543,4	77	286,6

Sumber: Hasil Penelitian

Responden yang dapat menjawab bahwa metode *hypnobirthing* dapat memicu hormon endoprin secara alami dalam tubuh dengan benar sebanyak 27 responden (90,0%), untuk fungsi hormon itu sendiri sebagai pereda rasa sakit beberapa responden dapat menjawab dengan benar sebanyak 23 responden (76,7%), untuk yang tidak termasuk dari manfaat hormon tersebut yaitu bisa membuat diri menjadi kebal kebanyakan responden dapat menjawab dengan benar sebanyak 20 responden (66,7%), untuk cara meningkatkan hormon itu sendiri rata – rata mereka tidak dapat menjawabnya dengan benar dan hanya 1 responden (33,3%) yang dapat menjawab benar yaitu nutrisi yang cukup, untuk pertanyaan manfaat *hypnobirthing* bagi bayi setengahnya dari responden dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 16 responden (53,3%), untuk pertanyaan manfaat *hypnobirthing* bagi ibu hampir semua responden dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 29 responden (96,7%), untuk pertanyaan manfaat *hypnobirthing* saat melahirkan sebagian besar responden dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 26 responden (86,7%), dan untuk pertanyaan manfaat *hypnobirthing* bagi tenaga kesehatan sebagian besar responden pun dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 21 responden (70,0%).

**e. Pengetahuan Bidan tentang teknik *hypnobirthing***

**Tabel 7 Distribusi frekuensi pengetahuan Bidan tentang teknik *hypnobirthing***

No	Item pertanyaan	Tidak Mengetahui			
		F	%	F	%
8.	Teknik – teknik <i>Hypnobirthing</i>	-	0	30	100

15.	Teknik melepaskan rasa Takut	6	20,0	24	80,0
16.	Teknik pernafasan tidur Dalam <i>Hypnobirthing</i>	4	13,3	26	86,7
17.	Teknik Pernafasan lambat dalam <i>Hypnobirthing</i>	12	40,0	18	60,0
18.	Tujuan teknik Pernafasan lambat dalam <i>Hypnobirthing</i>	2	6,7	28	93,3
19.	Teknik Pernafasan Persalinan Dalam <i>Hypnobirthing</i>	25	83,3	5	16,7
20.	Teknik Visualisasi Dalam <i>Hypnobirthing</i>	4	13,3	26	86,7
Jumlah		53	176,6	157	523,4

Sumber: Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 6 diatas, dapat diketahui bahwa dari 30responden, rata – rata semua responden tidak dapat menjawab pertanyaan tentang teknik - teknik *hypnobirthing* dengan benar sebanyak 30 responden (100%), untuk pertanyaan dari teknik melepaskan rasa takut hanya beberapa responden yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 6 responden (20,0%), untuk pertanyaan teknik pernafasan tidur dalam *hypnobirthing* hanya beberapa responden yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 4 responden (13,3%), untuk pertanyaan teknik pernafasan lambat dalam *hypnobirthing* sebagian responden dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 12 responden (40,0%), untuk pertanyaan tujuan teknik pernafasan lambat dalam *hypnobirthing* hanya beberapa responden yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 2 responden (6,7%), untuk pertanyaan teknik

pernafasan persalinan dalam *hypnobirthing* kebanyakan dari responden dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 25 responden (83,3%), dan untuk pertanyaan teknik visualisasi dalam *hypnobirthing* hanya beberapa responden yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 4 responden (13,3%).

### 3. Sikap Bidan Tentang *Hypnobirthing*

Distribusi frekuensi dari 30 responden mengenai sikap tentang *hypnobirthing* diperoleh dari kuesioner tentang sikap sebanyak 10 item dan setiap jawaban benar responden dirubah kedalam bentuk persentase dengan cara membagi jawaban benar dengan jumlah seluruh pertanyaan dikalikan 100%, kemudian dilihat dari nilai rata-rata sikap Bidan sebesar 280,00. Setelah diperoleh persentase dan dilihat dari nilai rata - rata sikap setiap responden kemudian dikategorikan menjadi sikap positif dan sikap negatif. Sikap positif jika skor yang di peroleh > mean/ median dari total skor dan sikap negatif jika skor yang di peroleh ≤ mean/ median dari total skor. Dan hasilnya dapat dilihat pada tabel 8 berikut:

**Tabel 8 Distribusi frekuensi sikap Bidan tentang *hypnobirthing***

No	Sikap	f	%
1.	Positif	18	60,0
2.	Negatif	12	40,0
Jumlah		30	100

Sumber: Hasil Penelitian

Bidan yang memiliki sikap positif yaitu sebanyak 18 responden (60,0%) dan dikatagorikan yang memiliki sikap negatif yaitu sebanyak 12 responden (40,0%).

**Tabel 9. Distribusi frekuensi sikap Bidan mengenai pernyataan positif tentang metode *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang Tahun 2013**

No	Item Pertanyaan	SS		S		TS		STS	
		F	%	F	%	F	%	F	%
3.	Metode <i>hypnobirthing</i> dapat menciptakan persalinan yang aman, nyaman dan berkualitas	10	33,3	19	63,3	1	3,3	-	0
5	Dengan metode <i>hypnobirthing</i> pada proses persalinan tidak memerlukan lagi obat	5	16,7	4	13,3	21	70,0	-	0
6	Bayi yang lahir dengan metode <i>hypnobirthing</i> memiliki tingkat emosi yang lebihstabil dan cerdas	6	20,0	19	63,3	5	16,7	-	0
8	Perlu adanya pelatihan <i>hypnobirthing</i> untuk meningkatkan kualitas persalinan yang nyaman	11	36,7	19	63,3	-	0	-	0
10	Dengan <i>hypnobirthing</i> dapat mempersingkat proses persalinan baik pada ibu primigravida dan multigravida	6	20,0	20	66,6	9	30	-	0
	Jumlah	38	126,7	80	266,6	9	30	-	0

Sumber: Hasil Penelitian

Sebagian besar dari responden setuju bahwa dengan metode *hypnobirthing* dapat menciptakan persalinan yang aman, nyaman, dan berkualitas sebanyak 19 responden (63,3%), kebanyakan responden tidak setuju bahwa dengan metode *hypnobirthing*, pada proses persalinan tidak memerlukan lagi obat – obatan lagi yaitu sebanyak 21 responden (70,0%), kebanyakan dari responden setuju bahwa bayi yang lahir dengan metode *hypnobirthing* memiliki tingkat emosi yang

lebih stabil dan cerdas yaitu sebanyak 19 responden (63,3%), kebanyakan responden setuju bahwa perlu adanya pelatihan *hypnobirthing* untuk meningkatkan kualitas persalinan yang aman, nyaman dan berkualitas yaitu sebanyak 19 responden (63,3%), dan kebanyakan responden setuju bahwa dengan metode *hypnobirthing* dapat mempersingkat proses persalinan baik pada ibu primigravida dan multigravida yaitu sebanyak 20 responden (66,7%)

**Tabel 10 Distribusi frekuensi sikap Bidan mengenai pernyataan negatif tentang metode *hypnobirthing* di wilayah kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang Tahun 2013**

No	Item Pertanyaan	SS		S		TS		STS	
		f	%	f	%	f	%	F	%
1.	Penerapan <i>hypnobirthing</i> sangat sulit dan tidak memungkinkan untuk diterapkan tempat praktek/ BPM	1	3,3	12	40,0	9	30,0	8	26,7
2.	Untuk mengikuti pelatihan <i>hypnobirthing</i> memerlukan biaya cukup mahal	1	3,3	20	66,7	7	23,3	2	6,7
4.	Dengan metode <i>hypnobirthing</i> ibu/klien akan tertidur dan tidak sadarkan diri	-	0	1	3,3	20	66,7	9	30,0
7.	Metode <i>hypnobirthing</i> tidak banyak memberikkan manfaat persalinan	-	0	8	26,7	14	46,7	8	26,7
9.	Metode <i>hypnobirthing</i> kurang efektif jika digunakan	-	0	6	20,0	18	60,0	6	20,0

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat dari 30 responden, hampir setengahnya dari responden setuju bahwa penerapan *hypnobirthing* sangat sulit dan tidak memungkinkan untuk diterapkan di tempat praktek/BPS yaitu sebanyak 12 responden (40,0%), kebanyakan responden setuju bahwa untuk mengikuti pelatihan *hypnobirthing*

memerlukan biaya yang cukup mahal yaitu sebanyak 20 responden (66,7%), kebanyakan responden tidak setuju bahwa dengan metode *hypnobirthing* ibu/klien akan tertidur dan tidak sadarkan diri yaitu sebanyak 20 responden (66,7%), hampir setengah dari responden tidak setuju bahwa metode *hypnobirthing* tidak terlalu banyak memberikkan manfaat saat

persalinan yaitu sebanyak 14 responden (46,7%), dan lebih dari setengah responden tidak setuju bahwa metode *hypnobirthing* kurang efektif jika digunakan yaitu sebanyak 18 responden (60,0%).

## PEMBAHASAN

### 1. Pengetahuan

Pengetahuan yaitu hasil dari tahu, itu terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. (Notoatmodjo: 2010).

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, bahwa dari seluruh Bidan yang ada di wilayah kerja Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang yang memiliki pengetahuan baik tentang *hypnobirthing* sebanyak 15 responden (50,0%) dan kurang sebanyak 15 responden (50,0%). Banyaknya Bidan yang berpengetahuan baik tentang *hypnobirthing* di lokasi penelitian hal ini dapat didukung oleh beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan diantaranya adalah pendidikan yang hampir seluruhnya sudah DIII, pengalaman bekerja, dan pengetahuan yang pernah didapat dari seminar yang pernah diikuti, tetapi responden belum pernah mengikuti pelatihan tentang *Hypnobirthing*.

Pendidikan Bidan saat ini minimal Diploma III Kebidanan karena dipandang sudah memiliki kompetensi untuk melaksanakan praktiknya baik untuk institusi pelayanan maupun praktik perorangan. Meskipun Bidan dianjurkan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi seperti D4 atau S1. Hal ini dapat dilihat bahwa Bidan yang berpendidikan D3 Kebidanan yaitu sebanyak 29 orang (96,7%), sementara yang berpendidikan D1 hanya 1 orang (3,3%). Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Jika seseorang memiliki tingkat pendidikan tinggi, orang tersebut cenderung lebih mudah menerima informasi baru. Sebaliknya, jika seseorang mempunyai tingkat pendidikan dasar, orang

tersebut cenderung sulit menerima informasi baru (Notoatmodjo, 2006).

Selain itu pengetahuan bisa diperoleh dari pengalaman. Pengalaman seorang tentang berbagai hal bisa diperoleh dari lingkungan kehidupan dalam proses perkembangannya. Organisasi dapat memperluas jangkauan pengalamannya, karena dari berbagai kegiatan tersebut informasi tentang satu hal dapat diperoleh (Purwanto, 1998).

Selanjutnya informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut. Informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang meskipun seseorang memiliki pendidikan rendah, tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media dapat meningkatkan pengetahuan seseorang (Purwanto, 1998).

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa meskipun sebagian besar responden telah mengenal *hypnobirthing* akan tetapi pada umumnya mereka belum memahami sepenuhnya tentang teknik dan metode *hypnobirthing* itu sendiri. Mereka hanya tahu bahwa *hypnobirthing* adalah suatu metode melahirkan dengan cara hypnosis. Hal ini bisa dilihat di tabel 7 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak dapat menjawab pertanyaan yang di berikan dengan benar dimana pertanyaan tersebut mengenai teknik – teknik dari metode *hypnobirthing*, yaitu visualisai, relaksasi, pernafasan dan pendalaman.

Dengan pengetahuan yang luas terutama ilmu baru yang bermanfaat bagi peningkatan pelayanan persalinan yang aman, nyaman dan berkualitas diharapkan seorang Bidan mampu melaksanakan pekerjaannya dengan baik dan produktif. Di era globalisasi ini seiring dengan perkembangan zaman yang tinggi dan kaya oleh IPTEK maka secara otomatis berbagai ilmu pengetahuan pun akan semakin maju dan berkembang. Ini terbukti dengan adanya ilmu terapan baru dalam dunia kebidanan yaitu metode *hypnobirthing*.

Dengan IPTEK yang semakin berkembang dari tahun ke tahun, sangat

diharapkan seorang Bidan selalu meningkatkan wawasan dan mengupdate ilmu pengetahuan khususnya dalam ilmu kebidanan, baik itu diperoleh dari pendidikan, mengikuti pelatihan maupun seminar. Sehingga dapat mencetak Bidan yang berwawasan global dan memberikan pelayanan yang aman, nyaman dan berkualitas.

## 2. Sikap

Menurut Notoatmodjo (2010) sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas akan tetapi predisposisi tindakan suatu perilaku.

Sikap merupakan suatu respon terhadap tindakan yang akan dilakukan bila sikap seseorang baik akan tercipta tindakan yang baik pula seperti halnya sikap terhadap *hypnobirthing*.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh bahwa dari 30 responden yang dijadikan sampel penelitian ada sebanyak 60,0% memiliki sikap positif dan 40,0% memiliki sikap negatif. Selisih yang terjadi tidak terlalu besar, hal ini terjadi karena metode *hypnobirthing* merupakan ilmu terapan baru dalam kebidanan di Indonesia. Sikap dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pengetahuan, pengalaman pribadi, pengaruh orang yang dianggap penting dan pengaruh kebudayaan, media massa dan faktor emosi (Notoatmodjo, 2006).

Dari 30 responden Bidan tersebut, ada beberapa yang berpendapat bahwa menurut mereka metode *hypnobirthing* itu efektif dan sangat bermanfaat. Hal ini dipengaruhi oleh pengetahuan mereka tentang *hypnobirthing* dari seminar yang pernah mereka ikuti, dapat dilihat dari hasil penelitian 56,7% responden pernah mengikuti seminar tentang *hypnobirthing*. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon yang datang dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberi respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang dan akan berfikir sejauh mana keuntungan yang mungkin akan mereka peroleh dari gagasan tersebut (Purwanto, 1998).

Tapi tidak semua berpendapat demikian, diantaranya ada sebagian dari mereka yang berpendapat bahwa menurut mereka metode *hypnobirthing* kurang efektif. Karena hanya akan efektif jika dilakukan sejak masa kehamilan. Dengan kata lain, jika ada seorang pasien baru yang datang menjelang

persalinan dan pada masa kehamilannya tidak dilakukan persiapan *hypnobirthing*, maka *hypnobirthing* tidak akan berhasil. Mereka juga berpendapat bahwa *hypnobirthing* bisa efektif jika dilakukan oleh orang yang dekat dengan pasien contohnya keluarga pasien, karena jika pasien melahirkan datang dan langsung dilakukan *hypnobirthing* oleh Bidan akan susah, tapi jika oleh keluarganya akan menuruti sugestinya.

Selain itu mereka mengakui bahwa dalam persalinan respon dan kondisi setiap ibu berbeda – beda. Tanpa teknik *hypnobirthing* pun sebenarnya persalinan bisa berjalan lancar. Menurutny dengan komunikasi kita yang baik, ramah dan membuat nyaman pasien pun bisa melahirkan. Pendapat ini tidak sepenuhnya salah, namun kurang lengkap. Karena pada dasarnya *hypnobirthing* merupakan proses komunikasi, yang dipadukan dengan teknik lain seperti relaksasi dan pernafasan. Disamping itu semua mereka juga berpendapat bahwa untuk melakukan metode *hypnobirthing* itu sendiri, suasananya harus tenang serta membutuhkan ruangan yang luas dan nyaman, dan untuk mengikuti pelatihan *hypnobirthing* memerlukan biaya yang cukup mahal.

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa sikap mereka terhadap metode *hypnobirthing* masih pro - kontra. Sikap tentang penerimaan metode *hypnobirthing* merupakan faktor yang menentukan Bidan untuk bersedia atau kesiapan untuk menerima atau mempraktekkan *hypnobirthing* di tempat prakteknya (Notoatmodjo, 2006).

## KESIMPULAN

Bidan Praktik Mandiri di Kabupaten Sumedang mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang cukup tentang teknik dan metode *hypnobirthing*.

Diharapkan para Bidan bisa mengikuti seminar dan pelatihan khususnya tentang *hypnobirthing* sebagai upaya memberikan manfaat sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pertolongan persalinan yang aman, nyaman dan berkualitas.



## DAFTAR PUSTAKA

Andriana, Evarini. (2007) Melahirkan Tanpa Rasa Sakit dengan Metode Relaksasi Hypnobirthing. PT Buana Ilmu Populer :Jakarta.

Hermianti, Sri (2011) Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Bidan Metode Hypnobirthing Pada Nyeri Persalinan Di Kota Madya Medan. Pendidikan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara

Manuaba, Gde Bagus Ida (2012) Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan KB untuk pendidikan Bidan Edisi 2. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.

Muhimah, Nanik dan Abdullah Safe'i. (2010). Panduan Lengkap Senam Sehat Khusus Ibu Hamil. Yogyakarta: Power Book.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2010) Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Purwanto,H. (2012) Pengantar Perilaku Manusia Untuk Keperawatan. Jakarta : EGC.

Simkin, Whalley, dan Keppler, A. (2007) Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan dan Bayi. Jakarta: Arcan.

Wong, W & Hakim, A. (2010) Dahsyatnya Hipnosis. Jakarta : Visimedia.

Madden Kelly, et all. (2012) *Hypnosis for Pain Management during Labour and Childbirth (Review)*. *The Cochrane Collaboration Issue 1*.  
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD009356.pub2/pdf/abstract>

Swencionis, Charles, et all. (2012) *Outcomes of Hypnobirthing*. *Journal of Prenatal dan Perinatal Psychology and Health Volume 27 Issue 2*. Diakses dari <http://e-resources.perpusnas.go.id:2057/docview/1427463122/fulltextPDF?accountid=25704> pada tanggal 04 Desember 2015 jam 13.05