

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGKARANG

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
TEKNIK RELAKSASI HYPNOBIRTHING
DALAM PERSALINAN

Pengertian	Hypnobirthing merupakan metode relaksasi yang mendasar pada keyakinan bahwa ibu hamil bisa mengalami persalinan melalui insting dan memberikan sugesti bahwa melahirkan itu nikmat.
Tujuan	Mempersiapkan proses kelahiran normal yang lancar, nyaman dengan rasa sakit yang minimum, karena mampu memicu hormon enforphin yang merupakan hormon penghilang rasa sakit alami tubuh.
Persiapan alat dan bahan	Ruangan bersih tenang dan cukup ventilasi, Musik yang menenangkan memiliki nada atau irama yang berulang-ulang, serta lembut untuk mendapatkan respon tubuh terbaik, dan pendulum.
Prosedur pelaksanaan	A. Sikap dan Perilaku 1. Memberi salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan maksud dan tujuan 3. Menjelaskan prosedur tindakan 4. Mengawali kegiatan sesuai prosedur B. Isi/content 1. Pilihlah kata-kata instruksi positif. Sugesti positif lebih diterima oleh pikiran bawah sadar. 2. Ulangi sugesti secara teratur untuk memaksimalkan efeknya dan hindari kata-kata klise 3. Buatlah sugesti sesuai kebutuhan anda agar berhubungan langsung dengan tujuan anda. 4. Gunakan pendekatan terperinci dan logis dalam membuat sugesti, jika tujuan anda dapat diukur, berikan tambahan yang tepat. 5. Pastikan bahwa semua sugesti jelas, sederhana, mudah dimengerti, spesifik dan jika memungkinkan, dalam bentuk waktu sekarang. Contoh: “Setiap hari tubuh dan pikiran saya bekerja...” 6. Gunakan penggambaran dan tambahkan kata-kata yang menggambarkan emosi, seperti bersemangat, bersinar, gemetar, luar biasa, hebat.

	7. Harus berkesan meyakinkan.
Evaluasi	Dilakukan pada hari keduadan saat persalinan Evaluasi hari kedua : Menerapkan teknik relaksasi hypnobirthing, kecemasan ibu berkurang, ibu bahagia menjelang persalinannya. Evaluasi saat persalinan:Ibu menjadi lebih tenang, bahagia, dan nyaman dalam proses persalinannya.

KUESIONER TINGKAT KECEMASAN : *Hamilton Rating Scale*

(HRS-A) PETUNJUK:

Berilah tanda silang (X) pada kolom nilai angka (score). 0 jika tidak ada gejala, 1 jika gejalaringan, 2 jika gejala sedang, 3 jika gejala berat, 4 jika gejala berat sekali.

Angka kecemasan	Nilai angka (score)				
	0 = tidak ada gejala	1 = ringan	2 = sedang	3 = berat	4 = berat sekali
1. Gejala kecemasan (anxietas)					
Kecemasan		X			
Perasaan buruk	X				
Takut akan pikiran sendiri	X				
Madah tersinggung	X				
2. Gangguan					
Merasa tegang		X			
Lesu	X				
Tidak bisa istirahat tenang	X				
Madah terkejut	X				
Madah menangis	X				
Gemetar	X				
Gelisah	X				
3. Ketakutan					
Pada gelap	X				
Pada orang asing	X				
Diranggal sendiri	X				
Pada binatang besar		X			
Pada keramaian lalu lintas	X				
Pada kerumunan orang banyak	X				
4. Gangguan tidur					
Sukar tidur	X				
Terbangun malam hari		X			
Tidur tidak nyenyak	X				
Bangun dengan lesu	X				
Banyak mimpi-mimpi	X				
Mimpi buruk	X				
Mimpi menakutkan	X				
5. Gangguan kecerdasan					
Sukar konsentrasi	X				
Daya ingat menurun	X				
Daya ingat buruk	X				

- Nyeri sebelum dan sesudah makan

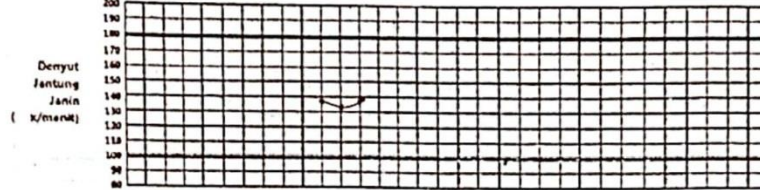
--	--	--	--

Perasaan depresi (murung)					
• Hilangnya minat	X				
• Berkurangnya kesenangan pada hobi	X				
• Sedih	X				
• Bangun dini hari		X			
• Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	X				
Gejala somatik atau fisik (otot)					
• Sakit dan nyeri di otot-otot		X			
• Kaku	X				
• Kedutan otot	X				
• Gigi gemerutuk	X				
• Suara tidak stabil	X				
8. Gejala somatic atau fisik (sensorik)					
• Tinnitus (telinga berdenging)	X				
• Penglihatan kabur	X				
• Muka merah atau pucat	X				
• Merasa lemas		X			
• Perasaan ditusuk-tusuk	X				
9. Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)					
• Takikardi (denyut jantung cepat)		X			
• Berdebar-debar		X			
• Nyeri di dada	X				
• Denyut nadi mengeras	X				
• Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan	X				
• Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)	X				
10. Gejala respiratory (pernafasan)					
• Rasa tertekan atau sempit di dada	X				
• Tercekik	X				
• Sering menarik nafas		X			
• Nafas pendek atau sesak	X				
11. Gejala gastrointestinal (pencernaan)					
• Sulit menelan	X				
• Perut melilit		X			
• Gangguan pencernaan	X				

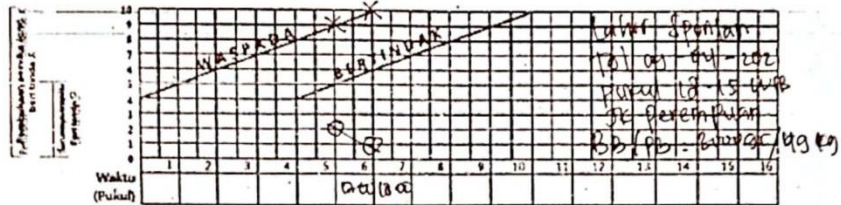
	• perasaan terbakar di perut	X				
	• Rasa penuh (kembung)	X				
	• Mual	X				
	• Muntah	X				
	• BAB lembek		X			
	• Sukar BAB (konstipasi)	X				
	• Kehilangan berat badan	X				
12.	<i>Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin)</i>					
	• Sering buang air kecil			X		
	• Tidak dapat menahan air seni			X		
	• Tidak datang bulan (haid)	X				
	• Darah haid berlebihan	X				
	• Darah haid amat sedikit	X				
	• Masa haid berkepanjangan	X				
	• Masa haid amat pendek	X				
	• Haid beberapa kali dalam sebulan	X				
	• Menjadi dingin (frigid)	X				
	• Ejakulasi dini	X				
	• Ereksi melemah	X				
	• Ereksi hilang	X				
	• Impotensi	X				
13.	<i>Gejala autonom</i>					
	• Mulut kering		X			
	• Muka merah	X				
	• Mudah berkeringat		X			
	• Kepala pusing	X				
	• Kepala terasa berat	X				
	• Kepala terasa sakit	X				
	• Bulu-bulu berdiri	X				
14.	<i>Tingkah laku</i>					
	• Gelisah		X			
	• Tidak tenang	X				
	• Jari gemetar	X				
	• Kerut kening	X				
	• Muka tegang	X				
	• Otot tegang (mengeras)	X				
	• Nafas pendek dan cepat	X				
	• Muka merah	X				

PARTOGRAF

No. Register: 111111 Nama Ibu/Kepak: Hurdayati Umur: 34 Gl. 12 A2 87+3 hari
 RS/Puskesmas/RS Paksi Tanggal: 09-04-2021 Pukul: 17.00 WIB
 Ketuban Pecah: Belum pecah Mulas sejak pukul: 02.00 WIB Akusasi: Trimmetri

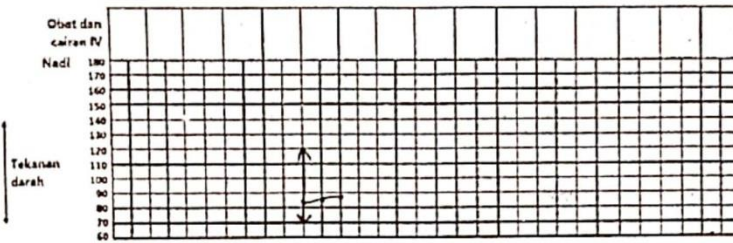


air ketuban penyusutan: 0



Kontraksi: 1 20-40 10 menit 1

Oksitosin U/I tetes/menit: 0



Obat dan cairan IV: 0
 Urine: Protein 0, Aseton 0, Volume 100

Makan terakhir: Pukul 12.00 Jenis: Masi, Lauk Porsi: 1
 Minum terakhir: Pukul 17.00 Jenis: Air Mineral Porsi: 1

Penolong: bd susi

LAMPIRAN

Reguler 3

CATATAN PERSALINAN

1. Tanggal : 09-04-2021
2. Nama bidan : SUSI ANITA S ST
3. Tempat Persalinan :
 - ☐ Rumah Ibu
 - ☐ Puskesmas
 - ☐ Rumah Sakit
 - ☐ Klinik Swasta
 - ☐ Lainnya : PMB SUSI ANITA S ST
4. Alamat tempat persalinan :
5. Catatan : rujuk, kala : I / II / III / IV
6. Alasan merujuk :
7. Tempat rujukan :
8. Pendamping pada saat menjuk :
 - ☐ Ujan
 - ☐ Teman
 - ☐ Suami
 - ☐ Dukun
 - ☐ Keluarga
 - ☐ Tidak ada

KALA I

9. Parogram melewati garis waspada : Ya (1)
10. Masalah lain, sebutkan :
11. Penatalaksanaan masalah tsb :
12. Hasilnya :

KALA II

13. Episiotomi :
 - ☐ Ya, indikasi
 - ☒ Tidak
14. Pendamping pada saat persalinan :
 - ☒ Suami
 - ☐ Teman
 - ☐ Tidak ada
 - ☐ Keluarga
 - ☐ Dukun
15. Gawat Janin :
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 - a.
 - b.
 - c.
16. Distresi bayi :
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 - a.
 - b.
 - c.
17. Masalah lain, sebutkan :
18. Penatalaksanaan masalah tersebut :
19. Hasilnya :

KALA III

20. Lama kala III : 10 menit
21. Perawatan Oklusi 10 U m 7 :
 - ☒ Ya, waktu : 2 menit sesudah persalinan
 - ☐ Tidak, alasan :
22. Perawatan ulang Oklusi (2x) ?
 - ☐ Ya, alasan :
 - ☐ Tidak
23. Peregangan tali pusat terkendali ?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan :

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	18-23	120/80 mmHg	80	36.5	Seburat	Keras	Kosong
	18-40	125/85 mmHg	80		Seburat	Keras	± 100 cc
	18-55	123/80 mmHg	81		1/4 pst	Keras	Kosong
	19-10	110/75 mmHg	82		1/4 pst	Keras	± 100 cc
2	19-40	125/80 mmHg	80	36.6	1/4 pst	Keras	Kosong
	20-10	117/66 mmHg	81		1/4 pst	Keras	± 5 cc

Masalah kala IV :
 Penatalaksanaan masalah tersebut :
 Hasilnya :

24. Memasukkan fundus uteri ?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan :
25. Plasenta lahir lengkap (intact) ? Ya / Tidak
 - Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :
 - a.
 - b.
26. Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya / Tidak
 - ☐ Ya, tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
27. Lacerasi :
 - ☐ Ya, dimana :
 - ☒ Tidak
28. Jika lacerasi perineum, derajat : 1 / 2 / 3 / 4
 - Tindakan :
 - ☐ Penjahitan, dengan / tanpa anestesi
 - ☐ Tidak dijahit, alasan :
29. Atonia uteri :
 - ☐ Ya, tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
30. Jumlah perdarahan : ± 150 ml
31. Masalah lain, sebutkan :
32. Penatalaksanaan masalah tersebut :
33. Hasilnya :

BAYI BARU LAHIR :

34. Berat badan : 3000 gram
35. Panjang : 48 cm
36. Jenis kelamin : L / B
37. Penilaian bayi baru lahir : baik / ada penyulit
38. Bayi lahir :
 - ☒ Normal, tindakan :
 - ☒ mengeringkan
 - ☒ menghangatkan
 - ☒ rangsang taktil
 - ☒ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ Asfiksia ringan/pucat/biru/lemas/tindakan :
 - ☐ mengeringkan
 - ☐ bobaskan jalan napas
 - ☐ rangsang taktil
 - ☐ menghangatkan
 - ☐ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ lain-lain sebutkan :
 - ☐ Cacat bawaan, sebutkan :
 - ☐ Hipotermi, tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
39. Pemberian ASI
 - ☐ Ya, waktu : 1 jam setelah bayi lahir
 - ☐ Tidak, alasan :
40. Masalah lain, sebutkan :
 Hasilnya :

Catatan Perkembangan Masa Kehamilan Ny.N Berdasarkan Data Yang Sudah Dilaksanakan

Tanggal ANC	UK	Anamnesa	TTV	BB	Pemeriksaan Fisik	TFU/Leopold	Suplemen /therapy	Penyuluhan	Keterangan
06-04-21	37 minggu	Ibu merasa ingin BAK dan merasa cemas akan persalinannya.	TD : 137/79 N : 80 P : 20 S :36,7	70,5 kg	Normal, tidak ada masalah.	33 cm/Preskep, puki, sudah masuk PAP	Fe, Asam Folat	-Istirahat cukup -Konsumsi makanan bergizi dana cukup -Pengelolaan stes -Menedukasi teknik relaksasi hypnobirthing untung mengatasi kecemasan ibu.	BB sebelum hamil : 59 kg
08-04-21	37 minggu 2 hari	Kondisi sudah lebih baik dari sebelumnya, kecemasan sudah sedikit berkurang karena ibu mengsuggesti diri dengan afirmasi positif	TD : 110/70 N : 8 P : 22 S : 37,0	71 kg	Kondisi umum ibu baik.	33 cm/Preskep, puki, sudah masuk PAP	Fe, Asam Folat	-Tetap menjaga pola konsumsi dan pola istirahat -Penatalaksanaan menerapkan teknik relaksasi hypnobirthing yang sudah diedukasi -Tanda dan persiapan persalinan	
Catatan Perkembangan Kecemasan Ibu saat Persalinan									
Inpartu						Ibu merasa lebih nyaman, tenang, dan bahagia menjalani proses persalinan. Ibu dapat mengontrol rasa sakit peprsalinannya.			

LAMPIRAN



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGKARANG

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Susi Arlina, S.ST

Alamat : Trimukti Jaya, Banjar Agung, Tulang Bawang

Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Devi Septiana

NIM : 1815401125

Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Susi Arlina, S.ST sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Tanjungkarang Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.

Tulang Bawang, 30 April 2021

Menyetujui

Bidan Susi Arlina, S.ST

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG
Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. Nur Idayati
Umur : 34 tahun
Alamat : Trimukti Jaya, Banjar Agung, Tulang Bawang

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) untuk diberikan asuhan kebidanan persalinan. Asuhan akan diberikan oleh mahasiswa yang bersangkutan yaitu:

Nama : Devi Septiana
NIM : 1815401125
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Tulang Bawang, 30 April 2021

Mahasiswa,


Devi Septiana

Klien,


Nur Idayati

Menyetujui,

Pembimbing Lahan,


Susi Arlina, S.ST

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG
Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tn. Sumarno

Umur : 35 tahun

Alamat : Trimukti Jaya, Banjar Agung, Tulang Bawang

Selaku (SUAMI/KELUARGA/KLIEN)* telah mendapat penjelasan, memahami dan ikut menyetujui terhadap tindakan penatalaksanaan perawatan payudara yang akan diberikan.

Terhadap ISTRI/KELUARGA/YANG BERSANGKUTAN)*:

Nama : Ny. Nur Idayati

Umur : 35 tahun

Alamat : Trimukti Jaya, Banjar Agung, Tulang Bawang

Tulang Bawang, 30 April 2021

Mahasiswa,


Devi Septiana

Klien,


Nur Idayati

Suami/Keluarga,


Sumarno

Menyetujui,
Pembimbing Lapangan,


Susi Arlina, S.ST



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG**

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. Nur Idayati

Umur : 34 tahun

Alamat : Trimukti Jaya, Banjar Agung, Tulang Bawang

Menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan dan penatalaksanaan mengenai Teknik relaksasi hypnobirthing.

Tulang Bawang, 30 April 2021

Mahasiswa,


Devi Septiana

Suami/Keluarga,


Sumarno

Klien,


Nur Idayati

Menyetujui,

Pembimbing Lapangan,


Susi Aulina, S.ST

