

LITERATURE REVIEW
EFEKTIVITAS *HYPNOBIRTHING* DALAM
PENURUNAN KECEMASAN SEBELUM PERSALINAN



NI PUTU ANGGI ADELINA
16C11805

FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI
DENPASAR
2020

LITERATURE REVIEW
EFEKTIVITAS *HYPNOBIRTHING* DALAM
PENURUNAN KECEMASAN SEBELUM PERSALINAN



**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali**

Diajukan Oleh:

NI PUTU ANGGI ADELINA

NIM. 16C18105

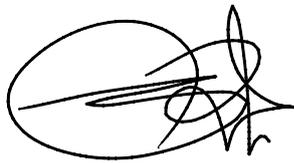
FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI
DENPASAR
2020

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Literature review dengan judul “Efektivitas *Hypnobirthing* Dalam Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan”, telah mendapatkan persetujuan pembimbing dan disetujui untuk diajukan ke hadapan Tim Penguji *Literature Review* pada Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali (ITEKES Bali).

Denpasar, 10 Juni 2020

Pembimbing I



Ni Luh Adi Satriani, S.Kep., M. Kep., Sp. Mat.

NIDN. 0820127401

Pembimbing II



Ni Wayan Manik Parwati, S.Si.T., M.Keb.

NIDN.0809058201

LEMBAR PENETAPAN PANITIA UJIAN LITERATURE REVIEW

Literature Review ini telah Diuji dan Dinilai oleh Panitia Penguji pada Program
Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali

pada Tanggal 16 Juni 2020

Panitia Penguji *Literature Review* Berdasarkan SK Rektor ITEKES Bali
Nomor: DL.02.02.1252.TU.VI.2020

Ketua : Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS
NIR/NIDN. 0806048001


.....

Anggota : 1. Ni Luh Adi Satriani, S.Kep., M. Kep., Sp. Mat.
NIDN. 08201274


.....

2. Ni Wayan Manik Parwati, S.Si.T., M.Keb
NIDN.0809058201


.....

LEMBAR PERNYATAAN PENGESAHAN

Literature Review dengan judul “Efektivitas *Hypnobirthing* Dalam Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan”, telah disajikan di depan dewan penguji pada tanggal 16 Juni 2020 telah diterima serta disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi dan Rektor Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali (ITEKES Bali).

Denpasar, 15 Juni 2020

Disahkan oleh:

Dewan Penguji *Literature Review*

1. Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS
NIR/NIDN. 0806048001
2. Ni Luh Adi Satriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat
NIDN. 08201274
3. Ni Wayan Manik Parwati, S.Si.T., M.Keb
NIDN.0809058201



.....



.....



.....

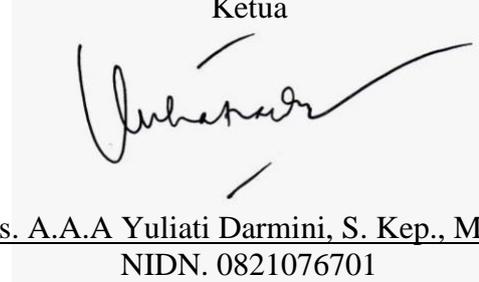
Mengetahui

Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES)
Bali Rektor



I Gede Putu Darma Suyasa, S.Kp., M.Ng., Ph.D
NIDN. 0823067802

Program Studi Sarjana Keperawatan
Ketua



Ns. A.A.A Yuliati Darmini, S. Kep., MNS
NIDN. 0821076701

FORMAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Anggi Adelina

NIM : 16C11805

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa *Literature Review* yang berjudul “Efektivitas *Hypnobirthing* Dalam Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan”, yang saya tulis ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya cantumkan dengan benar. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa *Literature Review* adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Dibuat di : Denpasar

Pada tanggal : 23 Juli 2020

Yang menyatakan



(Ni Putu Anggi Adelina)



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
LITERATURE REVIEW
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Anggi Adelina
NIM : 16C11805
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Jenis Karya : *Literature Review*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui memberikan kepada ITEKES Bali Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya saya yang berjudul “Efektivitas Hypnobirthing Dalam Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan”

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini ITEKES Bali berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan *Literature Review* saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Denpasar

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(Ni Putu Anggi Adelina)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan *literature review* yang berjudul “Efektivitas *Hypnobirthing* Dalam Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan”.

Dalam *literature review* ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan dan bantuan dari semua pihak sehingga *literature review* ini bisa diselesaikan tepat pada waktunya. Untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Gede Putu Darma Suyasa, S.Kp., M.Ng., Ph.D selaku rektor Institut Teknoogi dan Kesehatan Bali yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis menyelesaikan *literature review* ini.
2. Ibu Ns. Ni Luh Putu Dina Susanti, S.Kep.,M.Kep selaku Wakil Rektor (Warek) I yang memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
3. Bapak Ns. I Ketut Alit Adianta, S.Kep., MNS selaku Wakil Rektor (Warek) II yang memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
4. Bapak Ns. I Kadek Nuryanto, S.Kep.,MNS selaku Dekan Fakultas Kesehatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali yang telah memberikan dukungan moral kepada penulis.
5. Ibu Ns. A.A.A. Yuliati Darmini, S.Kep., MNS selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan yang memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
6. Ibu Ni Luh Adi Satriani,S.Kep.,M.Kep.,Sp.Mat selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan *literature review* ini.
7. Ibu Ni Wayan Manik Parwati,S.Si.T.,M.Keb selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan *literature review* ini.
8. Ibu Ns. Made Dian Shanti Kusuma, S.Kep selaku wali kelas C tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan *literature review*.

9. Seluruh keluarga tercinta terutama Orang Tua dan Ery Prabawa yang selalu memberi dukungan serta dorongan moral dan materiil kepada penulis disaat suka dan duka sehingga penulis mampu menyelesaikan *literature review* ini.
10. Kepada Sahabat, Teman yang selalu membantu dan memberi saran dalam menyelesaikan *literature review* ini.
11. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan *literature review* ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan *literature review* ini masih belum sempurna, untuk itu dengan hati terbuka, penulis menerima kritik dan saran yang sifatnya konstruktif untuk kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar, 28 Mei 2020

Penulis

EFEKTIVITAS *HYPNOBIRTHING* DALAM PENURUNAN KECEMASAN SEBELUM PERSALINAN

Ni Putu Anggi Adelina

Fakultas Kesehatan

Program Studi Sarjana Keperawatan

Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Email : anggikadelinaa@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan pada ibu hamil adalah perasaan takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan gejala fisiologis. Peningkatan kecemasan yang tidak diobati dapat berakhir dengan komplikasi kehamilan dan persalinan. Di beberapa negara maju seperti Amerika Serikat telah mengembangkan metode non-farmakologis untuk menangani tenaga kerja yang *hypnobirthing*. *Hypnobirthing* adalah metode alami yang digunakan untuk menghilangkan rasa takut, panik, tegang dan tekanan lain yang menghantui ibu selama persalinan.

Tujuan: Diketuainya efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan saat persalinan.

Metode: Menggunakan database dari *Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci yaitu “Kecemasan”, “*Hypnobirthing*”, dengan batasan tahun 2012 sampai 2020. Terdapat enam artikel yang sesuai dengan kata kunci dan selanjutnya artikel dikritik dengan *critical appraisal summary axis cross sectional study*.

Hasil: Dari artikel yang telah di review menunjukkan bahwa 5 artikel menyatakan *hypnobirthing* efektif terhadap penurunan kecemasan sebelum persalinan, dan 1 artikel menyatakan *hypnobirthing* tidak efektif dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan.

Kesimpulan: *Hypnobirthing* dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil. Diharapkan ibu hamil tetap melakukan *hypnobirthing* setidaknya minimal dua kali dalam satu hari selama 10-15 menit, agar mendapatkan kehamilan yang aman dan minim trauma.

Kata Kunci: Kecemasan, *Hypnobirthing*, Persalinan

THE EFFECTIVENESS OF HYPNOBIRTHING IN THE DECREASE OF ANXIETY BEFORE LABOR

Ni Putu Anggi Adelina

Faculty of Health

Bachelor of Nursing Program

Institute of Technology and Health Bali

Email: anggikadelinaa@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anxiety in pregnant women is an unpleasant feeling of fear accompanied by physiological symptoms. The increase of untreated anxiety can cause complications of pregnancy and childbirth. In some developed countries such as the United States have developed non-pharmacological methods named hypnobirthing. Hypnobirthing is a natural method used to eliminate fear, panic, tension and other stresses that haunt the mother during labor.

Aim: To identify the effectiveness of hypnobirthing in reducing anxiety in labor.

Method: The data obtained from Google Scholar database using the keywords "Anxiety", and "Hypnobirthing" with a limit of publication years of 2012 to 2020. There were six articles related to the objectives of the study and then the articles were criticized with critical appraisal summary axis cross sectional study.

Finding: The finding showed that five article stated hypnobirthing was effective in decreasing anxiety before labor, and one article stated hypnobirthing was not effective.

Conclusion: Hypnobirthing can reduce anxiety in pregnant women. It is expected that pregnant women continue to do hypnobirthing at least twice a day for 10-15 minutes, in order to get a safe and minimal trauma pregnancy.

Keywords: Anxiety, Hypnobirthing, Labor

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DEPAN DENGAN SPESIFIKASI.....	ii
PERNYATAAN LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENETAPAN UJIAN LITERATURE REVIEW	iv
LEMBAR PERNYATAAN PENGESAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	3
C. Manfaat Penelitian.....	3
D. Sistematika Penelitian	4
BAB II METODE	5
A. Teknik Pencarian Artikel.....	5
B. Critical Appraisal.....	7
BAB III HASIL.....	12
A. Sintesis Tabel.....	12
B. Ringkasan Sintesis Tabel.....	31

BAB IV PEMBAHASAN.....	33
A. Proses Pencarian Artikel Sampai <i>Critical Appraisal</i>	33
B. Hasil <i>Review</i> Artikel.....	35
BAB V KESIMPULAN DAN IMPLIKASI.....	37
A. Kesimpulan.....	37
B. Implikasi ke tatanan nyata atau peneliti selanjutnya	37
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Langkah-langkah Pencarian Artikel.....	7
---	---

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Critical Appraisal Summary Axis Cross-sectional Study</i>	8
Tabel 3.1 Sintesis Tabel	13

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penyusunan *Literature Review*

Lampiran 2. Surat Keterangan *Translate*

Lampiran 3. Daftar Revisi *Literature Review*

Lampiran 4. Lembar Bimbingan *Literature Review*

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
AKI	: Angka Kematian Ibu
AKB	: Angka Kematian Bayi
KH	: Kelahiran Hidup
FINER	: <i>Feasible, Interesting, Novelty, Ethical, Relevant</i>
ACM	: <i>Association for Computing Machinery</i>
IEEE	: <i>Institute of Electrical and Electronics Engineers</i>
ERIC	: <i>Elsevier, Education Resource Information Center</i>
CASP	: <i>Critical Appraisal Skills Programme</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
EFT	: <i>Emotional Freedom Therapy</i>

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hypnobirthing sering disebut dengan *Hipnosis Persalinan*. *Hypnosis* merupakan perubahan keadaan, yang mana subjek melakukan apa yang diperintahkan oleh *penghipnosis*. *Hypnobirthing* adalah metode relaksasi yang mendasarkan pada keyakinan bahwa ibu hamil bisa mengalami persalinan melalui insting dan memberikan sugesti bahwa melahirkan itu nikmat (Maryunani, 2010).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam (Budisetyani, W., 2013) menyatakan bahwa diperkirakan 585.000 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan, proses kelahiran dan aborsi yang tidak aman dan diperkirakan sekitar satu perempuan meninggal setiap menit. Negara-negara di Asia termasuk Indonesia memiliki warga perempuan kemungkinan 20-60 kali lipat dibanding negara-negara Barat dalam hal kematian ibu karena persalinan dan komplikasi kehamilan. Dijelaskan juga oleh Suparyanto, (2011) penyebab langsung kematian ibu sebesar 90% terjadi pada saat persalinan dan segera setelah persalinan, yaitu karena perdarahan (28%), eklamsia (24%), dan infeksi (11%). Penyebab tidak langsung kematian ibu antara lain karena kurang energi kronis (KEK) pada kehamilan (37%) dan anemia pada kehamilan (40%).

Selain itu menurut (Sindhu, 2009 dalam Tiawaningrum, E., 2018) menyatakan bahwa banyak metode yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri pada persalinan, yang dapat mengakibatkan pada persalinan lama yaitu baik *farmakologi* maupun *non farmakologi*. Salah satunya dengan melakukan *hypnobirthing*, pada masa ini *hypnobirthing* merupakan salah satu solusi yang bermanfaat sebagai media *self help* yang akan mengurangi ketidaknyamanan selama masa kehamilan, membantu dalam proses persalinan dan bahkan mempersiapkan mental untuk masa awal setelah persalinan.

Menurut (Manggarsari, 2010 dalam Budisetyani, W., 2013) menyatakan bahwa metode *hypnobirthing* mulai disebarluaskan pada tahun 2003 oleh Lanny Kuswandi di Indonesia. *Hypnobirthing* adalah penggunaan *hipnosis* untuk membantu ketenangan jiwa ibu hamil serta membantu proses persalinan yang lancar dan alami.

Sampai saat ini, jumlah kematian ibu di Provinsi Bali masih ada namun sudah semakin menurun. Setiap tahunnya Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Bali di bawah 100/100.000 kelahiran hidup (KH), yakni tahun 2009 77,01/100.000 KH dan tahun 2010 mengalami penurunan menjadi 58,01/100.000 KH, sedangkan AKI Nasional tahun 2009-2010 sebesar 226/100.000 KH. Angka kematian bayi (AKB) sebesar 11,53 per 1000 kelahiran.

Selain itu di Bali sudah ada beberapa klinik yang menerapkan terapi *hypnobirthing* ini salah satunya di Griya Kamini yang dilakukan oleh Bidan Widhi. Terapi *hypnobirthing* ini diberikan pada ibu usia kehamilan 7-9 bulan, di Griya Kamini klien diberikan terapi *hypnobirthing* menggunakan teknik relaksasi dan sugesti.

Menurut hasil penelitian (Budisetyani, W., 2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara intensitas keikutsertaan *hypnobirthing* dengan tingkat kecemasan ibu hamil. Hubungan yang negatif berarti ibu hamil yang mengikuti teknik *hypnobirthing* dengan rutin, maka tingkat kecemasan yang dialami lebih rendah dibandingkan dengan ibu hamil yang mengikuti teknik *hypnobirthing* dengan intensitas tidak rutin.

Menurut hasil penelitian Eva Novalia 2016, menyatakan bahwa metode *hypnobirthing* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di Puskesmas Blooto, Kota Mojokerto tahun 2011 ($p=0,032 < 0,05$). Metode *hypnobirthing* juga berpengaruh sangat signifikan terhadap lama proses persalinan ($p < 0,05$), pada ibu bersalin yang mendapatkan perlakuan metode *hypnobirthing* mempunyai waktu proses persalinan yang lebih sedikit dibandingkan dengan ibu bersalin yang dilakukan asuhan sayang ibu.

Dilain sisi penelitian menurut (Karmila, 2019) menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara hubungan kelas ibu hamil berbasis *hypnobirthing* dengan jenis persalinan. Banyak masyarakat yang berasumsi bahwa mengikuti kelas ibu hamil berbasis *hypnobirthing* akan mampu melahirkan secara normal, berdasarkan yang diketahui peneliti secara teoritis dari manfaat *hypnobirthing* dan kelas ibu hamil tidak ada yang menjelaskan bahwa yang ikut kelas ibu hamil berbasis *hypnobirthing* mampu melahirkan secara spontan.

Sehingga dari data tersebut terdapat kesenjangan karena adanya hubungan yang signifikan dan hubungan yang tidak signifikan terhadap terapi *hypnobirthing* ini, maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan kajian literatur “Efektivitas *Hypnobirthing* Menurunkan Kecemasan Sebelum Persalinan”.

B. Tujuan *Literature Review*

1. Tujuan Umum

Diketuainya efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan.

2. Tujuan Khusus

b. Diketuainya penurunan terhadap tingkat kecemasan sesudah persalinan dengan metode relaksasi

c. Diketuainya penurunan terhadap tingkat kecemasan dengan metode hypnosis

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari *literature review* ini dapat menambah informasi yang bisa dijadikan referensi untuk mengurangi kecemasan sebelum persalinan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Manfaat dari *literature review* ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam pemberian *hypnobirthing* sebelum persalinan kepada klien.

b. Bagi Peneliti

Diharapkan *literature review* ini dapat menambah wawasan, meningkatkan pemahaman mengenai hal-hal baru yang didapatkan dalam hasil *literature review* ini serta sebagai bahan untuk mengembangkan penelitian lain yang berkaitan dengan pemberian *hypnobirthing*.

D. Sistematika Penulisan

Pada bab I pendahuluan, penulis menjelaskan mengenai latar belakang mengapa penulis memilih tema ini, apa tujuan dari *literature review* ini kemudian menjelaskan manfaat dari *literature review* yang dilakukan dan terakhir adalah sistematika penulisan. Pada bab II yaitu metode, penulis menjelaskan mengenai teknik pencarian artikel yang terdiri dari tahap 1 yaitu formulasi proses pencarian artikel, tahap 2 yaitu seleksi berdasarkan kesesuaian judul artikel, tahap 3 seleksi berdasarkan judul dan abstrak serta kesesuaian dengan tujuan *literature review*, dan tahap 4 yaitu daftar judul artikel yang dipilih. Setelah teknik pencarian artikel selanjutnya melakukan *critical appraisal*. Bab III yaitu hasil, penulis membuat sintesis tabel dengan jurnal yang sudah dipilih kemudian meringkas hasil dari sintesis tabel yang telah dibuat. Pada bab IV yaitu pembahasan, penulis membuat pembahasan secara terstruktur dan mendalam terkait dengan metode mulai dari proses pencarian artikel sampai dengan *critical appraisal*. Pada bab V yaitu bagian kesimpulan dan implikasi ke tatanan nyata, penulis menjelaskan kesimpulan dan implikasi pada tatanan nyata dengan menggunakan kriteria FINER dan yang terakhir yaitu melampirkan daftar pustaka.

BAB II

METODE

A. Teknik Pencarian Artikel

Pada bagian ini penulis menjelaskan teknik pencarian artikel yang terdiri dari 4 tahapan, sebagai berikut:

1. Tahap 1

Pada tahap ini penulis akan melakukan formulasi proses pencarian artikel yang sesuai pertanyaan penulis/ *literature review*. Tahap ini dapat dilakukan secara sistematis menggunakan berbagai pencarian kepustakaan yang tersedia, bertujuan untuk publikasi ilmiah terhadap topik yang digunakan sebanyak mungkin (Sudira, 2016). Database atau dataset yang dapat digunakan untuk penelitian *literature* adalah *Google Scholar*, *ACM*, *IEEE*, *Elsevier*, *Education Resource Information Center (ERIC)*, *ProQuest*, *EBSCO* dan *HOST* (Suhartono, 2017). Pada *literature review* ini database pencarian artikel yang digunakan oleh penulis adalah *Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci yaitu “Kecemasan”, “*Hypnobirthing*”. Selanjutnya penulis menentukan batasan-batasan pencarian artikel yang akan direview dalam *literature review*. Adapun batasan-batasan yang akan digunakan adalah pencarian artikel yang di publikasi dalam rentang tahun 2012 sampai dengan tahun 2020, menggunakan bahasa Inggris atau bahasa Indonesia, tersedia dalam bentuk *full text*, serta artikel yang membahas mengenai efektivitas *hypnobirthing* menurunkan kecemasan sebelum persalinan.

2. Tahap 2

Pada tahap ini penulis melakukan seleksi berdasarkan kesesuaian judul artikel. Total artikel yang ditemukan dalam rentang tahun 2012 sampai dengan 2020 adalah sebanyak 378 artikel. Dari 378 artikel yang ditemukan, penulis melakukan seleksi berdasarkan judul artikel sehingga diperoleh 12 artikel dengan judul yang berkaitan dengan topik yang akan dibahas dalam *literature review* dan terdapat 366 artikel yang tidak sesuai.

3. Tahap 3

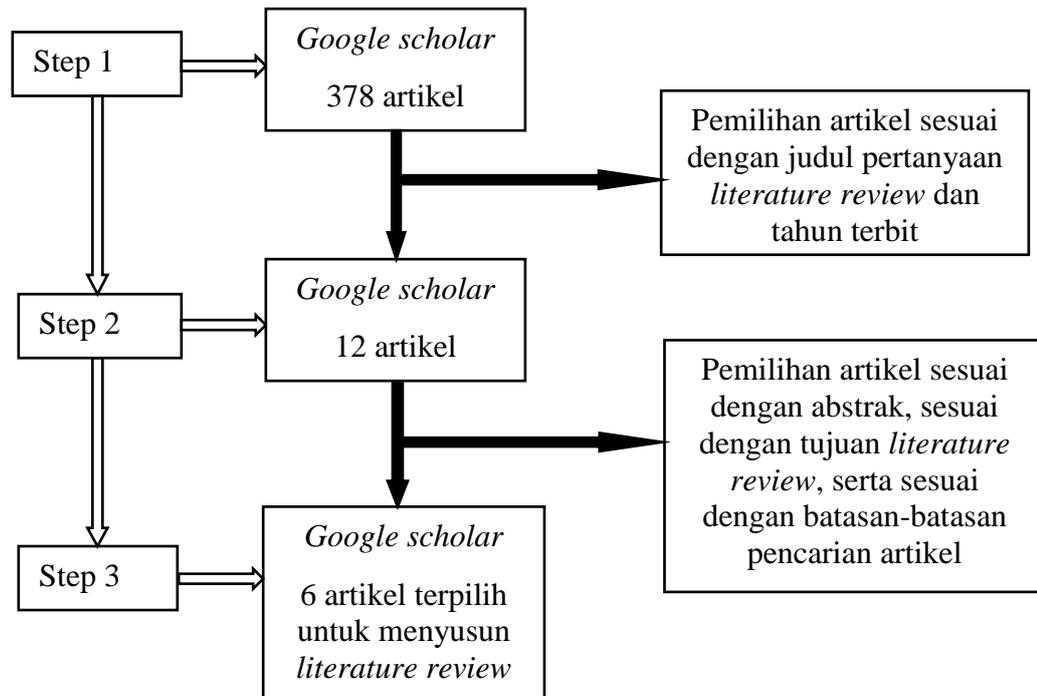
Pada tahap ketiga dilakukan seleksi berdasarkan judul, abstrak serta kesesuaian dengan tujuan *literature review*. Proses penyaringan dengan membaca abstrak dari artikel-artikel tersebut untuk mengidentifikasi kesesuaian artikel dengan topik pembahasan dalam *literature review* ini (Bintana et al, 2015). Pada *literature review* ini peneliti melakukan seleksi lebih lanjut dengan menggunakan batasan pencarian artikel yang sudah ditetapkan seperti kesesuaian judul artikel dengan topik, artikel tersedia dalam bentuk *full text* dan dapat diunduh, serta memastikan artikel membahas mengenai topik efektivitas *hypnobirthing* menurunkan kecemasan sebelum persalinan. Hasil dari proses seleksi tersebut, dari 12 artikel yang telah dipilih sebelumnya, terdapat 6 artikel yang sesuai dengan tujuan *literature review*.

4. Tahap 4

Tahap terakhir pada *literature review* ini adalah dokumentasi yang dilakukan dengan menuliskan hasil temuan dari proses sebelumnya (Bintana et al, 2015). Pada tahap ini peneliti mencantumkan judul-judul artikel yang terpilih, yaitu sebanyak 6 artikel, diantaranya :

- a. Efektivitas *Hypno-Eft* Dan Pernafasan Yoga Dalam Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Di Bpm Ny. Sri Kustinah.
- b. Efektivitas Teknik *Hypnobirthing* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Kelurahan Teluk Purwokerto Selatan.
- c. Efektivitas Penerapan *Hypnobirthing* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga Menjelang Persalinan Anak Pertama Di Usia Dewasa Awal.
- d. Efektivitas Relaksasi *Hypnobirthing* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dan Kestabilan Tekanan Darah Pada Persalinan Kala I.
- e. *Hypnobirthing* Sebagai Upaya Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil.

- f. Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum Di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai.



Gambar 1. Langkah-langkah pencarian artikel

B. Critical Appraisal

Pada *literature review* ini, jenis studi yang digunakan pada artikel yang terpilih adalah studi *cross sectional*, *quasi experiment*, dan *literature review*. *Critical appraisal* yang digunakan pada *literature review* ini adalah *summary axis cross sectional study*. Penilaian ini digunakan untuk menilai studi yang digunakan sehingga hasil dari interpretasi dapat dijadikan sarana untuk menentukan kualitas pada studi yang di nilai. Ceklist *critical appraisal* CASP (*Critical Appraisal Skills Programme*) terlampir.

Tabel 2.1 *Critical Appraisal Summary Axis Cross-sectional Study***Summary Axis Cross-sectional Study**

Petunjuk:

Berikan tanda (√) jika artikel memenuhi pertanyaan

Berikan tanda (-) jika artikel tidak memenuhi pertanyaan

Pertanyaan	Artikel Penelitian				
	1	2	3	4	5
Latar Belakang					
1. Apakah tujuan dari penelitian sudah jelas?	√	√	√	√	√
Metodologi					
2. Apakah desain penelitian sesuai dengan tujuan?	√	√	√	√	√
3. Apakah jumlah sampel sudah benar?	√	√	√	√	-
4. Apakah target populasi didefinisikan dengan jelas? (apakah jelas siapa yang akan menjadi target penelitian?)	√	√	√	√	√
5. Apakah kerangka sampel diambil dari basis populasi yang tepat sehingga mewakili populasi target/ referensi yang sedang diselidiki?	√	√	√	-	√
6. Apakah proses seleksi cenderung memilih subyek / peserta yang mewakili populasi target / referensi yang sedang diselidiki?	√	√	√	√	√
7. Apakah ada tindakan yang dilakukan untuk menangani dan mengkategorikan bukan-responden?	-	-	-	-	-
8. Apakah faktor risiko dan variabel yang diukur sudah sesuai dengan tujuan penelitian?	√	√	√	√	√
9. Apakah faktor risiko dan variabel yang diukur sudah menggunakan instrument/ alat ukur yang benar yang sudah diuji coba, sudah melalui study pendahuluan atau dipublikasikan sebelumnya?	-	-	-	-	-
10. Apakah jelas apa yang digunakan untuk menentukan signifikansi statistik dan / atau perkiraan presisi? (mis. p-values, confidence interval)	√	-	√	√	√
11. Apakah metode penelitian (termasuk metode statistic) cukup dijelaskan pada kemungkinan untuk dilakukan ulang?	√	-	√	√	-

Hasil Penelitian	Dituliskan pada form sintesis table				
12. Apakah data dasar sudah dijelaskan dengan baik?	√	√	√	√	√
13. Apakah tingkat respons menimbulkan kekhawatiran tentang bias non-respons?	-	-	-	-	-
14. Jika sesuai, apakah informasi tentang yang bukan responden dijelaskan?	-	-	-	-	-
15. Apakah hasil penelitian konsisten secara internal?	√	√	√	√	√
16. internal?					
17. Apakah hasil penelitian yang disajikan untuk semua analisis dijelaskan dalam metode penelitian?	√	√	√	√	√
Pembahasan Penelitian					
18. Apakah pembahasan penulis dan kesimpulan sudah sesuai dengan hasil penelitian?	√	√	√	√	√
19. Apakah keterbatasan penelitian telah dibahas?	-	-	-	-	-
Lainnya					
20. Apakah ada sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian?	-	-	-	-	-
21. Apakah persetujuan etik dan persetujuan partisipan tercapai?	-	-	-	-	-

Kesimpulan dari *summary axis cross-sectional study* yang telah dilakukan pada 5 artikel diatas, didapatkan hasil sebagai berikut : pada pertanyaan latar belakang semua artikel memenuhi pertanyaan. Pada pertanyaan metodologi, artikel 1 tidak memenuhi pertanyaan point 7 dan 9. Artikel 2 tidak memenuhi pertanyaan point 6,7,9,10 dan 11. Artikel 3 tidak memenuhi pertanyaan point 7 dan 9, Artikel 4 tidak memenuhi pertanyaan point 7 dan 9, dan terakhir artikel 5 tidak memenuhi pertanyaan point 3, 7, 9 dan 11. Pada pertanyaan hasil penelitian, kelima artikel diatas tidak memenuhi pertanyaan point 13 dan 14. Pada pertanyaan pembahasan penelitian, kelima artikel diatas tidak memenuhi pertanyaan point 18, dan pada pertanyaan lainnya, kelima artikel tidak memenuhi pertanyaan point 19 dan 20.

Petunjuk :

Berikan tanda (√) jika artikel memenuhi pertanyaan

Berikan tanda (-) jika artikel tidak memenuhi pertanyaan

Pertanyaan	Artikel Penelitian 1
Latar Belakang	
1. Apakah tujuan dari penelitian sudah jelas?	√
Metodologi	
2. Apakah desain penelitian sesuai dengan tujuan?	√
3. Apakah jumlah sampel sudah benar?	√
4. Apakah target populasi didefinisikan dengan jelas? (apakah jelas siapa yang akan menjadi target penelitian?)	√
5. Apakah kerangka sampel diambil dari basis populasi yang tepat sehingga mewakili populasi target/referensi yang sedang diselidiki?	√
6. Apakah proses seleksi cenderung memilih subyek / peserta yang mewakili populasi target / referensi yang sedang diselidiki?	√
7. Apakah ada tindakan yang dilakukan untuk menangani dan mengkategorikan bukan- responden?	-
8. Apakah faktor risiko dan variabel yang diukur sudah sesuai dengan tujuan penelitian?	√
9. Apakah faktor risiko dan variabel yang diukur sudah menggunakan instrument/ alat ukur yang benar yang sudah diuji coba, sudah melalui study pendahuluan atau dipublikasikan sebelumnya?	-
10. Apakah jelas apa yang digunakan untuk menentukan signifikansi statistik dan / atau perkiraan presisi? (mis. p-values, confidence interval)	√
11. Apakah metode penelitian (termasuk metode statistic) cukup dijelaskan pada kemungkinan untuk dilakukan ulang?	√
Hasil Penelitian	
12. Apakah data dasar sudah dijelaskan dengan baik?	√
13. Apakah tingkat respons menimbulkan kekhawatiran tentang bias non-respons?	-
14. Jika sesuai, apakah informasi tentang yang bukan responden dijelaskan?	-
15. Apakah hasil penelitian konsisten secara internal?	√
16. Apakah hasil penelitian yang disajikan untuk semua analisis dijelaskan dalam metode penelitian?	√

Pembahasan Penelitian

17. Apakah pembahasan penulis dan kesimpulan sudah sesuai dengan hasil penelitian?	√
--	---

18. Apakah keterbatasan penelitian telah dibahas?	-
---	---

Lainnya

19. Apakah ada sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian?	-
--	---

20. Apakah persetujuan etik dan persetujuan partisipan tercapai?	√
--	---

Kesimpulan dari *summary axis cross-sectional study* yang telah dilakukan pada artikel ke 6, didapatkan hasil sebagai berikut : pada pertanyaan latar belakang artikel memenuhi pertanyaan. Pada pertanyaan metodologi point 7 dan 9 artikel 6 tidak memenuhi pertanyaan. Pada hasil penelitian artikel 6 tidak memenuhi pertanyaan point 13 dan 14. Pada pembahasan artikel 6 tidak memenuhi pertanyaan point 18 19.

BAB III

HASIL

A. Sintesis Tabel

Sintesis tabel adalah sebuah tabel yang digunakan untuk mengelompokkan atau mengklasifikasi argumen-argumen yang berbeda dari beberapa artikel dan menggabungkan berbagai elemen yang berbeda untuk mendapatkan kesan/simpulan terhadap keseluruhan artikel secara umum. Pada tahap ini penulis mensintesis hasil penelitian dari keenam artikel yang sudah ditentukan. Sintesis tabel yang digunakan dalam *literature review* ini membahas mengenai tujuan penelitian, metode penelitian, hasil penelitian, kritik berdasarkan CASP, dan keterbatasan penelitian.

Tabel 3.1 Sintesis Tabel

No	Penulis /Tahun	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Kritik
1.	(Eti Salafas, Rifka Anisa, Vivi Ida Rusita, 2016)	Tujuan penelitian ini adalah mengetahui keefektifan <i>hypno EFT</i> dan pernafasan yoga terhadap perubahan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III	a. Desain Penelitian : Desain penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i> b. Tempat dan waktu pengumpulan data : 1) Tempat pengumpulan data: Penelitian ini dilakukan di BPM Hj. Sri Kustinah Amd.Keb Kecamatan Ngaliyan, Semarang Barat	a. Hasil utama sesuai tujuan : Hasil penelitian ini diperoleh bahwa <i>EFT Hypno</i> - efektif dalam penurunan kecemasan ibu hamil Trimester III dengan p value $0.0001 < 0.05$. Pernafasan Yoga juga efektif dalam penurunan kecemasan ibu hamil dengan p value $0.0001 < 0.05$. Pernafasan Yoga lebih efektif dalam perubahan kecemasan ibu hamil trimester I (12.696) dibandingkan dengan <i>Hypno-EFT</i> (9.279).	a. Dibuat berdasarkan hasil <i>critical appraisal</i> CASP : CASP yang digunakan adalah CASP <i>Cross-sectional</i> , dari 20 total pernyataan didapatkan 15 point pernyataan ya dan 5 point pernyataan tidak. Beberapa kekurangan yang ada dalam jurnal ini adalah 1) Hasil Penelitian : Dalam hasil penelitian, peneliti tidak menjelaskan mengenai apakah tingkat respons menimbulkan kekhawatiran tentang bias non-respons, serta tidak dijelaskannya informasi

17

<p>2) Waktu pengumpulan data: Penelitian dilakukan pada bulan April 2016 sampai dengan Juni 2016</p> <p>c. Populasi : Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di BPM Ny. Sri Kustinah berjumlah 20 responden yang dibagi 2 kelompok</p> <p>d. Sampel</p> <p>1) Besar sampel : 20 responden</p> <p>2) Teknik sampling : <i>purposive sampling</i></p>	<p>b. Rekomendasi Penelitian: Berdasarkan dari hasil CASP jurnal tersebut tidak menjelaskan rekomendasi penelitian bagi peneliti dan tenaga kesehatan untuk melakukan penelitian selanjutnya.</p>	<p>mengenai yang bukan responden.</p> <p>2) Pembahasan penelitian : Pada artikel ini peneliti tidak menjelaskan mengenai keterbatasan dalam penelitian.</p> <p>3) Lainnya : Pada artikel ini peneliti tidak menjelaskan mengenai ada/tidak sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian serta tidak dijelaskannya persetujuan etik dan persetujuan partisipan</p>
--	---	---

e. Metode Pengumpulan data :

Metode pengumpulan data menggunakan *paired sample t-test*

f. Instrumen yang digunakan :

Instrumen penelitian yang digunakan adalah HARS (*Hamillton Anxiety Rating Scale*)

g. Jenis analisa data/metode statistic yang digunakan :

¹⁷ *Quasi experiment* menggunakan rancangan *twogroup Pretest – Posttest*.

apakah sudah tercapai atau tidak tercapai

b. Dilihat dari keterbatasan penelitian :

Dalam artikel ini peneliti tidak mencantumkan keterbatasan penelitian.

2. (Siti Haniyah, 2013)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas teknik <i>hypnobirthing</i> untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Desa Teluk Purwokerto Selatan.	<p>a. Desain Penelitian : Desain penelitian yang digunakan adalah <i>cross-sectional</i></p> <p>b. Tempat dan waktu pengumpulan data</p> <p>1) Tempat pengumpulan data: Penelitian ini dilaksanakan di Desa Teluk Purwokerto Selatan</p> <p>2) Waktu pengumpulan data: Penelitian ini tidak menjelaskan waktu pengumpulan data tersebut.</p>	<p>a. Hasil utama sesuai tujuan penelitian: Teknik <i>hypnobirthing</i> efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Kelurahan Teluk Purwokerto Selatan dengan nilai signifikansi $p \text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$).</p> <p>b. Rekomendasi Penelitian Diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan membandingkan pengaruh tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dan multigravida.</p>	<p>a. Dibatasi berdasarkan hasil <i>critical appraisal CASP</i> : <i>CASP</i> yang digunakan adalah <i>CASP Cross-sectional</i>, dari 20 total pernyataan didapatkan 11 point pernyataan ya dan 9 point pernyataan tidak. Beberapa kekurangan yang ada dalam jurnal ini adalah</p> <p>1) Metodologi : Pada metodologi penelitian, peneliti tidak mencantumkan apakah ada tindakan yang dilakukan untuk menangani dan mengategorikan bukan-responden, peneliti tidak mencantumkan apakah faktor resiko dan variabel</p>
-------------------------	---	--	--	--

c. Populasi : Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil primigravida.

d. Sampel

1) Besar sampel :

16 ibu hamil

2) Teknik sampling :

tidak dijelaskan

3) Kriteria inklusi dan

eksklusi : (-)

e. Metode Pengumpulan

data :

17
Kuesioner

f. Instrumen yang

digunakan : (-)

g. Jenis analisa

data/metode statistic

yang diukur sudah menggunakan instrument/ alat ukur yang benar yang sudah diuji coba, selain itu peneliti juga tidak menjelaskan yang digunakan untuk menentukan signifikansi statistik dan metode penelitian tidak cukup jelas

2) Hasil Penelitian :

Pada artikel ini peneliti tidak menjelaskan mengenai apakah tingkat respons menimbulkan kekhawatiran tentang bias non-respons, serta tidak dijelaskannya informasi mengenai yang bukan

yang digunakan : ()

responden.

3) Pembahasan penelitian :

Pada pembahasan penelitian tidak terdapat pembahasan mengenai keterbatasan penelitian

4) Lainnya :

Pada artikel ini peneliti tidak menjelaskan mengenai ada/tidak sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian.

17

3.	(Kamilia Asmarany, 2012)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode <i>hypnobirthing</i>	a. Desain Penelitian : Desain penelitian yang digunakan adalah analitik dengan desain <i>cross sectional</i> .	a. Hasil utama sesuai tujuan penelitian : Hasil dari penelitian <i>hypnobirthing</i> menunjukkan penurunan	a. Dibuat berdasarkan hasil <i>critical appraisal CASP</i> : <i>CASP</i> yang digunakan adalah <i>CASP Cross-sectional</i> , dari 20 total pernyataan didapatkan 13
----	--------------------------	--	---	--	---

terhadap penurunan tingkat kecemasan pada wanita dewasa awal.

b. Tempat dan waktu pengumpulan data :

- 1) Tempat pengumpulan data : (-)
- 2) Waktu pengumpulan data : (-)

c. Populasi :

Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil usia trimester tiga yang akan menghadapi persalinan anak pertama.

d. Sampel

- 1) Besar sampel : 12 responden
- 2) Teknik sampling : *purposive sampling*

tingkat kecemasan menjelang persalinan anak pertama yang signifikan setelah mengikuti hypnobirthing. Hasil analisis data dengan menggunakan uji Wilcoxon menemukan yaitu $z = -3.061; p = 0.002 < 0.05$ (signifikan). Dari hasil tersebut didapatkan bahwa ada penurunan yang signifikan antara pengukuran sebelum perlakuan (pretest) dan sesudah perlakuan (posttest) yaitu metode

point pernyataan ya dan 7 point pernyataan tidak. Beberapa kekurangan yang ada dalam jurnal ini adalah

1) Metodologi:

Tidak menjelaskan tindakan yang dilakukan untuk menangani dan mengkategorikan bukan-responden, tidak dijelaskan faktor risiko dan variabel yang diukur sudah menggunakan instrument atau alat ukur yang benar yang sudah diuji coba

2) Hasil penelitian :

Tidak dijelaskan apakah tingkat respons menimbulkan

	hypnobirthing.	kekhawatiran tentang bias non respon
3) Kriteria inklusi dan eksklusi : (-)	b. Rekomendasi peneitian :	3) Pembahasan penelitian:
e. Metode Pengumpulan data :	Berdasarkan dari hasil CASP jurnal tersebut tidak menjelaskan rekomendasi penelitian bagi peneliti dan tenaga kesehatan untuk melakukan penelitian selanjutnya.	Tidak dijelaskan keterbatasan penelitian yang telah dibahas
Pengukuran fisiologis/biologis		4) Lainnya :
f. Instrumen yang digunakan : (-)		Tidak dijelaskan oleh peneliti mengenai ada/tidak sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian
g. Jenis analisa data/metode statistic yang digunakan :		b. Dilihat dari keterbatasan penelitian : Berdasarkan dari hasil CASP jurnal tersebut tidak menjelaskan keterbatasan dari penelitian
analisis statistik uji dua sampel yang berhubungan yaitu analisis perbedaan skor kecemasan sebelum mendapat perlakuan dan setelah mendapat perlakuan, yaitu dengan		

		Uji Wilcoxon.		tersebut.	
4.	(Lestari Puji Astuti, Arista Adityasari Putri, Kuminah, 2019)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas relaksasi <i>hypnobirthing</i> terhadap tingkat nyeri dan tekanan darah pada tahap pertama persalinan.	<p>a. Desain Penelitian : Desain penelitian ini adalah <i>quasi eksperimental design</i> dengan rancangan <i>post test only control group</i></p> <p>b. Tempat dan waktu pengumpulan data : 1) Tempat pengumpulan data: Wilayah Puskesmas Gunungwungkal 2) Waktu pengumpulan data : bulan Nopember dan Desember</p> <p>c. Populasi : Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di wilayah Puskesmas</p>	<p>a. Hasil utama sesuai tujuan penelitian: Relaksasi <i>hypnobirthing</i> efektif terhadap tingkat nyeri (p-value 0,001 < 0,05) dan tekanan darah (p-value systole 0,014 < 0,05 dan p-value diastole 0,000 < 0,05) pada persalinan kala I</p> <p>b. Hasil-hasil terkait dengan masalah yang diteliti : - Hasil uji normalitas menggunakan saphiro-wilk tentang tingkat nyeri yang dilakukan relaksasi <i>hypnobirthing</i> nilai p-value 0,006 < 0,05 berarti data berdistribusi tidak normal. Sedangkan</p>	<p>a. Dibuat berdasarkan hasil <i>critical appraisal CASP</i> : <i>CASP</i> yang digunakan adalah <i>CASP Cross-sectional</i>, dari 20 total pernyataan didapatkan 11 point pernyataan ya dan 9 point pernyataan tidak. Beberapa kekurangan yang ada dalam jurnal ini adalah 1) Metodologi : Pada metodologi peneliti tidak menjelaskan apakah jumlah sampel sudah benar, peneliti tidak menjelaskan mengenai apakah ada tindakan yang dilakukan untuk menangani dan mengkategorikan bukan-responden, peneliti juga</p>

Gunungwungkal.	nyeri yang tidak	tidak menjelaskan apakah
d. Sampel	dilakukan relaksasi	faktor risiko dan variabel
1) Besar sampel :	hypnobirthing nilai p-	yang diukur sudah
34 ibu bersalin	value 0,020 < 0,05	menggunakan instrument/
2) Teknik sampling :	berarti data berdistribusi	alat ukur yang benar yang
(-)	tidak normal	sudah diuji coba, sudah
3) Kriteria inklusi dan	c. Rekomendasi penelitian :	melalui study pendahuluan
eksklusi : (-)	Kepada peneliti selanjutnya	atau dipublikasikan
e. Metode Pengumpulan	diharapkan melakukan	sebelumnya.
data : Pengukuran	penelitian yang dapat	2) Hasil penelitian :
fisiologis/biologis	mempengaruhi efektifitas	Pada hasil penelitian
f. Instrumen yang	terhadap tingkat nyeri dan	peneliti tidak menjelaskan
digunakan :	tekanan darah pada	apakah tingkat respons
<i>Numeric Rating Scale</i>	persalinan kala I selain	menimbulkan kekhawatiran
(NRS).	relaksasi hypnobirthing.	bias non respon dan tidak
g. Jenis analisa		dijelaskannya mengenai
data/metode statistic		informasi yang bukan
yang digunakan :		responden.
Uji <i>Shapiro-Wilk</i>		3) Pembahasan penelitian :
		Pada pembahasan peneliti

tidak menjelaskan
mengenai keterbatasan
penelitian

4) Lainnya :

Tidak dijelaskan oleh
peneliti mengenai ada/tidak
sumber pendanaan atau
konflik kepentingan yang
bisa mempengaruhi
interpretasi peneliti
terhadap hasil penelitian
serta tidak dijelaskannya
persetujuan etik dan
persetujuan partisipan
apakah sudah tercapai atau
tidak tercapai

b. Dilihat dari keterbatasan
penelitian :

Pada penelitian ini peneliti
tidak menjelaskan mengenai

keterbatasan penelitian.

5. (Luluk Fajria Maulida, Endang Sri Wahyuni, 2020)
- Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui *hypnobirthing* dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil
- a. Desain Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*.
- b. Tempat dan wa pengumpulan data :
- 1) Tempat pengumpu data : (-)
- 17 2) Waktu pengumpu data: Bulan Juli-Agustus 2019
- c. Populasi : Populasi pada
- a. Hasil utama sesuai tujuan penelitian : Sebelum dilakukan *hypnobirthing*, 33% ibu hamil mengalami kecemasan ringan, 44% mengalami kecemasan sedang, dan 22% mengalami kecemasan berat. Setelah dilakukan *hypnobirthing*, kecemasan ibu hamil mengalami penurunan yaitu 44% ibu hamil tidak mengalami kecemasan, 22% mengalami kecemasan sedang, dan 22% mengalami ibu masih
- a. Dibuat berdasarkan hasil *critical appraisal CASP* : *CASP* yang digunakan adalah *CASP Cross-sectional*, dari 20 total pernyataan didapatkan 11 point pernyataan ya dan 9 point pernyataan tidak. Beberapa kekurangan yang ada dalam jurnal ini adalah
- 1) Metodologi : Pada metodologi peneliti tidak menjelaskan apakah jumlah sampel sudah benar, peneliti tidak menjelaskan mengenai apakah ada tindakan yang
-

<p>penelitian ini adalah ibu hamil yang sehat secara psikologis.</p>	<p>mengalami kecemasan ringan.</p>	<p>dilakukan untuk menangani dan mengkategorikan bukan-responden, peneliti juga tidak menjelaskan apakah faktor risiko dan variabel yang diukur sudah menggunakan instrument/ alat ukur yang benar yang sudah diuji coba, sudah melalui study pendahuluan atau dipublikasikan sebelumnya.</p>
<p>d. Sampel</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Besar sampel : (-) 2) Teknik sampling : (-) 3) Kriteria inklusi dan eksklusi : (-) 	<p>b. Rekomendasi penelitian : Berdasarkan dari hasil CASP jurnal tersebut tidak menjelaskan rekomendasi penelitian bagi peneliti dan tenaga kesehatan untuk melakukan penelitian selanjutnya.</p>	<p>2) Hasil penelitian : Pada hasil penelitian peneliti tidak menjelaskan apakah tingkat respons menimbulkan kekhawatiran bias non respon dan tidak</p>
<p>e. Metode Pengumpulan data : Pengukuran fisiologis/biologis</p>		
<p>f. Instrumen yang digunakan : kuesioner HARS</p>		
<p>g. Jenis analisa data/metode statistic yang digunakan :</p>		

(-)

dijelaskannya mengenai informasi yang bukan responden.

3) Pembahasan penelitian :
Pada pembahasan peneliti tidak menjelaskan mengenai keterbatasan penelitian

4) Lainnya :
Tidak dijelaskan oleh peneliti mengenai ada/tidak sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian serta tidak dijelaskannya persetujuan etik dan persetujuan partisipan apakah sudah tercapai atau tidak tercapai

					b. Dilihat dari keterbatasan penelitian : Pada penelitian ini peneliti tidak menjelaskan mengenai keterbatasan penelitian
6.	(Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede, Surya Indah Perkasa, 2019)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi hipnosis lima jari pada kecemasan ibu pra-melahirkan.	a. Desain Penelitian : Desain penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> b. Tempat dan wa pengumpulan data : 1) Tempat pengumpu 17 data: Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai.	a. Hasil utama sesuai tujuan pnelitian : hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas tingkat kecemasan responden sesudah diberikan terapi hipnotis lima jari adalah 7-20 atau berada diantara tidak ada kecemasan sampai kecemasan ringan hal ini dapat dilihat dari hasil kuesioner bahwa ibu mengatakan kecemasan sudah berkurang, dan sudah bisa tidur nyenyak.	a. Dibuat berdasarkan hasil critical appraisal CASP : CASP yang digunakan adalah CASP Cross-sectional, dari 20 total pernyataan didapatkan 16 point pernyataan ya dan 4 point pernyataan tidak. Beberapa kekurangan yang ada dalam jurnal ini adalah 1) Metodologi Pada artikel ini peneliti tidak menjelaskan mengenai apakah ada tindakan yang dilakukan untuk

<p>2) Waktu pengumpu data: (-)</p>	<p>b. Hasil-hasil terkait dengan masalah yang diteliti :</p>	<p>menangani dan mengkategorikan bukan-responden dan 9.</p>
<p>c. Populasi : Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien pre partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai sebanyak 180 orang</p>	<p>- Hasil penelitian Muafiro dan Adin (2004) tentang pengaruh hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien kanker leher rahim jari merupakan salah satu metode yang terbukti dan sangat efektif untuk mengurangi ansietas. Hipnosis lima jari terbukti berpengaruh terhadap penurunan ansietas pada pasien kanker leher rahim dari ansietas tingkat sedang menjadi ansietas tingkat ringan.</p>	<p>Apakah faktor risiko dan variabel yang diukur sudah menggunakan instrument/ alat ukur yang benar yang sudah diuji coba, sudah melalui study pendahuluan atau dipublikasikan sebelumnya.</p>
<p>d. Sampel 1) Besar sampel : 15 responden 2) Teknik sampling : <i>Quota sampling</i></p>		<p>2) Hasil penelitian : Pada artikel ini peneliti tidak menjelaskan apakah tingkat respons menimbulkan kekhawatiran bias non-respons serta tidak dijelaskannya mengenai informasi tentang yang</p>

3) Kriteria inklusi: seluruh ibu hamil Trisemester III (tiga).	-	Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Evangelista, Teofilus dkk (2016) bahwa ada pengaruh hipnosis 5 jari terhadap tingkat kecemasan pasien sirkumsisi. Teknik lima jari merupakan salah satu cara dalam membantu klien dalam mengurangi ansietas yang di rasakan.	bukan menjadi responden
e. Metode Pengumpulan data : Kuesioner	-		3) Pembahasan penelitian :
f. Instrumen yang digunakan : <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>	-		Pada artikel ini peneliti tidak mencantumkan keterbatasan penelitian
g. Jenis analisa data/metode statistic	-	Hasil penelitian Banon, Endang., E. Dalami., & Noorkasiani (2014)	4) Lainnya :
yang digunakan : Uji <i>Wilcoxon</i>	-	menunjukkan bahwa pemberian terapi hipnotis lima jari untuk menurunkan tingkat ansietas pasien hipertensi	Pada artikel ini tidak dijelaskan oleh peneliti mengenai ada/tidak sumber pendanaan atau konflik kepentingan yang bisa mempengaruhi interpretasi peneliti terhadap hasil penelitian.
			b. Dilihat dari keterbatasan penelitian :
			Dalam artikel ini peneliti tidak menjelaskan mengenai keterbatasan penelitian

sangat efektif, oleh karena teknik hipnotis lima jari dapat menurunkan ketegangan otot, membantu memusatkan perhatian dan mengurangi ketakutan.

c. Rekomendasi penelitian :

Berdasarkan dari hasil CASP jurnal tersebut tidak menjelaskan rekomendasi penelitian bagi peneliti dan tenaga kesehatan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

B. Ringkasan Sintesis Tabel

Pada sintesis tabel diatas, peneliti menelaah 6 artikel penelitian terkait efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan. Pada 6 artikel yang telah ditelaah 1 artikel menyatakan bahwa pernafasan yoga lebih efektif dibandingkan dengan *hypnobirthing*, sedangkan kelima artikel menyatakan bahwa *hypnobirthing* ini efektif terhadap penurunan kecemasan ibu sebelum persalinan. Pada desain penelitian yang digunakan keenam artikel menggunakan desain *cross-sectional*.

Dari keenam artikel yang telah ditelaah 3 artikel tidak mencantumkan waktu pelaksanaan penelitian tersebut dan 2 artikel tidak mencantumkan tempat dilaksanan penelitian tersebut. Pada penelitian dari Eti Salafas, Rifka Anisa dan Vivi Ida Rusita, (2016), dilakukan di BPM Hj. Sri Kustinah Amd.Keb Kecamatan Ngaliyan, Semarang Barat. Waktu pengumpulan data dilakukan pada bulan April 2016 sampai Juni 2016. Pada penelitian dari Siti Haniyah, (2013), dilakukan di Desa Teluk Purwokerto Selatan, pada artikel ini tidak dijelaskan kapan waktu pengumpulan data tersebut. Pada penelitian dari Kamilia Asmarany, (2012), Pada penelitian ini tidak dijelaskan tempat dan waktu penelitian. Pada penelitian dari Lestari Puji Astuti, Arista Adityasari Putrid an Kuminah, (2019), penelitian ini dilakukan di Wilayah Puskesmas Gunungwungkal. Waktu pengumpulan data dilakukan pada bulan Nopember dan Desember. Pada penelitian dari Luluk Fajria Maulida dan Endang Sri Wahyuni, (2020), Pada penelitian ini tidak dijelaskan dimana tempat pengumpulan data, sedangkan waktu pengumpulan data dilakukan pada bulan Juli samapi Agustus 2019. Pada penelitian dari Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede dan Surya Indah Perkasa, (2019), Penelitian ini dilakukan di Klinik Chelsea Husada Tanjung Bberingin Kabupaten Serdang Bedagai, Pada penelitian ini tidak dijelaskan waktu pengumpulan data tersebut.

Populasi dari keenam artikel yang sudah ditelaah ada beberapa artikel yang tidak mencantumkan besar sampel atau teknik *sampling* dan populasi dari penelitian tersebut. Penelitian dari Eti Salafas, Rifka Anisa dan Vivi Ida Rusita, (2016), populasi pada artikel ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di BPM Ny. Sri Kustinah berjumlah 20 responden yang dibagi 2 kelompok.

Besar sampel pada artikel ini sebanyak 20 responden. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Penelitian dari Siti Haniyah, (2013), populasi artikel ini adalah ibu hamil primigravida. Besar sampel pada artikel ini sebanyak 16 ibu hamil. Teknik *sampling* pada artikel ini tidak dijelaskan. Penelitian dari Kamilia Asmarany, (2012), populasi pada artikel ini adalah ibu hamil usia trimester tiga yang akan menghadapi persalina anak pertama. Besar sampel pada artikel ini sebanyak 12 responden.

Teknik *sampling* yang digunakan pada artikel ini adalah *purposive sampling*. Penelitian dari Lestari Puji Astuti, Arista Adityasari Putrid an Kuminah, (2019), populasi pada artikel ini adalah ibu bersalin di wilayah Puskesmas Gunungwungkal. Besar sampel pada artikel ini sebanyak 34 ibu bersalin, sedangkan pada teknik *sampling* tidak dijelaskan. Penelitian dari Luluk Fajria Maulida dan Endang Sri Wahyuni, (2020), populasi pada artikel ini adalah ibu hamil yang sehat secara psikologis. Besar sampel dan total *sampling* pada artikel ini tidak dijelaskan. Penelitian dari Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede dan Surya Indah Perkasa, (2019), populasi pada artikel ini adalah seluruh pasien pre partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai sebanyak 180 orang. Besar sampel pada artikel ini sebanyak 15 responden. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *Quota sampling*. Pada metode pengumpulan data dari keenam artikel tersebut 1 artikel menggunakan metode *paired sample t-test*, 2 artikel menggunakan metode kuesioner, dan 3 artikel menggunakan metode pengukuran fisiologis/biologis.

Dari 6 artikel yang ditelaah, terdapat 1 artikel yang mencantumkan memenuhi persetujuan etik. Artikel dari Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede dan Surya Indah Perkasa (2019) telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, No: 115/KEPK/FKUMSU/2019. Sehingga dari keenam artikel yang telah ditelaah menyatakan bahwa terapi *hypnobirthing* ini efektif terhadap penurunan kecemasan ibu sebelum persalinan hanya tetapi 1 artikel yang menyatakan bahwa terapi *hypnobirthing* efektif, akan tetapi pernafasan yoga lebih efektif dibandingkan *hypnobirthing*.

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Proses Pencarian Artikel Sampai *Critical Appraisal*

Pembahasan dalam *literature review* ini mengenai 6 artikel dengan topik efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan. Penulis melakukan pencarian artikel menggunakan database *google scholar*, dengan kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel yaitu “Kecemasan, *Hypnobirthing*”. Selanjutnya penulis menentukan batasan-batasan pencarian artikel yang akan direview dalam *literature review*. Adapun batasan-batasan yang akan digunakan adalah pencarian artikel yang di publikasi dalam rentang tahun 2012 sampai dengan tahun 2020, menggunakan bahasa Inggris atau bahasa Indonesia, tersedia dalam bentuk *full text*, serta artikel yang membahas mengenai efektivitas *hypnobirthing* menurunkan kecemasan sebelum persalinan. Penulis melakukan seleksi berdasarkan kesesuaian judul artikel. Total artikel yang ditemukan dalam rentang tahun 2012 sampai dengan 2020 adalah sebanyak 378 artikel.

Dari 378 artikel yang ditemukan, penulis melakukan seleksi berdasarkan judul artikel sehingga diperoleh 12 artikel dengan judul yang berkaitan dengan topik yang akan dibahas dalam *literature review* dan terdapat 366 artikel yang tidak sesuai. Setelah itu peneliti melakukan seleksi lebih lanjut dengan menggunakan batasan pencarian artikel yang sudah ditetapkan seperti kesesuaian judul artikel dengan topik, artikel tersedia dalam bentuk *full text* dan dapat diunduh, serta memastikan artikel membahas mengenai topik efektivitas *hypnobirthing* menurunkan kecemasan sebelum persalinan. Hasil dari proses seleksi tersebut, dari 12 artikel yang telah dipilih sebelumnya, setelah itu penulis kembali melakukan seleksi artikel berdasarkan topik dan batasan-batasan yang ditentukan terpilih 6 judul artikel sebagai berikut: Efektivitas *Hypno-Eft* Dan Pernafasan Yoga Dalam Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Di Bpm Ny. Sri Kustinah, Efektivitas

Teknik *Hypnobirthing* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan Di Kelurahan Teluk Purwokerto Selatan, Efektifitas Penerapan *Hypnobirthing* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga Menjelang Persalinan Anak Pertama Di Usia Dewasa Awal, Efektifitas Relaksasi *Hypnobirthing* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dan Kestabilan Tekanan Darah Pada Persalinan Kala I, *Hypnobirthing* Sebagai Upaya Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil, Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum Di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai.

Setelah mendapatkan 6 artikel yang akan digunakan maka dilanjutkan untuk melakukan *critical appraisal* yang mana penulis menggunakan *Summary Axis Cross Sectional Study*. Keenam artikel menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Tempat dan waktu penelitian keenam artikel ini dilakukan di Indonesia dari tahun 2012 hingga 2020. Target populasi yang digunakan keenam artikel menggunakan ibu hamil trimester III. Sampel yang digunakan pada keenam artikel mulai dari 12 hingga 34 responden. Teknik *sampling* yang digunakan 2 artikel menggunakan *purposive sampling* 3 artikel tidak mencantumkan teknik *sampling* yang digunakan dan 1 artikel menggunakan *quota sampling*. Pada metode pengumpulan data dari keenam artikel tersebut 1 artikel menggunakan metode *paired sample t-test*, 2 artikel menggunakan metode kuesioner dan 3 artikel menggunakan metode pengukuran fisiologis/biologis. Dari 6 artikel yang ditelaah, terdapat 1 artikel yang mencantumkan memenuhi persetujuan etik. Artikel dari Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede dan Surya Indah Perkasa (2019) telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, No: 115/KEPK/FKUMSU/2019. Sehingga dari keenam artikel yang telah ditelaah menyatakan bahwa terapi *hypnobirthing* ini efektif terhadap penurunan kecemasan ibu sebelum persalinan hanya tetapi 1 artikel yang menyatakan bahwa terapi *hypnobirthing* efektif, akan tetapi pernafasan yoga lebih efektif dibandingkan *hypnobirthing*.

B. Hasil Review Artikel

Dari keenam artikel yang ditelaah terdapat 5 artikel yang menyatakan bahwa dengan menggunakan *hypnobirthing* efektif dilakukan untuk mengurangi kecemasan ibu sebelum persalinan dengan hasil *p* value dari 4 artikel tersebut $< 0,05$ (Siti Haniyah, 2013; Kamili Asmarany, 2012; Lestari Puji Astuti, Arista Adityasari Putrid an Kuminah, 2019; Luluk Fajria Maulida dan Endang Sri Wahyuni, 2020; Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede dan Indah Perkasa, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Siti Haniyah, (2013), menyatakan bahwa penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida dalam menghadapi persalinan di Kelurahan Teluk Purwokerto Selatan dengan nilai signifikansi *p* value = 0,000 ($p < 0,05$). Dalam penelitian sebelumnya juga mendukung adanya perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukannya teknik *hypnobirthing* seperti yang dilakukan Ilmiasih (2010) terhadap tingkat kecemasan ibu hamil pada masa persiapan menghadapi persalinan dengan angka probabilitas $p=0.000$, dengan signifikansi *paired samples correlations* 0,002. Begitu pula dalam penelitian Puspitasari (2011) dengan nilai signifikansi (2-tailed) dengan nilai $0,000 < \alpha < 0,05$ menyatakan adanya perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil yang mampu dikurangi salah satunya dengan menggunakan metode *hypnobirthing*.

Hasil yang berbeda ditemukan dalam penelitian Eti Salafas, Rifka Anisa dan Vivi Ida Rusita (2016), menyatakan bahwa Hypno-EFT efektif dalam perubahan penurunan kecemasan ibu hamil trimester III dengan *p* value $0.0001 < 0.05$ dan nilai *t* 9.279, begitu pula pernafasan yoga juga efektif dalam perubahan penurunan kecemasan ibu hamil trimester III dengan *p* value $0.0001 < 0.05$ dan nilai *t* 12.696. Pernafasan yoga (12.696) lebih efektif terhadap perubahan penurunan kecemasan ibu hamil trimester III dibandingkan dengan Hypno-EFT (9.279). Sehingga Pernafasan Yoga lebih efektif terhadap perubahan kecemasan ibu hamil trimester III dibandingkan dengan Hypno-EFT. Teknik pernafasan dalam prenatal yoga dapat digunakan sebagai penyeimbang aktivitas pikiran dan berguna untuk meringankan rasa

tidak nyaman selama hamil (Sindhu P, 2014). Sependapat pula dengan penelitian-penelitian yang dilakukan dalam Amy, et al (2009), yang mengatakan bahwa pengaruh dari latihan teknik pernapasan prenatal yoga dapat meningkatkan hasil kehamilan yang meliputi peningkatan aliran darah ke plasenta, penurunan hormon stress yang berasal dari ibu, dan penurunan produksi hormon yang memicu kelahiran prematur. Teknik pernapasan prenatal yoga dan meditasi dapat mengarahkan ibu hamil lebih tenang dan aman karena mengurangi stress psikologis dan cedera fisik selama masa kehamilan dan persalinan, termasuk kecemasan dan rasa sakit.

Hypnobirthing memiliki keunggulan dibandingkan metode-metode lain karena tidak membutuhkan peralatan yang sulit dan biaya yang terjangkau. Selain itu, *hypnobirthing* banyak memberikan manfaat karena melatih ibu hamil untuk selalu rileks, bersikap tenang dan menstabilkan emosi. Metode *Hypnobirthing* didasarkan pada keyakinan bahwa setiap perempuan memiliki potensi untuk menjalani proses melahirkan secara alami, tenang dan nyaman (tanpa rasa sakit). Program ini mengajarkan ibu hamil untuk menyatu dengan gerak atau ritme tubuh yang alami saat menjalani proses melahirkan, membiarkan tubuh dan pikiran untuk bekerja, serta meyakini bahwa tubuh mampu berfungsi sebagaimana seharusnya sehingga rasa sakit menghilang. *Hypnobirthing* juga ampuh dalam menetralsir dan memprogram ulang rekaman negatif dalam pikiran bawah sadar dengan program positif. Dengan demikian, rekaman yang “terpatri” dalam pikiran bawah sadar bahwa persalinan itu menakutkan dan menyakitkan bisa terhapus. Berganti dengan keyakinan bahwa persalinan berlangsung mudah, lancar, dan tanpa rasa sakit (Kuswandi, 2018).

BAB V

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

A. Kesimpulan

Hasil dari keenam artikel di telaah menunjukkan bahwa penyerapan metode *hypnobirthing* efektif dilakukan sebelum persalinan. Dengan metode *hypnobirthing* dapat membantu menanamkan keyakinan pada ibu hamil bahwa dapat mengalami persalinan secara alami dengan tenang, nyaman, dan percaya diri. Latihan ini mengajarkan ibu hamil menjalankan teknik relaksasi yang alami, sehingga tubuh dapat bekerja dengan seluruh syaraf secara harmonis. Rangkaian metode *hypnobirthing* mulai dari relaksasi, hipnosis dan berkomunikasi dengan janin yang dilakukan secara teratur dan konsentrasi akan menyebabkan kondisi rileks pada tubuh sehingga tubuh memberikan respon untuk mengeluarkan hormon endorfin yang membuat ibu menjadi rileks dan menurunkan rasa nyeri terutama ketika otak mencapai gelombang alfa atau saat relaksasi.

Dari *review* keenam artikel yang ditelaah dapat disimpulkan bahwa metode yang tepat digunakan yaitu metode relaksasi dan hipnosis sehingga dapat mengurangi kecemasan ibu sebelum persalinan.

B. Implikasi ke tatanan nyata atau peneliti selanjutnya

Pada bagian ini, implikasi ke tatanan nyata atau peneliti selanjutnya akan dijelaskan menggunakan kriteria FINER C.

1. Feasible (F)

Penelitian ini di lakukan dengan melihat sumber daya dan kemampuan yang di sesuaikan untuk menyelesaikan masalah penelitian dengan topik “efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan”. Dalam penelitian yang akan dilakukan, subyek penelitian yang akan digunakan adalah Ibu pre partum. Pengumpulan data pada penelitian ini akan menggunakan kuesioner yang sudah dilakukan uji validitas.

2. *Interesting (I)*

Pada hal ini peneliti tertarik meneliti tentang “ efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan”. Hal ini karena proses persalinan sering kali mengakibatkan aspek-aspek psikologis sehingga menimbulkan berbagai permasalahan psikologis bagi ibu hamil yang salah satunya adalah kecemasan. Ibu hamil sering kali diliputi oleh kecemasan, terutama pada wanita yang baru pertama kali hamil, dan menjelang proses persalinan. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui efektivitas *hypnobirthing* dalam penurunan kecemasan sebelum persalinan.

3. *Novelty (N)*

Keterbaruan dalam penelitian ini yaitu peneliti ingin membuktikan kembali atau membandingkan hasil yang didapat oleh peneliti sebelumnya selain itu juga dapat dijadikan referensi agar klinik atau puskesmas membuat kebijakan untuk memasukkan relaksasi *hypnobirthing* sebagai salah satu pelayanan inovasi.

4. *Ethical (E)*

Penelitian ini tidak akan melanggar etika karena responden memiliki hak untuk mengikuti maupun menolak penelitian ini. Data responden juga akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti, sehingga tidak ada pihak yang dirugikan.

5. *Relevant (R)*

Penelitian ini bermanfaat bagi klinik dan puskesmas sehingga dapat menambah pelayanan inovasi seperti relaksasi *hypnobirthing* agar dapat membantu mengurangi kecemasan ibu sebelum persalinan.

6. *Cost-effectiveness (C)*

Penelitian ini tidak memerlukan banyak biaya dan mudah untuk dilakukan, karena instrument yang digunakan yaitu kuesioner sehingga waktu pengumpulan datanya tidak memerlukan waktu yang cukup lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Anik, Maryunani. 2010. *Nyeri Dalam Persalinan Teknik dan Cara Penanganannya*. Jakarta: TIM.
- Bintana, R. R., Devi, P. A. R., & Yuhana, U. L. (2015). Return on Investment (ROI) of Software Product: A Systematic Literature Review. *Ultima InfoSys: Jurnal Ilmu Sistem Informasi*, 6(1), 50-57
- Budisetyani, W. (2013). *Hubungan Intensitas Keikutsertaan Hypnobirthing dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Gianyar*. Diperoleh pada tanggal 25 November 2019. Tersedia di <https://doi.org/10.24843/JPU.2013.v01/i01.p12>.
- Karmila, et. all. (2019). *Hubungan Kelas Ibu Hamil Berbasis Hypnobirthing dengan Jenis Persalinan*. Diperoleh pada tanggal 25 November 2019. Tersedia di <https://stikeskjp-palopo.e-journal.id>
- Kuswandi, L.(2018). *Keajaiban Hypno-Birthing*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodelogi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudira, P. G. (2016). *Buku Panduan Basic Clinical Skills-Pencarian Literatur Medis*. Bali: Universitas Udayana.
- Suhartono, E. (2017). Systematic Literatur Review (SLR): Metode, Manfaat, Dan Tantangan Learning Analytics Dengan Metode Data Mining Di Dunia Pendidikan Tinggi. *INFOKAM*, 13(1).
- Tiawaningrum, E. (2018). *Pengaruh Yoga Prenatal Dan Hypnobirthing Terhadap Proses Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Bpm Restu Depok Periode Januari-Juni Tahun 2017*. Tersedia di <http://jurnal.ibijabar.org/wp-content/uploads/2018/03/4-ARTIKEL-JURNAL-NASIONAL-TRIA-N-BU-KURSIH.pdf>.

Lampiran 1

JADWAL PENYUSUNAN *LITERATUR REVIEW*

No	Kegiatan	Bulan															
		Maret 2020				April 2020				Mei 2020				Juni 2020			
		I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV
1.	Pencarian artikel																
2.	Bab I																
3.	Bab II																
4.	Bab III																
5.	Bab IV																
6.	Bab V																
7.	Penyebaran kajian <i>literature review</i>																
8.	Ujian kajian <i>literature review</i>																
9.	Ujian ulang kajian <i>literature review</i>																
10.	Perbaikan dan pengumpulan																

Lampiran 2LEMBAR PERNYATAAN *ABSTRACT TRANSLATION*

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Wayan Novi Suryati, S.Pd.,M.Pd

NIDN : 0824119201

Menyatakan bahwa mahasiswa yang disebutkan sebagai berikut :

Nama : Ni Putu Anggi Adelina

NIM : 16C11805

Judul Lit-Rev : Efektivitas *Hypnobirthing* Dalam
Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan

Menyatakan bahwa dengan ini bahwa telah selesai melakukan penerjemahan *abstract* dari Bahasa Indonesia ke dalam Bahasa Inggris terhadap literature review yang bersangkutan.

Demikian surat ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar,

Abstract Translator



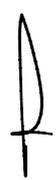
(Ni Wayan Novi Suryati, S.Pd.,M.Pd)

NIDN : 0824119201

Lampiran 3

DAFTAR REVISIAN *LITERATURE REVIEW*

Nama : Ni Putu Anggi Adelina
NIM : 16C11805
Tanggal Ujian : Senin, 16 Juni 2020
Judul *Literature Review* : Efektivitas Hypnobirthing Dalam Penurunan Kecemasan Sebelum Persalinan
Penguji I : Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS
Penguji II : Ni Luh Adi Satriani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
Penguji III : Ni Wayan Manik Parwati, S.Si.T., M.Keb

NO	MATERI REVISI	MATERI PERBAIKAN	PENGUJI I	PENGUJI I II	PENGUJI III
1	Bab I Latar Belakang pada tujuan umum dan khusus	Perbaiki tujuan umum dan khusus sesuai			
2	Bab IV Pembahasan	Pada pembahasan bisa ditambahkan mengenai teori hypnobirthing			

3	Bab V Kesimpulan dan Implikasi	1. Pada kesimpula n bisa dibuatkan dengan bentuk narasi dan hasil sesuaikan dengan tujuan			
---	---	---	---	---	---

Lampiran 4

LEMBAR BIMBINGAN *LITERATURE REVIEW*

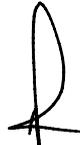
Nama Mahasiswa : Ni Putu Anggi Adelina

NIM : 16C11805

Pembimbing 1 : Ni Luh Adi Satriani, S.Kep., M. Kep., Sp. Mat.

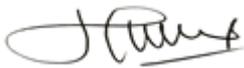
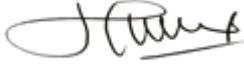
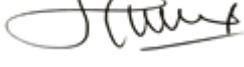
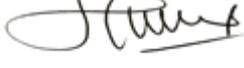
Pembimbing 2 : Ni Wayan Manik Purwati, M.Keb

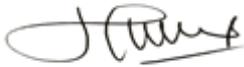
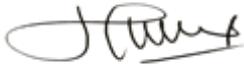
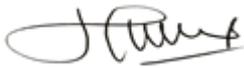
No.	Hari/Tanggal/Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 20 April 2020	Bimbingan mengenai topik yang akan dibahas pada <i>literature review</i>	Mencari artikel terkait dengan topik yang akan dibahas	
2.	Rabu, 29 April 2020	Bimbingan BAB I dan BAB II	Jelaskan lebih detail tentang topik yang dibahas	
3.	Rabu, 7 Mei 2020	Bimbingan BAB I dan BAB II	Tambahkan alasan yang kuat untuk menunjang topik permasalahan pada BAB I, perbaiki penulisan pada BAB II, lanjutkan BAB berikutnya	
4.	Rabu, 13 Mei 2020	Bimbingan BAB I, II, III	Perbaiki ringkasan sintesis tabel BAB III	
5.	Senin, 18 Mei 2020	Bimbingan BAB III	Buat ringkasan sintesis tabel lebih singkat dan lanjutkan bab berikutnya	

6.	Kamis, 28 Mei 2020	Bimbingan BAB III dan BAB IV	Jelaskan secara singkat, apa kendala tentang pencarian artikel pada pembahasan, kumpul BAB lengkap pada bimbingan selanjutnya	
7.	Jumat, 4 Juni 2020	Bimbingan BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki kalimat pada tujuan umum dan khusus BAB I	
8.	Minggu, 07 Juni 2020	Bimbingan BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki hasil review atikel pada pembahasan dan tambahkan teori yang mendukung	
9.	Senin, 08 Juni 2020	Bimbingan BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki BAB V Kesimpulan buat secara singkat, dan perhatikan kalimat dalam penulisan FINER-C	
10.	Sabtu, 13 Juni 2020	Bimbingan <i>literature review</i> lengkap		

FORMAT BIMBINGAN *LITERATURE REVIEW*
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
ITEKES BALI
TAHUN AKADEMIK 2019/2020

Nama Mahasiswa : Ni Putu Anggi Adelina
 NIM : 16C11805
 Pembimbing 1 : Ni Luh Adi Satriani, S.Kep., M. Kep., Sp. Mat.
 Pembimbing 2 : Ni Wayan Manik Purwati, M.Keb

No.	Hari/Tanggal/Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 20 April 2020	Bimbingan mengenai topik yang akan dibahas pada <i>literature review</i>	Mencari artikel terkait dengan topik yang akan dibahas	
2.	Senin, 27 April 2020	Bimbingan BAB I dan BAB II	Jelaskan lebih jelas tentang topik yang dibahas	
3.	Senin, 4 Mei 2020	Bimbingan BAB I dan BAB II	Perbaiki penulisan dalam kalimat dan lanjutkan BAB berikutnya	
4.	Senin, 11 Mei 2020	Bimbingan BAB I, II, III	Buat tabel terbuka pada sintesis tabel	
5.	Jumat, 15 Mei 2020	Bimbingan BAB III	Buat ringkasan sintesis tabel lebih singkat dan jelaskan masing-masing artikel, lanjutkan bab berikutnya	

6.	Selasa, 19 Mei 2020	Bimbingan BAB III dan BAB IV	Perbaiki penulisan dan tambahkan teori penunjang pada BAB IV, bimbingan selanjutnya kumpulkan BAB lengkap	
7.	Senin, 25 Mei 2020	Bimbingan BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki BAB 4 lebih singkat lagi	
8.	Jumat, 29 Mei 2020	Bimbingan BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki hasil review atikel pada pembahasan dan tambahkan teori yang mendukung	
9.	Senin, 08 Juni 2020	Bimbingan BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki BAB V Kesimpulan buat point-pointnya saja sesuai dengan tujuan <i>literature review</i>	
10.	Rabu, 10 Juni 2020	Bimbingan <i>literature review</i> lengkap	ACC	