

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP  
KETIDAKNYAMANAN IBU HAMIL TRIMESTER I  
DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN SUTIRAH  
PURBALINGGA TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Program Studi Kebidanan (S-1)  
Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



**Disusun oleh:**

**ERISTA FEBY HANTARI**

**NPM 212207076**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2022**

## HALAMAN PENGESAHAN

### PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP KETIDAKNYAMANAN IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN SUTIRAH PURBALINGGA TAHUN 2022

Diajukan oleh :


**ERISTA FEBY HANTARI**  
212207076

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Syah  
Sebagai Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan  
Program Studi Kebidanan (S-1) di Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta


Tanggal: Juli 2023

Mengesahkan,

Penguji

  
Dwi Yulinda, M. Keb  
NIDN 05-2507-8601

Pembimbing

  
Dian Puspitasari, M. Keb  
NIDN 06-0406-8201

Keprodi,



Budi Rahayu, S.ST., M. Keb  
NPP 2010.13.0044

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Nama : Erista Feby Hantari

NPM : 212207076

Program Studi : Kebidanan (S-1)

Judul Skripsi : Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Ketidaknyamanan Ibu Hamil  
Trimester I Di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga  
Tahun 2022

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, Juli 2023



Erista Feby Hantari

## PRAKATA

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, ucapan syukur dan Alhamdulillah hamba panjatkan kepada-Nya, sebab dengan Ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester I Di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga Tahun 2022” dengan baik dan tepat pada waktunya.

Tidak lupa penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan tepat pada waktunya, di antaranya kepada :

1. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan motivasi selama penyusunan skripsi
2. Budi Rahayu, M.Keb selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan arahan serta nasehat selama penyusunan skripsi
3. Dian Puspitasari, M.Keb selaku pembimbing skripsi yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktu untuk menuntun, mengarahkan, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik.
4. Dwi Yulinda, M.Keb selaku penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan saran hingga penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf di Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan kepada penulis.
6. Sutirah, Amd., Keb selaku pemilik PMB yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di tempat praktik tersebut.

7. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan kasih sayang, semangat,serta doa-doa yang selalu beliau panjatkan untuk saya agar menjadi orang yang sehat, sholeh dan sukses serta perjuangan mereka yang tak kenal lelah demi kesuksesan saya, merekalah penyemangat hidupku yang telah rela berkorban dalam setiap langkah saya menempuh pendidikan, pekerjaan dan lainnya.
8. Pihak-pihak terkait yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang mana telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik maupun saran yang bersifat membangun dari pembaca guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Akhir dengan kerendahan hati, penulis mohon maaf apabila ada kesalahan maupun kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dan buila kurang berkenan bagi pihak manapun.

Yogyakarta, Juli 2023

Erista Feby Hantari

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PRAKARTA</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan .....	4
D. Manfaat .....	4
E. Keaslian Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan teori	
1. Konsep Kehamilan .....	8
2. Konsep Ketidaknyamanan Kehamilan .....	15
3. Teori Hipnoterapi .....	21
B. Kerangka Konsep .....	23
C. Hipotesis .....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	25
B. Lokasi dan Waktu .....	25
C. Populasi/ Sampel .....	26

D. Variabel Penelitian .....	27
E. Definisi Operasional Variabel .....	27
F. Alat dan Bahan .....	28
G. Etika Penelitian .....	29
H. Pelaksanaan Penelitian .....	30
I. Metode Pengolahan dan Analisis Data .....	32
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	34
B. Pembahasan .....	36
C. Keterbatasan Penelitian .....	39
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	40
B. Saran .....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>41</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>44</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 3.1 Tabel Pretest-Posttest One Group Design.....	25
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	27
Tabel 3.3 omain Soal SGCQ.....	29
Tabel 3.4 Jadwal Kelas Hipnoterapi .....	32
Tabel 4.1. Karakteristik Ibu Hamil Trimester I di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga Tahun 2022 .....	34
Tabel 4.2. Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester I Sebelum Hipnoterapi di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga Tahun 2022 .....	35
Tabel 4.3. Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester I Sesudah Hipnoterapi di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga Tahun 2022 .....	35
Tabel 4.4. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester I di Praktik Mandiri Bidan Sutirah Purbalingga Tahun 2022 .....	35



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep .....	23
----------------------------------	----

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PEPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informed Consent.....	44
Lampiran 2. Instrumen Penelitian .....	45
Lampiran 3. Panduan Relaksasi Kehamilan Hipnoterapi .....	46
Lampiran 4. Lembar Bimbingan Skripsi .....	49
Lampiran 5. Surat Izin Studi Pendahuluan .....	51
Lampiran 6. Surat Balasan Izin Penelitian.....	52
Lampiran 7. Surat Keterangan Persetujuan Etik Penelitian.....	53
Lampiran 8. Tabulasi Data Umum Post Test.....	54
Lampiran 9. Tabulasi Data Umum Pre-Test.....	56
Lampiran 10. Hasil Uji T-Test.....	58
Lampiran 11. Jadwal Penyusunan Skripsi .....	60
Lampiran 12 Dokumentasi.....	61
Lampiran 13. Hasil Cek Plagiarisme .....	63