

PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN BIDAN SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN EDUKASI TENTANG PENERAPAN HIPNOTERAPI DALAM MENGATASI KECEMASAN SELAMA KEHAMILAN

Revita Susanti¹

¹Prodi S1 Kebidanan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Abstrak

Latar Belakang: Kecemasan pada ibu hamil dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan psikologis, serta mempengaruhi proses persalinan. Hipnoterapi merupakan salah satu metode non-farmakologis yang terbukti efektif untuk mengurangi kecemasan selama kehamilan. Namun, pengetahuan bidan mengenai penerapan hipnoterapi masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan bidan sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *pre-experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 30 bidan yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil:** Sebelum edukasi, mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang (63,33%). Setelah edukasi, mayoritas memiliki pengetahuan baik (76,67%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) ($< 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan signifikan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. **Kesimpulan:** Edukasi tentang hipnoterapi secara signifikan meningkatkan pengetahuan bidan dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan. Disarankan untuk dilakukan pemberian edukasi kepada para bidan serta pelatihan hipnoterapi agar bidan mampu menerapkannya dalam pelayanan kebidanan.

Kata Kunci : *Bidan, Hipnoterapi, Kecemasan, Kehamilan, Edukasi*

DIFFERENCES IN MIDWIVES' KNOWLEDGE BEFORE AND AFTER EDUCATION ON THE APPLICATION OF HYPNOTHERAPY IN MANAGING ANXIETY DURING PREGNANCY

Abstrack

Background: Anxiety during pregnancy can negatively affect both the physical and psychological health of mothers and influence the childbirth process. Hypnotherapy is a non-pharmacological method proven to be effective in reducing anxiety during pregnancy. However, midwives' knowledge of hypnotherapy application remains limited. This study aimed to determine the difference in midwives' knowledge levels before and after providing education on hypnotherapy for managing pregnancy-related anxiety. **Methods:** This study used a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The sample consisted of 30 midwives selected using the accidental sampling technique. The research instrument was a questionnaire, and data were analyzed using the Wilcoxon test. **Results:** Before the education, most respondents had low knowledge (63.33%). After the education, the majority had good knowledge (76.67%). The results of the Wilcoxon test show an Asymp. Sig. (2-tailed) value (< 0.05), which means there is a significant difference in the level of knowledge before and after education. **Conclusion:** Education on hypnotherapy significantly improves midwives' knowledge in managing anxiety during pregnancy. It is recommended to provide education to midwives as well as hypnotherapy training so that they are able to apply it in midwifery care.

Keywords: Midwives, Hypnotherapy, Anxiety, Pregnancy, Education

LATAR BELAKANG

Kecemasan merupakan respon emosional yang umum dialami oleh ibu hamil, terutama menjelang persalinan. Kecemasan ini dapat berdampak negatif terhadap kondisi fisik maupun psikologis ibu, mempengaruhi proses persalinan, dan berisiko meningkatkan komplikasi obstetri. Dalam praktik kebidanan, manajemen kecemasan menjadi bagian penting dari pelayanan antenatal dan intranatal yang berkualitas (Stuart, 2016). Dalam pelayanan kebidanan, penanganan kecemasan selama kehamilan sering kali belum menjadi prioritas utama, padahal bidan memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi serta intervensi promotif dan preventif. Oleh sebab itu, peningkatan pengetahuan dan keterampilan bidan dalam mengelola kecemasan ibu hamil melalui pendekatan holistik dan non-farmakologis menjadi sangat penting.

Salah satu strategi non-farmakologis yang telah terbukti memberikan manfaat adalah hipnoterapi. Metode ini merupakan bentuk psikoterapi yang memanfaatkan sugesti positif saat individu berada pada kondisi relaksasi mendalam, sehingga dapat mengubah cara pandang dan respons terhadap stres atau rasa takut. Teknik-teknik non-farmakologis seperti latihan relaksasi, pernapasan, sentuhan, hingga hipnoterapi telah terbukti membantu menurunkan tingkat kecemasan dan mengurangi rasa nyeri selama masa kehamilan maupun proses persalinan (Simkin & Bolding, 2004).

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa hipnoterapi mampu mengurangi kecemasan ibu hamil, memperbaiki kualitas tidur, serta mempersiapkan persalinan yang lebih terkendali dan tenang (Downe et al., 2015;

Werner et al., 2013). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan efektivitas hipnoterapi pada berbagai populasi. Studi quasi-eksperimental terhadap calon akseptor IUD melaporkan penurunan signifikan tingkat kecemasan setelah diberikan hipnoterapi non-farmakologis (Taufiqoh et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Nurbaya (2023) mengenai Pengaruh Relaksasi Hypnobirthing terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III dalam Menghadapi Persiapan Persalinan di Klinik Bougenville Pandeglang menunjukkan hasil yang signifikan. Berdasarkan uji beda menggunakan *paired t-test*, nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi *hypnobirthing* adalah $26,53 \pm 10,34$, sedangkan setelah intervensi menurun menjadi $18,87 \pm 8,74$. Nilai *p-value* yang diperoleh adalah 0,000 ($< 0,05$), yang berarti *hypnobirthing* memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil.

Meskipun demikian, tingkat pemahaman dan keterampilan bidan dalam menerapkan atau memperkenalkan teknik hipnoterapi masih tergolong rendah. Kondisi ini menjadi tantangan dalam pengembangan layanan kebidanan berbasis *holistic care*. Pemberian edukasi mengenai hipnoterapi diharapkan dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kompetensi bidan dalam memberikan pendampingan psikologis kepada ibu hamil, khususnya dalam mengatasi kecemasan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan bidan sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan, dengan harapan dapat menjadi dasar penguatan kapasitas tenaga kebidanan dan peningkatan kualitas pelayanan maternal.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pre-experiment dengan menggunakan bentuk rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Sampel dalam penelitian ini adalah bidan-bidan yang memiliki kerja sama dengan Pelatihan Bersinar Indonesia sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* yaitu semua bidan yang hadir pada kegiatan tersebut dijadikan sebagai sampel penelitian ini. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan data primer berupa kuisioner. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan SPSS.

Data diuji dengan Uji Wilcoxon. Persyaratan uji normalitas data telah dilengkapi sebelumnya dilakukan uji normalitas data. Data dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat Uji Wilcoxon.

Pelaksanaan penelitian terlebih dahulu mendapat persetujuan kemudian melakukan penelitian dan dalam pelaksanaan penelitian tetap memperhatikan prinsip etik, termasuk *informed consent*, *anonimity* (tanpa nama), *confidentiality* (kerahasiaan).

HASIL

Hasil penelitian diperoleh dari 30 responden yang berpartisipasi dan disajikan dalam bentuk tabel berikut ini:

Pengetahuan Responden Sebelum Pemberian Edukasi

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada saat *pre test* responden memperoleh pengetahuan baik sebanyak 5 orang (16,67%), cukup sebanyak 6 orang (20%) dan kurang sebanyak 19 orang (63,33%). Hal ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan.

Tabel 1. Pengetahuan Responden Sebelum Pemberian Edukasi

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Baik	5	16,67%
Cukup	6	20%
Kurang	19	63,33%
Total	30	100

Pengetahuan Responden Sesudah Pemberian Edukasi

Tabel 2 memperlihatkan bahwa pada saat *post test* responden memperoleh pengetahuan baik sebanyak 23 orang (76,67%), cukup sebanyak 4 orang

(13,33%) dan kurang sebanyak 3 orang (10%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik tentang penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan.

Tabel 2. Pengetahuan Responden Sesudah Pemberian Edukasi

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Baik	23	76,67%
Cukup	4	13,33%
Kurang	3	10%
Total	30	100

Hasil Uji Wilcoxon

Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi

Berdasarkan output “test statistics”, diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis

diterima. Artinya ada perbedaan pengetahuan untuk pre test dan post test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan setelah diberikan edukasi mengenai penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Perbedaan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	27 ^b	14.00	378.00
	Ties	3 ^c		
	Total	30		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

Tabel 4. Test Statistics

Test Statistics ^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-4.592 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

DISKUSI

Hasil penelitian mengenai perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan, ditemukan tingkat pengetahuan responden sebelum diberi edukasi mengenai hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan terdapat 19 orang (63,33%) dengan tingkat pengetahuan kurang, kemudian dilanjutkan dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (20%) dan tingkat pengetahuan baik sebanyak 5 orang (16,67%). Setelah diberikan edukasi mengenai hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan terlihat jelas peningkatan pengetahuan responden yaitu sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 23 orang (76,67%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (13,33%) dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 3 orang (10%). Ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan.

Berdasarkan pendapat Notoatmodjo (2003) yang dikutip oleh Wawan, A., & Dewi (2010), pengetahuan adalah hasil dari proses mengetahui yang terbentuk setelah individu melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Proses penginderaan ini melibatkan kelima panca indera manusia, yaitu mata, telinga, hidung, lidah, dan kulit. Dari kelima indera tersebut, sebagian besar informasi atau pengetahuan diperoleh melalui penglihatan dan pendengaran. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan atau edukasi kepada seseorang/kelompok. Edukasi merupakan suatu upaya yang direncanakan untuk menyebarkan pesan,

menanamkan keyakinan bisa melakukan suatu anjuran yang dapat meningkatkan pengetahuan (Pratiwi & Anggiani, 2020).

Penelitian ini menggunakan media berupa *slide powerpoint* yang berisi informasi tentang penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan dalam kehamilan. *Slide powerpoint* ini berisi tulisan dan beberapa gambar tertentu yang digunakan sebagai media informasi. Media slide yang disajikan dengan tampilan menarik mampu meningkatkan perhatian responden selama pemaparan materi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bd, F., Susanti, D., & Hidayah (2019) menunjukkan rata-rata skor sikap ibu terhadap imunisasi Measles Rubella sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media slide adalah 65,44, kemudian meningkat menjadi 77,88 setelah intervensi dilakukan. Media slide menawarkan beragam kelebihan, seperti kemampuan menampilkan gambar, teks, foto, animasi, video, serta audio. Hal ini menjadikannya sebagai media audiovisual yang dapat mengaktifkan lebih banyak indera dibandingkan leaflet, yang biasanya hanya memuat informasi berupa teks atau visual statis saja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yahya et al. (2021) yang menemukan bahwa edukasi tentang swamedikasi obat diare menggunakan media slide PowerPoint secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan. Setelah intervensi, 100% responden berada dalam kategori "BAIK", dengan nilai pretest–posttest yang berbeda secara signifikan ($p = 0,000$). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Indrawati et al. (2025) yang menemukan bahwa pada kader kesehatan ($n = 82$), edukasi menggunakan PowerPoint meningkatkan kategori “pengetahuan baik” dari 26,8 % menjadi

85,3 %, dibanding leaflet (39 % → 60,9 %), dengan $p = 0,039$ yang menunjukkan efektivitas signifikan dari media PowerPoint.

Kecemasan merupakan kondisi psikologis ketika seseorang merasakan ketakutan dan kekhawatiran terhadap suatu peristiwa yang belum tentu akan terjadi (Muyasaroh, 2020). Pada ibu hamil, tingkat kecemasan cenderung meningkat karena adanya berbagai campuran emosi, seperti keberanian menghadapi beban kehamilan, rasa takut, ngeri, kasih sayang, kebencian, keraguan, kegelisahan, ketenangan, serta harapan yang penuh kebahagiaan. Menjelang waktu persalinan, perasaan cemas ini biasanya semakin kuat (Yanti & Wirastris, 2022). Selama masa kehamilan hingga setelah melahirkan, kecemasan dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan ibu dan bayi (Bayrampour et al., 2018). Beberapa dampak serius yang mungkin terjadi antara lain keguguran, preeklampsia, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah. Selain itu, kecemasan dapat mengurangi perhatian ibu terhadap perawatan prenatal, menyebabkan kekurangan nutrisi, dan meningkatkan risiko penyalahgunaan obat-obatan (Mahini et al., 2023).

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa hipnoterapi atau hypnobirthing efektif dalam mengurangi kecemasan ibu hamil. Contohnya, sebuah studi kuasi-eksperimental di PMB Pera Medan menunjukkan penurunan signifikan skor kecemasan dari kategori sedang menjadi ringan setelah pemberian antenatal hypnotherapy ($p < 0,05$) (Octavia et al., 2024). Hal ini menunjukkan betapa pentingnya penerapan hipnoterapi untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Akan tetapi masih banyak masyarakat termasuk tenaga kesehatan yang belum mengetahui tentang pentingnya penerapan

hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan selama kehamilan. Bidan memiliki kedudukan strategis sebagai tenaga kesehatan yang paling dekat dengan ibu hamil dan sering menjadi penentu dalam pemilihan dan pelaksanaan intervensi kesehatan. Dengan memberikan edukasi yang baik mengenai hipnoterapi melalui pelatihan, demonstrasi, atau penyuluhan, bidan dapat menambah kepercayaan diri untuk memperkenalkan dan mendorong penggunaan hipnoterapi, menyediakan informasi berbasis bukti kepada ibu hamil tentang manfaat dan teknik-relaksasi yang efektif serta mendukung pendekatan kebidanan berbasis holistic care, dimana aspek psikologis menjadi komponen utama.

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan ini menyadarkan kita bahwa pentingnya memberikan informasi dan mengenalkan hipnoterapi kepada para bidan agar dapat meningkatkan pengetahuan bidan tentang pentingnya penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan ibu hamil.

Banyaknya responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebelum diberikan edukasi disebabkan oleh minimnya informasi yang mereka peroleh mengenai hipnoterapi sebagai metode untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil. Rendahnya pengetahuan ini erat kaitannya dengan belum banyaknya responden yang terpapar informasi terkait hipnoterapi. Kurangnya paparan informasi tersebut berdampak pada keterbatasan wawasan dan pemahaman responden. Hal ini sejalan dengan pendapat Budiman & Riyanto (2013) yang menyatakan bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh ketersediaan informasi; individu yang sering menerima

informasi akan memiliki pengetahuan yang lebih baik dibandingkan mereka yang jarang mendapatkan informasi. Oleh karena itu, pemberian edukasi kepada bidan terkait penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan pada masa kehamilan menjadi langkah penting untuk meningkatkan pengetahuan mereka. Diharapkan pula, bidan dapat mengikuti pelatihan hipnoterapi sehingga mampu mengaplikasikannya kepada pasien sebagai upaya membantu mengatasi kecemasan yang dialami ibu hamil.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada saat *pre test* responden memperoleh pengetahuan baik sebanyak 5 orang (16,67%), cukup sebanyak 6 orang (20%) dan kurang sebanyak 19 orang (63,33%). Kemudian pada saat *post test* responden memperoleh pengetahuan baik sebanyak 23 orang (76,67%), cukup sebanyak 4 orang (13,33%) dan kurang sebanyak 3 orang (10%). Hasil Uji Wilcoxon diperoleh nilai $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya ada perbedaan pengetahuan untuk pre test dan post test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan setelah diberikan edukasi mengenai penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan. Dari hasil penelitian ini ditemukan bahwa masih banyak bidan yang belum mengetahui tentang pentingnya penerapan hipnoterapi dalam mengatasi kecemasan. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang diterima oleh bidan tentang hipnoterapi untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh ibu hamil. Oleh karena itu, perlu untuk dilakukan pemberian edukasi kepada para bidan dan pelatihan hipnoterapi sehingga dapat diterapkan kepada pasiennya untuk

mengatasi kecemasan yang dialami selama kehamilan nantinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bayrampour, H., Vinturache, A., Hetherington, E., Lorenzetti, D. L., & Suzanne, T. (2018). Risk factors for antenatal anxiety: A systematic review of the literature. *J Reprod Infant Psychol*, 36(5), 476–503. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30293441/#:~:text=Results%3A+Factors+associated+with+greater,stress+and+adverse+life+events.>
- Bd, F., Susanti, D., & Hidayah, R. (2019). PERBEDAAN EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN DENGAN MEDIA LEAFLET DAN SLIDE TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG IMUNISASI MEASLES RUBELLA DI POSYANDU BAHARI IV DAN V LUBUK BUAYA KOTA PADANG TAHUN 2019. *JURNAL KESEHATAN MERCUSUAR*, 2(1), 5. <https://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar/article/view/38>
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). *Kapita selekta kuisisioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Salemba Medika.
- Downe, S., Finlayson, K., Melvin, C., Spiby, H., Ali, S., Diggle, P., Gyte, G., Hinder, S., Miller, V., Slade, P., Trepel, D., Weeks, A., Whorwell, P., & Williamson, M. (2015). Self-hypnosis for intrapartum pain management in pregnant nulliparous women: A randomised controlled trial of clinical effectiveness. *BJOG: An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 122(9), 1226–1234. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.13433>
- Indrawati, N. D., Ulfah, M., Dewi, K.,

- Salma, A., & Sari, J. M. (2025). *Increased Knowledge of Health Cadres with Leaflet And Powerpoint Education Media About The Danger of Pregnancy*. Proceedings of the 1st International Conference on Learning Innovation in Education and Wellness in the 21st Century (LEWIS-MHS 2024). Atlantis Press International BV. http://dx.doi.org/10.2991/978-94-6463-760-1_13
- Mahini, E., Hakimi, S., Shahrokhi, H., Salahi, B., Baniadam, K. O., & Ranjbar, F. (2023). Evaluation of factors related to maternal anxiety during pregnancy among women referred to Tabriz primary care centers. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04823-8>
- Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*, 3. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurbaya, A. P. (2023). Pengaruh Relaksasi Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester Iii Dalam Menghadapi Persiapan Persalinan Di Klinik Bougenville Pandeglang. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 7(3), 1–9. <https://doi.org/10.61720/jib.v7i3.381>
- Octavia, Y. T., Hasibuan, E. K., & Siahaan, J. M. (2024). the Effectiveness of Antenatal Hypnotherapy on Anxiety in Facing the Childbirth Process. *Jurnal Mutiara Ners*, 7(1), 55–61.
- Pratiwi, Y., & Anggiani, F. (2020). Hubungan Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat pada Penggunaan Antibiotik di Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. *Cendekia Journal of Pharmacy*, 4(2), 149–155. <https://doi.org/10.31596/cjp.v4i2.108>
- Simkin, P., & Bolding, A. (2004). Update on nonpharmacologic approaches to relieve labor pain and prevent suffering. *Journal of Midwifery and Women's Health*, 49(6), 489–504. <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2004.07.007>
- Stuart, G. W. (2016). *Principles and practice of psychiatric nursing*. Elsevier.
- Taufiqoh, S., Ainiyah, N. H., & Hajri, F. (2021). Pengaruh Hypnosis Terhadap Kecemasan Pada Calon Akseptor Iud. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(1), 51–66.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2010). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- Werner, A., Uldbjerg, N., Zachariae, R., Wu, C. Sen, & Nohr, E. A. (2013). Antenatal hypnosis training and childbirth experience: A randomized controlled trial. *Birth*, 40(4), 272–280. <https://doi.org/10.1111/birt.12071>
- Yahya, K., Ratna Hidayati, I., & Lia Yunita, S. (2021). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Santri Mengenai Swamedikasi Obat Diare dengan Media Slide di Lembaga Tinggi Pesantren Luhur Kota Malang. *Pharmaceutical Journal of Indonesia*, 7(1), 49–54.
- Yanti, E. M., & Wirastri, D. (2022). *Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*. PT. Nasya Expanding Management.