

**PEMBERIAN HYPNOPRENATAL TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL PADA NY. D DI KOMPLEK
SUKARELAWAN PERMAI 1 LOKTABAT UTARA BANJARBARU
UTARA**

Karya Tulis Ilmiah
Diajukan guna memenuhi sebagai syarat
Untuk memperoleh derajat sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Oleh:
Yayi Diah Ayu Triandini
1710913320041



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARBARU
FEBRUARI, 2025**

Karya Tulis Ilmiah

**PEMBERIAN HYPNOPRENATAL TERHADAP PENURUNAN TINGKAT
KECEMASAN IBU HAMIL PADA NY. D DI KOMPLEK
SUKARELAWAN PERMAI 1 LOKTABAT UTARA
BANJARBARU UTARA**

Dipersiapkan dan disusun oleh

YAYI DIAH AYU TRIANDINI

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 03 Februari 2025

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

Tina Handayani N., Ns., M.Kep.

Anggota Dewan Penguji Lain

Hely Wibowo, Ns., M.Kep.

Pembimbing Pendamping

Devi Rahmayanti, Ns., M.Kep.

Bagus Rahmat S., Ns., M.Kep.

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Dr. Herawati, Ns., M.Kep.

Koordinator Program Studi Keperawatan

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, Februari 2025

Yayi Diah Ayu Triandini

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pemberian Hypnopenatal Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Ny. D Di Komplek Sukarelawan Permai 1 Loktabat Utara Banjarbaru Utara ” tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh gelar sarjana keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Orang tua saya yang telah memotivasi dan memberikan doa kepada peneliti untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM dan Ibu Dr. Herawati, Ns., M.Kep sebagai Koordinator Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.

Ibu Tina Handayani Nasution, Ns., M.Kep. dan Devi Rahmayanti, S.Kep, Ners., M. Kep sebagai dosen pembimbing yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Serta responden yang telah bersedia menjadi subjek penelitian ini dan meluangkan waktunya serta semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

Banjarbaru, Februari 2025

Penulis

ABSTRAK

Pemberian Hypnoprenatal Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Ny. D Di Komplek Sukarelawan Permai 1 Loktabat Utara Banjarbaru Utara

Diah Ayu Triandini, Yayi

Latar Belakang : Kecemasan ibu hamil dapat memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Akibat dari kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan darah sehingga mampu memicu terjadinya preeklamsi dan keguguran, kelahiran Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan bayi prematur. Salah satu penatalaksanaan yang dapat dilakukan adalah Hypnoprenatal.

Tujuan : Untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny.D melalui intervensi utama pemberian hypnoprenatal untuk menurunkan tingkat kecemasan.

Metode : Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif *case report* pada seorang responden di komplek sukarelawan permai 1 kec. Banjarbaru utara. Pengambilan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan maternitas melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Hasil pengkajian dilakukan perencanaan dan dilakukan implementasi hypnoprenatal sampai evaluasi.

Hasil dan Pembahasan : Hasil evaluasi didapatkan terjadi penurunan tingkat kecemasan dari skor HARS 40 menjadi 18 setelah diberikan terapi selama 3 hari. Teknik hypnoprenatal dapat memberikan efek rileks, menenangkan pikiran, meningkatkan kualitas tidur dan membuat ibu lebih santai sehingga dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Kesimpulan : Ny. D menjadi lebih tenang, dapat mengikuti instruksi hypnoprenatal dengan baik serta terdapat penurunan tingkat kecemasan pada Ny. D dengan diagnosis ansietas melalui intervensi hypnoprenatal.

Kata Kunci : Kehamilan, Kecemasan, Hypnoprenatal

ABSTRACT

Providing Hypnoprenatal to Reduce Anxiety Levels in Pregnant Women in Mrs. D At Permai Volunteer Complex 1 North Loktabat

North Banjarbaru

Diah Ayu Triandini, Yayi

Background: Anxiety of pregnant women can trigger stimulation of uterine contractions. The consequences of this condition can increase blood pressure, which can trigger preeclampsia and miscarriage, the birth of Low Birth Weight (LBW) Babies and premature babies. One of the treatments that can be done is Hypnoprenatal.

Objective: To implement nursing care for Mrs. D through the main intervention of providing hypnoprenatal to reduce anxiety levels.

Method: This research used a descriptive case report design on a respondent at the Permai 1 volunteer complex, Kec. North Banjarbaru. Data were collected using maternity nursing assessment sheets through interviews, observations and physical examinations. The results of the study are carried out by planning and implementing hypnoprenatal through to evaluation.

Results and Discussion: The evaluation results showed that there was a decrease in anxiety levels from a HARS score of 40 to 18 after being given therapy for 3 days. Hypnoprenatal techniques can have a relaxing effect, calm the mind, improve sleep quality and make mothers more relaxed so that they can help reduce anxiety levels in pregnant women.

Conclusion: There is a decrease in the level of anxiety in Mrs. D with a diagnosis of anxiety through hypnoprenatal intervention.

Keywords: Pregnancy, Anxiety, Hypnoprenatal

DAFTAR ISI

Karya Tulis Ilmiah	ii
PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Bagi Klien	8
1.4.2 Bagi Perawat	8
1.4.3 Bagi Institusi	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Kehamilan.....	9
2.1.1 Definisi Kehamilan	9
2.1.2 Tanda – Tanda Kehamilan	10
2.1.3 Komplikasi Kehamilan	11
2.1.4 Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil.....	12
2.2 Konsep Kecemasan.....	13
2.2.1 Definisi Kecemasan	13
2.2.2 Etiologi Kecemasan	14
2.2.3 Klasifikasi Kecemasan.....	14
2.2.4 Manifestasi Klinis Kecemasan.....	16
2.2.5 Komplikasi Kecemasan.....	17

2.2.6	Penatalaksanaan Kecemasan	17
2.3	Konsep Hypnoprenatal.....	18
2.3.1	Definisi Hypnoprenatal	18
2.3.2	Mekanisme Hypnoprenatal dalam Mengurangi Kecemasan.....	18
2.3.3	Faktor Pertimbangan dalam Hypnoprenatal.....	19
2.3.4	Langkah – langkah Hypnoprenatal	19
BAB 3 LAPORAN KASUS		22
3.1	Pengkajian.....	22
3.2	Analisis Data.....	24
3.3	Diagnosis Keperawatan.....	25
3.4	Perencanaan Keperawatan	25
3.5	Implementasi, Evaluasi dan Catatan Perkembangan	28
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		33
4.1	Analisis Masalah Keperawatan Dengan Konsep Kasus Terkait	33
4.2	Analisis Intervensi Hypnoprenatal Pada Ibu Hamil.....	35
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	37
BAB 5 PENUTUP		38
5.1	Kesimpulan	38
5.2	Saran	39
5.2.1	Untuk Responden.....	39
5.2.2	Untuk Keluarga.....	39
5.2.3	Untuk Perawat.....	40
5.2.4	Untuk Institusi Kesehatan	40
DAFTAR PUSTAKA		41
LAMPIRAN.....		44
Lampiran 1. Biodata Peneliti		45
Lampiran 2. Asuhan Keperawatan.....		46
<i>Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden.....</i>		56
<i>Lampiran 4. Information Sheet</i>		58
Lampiran 5. Skor <i>Hamilton Rating Scale</i> (Hars).....		60
Lampiran 6. Satuan Acara Kegiatan (SAK).....		80
Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan		86