

## Pengaruh *Self-Hypnosis* Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Dalam Masa Pandemi *Covid 19*

Mayalika<sup>1\*</sup>, Ernawati<sup>2</sup>, Rusni Mato<sup>3</sup>

<sup>1\*</sup>STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

<sup>2</sup>STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

<sup>3</sup>STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

\*e-mail: penulis-korespondensi: [mayalikalombe3@gmail.com/082189772248](mailto:mayalikalombe3@gmail.com/082189772248)

(Received: 18.08.2021; Reviewed: 27.03.2022 ; Accepted: 30.04.2022)

### Abstract

Anxiety is an unpleasant emotional response to a threat whose source is unclear, internal, vague or conflictual. *Self-hypnosis* is a simple technique that can help us to recognize the subconscious mind, as well as empower ourselves through reprogramming the subconscious mind. The purpose of this study was to determine the effect of *self-hypnosis* on maternal anxiety in dealing with childbirth during the COVID-19 pandemic at the Tamalanrea Health Center. The research design used is a quantitative research method using a cross sectional approach. The sampling technique of research data is total sampling, which is a method of determining the number of samples by taking or using all members of the population as a sample of 40 respondents. Collecting data using a distributed questionnaire then the data is processed using a master table. From the results of the Chi Square test regarding *self-hypnosis* on maternal anxiety in the face of childbirth, namely  $p = 0.004$  with a value of  $\alpha = (0.004 < 0.05)$ . The conclusion in this study is that there is an effect of *self-hypnosis* on maternal anxiety in dealing with childbirth during the COVID-19 pandemic at the Tamalanrea Health Center.

**Keywords:** Anxiety; Childbirth; *Self-hypnosis*

### Abstrak

Kecemasan merupakan respon emosional yang tidak menyenangkan terhadap suatu ancaman yang sumbernya tidak jelas, bersifat internal, samar-samar atau konfliktual. *Self-hypnosis* merupakan suatu teknik yang sederhana yang dapat membantu kita untuk mengenali pikiran bawah sadar, sekaligus melakukan pemberdayaan diri melalui pemograman ulang terhadap pikiran bawah sadar tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid 19* di puskesmas Tamalanrea. Desain penelitian yang digunakan merupakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel data penelitian adalah *total sampling* yaitu cara penentuan jumlah sampel dengan cara mengambil atau menggunakan seluruh anggota populasi menjadi sampel sebanyak 40 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dibagikan kemudian data yang diolah dengan menggunakan *master tabel*. Dari hasil uji *Chi Square* mengenai *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan yaitu  $p=0.004$  dengan nilai  $\alpha=(0.004<0.05)$ . kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid 19* di puskesmas Tamalanrea.

**Kata kunci:** Kecemasan; Persalinan; *Self-Hypnosis*

## Pendahuluan

Persalinan merupakan suatu proses yang dimulai dengan adanya kontraksi uterus yang terus menyebabkan terjadinya dilatasi progresif dari serviks, kelahiran bayi, dan kelahiran plasenta, dan proses tersebut merupakan proses alamiah (Oktrina, 2016). Persalinan adalah suatu hal yang sangat dinanti oleh ibu hamil untuk dapat memuaskan kebahagiaan yang akan menjadi seorang ibu dan sebagai rangkaian proses yang akan berakhir dengan pengeluaran konsepsi (Fadilah *et al.*, 2018).

Kecemasan adalah respon individu terhadap suatu keadaan yang sangat tidak menyenangkan yang dialami oleh makhluk hidup dalam menghadapi kehidupan sehari-hari, saat seseorang berhadapan dengan ancaman kesehatan dan kesejahteraan reaksi yang muncul itu adalah kecemasan, perasaan cemas dapat disebabkan oleh perasaan takut, frustrasi, konflik dan sebagainya terhadap respon umum pada tekanan, ketidaktahuan, dan sumber perasaan ini bisa diketahui maupun tidak (Mutiara *et al.*, 2021).

Kecemasan dalam menghadapi persalinan adalah salah satu penyebab terjadinya partus lama dan. Hal ini yang akan mempersulit persalinan karena ibu dalam kondisi cemas yang berlebihan, khawatir dan takut tanpa sebab sehingga mempengaruhi psikologi ibu (Maesaroh *et al.*, 2019). Kecemasan yang umum pada ibu hamil yang akan menghadapi persalinan, yang tertanam di benak mereka hingga dihindangi oleh rasa khawatir akan kelahiran bayinya, seperti khawatir akan pendarahan, bayi cacat, terjadi komplikasi, terpapar penyakit *covid 19* bahkan hal yang tidak di masuk akal muncul dibenak mereka yakni melahirkan tanpa ditemani oleh sang suaminya (Mutiara *et al.*, 2021).

Kecemasan merupakan respon yang diberikan individu terhadap suatu ancaman. Kecemasan dapat menjadi suatu masalah yang sering muncul dalam layanan kesehatan, dan secara psikologi pasien dapat menunjukkan rasa cemasnya dengan sering bertanya (Sitorus *et al.*, 2020). *Self-hypnosis* berarti menghipnosis diri sendiri. *Self-hypnosis* merupakan suatu Teknik yang sederhana yang dapat membantu kita untuk mengenali pikiran bawah sadar, sekaligus melakukan pemberdayaan dirimelalui pemograman ulang terhadap pikiran bawah sadar tersebut (Irawan *et al.*, 2019).

Hubungan *self-hypnosis* dengan kecemasan adalah dapat mengurangi ketegangan pada ibu yang akan menghadapi persalinan menerima saran-saran yang diberikan dalam anbang bawah sadar atau dalam keadaan rileks, setelah dilakukan *self-hypnosis* tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan berkurang (Mutiara *et al.*, 2021).

Berdasarkan data WHO 2010 persalinan normal adalah persalinan yang dimulai secara spontan, berisiko rendah pada rendah pada awal persalinan dan tetap, demikian selama proses persalinan bayi lahir secara spontan dalam presentasi belakang kepala pada usia kehamilan 37-42 minggu kengkap dan setelah persalinan ibu maupun bayi berada dalam kondisi sehat (Oktrina, 2016). Berdasarkan data WHO menunjukkan bahwa setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh Dunia. Dari jumlah ini 20 juta perempuan mengalami kesakitan sebagai akibat dari kehamilan. Sekitar 8 juta mengalami komplikasi mengancam jiwa (Shodiqoh *et al.*, 2014).

Di Indonesia terdapat 373.000.000orang ibu hami yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan, ada sebanyak 107.000.000. Ibu yang mengalami kecemasan selama masa kehamilan cenderung mengalami peluang 12,5 kali lipat terjadinya persalinan lama (Contraception, 2019). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan terdapat 188.422 ibu hamil. Dalam sebuah penelitian menyatakan bahwa 44,26% ibu hamil mengalami kecemasan ringan dan 55,74% mengalaami kecemasan sedang (Nelsi *et al.*, 2019). Data profil kesehatan provinsi Sulawesi Selatan jumlah kematian ibu yang dilaporkan menjadi 138 orang atau 93.20 per 100 kelahiran hidup, terdiri dari kematian ibu hamil 15 orang (10,86%), kematian ibu nifas 68 orang (50,00%) (Lestari & Amal, 2019).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan terdapat 188.422 ibu hamil. Dalam sebuah penelitian menyatakan bahwa 44,26% ibu hamil mengalami kecemasan ringan dan 55,74% mengalaami kecemasan sedang (Nelsi *et al.*, 2019). Berdasarkan data yang didapat di Puskesmas Tamalanrea bahwa pada januari-juni 2021 terdapat ibu hamil sebanyak 101 orang dan sebanyak 40 orang dalam trimester III akan menghadapi proses persalinan dengan segera.

## Metode

*Lokasi, Populasi, Sampel*

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Metode penelitian *Cross Sectional* adalah peneliti melakukan observasi atau pengukuran variabel pada saat tertentu. Penelitian ini dilaksanakan selama 2 minggu dari tanggal 30 juni- 10 juli 2021. Penelitian ini dilaksanakan di puskesmas Tamaalanrea Makassar. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh- tumbuhan, gejala-gejala nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu didalam suatu penelitian. Populasi dalam

penelitian ini adalah ibu yang akan menghadapi proses persalinan dan ibu hamil trimester III sebanyak 40 orang di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea. Sampel pada penelitian ini adalah Sebanyak 40 Sampel.

#### Pengumpulan Data

##### 1. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan oleh peneliti sendiri dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari beberapa pernyataan yang telah disediakan oleh peneliti kepada responden.

##### 2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diambil dari suatu sumber dan biasanya data tersebut sudah dikompilasi lebih dahulu oleh instansi atau pemilik data. Data sekunder dalam penelitian ini di peroleh dari SD Inpres Lanraki 1 Daya yang digunakan untuk melengkapi data-data yang diperlukan. (Trisliatanto, 2020).

#### Pengumpulan Data

1. *Editing*, adalah prose pemriksaan data yang sudah terkumpul, meliputi kelengkapan isian, keterbacaan tulisan, kejelasan jawaban, relevansi jawaban, keseragaman satuan data yang digunakan, dan lain sebagainya.

2. *Coding*, adalah kegiatan memberikan kode pada setiap data yang terkumpul setiap instrumen penelitian. Kegiatan ini bertujuan untuk memudahkan dalam menganalisis dan penafsiran data.

3. *Tabulating*, adalah memasukkan data yang sudah dikelompokkan kedalam tabel-tabel agar mudah dipahami.

4. *Entry data*, adalah semua jawaban yang telah diberi kode kategori, kemudian di masukkan kedalam tabel data dengan cara menghitung frekuensi data.

5. *Cleaning*, adalah pembersihan data yang merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang telah, di entri apakah terdapat kesalahan atau tidak (Trisliatanto, 2020).

#### Analisa Data

##### 1. Analisa Univariat

Analisa univariat adalah analisis untuk mendeskripsikan yang menghasilkan mean, median nilai minimum, nilai maksimal dan nilai standar.

##### 2. Analisis bivariat

Tujuannya itu untuk mengetahui pengaruh *self-hypnosis* terhadap kecemasan dalam menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid 19* (Anang Setiana, 2018).

## Hasil

##### 1. Analisis Univariat

**Table 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Di Puskesmas Tamalanrea Makassar (n=40)**

Karakteristik	n	%
Umur		
18-21 tahun	3	7.5
22-25 tahun	16	40.0
26-29 tahun	9	22.5
30-33 tahun	10	25.0
34-37 tahun	2	5.0
Pendidikan		
SD	2	5.0
SMP	16	40.0
SMA/Sederajat	16	40.0
DIII	1	2.5
S1	5	12.5
Pekerjaan		
IRT	34	85.0
Wiraswasta	6	15.0
Paritas		
Primipara	10	25.0
Multipara	30	75.0

Berdasarkan tabel 1 diatas terdapat frekuensi berdasarkan umur responden, dari 40 responden (100%) didapatkan hasil bahwa umur responden terbanyak 22-25 tahun sebanyak 16 Orang (40.0%), umur 30-33 tahun sebanyak 10 orang (25.0%), umur 26-29 tahun sebanyak 9 orang (22.5%), umur 18-21 tahun sebanyak

3 orang (7.5%), sedangkan umur responden yang paling sedikit umur 34-37 tahun sebanyak 2 orang (5.0%). Frekuensi berdasarkan pendidikan responden, dari 40 responden (100%) didapatkan hasil bahwa pendidikan responden terbanyak SMP dengan SMA/ sederajat masing-masing sebanyak 16 orang (40.0%), S1 sebanyak 5 orang (12.5%), SD sebanyak 2 orang (5.0%) sedangkan pendidikan responden yang paling sedikit pendidikan DII sebanyak 1 orang (2.5%). Frekuensi berdasarkan pendidikan responden, dari 40 responden (100%) didapatkan hasil bahwa pendidikan responden terbanyak IRT sebanyak 34 orang (85.0%) dan Wiraswasta sebanyak 6 orang (15.0%). Frekuensi berdasarkan pendidikan responden, dari 40 responden (100%) didapatkan hasil bahwa pendidikan responden terbanyak IRT sebanyak 34 orang (85.0%) dan Wiraswasta sebanyak 6 orang (15.0%). Sedangkan frekuensi berdasarkan paritas responden, dari 40 responden (100%) didapatkan hasil bahwa paritas responden terbanyak sebanyak 19 orang (75.0%), sedangkan Primipara sebanyak 10 orang (25.0%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengaruh *Self-hypnosis* Terhadap Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas tamalanrea**

<i>Self-hypnosis</i>	Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan				Total		Nilai	
	Sedang		Ringan					
	n	%	n	%	n	%	P	$\alpha$
Kurang Baik	22	55.0	4	10.0	26	65.0	0,009	0,05
Baik	6	15.0	8	20.0	14	35.0		

Berdasarkan tabel 2 diatas, didapatkan hasil bahwa dari total 40 responden (100.0%) terdapat responden dengan *self-hypnosis* kurang baik dengan pengurangan kecemasan sedang sebanyak 22 responden (55.0%), *self-hypnosis* kurang baik dengan kecemasan ringan sebanyak 4 orang (10.0%), sedangkan *Self-hypnosis* baik dengan kecemasan sedang sebanyak 6 orang (15.0%) dan *Self-hypnosis* baik dengan kecemasan ringan sebanyak 8 orang (20.0%). Setelah diuji *Chi-square* didapatkan nilai  $\rho = 0.004$  yang berarti nilai  $\rho < \alpha = 0.009$ .

## Pembahasan

Kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal adalah 280 hari/40 minggu, dihitung dari hari pertama haid terakhir sehingga dimulainya persalinan sejati (Makassar *et al.*, 2019). Berdasarkan hasil penelitian karakteristik umum responden, umur dalam penelitian ini berada pada usia 18-37 tahun yang paling banyak dominan. Karakteristik responden yang berdasarkan usia adalah sebagian besar berusia 20-35 tahun yang merupakan usia reproduksi yang aman bagi seorang Wanita (Susanti & Yati, 2020). Pada usia ibu yang masih mudah organ-organ reproduksi dan emosi belum cukup matang, hal ini disebabkan adanya kemunduran organ reproduksi secara umum. Sedangkan umur ibu diatas 35 tahun cenderung mengalami masalah komplikasi dalam persalinan (Nelsi *et al.*, 2019).

Berdasarkan karakteristik responden tingkat pendidikan dalam penelitian ini sebagian besar adalah pendidikan SMP dan SMA. Karena ibu hamil yang berpendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih mengenai kehamilan Dan memungkinkan untuk mengantisipasi diri dalam menghadapi kecemasan. Menurut penelitian Zamriati yang dikutip dalam jurnal Nilda, dkk bahwa tidak ada hubungan tingkat pendidikan dengan kecemadsan ibu hamil, hal ini disesbabkan oleh faktor lain yaitu paritas (Siregar *et al.*, 2021). Penelitian ini menyatakan bahwa. 34 orang (85.0%) ibu hamil yang mengalami cemas pada kategory IRT. Menurut penelitian Rahmitha yang dikutip dalam jurnal Nilda, dkk bahwa ibu hamil dengan pekerjaan IRT lebih memiliki kecemasan dibandingkan dengan pekerjaan lain, karena bekerja dapat mengalihkan perasaan cemas yang dialami oleh ibu hamil karena aktivitas dapat menyita waktu sehingga ibu focus ke pekerjaannya (Siregar *et al.*, 2021).

Berdasarkan paritas pada ibu hamil yang akan menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid 19* kecemasan yang dialami ibu yaitu menjelang persalinan karena cemas akan bayi lahir premature, cemas akan perkembangan janin dalam Rahim, cemas akan kematian bayinya, cemas akan kemungkinan komplikasi persalian dan cemas akan nyeri persalianan. Maka dapat disimpulkan dari penelitian ini bahawa ada hubungan usia dan paritas dengan tingkat kecemasan (Asmariyah *et al.*, 2021). *Self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dapat membantu mengurangi atau menghilangkan pikiran negatif serta rasa nyeri pada saat melahirkan. Ibu yang merasakan cemas dapat di berikan *self-hypnosis* agar kecemasan yang ibu alami dapat berkurang. Strategi yang dapat digunakan yaitu berupa kombinasi rileks fisik dan merestrukturisasi kognitif, yaitu seperti penanganan pada kecemasan dengan menggunakan teknik sistematis relaksasi otot dari *self-hypnosis* sehingga ibu hamil dapat rileks dari keluhan fisik serta mengabaikan rangsangan kecemasan. Relaksasi ini digunakan untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil dan sudah banyak dibuktikan keberhasilannya.

Kecemasan pada ibu hamil dapat berdampak pada kesehatan ibu, janin dan bayi. Karena dengan adanya pandemi covid-19 dapat meningkatkan kecemasan pada ibu hamil sehingga penanganan tersebut memerlukan penanganan lebih lanjut untuk mengurangi dampak negatif pada kesejahteraan ibu dan janin atau bayi. *Self-*

*hypnosis* bertujuan untuk membantu ibu melalui masa kehamilan dan persalinannya dengan cara alami, aman, nyaman, dan mengatasi rasa takut, kecemasan dan rasa sakit. Untuk menciptakan pikiran yang positif di perlukan sugesti positif yang ada dalam metode *self-hypnosis*, memberikan sugesti yang positif mampu meningkatkan ketenangan jiwa dan pikiran ibu yang akan menghadapi persalinan. *Self-hypnosis* merupakan salah satu metode alami untuk menurunkan kecemasan pada ibu yang akan menghadapi persalinan serta dibutuhkan ketenangan dan niat.

Asumsi dari peneliti bahwa ibu yang mengalami kecemasan sedang dapat berpengaruh buruk pada *self-hypnosis* dikarenakan ibu yang akan menghadapi persalinan tidak mampu mengendalikan pikirannya sehingga ibu tidak dapat mencapai kondisi yang rileks dan tenang, dimana efek dari kondisi ini akan berpengaruh pada ibu hamil dan lingkungannya hingga proses persalinannya nanti. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa pengaruh dari *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu sangatlah besar dikarenakan ibu yang sedang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan dapat menerapkan *self-hypnosis* agar ibu dapat mensugesti dirinya supaya kecemasan yang dialaminya dapat berkurang.

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan hasil dari tabel 2, uji *chi-square self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan yaitu  $p=0.009$  dengan nilai  $\alpha=0.05$  ( $0.009 < 0.05$ ), dengan hasil uji tersebut artinya dengan demikiam Ha diterima dan Ho ditolak sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada pengaruh *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid 19* di puskesmas Tamalanrea. Pada penelitian yang dilakukan Astria (2009) menunjukkan kecemasan banyak dialami pada ibu hamil primigravoda dibandingkan kecemasan pada ibu hamil multigravida. Tidak semua wanita siap menghadapi persalinan karena persalinan disertai dengan rasa nyeri dan pengeluaran darah (Safitri *et al.*, 2019).

Rasa cemas selama kehamilan dapat timbul akibat dari kekhawatiran akan proses persalinan yang aman untuk ibu dan bayinya, kecemasan ini biasanya dialami oleh ibu hamil menjelang persalinan antara lain perasaan takut mati karena melahirkan bayinya, trauma lahir, rasa takut dan nyeri menjelang persalinan bagi calon ibu yang merupakan kehamilan pertama (Fita Romalasari & Astuti, 2020). Kecemasan ibu hamil selama masa pandemi *covid 19* sangat mengganggu rencana kehamilan dan meningkatkan kecemasan sebagian besar ibu hamil karena takut akan dampak virus terhadap kelahiran bayinya, takut akan terinfeksi virus *covid-19* dan takut tidak dapat memeluk bayinya saat lahir (Asmariyah *et al.*, 2021).

*Self-hypnosis* menimbulkan keadaan badan menjadi rileks, pikiran tenang, seperti tertidur. Ketika keadaan seorang ibu sudah rileks ibu dipandu dan di tuntun secara alami untuk meningkatkan ketenangan diri dengan menanamkan niat positif selama kehamilan dan persalinannya kelak. Pengendalian pikiran yang negatif yang dapat membuat tubuh menjadi sakit, serta lebih mengembangkan pikiran yang positif dan berdampak baik bagi tubuh (Maulida & Wahyuni, 2020). Sugesti yang ditanamkan akan diterima sebagai rangsangan oleh berbagai indera. Ketika terdapat rangsangan yang berupa hal-hal yang disukai, memori yang tersimpan akan muncul kembali sehingga terjadi penurunan kecemasan (Maulida & Wahyuni, 2020). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sehmawati dan Anggita (2020) bahwa hasil terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan *self-hypnosis* terhadap tingkat kecemasan ibu hamil. *Self-hypnosis* yang dilakukan terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan sehingga diharapkan ibu hamil dalam proses persiapan persalinan menjadi lebih tenang dan lancar dalam melahirkan (Permatasari, 2020).

## Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat di ambil dari hasil penelitian ini dapat menunjukkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid 19* di puskesmas Tamalanrea

## Saran

1. Kepada petugas kesehatan di puskesmas Tamalanrea untuk memberikan edukasi terkait dengan pengaruh *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dalam masa pandemi *covid-19*, dan membuatkan program khusus kepada pasien yang akan menghadapi persalinan untuk mengurangi kecemasan terhadap pasien yang akan dilakukan *self-hypnosis*.
2. Bagi ibu yang akan menghadapi persalinan agar dapat memotivasi dirinya untuk melakukan *self-hypnosis* sehingga dapat mengurangi kecemasan yang dialami dalam menghadapi persalinan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, untuk dapat melihat factor potensial yang dapat mempengaruhi *self-hypnosis* terhadap kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan dalam menghadapi persalinan.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak / ibu dosen dan seluruh staff di STIKES Nani Hasanuddin Makassar atas bimbingan dan arahnya, Kepada orang tua, rekan, sahabat, saudara serta berbagai pihak khususnya partisipan dalam penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terimakasih atas setiap doa dan bantuan yang diberikan.

## Referensi

- Anang Setiana, d. (2018). *Riset Keperawatan*. Jawa Barat: LovRinz Publishing.
- Asmariyah, Novianti, & Suriyati. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 1–8.
- Contraception, A. (2019). Hasanuddin JournalofMidwifery. *Journal of Widwifery*, 1(2), 46–50.
- Fadilah, W. N., Megawati, M., & Astiriyani, E. (2018). Pengaruh Hipnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Sectio Caesarea. *Media Informasi*, 14(2), 148–153. <https://doi.org/10.37160/bmi.v14i2.214>
- Fita Romalasari, N., & Astuti, K. (2020). Hubungan Antara Dukungan Suami Dan Partisipasi Mengikuti Kelas Ibu Hamil Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Tiga Di Puskesmas Nglihar Ii. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 304–318. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.817>
- Irawan, C., Sudiyanto, A., & Fanani, M. (2019). Pengaruh Self-Hypnosis Terhadap Intensitas Nyeri Dan Tingkat Kecemasan Lansia Penderita Osteoarthritis. *Biomedika*, 11(1), 24. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v11i1.6606>
- Lestari, M., & Amal, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Haid Tidak Teratur Pada Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jayapura. *Jurnal Sehat Mandiri*, 14(2), 57–63. <https://doi.org/10.33761/jsm.v14i2.107>
- Maesaroh, S., Mukhlis, H., & Widyastuti, F. (2019). *Wellness and healthy magazine*. 1(February), 7–14.
- Makassar, N. H., Makassar, N. H., & Makassar, N. H. (2019). *BATULAPPA KABUPATEN PINRANG*.
- Maulida, L. F., & Wahyuni, E. S. (2020). Hypnobirthing Sebagai Upaya Menurunkan Kecemasan Pada ibu hamil. *Gaster*, 18(1), 98. <https://doi.org/10.30787/gaster.v18i1.541>
- Mutiara, J. A., Marbun, A. S., Sijabat, F., Wahyu, I., Telambanua, S., & Faulina, R. (2021). *Hipnosis Lima Jari Di Klinik Lmt Siregar Tahun 2021*. 2, 69–78.
- Nelsi, Y., Vitayani, S., & Abbas, H. H. (2019). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Ibu Hamil terhadap Hubungan Seksual di RSIA Siti Khadijah I Makassar. *Window of Health*, 2(2), 128–136.
- Oktrina, M. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru lahir*. Yogyakarta: Deepublish.
- Permatasari, A. S. (2020). *Self-Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Masa Pandemic*.
- Safitri, R., Sazarni, R. R., Tri Mandiri Sakti Bengkulu, S., Hibrida Raya No, J., Mulyo, S., & Bengkulu, K. (2019). *Volume 2 Nomor 1 Desember 2019 Nursing Inside Community Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Lama Kala I di Bidan Praktek Mandiri Belakang Pondok Kota Bengkulu*. 2, 19–26.
- Shodiqoh, Roisa, E., Syahrul, & Fahrani. (2014). Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Antara Primigravida dan Multigravida. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 2, 141–150.
- Siregar, N. Y., Kias, C. F., Nurfatimah, N., Noya, F., Longgupa, L. W., Entoh, C., & Ramadhan, K. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 18–24. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i1.131>
- Sitorus, R. I., Sri, I., Wulandari, M., Indonesia, U. A., Kolonel, J., No, M., & Barat, K. B. (2020). Hubungan Caring Perawat dengan Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Nursing Inside Community*, 2(3), 100–105.
- Susanti, D., & Yati, D. (2020). Gambaran kecemasan pada ibu postpartum sectio caesarea di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta. *Riset Informasi Kesehatan*, 9(2), 163. <https://doi.org/10.30644/rik.v9i2.462>
- Trisliatanto, D. A. (2020). *Metodologi Penelitian Panduan Lengkap Penelitian dengan Mudah*. Yogyakarta: ANDI.