Jurnal Antara Kebidanan
Vol. 2 No. 3, Juli 2019, pp. 527-535
ISSN : 2656-9167, 10.37063
http://ejournal.abdinus.ac.id

Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019

Gusrida Umairo[1], Sukmawati[2]
[12]Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Indonesia

Article Info

Kata Kunci: Hypnobirthing; Kecemasan; Ibu Bersalin

Dikirim : 5 Juni 2019
Direvisi : 10 Juni 2019
Diterima : 10 Juni 2019

Gusrida Umairo
umairo86@gmail.com
-

Abstrak

Hypnobirthing adalah teknik melahirkan tanpa rasa sakit tanpa keterlibatan obat- obatan melalui teknik relaksasi dengan melakukan self hypnotis dan proses kelahiran alami. Hypnobirthing mampu menyingkirkan kecemasan, rasa takut, tegang, panik, dan faktor stress lain serta membangun rasa percaya dalam proses persalinan sehingga akan menghasilkan persalinan yang aman, sehat, lancar serta membanggakan bagi ibu dan bayinya. Untuk mengetahui pengaruh hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di RSUD kabupaten Bekasi tahun 2019. Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi experiment dengan rancangan pre test and post test nonequivalent control group. Sampel dalam penelitian sebanyak 42 ibu bersalin. Teknik pengambilan sampel purposive sampling. Pengumpulan data melalui lembar observasi chek list dan dianalisa secara univariat dan bivariat dengan uji statistik wilcoxon serta disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisa univariat untuk mencari distribusi frekuensi, analisa bivariat hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I dibuktikan dengan uji statistik wilcoxon nilai ρ adalah ,0001 (ρ < ,05). Ada pengaruh hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di RSUD kabupaten Bekasi tahun 2019.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

1. Pendahuluan

Hypnobirthing adalah teknik melahirkan tanpa rasa sakit tanpa keterlibatan obat-obatan melalui teknik relaksasi dengan melakukan self hypnotis dan proses kelahiran alami. Hypnobirthing mampu menyingkirkan kecemasan, rasa takut, tegang, panik, dan faktor stress lain serta membangun rasa percaya dalam proses persalinan sehingga akan menghasilkan persalinan yang aman, sehat, lancar serta membanggakan bagi ibu

dan bayinya. Kata hypnobirthing berasal dari bahasa Yunani yaitu hypnos (tidur/pikiran tenang) dan birthing (melahirkan) diartikan sebagai upaya alami menanamkan niat ke pikiran bawah sadar untuk menikmati proses persalinan (Kuswandi, L., Kusuma, Aprillia, Setyorini, Kuswandi, F. & Astuti, 2018).

Manfaat hypnobirthing menjelang persalinan melatih relaksasi untuk mengurangi kecemasan serta ketakutan menjelang persalinan yang dapat menyebabkan ketegangan, rasa nyeri dan sakit saat persalinan. Mampu mengontrol sensasi rasa sakit pada saat kontraksi rahim. Meningkatkan kadar endorphin dalam tubuh untuk mengurangi bahkan menghilangkan rasa nyeri pada saat kontraksi dan persalinan. Saat persalinan dapat memperlancar proses persalinan kala I dan kala II lebih lancar, mengurangi resiko terjadinya komplikasi dan perdarahan serta membantu menjaga suplai oksigen pada bayi selama proses persalinan sehingga jauh dari kecemasan (Putra, 2016, dikutip dalam Kuswandi et al., 2018). Kecemasan adalah suatu ketegangan, rasa tidak aman, khawatir yang ditimbulkan karena dirasakan akan mengalami keadaan yang tidak menyenangkan. Kecemasan dalam persalinan merupakan respon terhadap situasi tertentu yang saat menghadapi proses persalinan. Kecemasan pada saat proses persalinan dapat memperpanjang waktu persalinan atau akan menyebabkan partus lama (Taufik, 2010, dikutip dalam Hernawati, 2018). mengancam, sering kali kecemasan dapat ditandai dengan perasaan mudah marah, cemas, gugup, kewaspadaan yang berlebihan dan perasaan tegang meningkat menjadi 139 kasus. Maka dari itu, Kepala Dinkes Sul-Sel menegaskan perlunya dilakukan pencegahan terhadap kedua kasus tersebut. Partus lama merupakan salah satu dari beberapa penyebab kematian ibu dan janin. Partus lama adalah persalinan yang berlangsung lebih dari 18 jam yang dimulai sejak adanya tanda-tanda persalinan. Partus lama akan menyebabkan ibu kehabisan tenaga, dehidrasi, infeksi bahkan akan menimbulkan perdarahan yang dapat menyebabkan kematian ibu. Pada janin akan menjadi fetal distress, infeksi, cedera dan asfiksia yang dapat menimbulkan kematian bayi (Prawirohardjo, 2008, dikutip dalam Hernawati, 2018).

Berdasarkan data World Health Organitation (WHO) 2017 dalam sehari ada 4 ibu di Indonesia yang meninggal akibat melahirkan. Dengan kata lain ada 1 ibu di Indonesia yang meninggal setiap 6 jam. Angka ini menempatkan Indonesia diurutan ke-2 tertinggi di Asia Tenggara setelah Laos dengan angka kematian 357 per 100.000 dan Indonesia 305 per 100.000. Dimana penyebab langsung kematian ibu disebabkan oleh perdarahan (28%), pre eklamsia (24%), infeksi (11%), komplikasi (8%), partus lama (5%), trauma obstetrik (5%), dan emboli obstetrik (3%). Sedangkan data yang diperolah dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, pada tahun 2017 provinsi Sul-Sel masuk 10 besar daftar wilayah provinsi penyumbang angka kematian ibu dan bayi di Indonesia, dimana jumlah kematian ibu mencapai 115 kasus yang disebabkan oleh perdarahan terbanyak dikisaran 40 kasus dan hipertensi kehamilan 35 kasus. Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi, jumlah kematian ibu pada

tahun 2016 sebanyak 12 orang (0,29%) dari 4153 ibu bersalin, tahun 2017 menurun menjadi 6 orang (0,15%) dari 4056, sedangkan tahun 2018 meningkat secara signifikan dengan jumlah 12 orang (0,3%) dari 4044 ibu bersalin, dengan diagnosa eklamsia (41,6%) dan perdarahan (58,4%). Sedangkan data yang diperoleh dari RSUD Bekasi, jumlah persalinan dengan kasus partus lama pada tahun 2016 sebanyak 241 (14,24%) dari 1692 persalinan, tahun 2017 meningkat menjadi 523 (25,66%) dari 2038 persalinan, sedangkan pada tahun 2018 menurun menjadi 478 (19,66%) dari 2431 persalinan namun masih tetap menjadi diagnosa terbanyak pada tahun itu. Dengan melihat fenomena yang terjadi di RSUD Bekasi pada tahun 2018 jumlah persalinan SC (Sectio Caesarea) lebih dominan yaitu 1251 (51,46 %) dari 2431 persalinan, dengan indikasi terbanyak adalah partus lama. Dari hasil observasi, beberapa ibu bersalin pada saat kala I ditemukan mengalami kecemasan yang berlebihan. Masih tingginya angka kematian maternal di Indonesia menjadi suatu kekhawatiran bagi calon ibu yang akan melahirkan generasi bangsa ini. Kebanyakan para calon ibu merasa takut menjelang persalinan karena dihantui rasa sakit, takut mengalami perdarahan akibat partus lama, merasa cemas apakah mereka bisa melahirkan dengan normal atau tidak. Apabila rasa takut dan cemas ini tidak ditangani dengan benar maka akan berpengaruh pada psikologis ibu yang sedang hamil yang juga berpengaruh pada kondisi kesehatan janinnya hingga terhambatnya proses persalinan.

Penelitian yang dilakukan oleh Devi (2017) dengan judul “Pengaruh Yoga Prenatal Dan Hypnobirthing Terhadap Proses Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di BPM Restu Depok Periode Januari-Juni Tahun 2017”, diperoleh hasil terdapat pengaruh antara hypnobirthing dengan proses persalinan kala I dengan nilai (ρ- value = 0,000) dimana pada kelompok yang mendapat perlakuan hypnobirthing diperoleh proses persalinan dengan jumlah 35 responden diperoleh sebagian besar responden yang mengalami proses persalinan tidak lama sebanyak 26 responden (74,3%), sedangkan pada kelompok kontrol dengan jumlah 35 responden, sebagian besarnya mengalami proses persalinan lama dengan jumlah 30 responden (85,7%). Melihat fenomena yang terjadi di RSUD Kabupaten Bekasi tahun 2018, komplikasi persalinan yang sering terjadi adalah partus lama. Peneliti penasaran ingin mengetahui penyebab dari partus lama, akhirnya beberapa bidan yang merujuk dengan diagnosa partus lama peneliti menanyakan penyebab pasien terlalu lama mengambil keputusan untuk dirujuk, ternyata masyarakat yang tinggal di dusun maupun di desa khawatir dan cemas jika dirujuk ke Rumah Sakit dengan alasan takut dioperasi. Dari penjelasan inilah sehingga peneliti berinisiatif untuk melakukan hypnobirthing agar kecemasan ibu berkurang atau bahkan sampai tidak mengalami kecemasan sehingga proses persalinan berjalan lancar tanpa komplikasi dan akhirnya persalinan lama bisa teratasi. Itulah sebabnya sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019”.

2. Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif menggunakan desain Eksperimen menggunakan pendekatan Quasi Experiment dengan rancangan pre test and post test nonequivalent control group. Pada desain ini, peneliti tidak melakukan randomisasi pada dua kelompok. Satu kelompok adalah kelompok perlakuan sedangkan kelompok lain adalah kelompok kontrol sebagai pembanding. Sebelum perlakuan pada semua kelompok dilakukan pengukuran awal (pre test) untuk menentukan tingkat kecemasan responden sebelum perlakuan. Selanjutnya pada kelompok perlakuan dilakukan intervensi sedangkan kelompok kontrol tidak dilakukan intervensi. Setelah perlakuan dilakukan pengukuran akhir (post test) pada semua kelompok untuk menentukan efek perlakuan pada responden. Penelitian ini telah dilakukan di ruangan ponek RSUD Kabupaten Bekasi. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Mei sampai Agustus 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I di ruangan ponek RSUD Bekasi periode Februari sampai April tahun 2019 sebanyak 342 ibu bersalin. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode Purposive Sampling yakni suatu metode pemilihan sampel yang dilakukan berdasarkan maksud atau tujuan tertentu yang ditentukan oleh peneliti. Besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus analitik numerik berpasangan, dengan hasil sampel minimal 42 (21 responden perlakuan dan 21 responden control).

3. Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hypnobirthing di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019 (N=42)

No	Hypnobirthing	Frekuensi (n)	Percentase (%)
1	Ya	21	50
2	Tidak	21	50
	Total	42	100

Tabel 1 menggambarkan bahwa dari 42 ibu bersalin kala I terdapat 21 ibu (50%) yang diberikan hypnobirthing dan terdapat 21 ibu (50%) yang tidak diberikan hypnobirthing.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Tanpa Hypnobirthing di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019 (N=42)

Perlakuan	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)		Persentase (%)	
		Pre	Post	Pre	Post
Tanpa	Tidak ada kecemasan	0	0	0	0
	Kecemasan Ringan	3	4	14.3	19

Hypnobirthing	Kecemasan Sedang	12	15	57.1	71.4
	Kecemasan Berat	6	2	28.6	9.6
	Kecemasan Berat Sekali	0	0	0	
	Total	21	21	100	100

Tabel 2 menggambarkan bahwa dari 21 ibu, tingkat kecemasan sebelum tanpa perlakuan (pre), yang terbanyak adalah kecemasan sedang yaitu 12 ibu (57,1%), kedua kecemasan berat 6 ibu (28,6%) dan ketiga kecemasan ringan 3 ibu (14,3%) sedangkan tingkat kecemasan lainnya adalah 0. Kemudian setelah tanpa perlakuan (post) dari 21 ibu, tingkat kecemasan terbanyak adalah kecemasan sedang yaitu 15 ibu (71,4%), kedua kecemasan ringan 4 ibu (19%) dan ketiga kecemasan berat 2 ibu (9,6%) sedangkan tingkat kecemasan lainnya adalah 0, artinya semua ibu bersalin kala I mengalami kecemasan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Dengan Hypnobirthing di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019 (N=42)

Perlakuan	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)		Persentase (%)	
		Pre	Post	Pre	Post
Hypnobirthing	Tidak ada kecemasan	0	21	0	100
	Kecemasan Ringan	0	0	0	0
	Kecemasan Sedang	13	0	61.9	0
	Kecemasan Berat	8	0	38.1	0
	Kecemasan Berat Sekali	0	0	0	0
	Total	21	21	100	100

Tabel 3 menggambarkan bahwa dari 21 ibu, tingkat kecemasan ibu bersalin kala I sebelum perlakuan (pre), yang terbanyak adalah kecemasan sedang yaitu 13 ibu (61,9%) dan kecemasan berat 8 ibu (38,1%) sedangkan tingkat kecemasan lainnya adalah 0. Kemudian setelah perlakuan (post), semua ibu dengan jumlah 21 ibu tidak mengalami kecemasan, artinya semua ibu bersalin kala I setelah diberikan perlakuan 100% tidak mengalami kecemasan.

Tabel 4. Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019

Hypnobirthing		N	P
Tingkat kecemasan setelah perlakuan	Negative Ranks	21	
Tingkat kecemasan sebelum perlakuan	Positive Ranks	0	0.0001

Total	21

Pada tabel 4 menggambarkan bahwa dari 21 ibu hamil semuanya mengalami penurunan kecemasan setelah diberikan hypnobirthing. Nilai p pada penelitian ini adalah ,0001 lebih kecil dari ,05 sehingga ada pengaruh hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019.

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengamatan selama di lapangan pada tabel 1 jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 42 orang yang dibagi dalam 2 kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol atau pembanding, dimana masing-masing kelompok terdiri dari 21 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode purposive sampling dengan kriteria inklusi: ibu bersalin kala I yang bersedia jadi responden, ibu bersalin kala I fase aktif dan ibu bersalin normal. Ketika ibu inpartu memenuhi syarat menjadi responden, maka diukurlah tingkat kecemasan baik sebelum perlakuan maupun sebelum tanpa perlakuan dengan menggunakan instrumen lembar observasi skala kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dengan metode wawancara. Kemudian untuk kelompok perlakuan diberikan hypnobirthing dengan cara setiap responden dipandu oleh peneliti sambil diiringi dengan musik klasik. Setelah melahirkan baik perlakuan maupun tanpa perlakuan diukur kembali tingkat kecemasannya.

Kelompok kontrol atau pembanding adalah ibu bersalin kala I fase aktif yang tidak diberi perlakuan atau tidak diberikan hypnobirthing yang ada di ruang ponek RSUD Kabupaten Bekasi pada masa penelitian yaitu mulai bulan juni sampai dengan agustus 2019. Berdasarkan tabel 2 dalam penelitian ini jumlah ibu bersalin kala I yang tidak diberikan hypnobirthing sebanyak 21 orang. Analisa data menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu bersalin kala I sebelum tanpa pemberian hypnobirthing yang terbanyak adalah kecemasan sedang yaitu 12 ibu (57,1%), kedua kecemasan berat 6 ibu (28,6%) dan ketiga kecemasan ringan 3 ibu (14,3%) sedangkan tingkat kecemasan lainnya adalah 0. Kemudian setelah tanpa perlakuan (post) dari 21 ibu, tingkat kecemasan terbanyak adalah kecemasan sedang yaitu 15 ibu (71,4%), kedua kecemasan ringan 4 ibu (19%) dan ketiga kecemasan berat 2 ibu (9,6%) sedangkan tingkat kecemasan lainnya adalah 0. Hal ini menggambarkan bahwa perubahan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I tanpa diberikan hypnobirthing sangat kecil, tidak ada 1 pun ibu yang skor kecemasannya masuk ke dalam kategori tidak ada kecemasan dengan skor (0-14), artinya tanpa pemberian hypnobirthing semua ibu mengalami kecemasan baik sebelum melahirkan maupun setelah melahirkan.

Kelompok perlakuan adalah ibu bersalin kala I fase aktif yang diberi perlakuan atau diberikan hypnobirthing yang ada di ruang ponek RSUD Kabupaten Bekasi pada

masa penelitian yaitu mulai bulan juni sampai dengan agustus 2019. Berdasarkan tabel 3 dalam penelitian ini jumlah ibu bersalin kala I yang diberikan hypnobirthing sebanyak 21 orang. Analisa data menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu bersalin kala Isebelum perlakuan (pre), yang terbanyak adalah kecemasan sedang yaitu 13 ibu (61,9%) dan kecemasan berat 8 ibu (38,1%) sedangkan tingkat kecemasan lainnya adalah 0. Kemudian setelah perlakuan (post), semua ibu dengan jumlah 21 ibu tidak mengalami kecemasan, artinya semua ibu setelah diberikan perlakuan 100% tidak mengalami kecemasan. Kemudian pada tabel 4 menunjukkan hasil uji Wilcoxon (ρ = ,0001). Karena nilai ρ<,05, secara statistik terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang sangat bermakna antara sebelum perlakuan dengan sesudah perlakuan. Hal ini berarti Ho ditolak dan Ha diterima artinya ada pengaruh pemberian hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan bahwa ibu yang diberikan hypnobirthing mengalami penurunan kecemasan menjadi tidak mengalami kecemasan dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan hypnobirthing. Hal ini disebabkan karena ibu yang diberikan hypnobirthing merasa lebih rileks, nyaman dan tenang, sehingga ibu mampu menghadapi proses persalinannya dengan nyaman dan menerapkan sugesti yang telah diberikan saat mampu menghadapi proses persalinannya dengan nyaman dan menerapkan sugesti yang telah diberikan saat hypnobirthing dilakukan. Oleh sebab itu, ibu yang diberikan hypnobirthing, akan merasa lebih tenang, nyaman dan tidak akan terjadi kecemasan sampai ibu melahirkan. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Erni, H.,dkk.(2016) dengan judul Implementasi Pengurangan Resiko Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Melalui Metode Hypnobirthing Di Klinik Bersalin Gegerkalong Kota Bandung Tahun 2016.Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara metode hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I dan metode hypnobirthing dapatmengurangi resiko kecemasan ibu bersalin.Hal ini sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa hypnobirthing akan membuat ibu rileks, nyaman dan tenang serta mengurangi kecemasan pada ibu bersalin kala I. Hypnobirthing mengajarkan ibu bersalin kala I untuk menjalankan teknik relaksasi yang alami saat terjadi kontraksi (Kuswandi, 2018). Studi hasil menunjukkan bahwa relaksasi adalah suatu bentuk penanganan yang berguna untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin kala I.

5. Kesimpulan

Ada pengaruh hypnobirthing terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2019.

6. Daftar Pustaka

Aprillia, Y. (2018). Bebas Takut Hamil dan Melahirkan. Jawa Tengah: Trans Info Media.
Aprillia, Y. (2018). Siapa Bilang Melahirkan Itu Sakit. Jawa Tengah: Trans Info Media.

Bobak, L. J. (2015). Keperawatan Maternitas. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
Dahlan, M. S. (2014). Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat Dilengkapi Dengan Aplikasi Menggunakan SPSS. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
Devi, T. E. R. dkk. (2017). Pengaruh Yoga Prenatal Dan Hypnobirthing Terhadap Proses Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di BPM Restu Depok Periode Januari-Juni Tahun 2017. Jurnal Bidan "Midwife Journal". Volume 5 No.01. Jan 2018 pISSN 2477-3441.
Dharma, K. K. (2015). Metodologi Penelitian Keperawatan :Pedoman Melaksanankan Dan Menerapkan Hasil Penelitian. Jakarta: Trans Info Media.
Donsu, J. D. T. (2017). Psikologi Keperawatan.Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
Fitriana, Y., & Nurwiandani, W. (2018). Asuhan Persalinan (Konsep Persalinan Secara Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
Hawari. (2013). Manajemen Stress, Cemas dan Depresi. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
Hernawati, E., & Ardelia, B. M. (2016). Implementasi Pengurangan Resiko Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Melalui Metode Hypnobirthing Di Klinik Bersalin Gegerkalong Kota Bandung Tahun 2016. Jurnal Bidan "Midwife Journal". Volume 4 No.02. Juli 2018 pISSN 2477-3441.
Ikawati, Z., & Anurogo, D. (2018). Tata Laksana Terapi Penyakit Sistem Syaraf Pusat. Yogyakarta: Bursa Ilmu.
Ilmiasih, R. (2015). Jurnal. Pengaruh Teknik Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Pada Masa Persiapan Menghadapi Persalinan. Malang, Jawa Timur.
Kementerian Kesehatan RI. (2018). Data dan Informasi Tahun 2018 (Profil Kesehatan Indonesia 2017). Diakses pada tanggal 20 November 2018 melalui http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/profil- kesehatan-indonesia/Data-dan- Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia- 2017.pdf
Kuswandi, L., Kusuma. E., Aprillia, Y., Setyorini, T. M., Kuswandi, F., & Astuti, C. P. (2018). Modul Panduan Pelatihan BASIC Hypnosis & Hypnobirthing. By. Hypnobirthing Indonesia. Jakarta Selatan: PT Kristala Permata Nusantara.
Mardjan. (2016). Pengaruh Kecemasan Pada Kehamilan Primipara Remaja. Pontianak.
Nilawati. (2018). Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Di Puskesmas Bara Permai Tahun 2018. Skripsi diterbitkan di Palopo; Program Sarjana Terapan Kebidanan Stikes Mega Buana Palopo.
Nursanti. (2016). Jurnal. Kecemasan. Diakses tanggal 18 November 2018.
Pemprov SUL-SEL. (2018). Angka Kematian Ibu dan Bayi di Sul-Sel. Diakses pada tanggal 15 Januari melalui https://makassar.sindonews.com/read/1 5052/1/11-kabupaten-di-sulsel-penyumbang-angka-kematian-ibu-dan- bayi-1539105004
Pieter, H. Z., & Lubis, N. L. (2016). Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan. Ed III. Jakarta: Prenada Media Group.
Prawirohardjo, S. (2008). Ilmu Kandungan.Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
Ratnawati, A. (2018). Asuhan Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: PustakaBaru Press.
Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). Kaplan Sadock's Synopsis of Psychiatry:Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry. Edisi 11. Wolters Kluwer Health. New York- USA.

Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit (Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit, Proses, Manfaat dan Pelaksanaanya). Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES): Ponorogo.

Sariati, Y. dkk. (2016). Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat kecemasan Ibu Bersalin dan Lama Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri Wilayah Kabupaten Malang Tahun 2016. Jurnal Ilmiah Bidan, 1-3, 2016.

Saryono., & Anggraeni. (2013). Metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam bidang kesehatan. Yogyakarta: NuhaMedika.

Setiyaningrum, E., & Sugiarti. (2017). Buku Ajar Kegawatdaruratan Maternitas Pada Ibu Hamil, Bersalin dan Nifas. Jakarta: Indomedia Pustaka.

Sondakh. (2013). Kecemasan Pada Ibu Hamil.Yogyakarta: PustakaBaru Press.

Syamsuddin. (2015). Pedoman Praktis Metodologi Penelitian Internal: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Pengembangan Dan Mix-Method, Wade Group: Ponorogo.

World Health Organization. (2017). Angka Kematian Ibu dan Bayi di Indonesia. Diakses pada tanggal 15 Januari 2019 melalui https://kumparan.com/@kumparansains/angka-kematian-ibu-dan-bayi-indonesia-tertinggi-kedua-di-asia-tenggara