

PENGARUH *HYPNOTHERAPY* TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN NORMAL DI RSUD WANGAYA KOTA DENPASAR

I Gusti Ayu Ratih Agustini¹⁾, I Md Dwie Pradnya S.²⁾, Ni Putu Yusni Risnayanti³⁾
Program Studi S1 Keperawatan
STIKES Bina Usaha Bali
ratihbinus@yahoo.co.id¹⁾ dwiepradnya@gmail.com²⁾

ABSTRACT

Labor is the process of expenditure of the products of conception from the uterus through vagina to outside. One of important thing being a special attention on labor is labor pain. There are many ways can be done to reduce the labor pain is by non pharmacological technique by hypnotherapy. Hypnotherapy is a therapy technique implemented by hypnosis given by hypnotherapist in order to make the subject feel relax.

The purpose if this study aimed at finding the influence of hypnotherapy toward labor pain reduction. It used pre experimental with one group pre-posttest design with the total sample about 30 people by using non probability sampling was purposive sampling. Data analyzed by Paired T-Test to compare pretest and posttest result.

This study showed that there was a significant influence of mean between pre and post after hypnotherapy given with p value = 0,001($p < 0,05$) and t count of 12.143 t table for 1,699, so t count $>$ t table. It can be concluded that there was significant the influence of hypnotherapy toward labor pain in RSUD Wangaya Denpasar city.

Keywords : labor , pain, hypnotherapy

LATAR BELAKANG

Persalinan merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi dari uterus melalui vagina ke dunia luar. Dari beberapa kasus, kelahiran bukan peristiwa membahagiakan tetapi menjadi suatu masa penuh rasa nyeri, rasa takut, penderitaan bahkan kematian nyeri adalah pengalaman sensori atau emosional tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan potensial atau aktual (Judha, 2012). Berdasarkan penelitian di Amerika Serikat 70% sampai 80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung tanpa rasa nyeri. Berbagai cara dilakukan agar ibu melahirkan tidak selalu merasa sakit dan akan merasakan nyaman. Saat ini 20% hingga 50% persalinan di rumah sakit swasta dilakukan dengan *sectio caesaria*, tingginya operasi *sectio caesaria* disebabkan para ibu yang hendak bersalin lebih memilih operasi yang relatif tidak nyeri. Di Brazil angka ini mencapai lebih dari 50% dari angka kelahiran di suatu rumah sakit yang merupakan persentase tertinggi di seluruh dunia (Arifin, 2012).

Salah satu teknik non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri dengan menggunakan teknik *hypnotherapy*. *Hypnotherapy* dilakukan dengan cara hipnosis yakni perubahan status kesadaran saat konsentrasi individu terfokus dan distraksi minimal, hipnosis juga bisa digunakan untuk mengendalikan nyeri, bahwa hipnosis dapat mencegah stimulus nyeri dalam otak menembus pikiran sadar, teori tertentu menyebutkan bahwa hipnosis bekerja dengan mengaktifkan saraf dalam otak yang menyebabkan pelepasan zat seperti *morfin* alamiah yang disebut *enkefalin* dan *endorphin* (Kozier, 2011).

Selama ini kejadian hipnosis telah menjadi topik baru dalam proses terapi, sedangkan penanganan penurunan rasa nyeri pada saat persalinan yang dilakukan oleh perawat hanya menggunakan teknik farmakologi, hingga *hypnotherapy* akan digunakan sebagai salah satu acuan intervensi non farmakologi (Kusuma, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di RSUD Wangaya

didapatkan data ibu melahirkan dari bulan Januari sampai Oktober 2015 adalah 755 orang. Dari 10 ibu yang melakukan persalinan normal di RSUD Wangaya didapatkan data bahwa lima ibu mengalami nyeri hebat, tiga ibu mengalami nyeri berat, sedangkan dua ibu mengalami nyeri sedang.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan, 10 ibu mengatakan nyeri yang timbul menyebabkan ibu sulit berkonsentrasi terhadap persalinan, kesulitan untuk mengatur nafas serta merasakan sesak, ibu juga mengatakan trauma terhadap persalinannya. Sejauh ini belum pernah diterapkan teknik non farmakologi untuk menurunkan intensitas nyeri di RSUD Wangaya karena masih banyaknya ibu yang merasakan nyeri saat persalinan, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh *hypnotherapy* terhadap penurunan nyeri pada persalinan normal.

LANDASAN TEORI

Persalinan adalah kelahiran merupakan kejadian fisiologi yang normal dalam kehidupan. Kelahiran seorang bayi juga merupakan peristiwa sosial bagi ibu dan keluarga. Dalam hal ini peranan petugas kesehatan, tidak kalah penting dalam memberikan bantuan dan dukungan pada ibu agar seluruh rangkaian proses persalinan berlangsung dengan aman baik bagi ibu serta bayi yang akan dilahirkan (Sumarah *et al.*, 2008).

Menurut Andarmoyo & Suharti (2013), rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pendekatan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan serviks inilah, akan terjadi persalinan. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu, yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain budaya, takut, cemas/ketakutan, pengalaman persalinan sebelumnya, dan dukungan.

Hypnotherapy merupakan salah satu metode yang terbukti dan sangat efektif untuk mengatasi stres. Ada beberapa metode yang diterapkan selain *hypnotherapy*, namun untuk mengatasi stres kurang efektif dan butuh waktu yang lama untuk bisa merasakan perubahan yang signifikan.

Kurang efektif karena metode yang lain tidak menyentuh akar permasalahan dan hanya bermain di level pikiran sadar. Padahal sumber stres pada seseorang itu tersimpan dipikiran bawah sadar (Zain, 2011).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian yang dilakukan adalah pra eksperimen dengan rancangan *one group pretest and posttest design*, di dalam desain ini observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum eksperimen dan setelah eksperimen (Sugiyono, 2012). Pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenis *probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan melihat kriteria inklusi dan eksklusi, sehingga jumlah sampel yang didapatkan 30 sampel.

Penelitian ini dilakukan di Ruang Bersalin RSUD Wangaya Kota Denpasar di Ruang dilakukan pada bulan Maret-April 2016.

Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui perbedaan nyeri persalinan sebelum dan setelah diberikan *hypnotherapy* adalah menggunakan teknik analisa *parametric* uji *Paired T-Test* dimana data yang dikumpulkan dari dua sampel yang saling berhubungan, artinya satu sampel akan mempunyai dua data. Rancangan ini paling umum dikenal dengan rencana *pre-posttest* artinya membandingkan rata-rata nilai pretest dan rata-rata posttest dari satu sampel (Riwidikdo, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Pada analisis data ini akan menyajikan data hasil penelitian karakteristik responden yaitu usia pada ibu yang akan melakukan persalinan normal, yang berjumlah 30 responden. Penelitian ini dilakukan dengan melakukan observasi kepada responden.

Karakteristik responden berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 5.1 berikut:

Tabel 5.1 Hasil Distribusi Responden Berdasarkan Usia Ibu Bersalin Normal Di RSUD Wangaya Kota Denpasar

No	Usia (tahun)	(f)	(%)
1	25 tahun	9	30,0
2	25 tahun	21	70,0

Total	30	100%
--------------	-----------	-------------

Berdasarkan tabel 5.1 distribusi frekuensi responden berdasarkan faktor usia didapatkan paling banyak berada pada usia 25 tahun sebanyak 21 responden dengan persentase 70,0%.

Analisis Rasa Nyeri Persalinan Sebelum Dilakukan Hypnotherapy Pada Persalinan Normal

Rasa nyeri persalinan sebelum dilakukan *Hypnotherapy* pada persalinan normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar dapat dilihat pada tabel 5.2 berikut:

Skala nyeri	Frekuensi (f)	Persentase(%)
Tidak nyeri	0	0
Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	0	0
Nyeri Berat	30	100
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.2 maka dapat diketahui bahwa rasa nyeri persalinan yang dirasakan ibu sebelum dilakukan *Hypnotherapy* 30 responden mengalami nyeri berat dengan persentase 100%.

Analisi Rasa Nyeri Persalinan Setelah Dilakukan Hypnotherapy Pada Persalinan Normal

Rasa nyeri persalinan setelah dilakukan *Hypnotherapy* pada persalinan normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar dapat dilihat pada tabel 5.3 berikut:

Berdasarkan tabel 5.3 maka dapat diketahui bahwa rasa nyeri persalinan setelah di berikan *Hypnotherapy* pada ibu 19 responden yang mengalami nyeri sedang dengan persentase 63,3%.

Tabel 5.4 Pengaruh Hypnotherapy Terhadap Nyeri Pada Pesalinan Normal

Klasifikasi	N	Rata-rata	t	df	p-value
Nyeri_Pre	30	3.100	12.143	29	0,001
Nyeri_Post					

Berdasarkan tabel 5.4 hasil uji statistik dengan *Paired T-Test* didapat nilai t hitung sebesar 12.143 dan nilai t tabel untuk df 29 adalah 1,699, maka t hitung > t tabel. Selanjutnya nilai p didapatkan sebesar 0,001 dengan taraf signifikansi 0,05, hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan *Hypnotherapy* terhadap nyeri pada persalinan normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan tingkat nyeri pada ibu dengan persalinan normal di RSUD Wangaya sebelum diberikan *hypnotherapy*, yaitu 30 responden (100%) mengalami nyeri berat, tingkat nyeri pada ibu dengan persalinan normal di RSUD Wangaya sesudah diberikan *hypnotherapy*, yaitu 19 responden (63,3%) mengalami nyeri sedang 11 responden (36,7%) mengalami nyeri berat, hasil analisis data menggunakan uji statistik *Paired T-Test* diperoleh nilai p didapatkan sebesar 0,001 dengan taraf signifikansi 0,05, hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan *hypnotherapy* terhadap nyeri pada persalinan normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar.

Saran bagi peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian lanjutan dengan memperhatikan variabel lain atau menggunakan metodologi penelitian eksperimen murni dimana peneliti selanjutnya menggunakan kelompok kontrol untuk membandingkan tingkat nyeri saat persalinan responden antara yang diberikan teknik *hypnotherapy* dengan yang tidak

Skala nyeri	Frekuensi (f)	Persentase(%)
Tidak nyeri	0	0
Nyeri Ringan	0	0
Nyeri Sedang	19	63,3
Nyeri Berat	11	36,7
Total	30	100

diberikan teknik *hypnotherapy*. Peneliti selanjutnya juga harus lebih memperhatikan dalam pemberian *hypnotherapy* dimana sebaiknya *hypnotherapy* diberikan pada

trimester tiga dan peneliti juga meneliti karakteristik berdasarkan pendidikan dan paritas, bagi ibu dengan persalinan normal hendaknya lebih mengutamakan menggunakan teknik non farmakologi seperti teknik *hypnotherapy* untuk menurunkan tingkat nyeri saat persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin Z et all. 2012. *Hipnobirthing Dan Counter Pressure Untuk Pengurangan Nyeri Pinggang Pada Kala I Persalinan*. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan. Volume 1, Issue 1.
- Asri & Clervo. 2012. *Buku Ajar Persalinan Normal*. Yoyakarta: ECG
- Asmadi, Turmani. 2008 *Pengaruh Hypnotherapy Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Intranatal Kala I Di Rb Kharisma Husada Kartasura*. Jurnal Kesehatan 2010.
- Andarmoyo, Suharti. 2013. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta.Ar-Ruzz Media.
- Aprilia, Yesie. 2010 *Hipnometri : Rileks, Aman, dan Nyaman saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta : Gagas Media.
- Bobak, Lowdermik, & Jensen. 2005 *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: ECG
- Batbual, Bringiwatty. 2010 *Hypnosis Hypnobirthing Nyeri Persalinan dan Berbagai Metode Penanganannya*. Yogyakarta : Gosyen Publishing
- Cuningham. 2008 . *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta
- Datak, G. 2008. *Perbedaan Rileksasi Benson Terhadap Nyeri Pasca Bedah Pada Pasien Transurethral Resection Of The Prostate Di Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati*. Indonesia University.
- Danuatmaja, Meiliasari. 2004. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: Puspa Swara.
- Gunawan, Adi. (2007) *Hypoterapy The Art Of Subconscious Restructuring*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayat. 2009 *Buku Ajar Maternitas*. Yogyakarta
- Handayani,Hariani & Rini. 2011. *Buku Asuhan Kebidanan Persalinan Normal*, Yogyakarta
 Accessed : 4 Januari 2015
- Hastuti, Nanik P. 2012 *Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pasien Fraktur Ekstremitas Di Ruang Bedah RSU Muntilan*. Available from : <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/sn12012010/article/viewFile/344/380>
 Accessed : 5 Januari 2015
- Judha, M. 2012 *Teori Pengukuran Nyeri Dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Muha Medika
- Kuswanti, Melina. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*, Yogyakarta
- Kusuma, Tubagus Erwin. 2013. *Bebas Hipertensi dengan Self Hypnosis*. Jakarta: Noura Books (Mizan Grup).
- Koizer .2010. *Buku Ajar Fondamental Keperawatan : Konsep*,
- Lawrence Green 2005. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pemanfaatan Posyandu Oleh Ibu Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Maek Kabupaten Lima Puluh Kota Tahun 2012*.
- Li, Liu & Herr. 2007. *Post Operatif Pain Intensity Assessment : A Comparison of* URL : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/>
 [Accessed 30 Desember 2013]
- Fauza. 2013. *Alternative Anesthesia for Childbirth. The American Journal of Maternal/Child Nursing. Volume 27, Issue 6*.
- Manuaba,I A C. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan EGC*, Jakarta.
- Mander. 2003. *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC
- Musrifatul, Hidayat 2008. *Buku Ajar Maternitas*. Yogyakarta.
- Nursalam 2008 *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam 2011 *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Primantari 2014. *Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di STIKES Bina Usada Bali*. Jurnal Kesehatan.

- Pipit, Galih. 2010. *Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Intranatal Kala I Di Rb Kharisma Husada Kartasura*. Jurnal Kesehatan
- Padila 2014. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, Yogyakarta
- Potter, P.A., & Perry, A.G. 2005 *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik Volume 4*. Jakarta : ECG.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. 2006 *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik Volume 4*. Jakarta : ECG.
- Pangayoman, Samudra. 2010. *3 Hari Master Hipnotis Paling Andal*. Cetakan I. PT. Pustaka Araska Media Utama. Yogyakarta.
- Prabowo 2009 *Hipnomedik, Hipnoterapi & Hypnopregnancy*, Jogjakarta : Nuha Medika.
- Riwidikdo. 2012. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sumarah At Al. 2010. *Perawatan Ibu Bersalin (Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin) Cetakan V*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Salim. 2009. *Penanganan nyeri persalinan dengan metode nonfarmakologi*. Malang: Bayumedia
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Turmani. 2008. *Pengaruh Hipnobirthing Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Normal*. Jurnal Kesehatan 2012.
- Tamsuri 2007 *Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri EGC*, Jakarta.
- Zain, A.J. 2011. *Cara Mengatasi Stres dengan Hipnoterapi*. Available online at <http://dokterpikiran.com/2011/02/cara-mengatasi-stres-denganhipnoterapi>. html.