

**PENGARUH HIPNOSIS PADA IBU BERSALIN PRIMIGRAVIDA  
TERHADAP APGAR SKOR BAYI BARU LAHIR DI BPM NY. M DESA  
TARUB KEC.TAWANGHARJO - GROBOGAN**

**Laili Nurul Ngaziz<sup>1</sup> Melyana Nurul Widyawati<sup>2</sup> Lia Mulyanti<sup>3</sup>**

1. Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah, Kedung Mundu 50727, Semarang, Indonesia.
2. Prodi DIII Kebidanan, Politeknik Kemenkes Semarang, Tirta Agung, Tembalang, Semarang, Indonesia.
3. Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah, Kedung Mundu 50727, Semarang, Indonesia.

Email : [b1d4n\\_unimus06@yahoo.co.id](mailto:b1d4n_unimus06@yahoo.co.id)

**ABSTRAK**

Penilaian apgar sangat penting karena untuk meminimalkan asfiksia pada bayi yang merupakan kelanjutan dari nilai apgar yang rendah. Pada waktu persalinan denyut jantung bayi juga harus di pantau dengan dopler atau linek untuk mengetahui kesejahteraan janin dalam kandungan. Jenis penelitian ini adalah eksperimental yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh hipnosis pada ibu bersalin primigravida terhadap apgar skor bayi baru lahir. Penelitian yang digunakan adalah *praeksperimen* dengan pendekatan *static group comparison* yaitu suatu rancangan penelitian yang menggunakan dua kelompok subyek diantaranya kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Efek perlakuan dilihat dari perbedaan pengukuran kedua kelompok. Dari analisis univariat didapat hasil dari distribusi responden berdasarkan apgar skor bayi baru lahir pada persalinan normal yang tidak dilakukan hipnosis (kelompok kontrol) bahwa bayi yang mengalami asfiksia ringan sebanyak 10 bayi (67%) dengan nilai apgar 4-6, bayi yang tidak mengalami asfiksia atau normal sebanyak 5 bayi (33%) dengan nilai apgar 7-10 . Sedangkan distribusi responden berdasarkan apgar skor bayi baru lahir pada persalinan normal yang dilakukan hipnosis (kelompok perlakuan) di dapat hasil bahwa semua bayi (100%) mempunyai nilai apgar normal yaitu dengan nilai apgar 7-10. Dari analisis bivariat uji Mann-Whiney didapat nilai p 0.000 yang

berarti ada pengaruh yang signifikan dari hipnosis terhadap apgar skor bayi baru lahir pada ibu bersalin primigravida.

Kata Kunci: Hypnosis, Apgar score, Kebidanan, Primigravida

## PENDAHULUAN

Apgar skor merupakan suatu metode sederhana yang dipakai oleh bidan untuk menilai keadaan bayi sesaat setelah lahir (Prawirohardjo : 2002).

Penilaian apgar ini sangat penting karena untuk meminimalkan asfiksia pada bayi yang merupakan kelanjutan dari nilai apgar yang rendah. Pada waktu persalinan denyut jantung bayi juga harus di pantau dengan dopler atau linek untuk mengetahui kesejahteraan janin dalam kandungan. Penilaian ini tidak hanya dilakukan sesaat setelah lahir, tetapi juga dilakukan pada menit ke-5 serta menit ke-10 setelah kelahiran bayi.

Faktor – faktor yang timbul dalam persalinan yang bersifat mendadak dan hampir selalu mengakibatkan anoksia atau hipoksia janin dan berakhir dengan asfiksia bayi antara lain faktor dari janin, seperti gangguan aliran darah dalam tali pusat, depresi pernafasan karena obat – obat anestesi atau analgetika yang diberikan kepada ibu, perdarahan intrakranial, kelainan bawaan dan lain sebagainya. Faktor dari ibu antara lain

gangguan his, hipotensi mendadak pada ibu karena perdarahan, hipertensi pada eklamsia (Prawirohardjo : 2002).

Persalinan memang suatu proses yang alami dan menimbulkan rasa sakit. Namun banyak wanita yang merasakan sakit tersebut lebih parah dari seharusnya karena banyak dipengaruhi oleh rasa panik dan stress. Hal ini disebut *fear-tension-pain concept* (takut-tegang-sakit), dimana rasa takut menimbulkan ketegangan atau kepanikan yang menyebabkan otot - otot menjadi kaku dan akhirnya menyebabkan rasa sakit ( **Abidin : 2011**).

Disamping itu, ketidaknyamanan ibu selama proses persalinan yang menyebabkan pola pernafasan tidak teratur juga berpengaruh terhadap pertukaran serta transpor O<sub>2</sub> dari ibu ke janin. Sehingga terdapat gangguan dalam persediaan O<sub>2</sub> dalam menghilangkan CO<sub>2</sub> (Prawirohardjo : 2002).

Pada tingkat selanjutnya akan terjadi perubahan kardiovaskuler yang disebabkan oleh beberapa keadaan diantaranya hilangnya sumber glikogen dalam jantung yang akan mempengaruhi

fungsi jantung dan menurunnya sel jaringan termasuk otot jantung sehingga menimbulkan kelemahan jantung dan pengisian udara alveolus yang kurang adekuat. Hal ini menyebabkan tingginya resistensinya pembuluh darah paru sehingga sirkulasi darah ke paru dan kesistem tubuh lain akan mengalami gangguan. Asidosis dan gangguan kardiovaskuler yang terjadi dalam tubuh berakibat buruk terhadap sel otak. Kerusakan sel otak yang terjadi menimbulkan kematian atau gejala sisa pada kehidupan bayi selanjutnya (Prawirohardjo : 2002).

Menurut data Suvey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007 menunjukkan Angka Kematian Balita sebesar 44 per 1000 kelahiran hidup, Angka Kematian Bayi 34 per 1000 kelahiran hidup dan Angka Kematian Neonatal. Penyebab utama kematian adalah infeksi pernafasan akut, komplikasi kelahiran dan diare. Selain penyebab utama, beberapa penyakit menular seperti infeksi radang selaput otak (meningitis), typhus dan encephalitis juga cukup sering menjadi penyebab kematian bayi (Profil Jawa Tengah : 2009).

Upaya-upaya untuk menanggulangi nilai apgar bayi baru lahir dilakukan dengan metode

nonfarmakologi antara lain *distraksi*, *biofeed back*, hipnosis-diri, mengurangi persepsi nyeri, serta *stimulasi kutaneus* (masase, mandi air hangat, kompres panas atau dingin, dan stimulasi saraf elektrik transkutan). Pengendalian nyeri nonfarmakologi lebih murah, simpel, efektif, dan tanpa efek yang merugikan, metode ini juga dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatan. (Arifin : 2007).

Hasil penelitian Siti Marfuah (2010) adalah meneliti tentang intensitas nyeri persalinan pada kala I. Hasil penelitian tersebut adalah sebagian besar ibu yang mengalami persalinan dengan cara metode *hypnobirthing* tidak merasakan sakit karena tidak ada robekan pada jalan lahir maupun luka episiotomi.

Berdasarkan studi pendahuluan di Bidan Praktek Swasta (BPS) Ny. M daerah Desa Tarub Kec. Tawangharjo – Grobogan yang menggunakan metode hipnosis pada persalinan, sebagian besar ibu bersalin yang mengikuti program *smartbirthing* mengalami proses persalinan yang cepat dan rasa ketidaknyamanan berkurang. Dengan berkurangnya rasa ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu, maka peneliti ingin mengadakan penelitian tentang

pengaruh hipnosis pada ibu bersalin primigravida terhadap apgar skor bayi baru lahir.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimental yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh hipnosis pada ibu bersalin primigravida terhadap apgar skor bayi baru lahir. Sedangkan rancangan penelitian yang digunakan adalah *praeksperimen* dengan pendekatan *static group comparison* yaitu suatu rancangan penelitian yang menggunakan dua kelompok subyek diantaranya kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dilakukan pengukuran setelah diberikan perlakuan. Efek perlakuan dilihat dari perbedaan pengukuran kedua kelompok (Notoatmodjo : 2010, Saryono : 2008).

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida yang diperiksa di BPS Bidan Ny. M dengan jumlah 50 orang. Sampel untuk penelitian eksperimen yang sederhana, yang menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka jumlah anggota sampel masing-masing kelompok, yaitu : 15 orang pada kelompok kontrol dan 15 orang pada

kelompok perlakuan. Teknik pengambilan sampel dengan *Purposive Sampling*, yaitu didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2010). Dengan Kriteria inklusi sebagai berikut : primigravida, TB > 145 cm, TBJ 2500 gram – 3500 gram, Tidak memiliki kelainan anatomis panggul. Kriteria Eksklusi sebagai berikut : Primikundi, memiliki riwayat obstetri jelek.

Dalam penelitian ini variabel independennya adalah “Hipnosis”. Sedangkan variabel dependennya adalah “Apgar Skor BBL”.

Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan data primer. Data primer berfungsi untuk mengukur secara langsung, yaitu nama responden, alamat, umur, nama suami. Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui catatan bidan, meliputi TBJ, tinggi badan ibu.

Proses pengolahan data ini melalui tahap-tahap *Editing, Coding* Pada penelitian ini, menggunakan coding sebagai berikut:

1. Hipnosis
  - a. Kode “0”, untuk kelompok kontrol “Tidak”

b. Kode "1", untuk kelompok eksperimen "Ya"	Asfiksi berat				
2. Apgar Skor	4-6	10	67.0	0	0
a. Kode "1", jika nilai apgar normal	Asfiksi ringan				
b. Kode "2", jika terjadi asfiksia ringan	7-10	5	33.0	15	100
c. Kode "3", jika terjadi asfiksia berat	Normal				
	Jumlah	15	100	15	100

*Tabulating.* Untuk mempermudah tabulasi data, dengan memasukan program atau "software" computer. Salah satu paket program yang digunakan untuk "entri data penelitian adalah paket program SPSS.

Dalam penelitian ini menggunakan uji Man Whitney, uji beda dihitung menggunakan program spss versi 16. Keputusan uji adalah bila  $asym-sign (2-tailed) < 0.05$  maka  $H_a$  diterima.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan apgar skor bayi baru lahir pada persalinan normal yang tidak dilakukan hipnosis (kelompok kontrol) dan yang dilakukan hipnosis (kelompok perlakuan).

	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
	Frek	%	Frek	%
0-3	0	0	0	0

Dari tabel 4.1 distribusi responden berdasarkan nilai apgar bayi baru lahir pada persalinan normal yang tidak dilakukan hipnosis (kelompok kontrol) di dapat hasil bahwa bayi yang mengalami asfiksia ringan sebanyak 10 bayi (67%) dengan nilai apgar 4-6, bayi yang tidak mengalami asfiksia atau normal sebanyak 5 bayi (33%) dengan nilai apgar 7-10 dan bayi yang tidak mengalami asfiksia berat (0%) dengan nilai apgar 0-3. Distribusi responden berdasarkan nilai apgar bayi baru lahir pada persalinan normal yang dilakukan hipnosis (kelompok perlakuan). Sedangkan distribusi responden berdasarkan nilai apgar bayi baru lahir pada persalinan normal yang dilakukan hipnosis (kelompok perlakuan) di dapat hasil bahwa semua bayi (100%) mempunyai nilai apgar normal yaitu dengan nilai apgar 7-10.

Apgar skor merupakan suatu metode sederhana yang dipakai oleh bidan untuk menilai keadaan bayi sesaat setelah lahir (Prawirohardjo, 2002). Penilaian apgar ini sangat penting karena untuk meminimalkan asfiksia pada bayi yang merupakan kelanjutan dari nilai apgar yang rendah. Pada waktu persalinan denyut jantung bayi juga harus di pantau dengan dopler atau linek untuk mengetahui kesejahteraan janin dalam kandungan. Penilaian ini tidak hanya dilakukan sesaat setelah lahir, tetapi juga dilakukan pada menit ke-5 serta menit ke-10 setelah kelahiran bayi.

Pada umumnya ibu primigavida yang melahirkan mempunyai tingkat kecemasan dan rasa ketidaknyamanan yang tinggi, hal ini dapat mempengaruhi proses persalinan yang sedang berlangsung. Selama persalinan otot – otot pada dinding rahim menegang dalam posisi menarik kencang dengan penuh tenaga untuk membawa bayi keluar dari rahim, apabila ibu sulit merasa rileks / malah panik otot – otot diseluruh menegang sehingga proses melahirkan cenderung lebih sakit dari pada seharusnya.

Sebaliknya apabila ibu yang bersalin mampu melakukan releksasi selama kontraksi maka ibu tersebut akan merasakan kenyamanan selama

proses persalinannya penggunaan teknik relaksasi yang benar akan meningkatkan kemampuan ibu dalam mengontrol rasa nyerinya menurunkan rasa cemas, menurunkan kadar ketekolamin, menstimuluskan aliran darah menuju uterus dan menurunkan ketegangan otot teknik relaksasi yang digunakan dapat berupa teknik pernafasan saat kontraksi / teknik relaksasi mendalam seperti hipnobrithing yang diajarkan dikelas ANC pada ibu hamil TM III.

Kelas ANC ibu hamil TM III hypnosis dilaksanakan selama 4X pertemuan dalam waktu 4 minggu dengan kegiatan : pertemuan pertama dan kedua mengajarkan responden untuk masuk kondisi hipnosis yaitu alam bawah sadar memberi sugesti positif supaya ibu lebih rileks dan pertemuan ketiga dan keempat penanaman sugesti dalam memasuki persalinan. Dalam penanaman sugesti baik pada pertemuan pertama sampai keempat bisa dilakukan ketika ibu akan tidur.

Hal ini sesuai dengan konsep teori yang disampaikan (Aprilia Y : 2010) bahwa hipnobirthing mengolah pikiran bawah sadar yaitu dengan mengesampingkan rasa sakit atau nyeri yang dialami, disini ibu dibimbing untuk tetap merasakan kontraksi dalam

rahimnya, karena kontraksi tersebut diperlukan untuk kemajuan persalinan, namun pada saat bersamaan ibu juga dikondisikan untuk mengurangi kepekaan terhadap nyeri kontraksi yang dirasakannya, bahkan ibu dikondisikan untuk dapat menikmati kontraksi yang terjadi sebagai sesuatu yang membuat ibu merasa nyaman serta ditambahkan dengan konsep (Mongan : 2007) bahwa kondisi relaksasi, nyama, tenang dan terkoordinasinya antara pikiran dan tubuh, mengakibatkan otot – otot persalinan bekerja secara terpadu, dimana otot – otot lingkaran melemas dan tertarik keatas, sehingga leher rahim menipis, membuka dan akhirnya pembukaan cervik terjadi kemudian persalinan berlangsung mudah serta bayi yang dilahirkan sehat.

## 2. Analisis Bivariat

Tabel 4.2 Perbedaan apgar skor bayi baru lahir pada persalinan normal yang dilakukan hipnosis dan tidak dilakukan hipnosis.

Kelompok	N	Mean Rank	P Value	Mann Whitney
Kontrol	15	8.07	0.00	0.00

**Perlakuan** 15 22.93  
n

Dari tabel 4.2 dapat diketahui bahwa rata – rata kelompok kontrol (kelompok responden yang tidak diberi hipnosis) sebesar 8.07 sedang rata – rata kelompok perlakuan (kelompok responden yang diberi hipnosis) 22.93 sehingga ada perbedaan rata – rata antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Sebelum melakukan analisis perbedaan apgar skor bayi baru lahir pada persalinan normal yang dilakukan hipnosis dan tidak dilakukan hipnosis ini, dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji Shapiro wilk karena jumlah sampel < 50 responden atau uji kolmogorov-smirnov.

Dari uji tersebut didapat hasil data p value pada kelompok kontrol mempunyai nilai sebesar 0.70. Hal ini menunjukkan data pada kelompok kontrol berdistribusi normal karena nilai signifikasinya  $p > 0,05$ . Pada kelompok perlakuan mempunyai p value sebesar 0.03 hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal. Dari hasil uji statistik antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan ada salah satu kelompok yang tidak berdistribusi normal maka penulis menggunakan uji statistik mann-

Whitney dengan SPSS windows version 16 menunjukkan bahwa p value sebesar 0,00. Besarnya nilai  $p < 0.05$  yang berarti ada pengaruh hipnosis terhadap nilai apgar bayi baru lahir pada persalinan normal.

Hipnosis adalah **metode penanaman sugesti saat otak telah berada dalam kondisi rileks, tetapi bukan berarti tertidur atau tidak sadar diri saat praktik (Andriana : 2006).**

**Dalam persalinan lebih dikenal dengan sebutan hipnobirthing, hipnobirthing adalah metode yang unik dan merupakan kombinasi terbaik antara proses kelahiran alami dengan hipnosis yang memberikan alat-alat dan teknik yang dibutuhkan untuk pengalaman kelahiran bayi yang lebih mudah dan jauh lebih nyaman. Ibu akan mampu untuk bekerja dengan tubuhnya dan sensasi persalinan dibandingkan berjuang melawannya (Morgan : 2007).**

Metode hipnobirthing selain membuat kondisi tubuh relaksasi juga mengolah pengalaman pikiran positif dalam menghadapi persalinan, bahwa persalinan merupakan pengalaman yang menyenangkan dan terbebas dari rasa nyeri dan menakutkan, oleh karenanya apapun yang anda pikirkan,

tubuh akan menciptakan sesuai dengan apa yang anda pikirkan (Aprilia Y : 2010).

## **PENUTUP**

### 1. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan pada penelitian

- Pada kelompok kontrol bayi yang mengalami asfiksia ringan sebanyak 67% (10 bayi), tidak mengalami asfiksia (normal) sebanyak 33% (5 bayi). Pada kelompok perlakuan semua bayi lahir normal 100% tidak ada yang mengalami asfiksia.
- Ada pengaruh nilai apgar bayi baru lahir pada persalinan normal ibu primigravida ( $p$  value 0.00)

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adiyato. 2010. *Hypnosis dalam Persalinan*. UGM. Yogyakarta
- Adiyanto, Lelik. 2010. *Smartbirthing*. Semarang : Universitas Diponegoro
- Ahmad, 2008. *Kehadiran Suami Mengurangi Rasa Nyeri*. <http://www.kaltimpost.net>. Diakses 19 April 2011.
- Andriana. 2007. *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer Kelompok Gramedia



- Arifin, 2008. *Tehnik Akupuntur Pada Nyeri Persalinan*.  
<http://lely.info.blogspot.co.id>.  
Diakses 26 Maret 2011.
- Danuatmadja. 2004. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Nyeri*. Jakarta: Pustaka Sehat
- Depkes, 2010. *Profil Kesehatan Semarang*. Departemen Kesehatan Kota Semarang.
- Dinkes, 2010. *Profil Kesehatan Jawa Tengah*. Dinas Provinsi Jawa Tengah. Semarang
- Hariato, Minarni. 2010. *Aplikasi Hypnosis (Hypnobirthing) dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan dan Persalinan*. Yogyakarta : gosen Pusblising
- Hidayat, 2006. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Gramedia. Yogyakarta.
- Hutajulu, 2003. *Pemberian Valetamat Bromida dibanding Hioscine Bromida untuk Mengurangi Nyeri Persalinan*.  
<http://www.library.usud>. Diakses 13 April 2011
- Kuswandi, Lany. 2007. *Kehamilan dan Persalinan dengan Hipnobirthing*. PT Bhuana. Ilmu Populer kelompok Gramedia. Jakarta.
- Lany, 2007. *Nikmat Melahirkan dengan hypnobirthing*.  
<http://yusanaWondprees.com>.
- M. Bobak, Irene. 2005. *Essential Of Maternity Nursing*. Edisi 4. Jakarta : EGC
- Marfuah, Siti. 2010. *Perbedaan Intensitas Nyeri yang Dilakukan Hypnoterapy dan yang Tidak Diberi Hypnoterapi pada Ibu Primipara pada Persalinan Normal*. Semarang : KTI 2010
- Mongan. 2007. *Hypnobirthing*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Mochtar. 2006. *Sipnosis Obstetri*. Jakarta : EGC
- Nolan, Mary. 2003. *Kehamilan dan Melahirkan*. Jakarta : Arcan
- Notoatmodjo. 2010. *Metode Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Prawirohardjo, Sarwono. 2002. *Asuhan Neonatal dan Maternal*. Jakarta : EGC
- Prima, dkk. 2010. *Ibu Bersalin*. Fitramaya. Jakarta.
- Pro-Vclinic, 2008. *Hypnobirthing Tidak Sakit Lagi*.  
<http://vclinic.com/2008/11>.  
diakses tanggal 24 Maret 2011
- Riwidikdo, Handoko. 2009. *Statistik Kesehatan*. Jogjakarta : Mitra Cendekia

Regina, VT Novita. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Bogor : Ghalia Indonesia

Saryono. 2008. *Metode Penelitian Medis*. Jakarta.

Siswosudarmo, R. Ova Emilia. 2008. *Obstetri Fisiologi*. Yogyakarta : Pustaka Cendekia

Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta

Varney, dkk. 2002. *Buku Saku Persalinan*. Egc. Jakarta.

Yanti. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Raihana