

Program Studi S1 Kebidanan Dan Profesi Bidan Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Penelitian 14 April – 30 Juni 2026

Erni Kismawati

Pengaruh *Hypnobirthing* Terhadap Kecemasan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Pmb Bdn Islah Wahyuni Pekanbaru.

XV+ 73 halaman + 8 tabel + 14 lampiran

ABSTRAK

Kecemasan kesiapan persalinan merupakan salah satu masalah psikologis yang dapat dialami ibu hamil trimester III menjelang persalinan. Kecemasan yang berlebihan dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu dan kesiapan menghadapi persalinan. Salah satu upaya nonfarmakologis untuk membantu mengurangi kecemasan adalah *hypnobirthing*. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *hypnobirthing* terhadap kecemasan kesiapan persalinan pada ibu hamil trimester III di PMB Bdn. Islah Wahyuni Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group*. Sampel berjumlah 30 ibu hamil trimester III, terdiri dari 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol, dengan teknik *snowball sampling*. Instrumen penelitian menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Analisis data menggunakan *Paired Sample t-test* dan *Independent Sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor kecemasan kelompok intervensi sebelum diberikan *hypnobirthing* sebesar 27,00 dan setelah intervensi menurun menjadi 17,33, dengan *p-value* <0,001. Pada kelompok kontrol, rata-rata skor kecemasan sebelum penelitian sebesar 26,13 dan setelah penelitian menjadi 25,87, dengan *p-value* 0,104. Hasil *Independent Sample t-test* menunjukkan rata-rata skor kecemasan setelah penelitian pada kelompok intervensi sebesar 17,33 dan kelompok kontrol sebesar 25,87, dengan *p-value* <0,001. Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *hypnobirthing* terhadap penurunan kecemasan kesiapan persalinan pada ibu hamil trimester III di PMB Bdn. Islah Wahyuni Pekanbaru Tahun 2026.

Kata Kunci : *Hypnobirthing*, kecemasan kesiapan persalinan, ibu hamil trimester III.

Daftar Bacaan : 54 (2020-2026)

***Undergraduate Midwifery Study Program and Midwifery Professional Program,
Faculty of Midwifery, Payung Negeri Health Institute, Pekanbaru***

Research Period: April 14 – June 30, 2026

Erni Kismawati

The Effect of Hypnobirthing on Childbirth Preparedness Anxiety among Third-Trimester Pregnant Women at PMB Bdn Islah Wahyuni Pekanbaru

XV+ 73 pages + 8 tables + 14 appendices

ABSTRACT

Anxiety about childbirth readiness is one of the psychological problems that may be experienced by third-trimester pregnant women approaching labor. Excessive anxiety can affect the mother's psychological condition and readiness to face childbirth. One non-pharmacological effort to help reduce anxiety is hypnobirthing. This study aimed to determine the effect of hypnobirthing on childbirth readiness anxiety among third-trimester pregnant women at PMB Bdn. Islah Wahyuni Pekanbaru. This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group approach. The sample consisted of 30 third-trimester pregnant women, comprising 15 respondents in the intervention group and 15 respondents in the control group, selected using snowball sampling. The research instrument used the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Data were analyzed using the Paired Sample t-test and Independent Sample t-test. The results showed that the mean anxiety score in the intervention group decreased from 27.00 before hypnobirthing to 17.33 after the intervention, with a p-value <0.001. In the control group, the mean anxiety score was 26.13 before the study and 25.87 after the study, with a p-value of 0.104. The Independent Sample t-test showed that the mean posttest anxiety score was 17.33 in the intervention group and 25.87 in the control group, with a p-value <0.001. It was concluded that hypnobirthing had a significant effect on reducing childbirth readiness anxiety among third-trimester pregnant women at PMB Bdn. Islah Wahyuni Pekanbaru in 2026

Keywords: Hypnobirthing, childbirth preparedness anxiety, third-trimester pregnant women

References : 54 (2020-2026)