

PENGARUH *HYPNOTERAPY* TERHADAP NYERI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RS PMC

Kardimatus Suheimi⁽¹⁾, Endah Purwani Sari⁽²⁾, Desy Winda⁽³⁾

⁽¹⁾ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan STIKes Pekanbaru Medical Center,
Jalan Bintan

*email: kardimatusuheimi@gmail.com

⁽²⁾ Program Studi S1Kebidanan, STIKes Pekanbaru Medical Center, Perum Putri Tujuh
email: purwanisari.endah@gmail.com

⁽³⁾ Program Studi S1Kebidanan, STIKes Pekanbaru Medical Center, Jalan Kapur no 35
email: desywinda12@gmail.com

ABSTRAK

Sectio Caesarea merupakan cara untuk melahirkan bayi jika ada indikasi patologis pada persalinan secara pervaginam. Insisi menimbulkan nyeri sedang sampai berat. Salah satu cara menurunkan nyeri post sectio caesarea adalah *Hypnoteraphy*. *Hypnoteraphy* lebih unggul dari pada terapi lainnya yaitu hanya menggunakan kekuatan sugesti dan pikiran yang mengubah gelombang otak menjadi kondisi alfa dan theta sehingga langsung merelaksasikan pasien dan pasien menjadi lebih nyaman dalam waktu yang cukup singkat Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *Hypnoteraphy* terhadap tingkat nyeri pada ibu post sectio caesarea. Metode: Penelitian ini adalah penelitian Quasi Eksperimen Design dengan rancangan pre test and post test nonequivalent control group. Sample penelitian adalah ibu post sectio caesarea yang terdiri dari 12 orang pada kelompok intervensi yang diberikan kombinasi analgesik dan hipnoterapi dan 12 orang pada kelompok kontrol yang hanya diberikan analgesik serta diambil secara Purposive Sampling. Instrumen penelitian adalah lembar pre test dan post test skala Numerik (Numerical Rating Scale atau NRS). Hasil: Hasil uji Marginal Homogeneity menunjukkan ada penurunan tingkat nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi yaitu $p=0,001$ ($p < 0,005$) sedangkan pada kelompok kontrol ada penurunan tingkat nyeri tetapi tidak signifikan sebelum dan sesudah perlakuan yaitu $p=0,007$. Hasil uji Chi Square pada 2 kelompok tersebut menunjukkan nilai $p=0,000$ (p yang berarti ada perbedaan tingkat nyeri pada kelompok intervensi yang diberikan kombinasi analgesik dan hipnoterapi dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan analgesik. Kesimpulan: Kombinasi analgesik dan hipnoterapi lebih berpengaruh menurunkan tingkat nyeri post sectio caesarea dibandingkan hanya analgesik sebagai terapi tunggal. *Hypnoteraphy* direkomendasikan bagi perawat dan pasien. Perawat terlatih dapat mengembangkan kemampuan *Hypnoteraphy* sebagai terapi komplementer untuk mengatasi nyeri pasien dan pasien juga dapat diajarkan melakukan self hypnosis sebagai alternatif mengatasi nyeri.

Kata kunci: *Hypnoteraphy*, Nyeri, Sectio Caesarea

ABSTRACT

Sectio Caesarea is a way to deliver a baby if there are pathological indications for vaginal delivery. The incision causes moderate to severe pain. One way to reduce post-caesarean section pain is Hypnotherapy. Hypnotherapy is superior to other therapies, namely it only uses the power of suggestion and thoughts which change brain waves into alpha and theta conditions so that it immediately relaxes the patient and the patient becomes more comfortable in a fairly short time. Research Objectives: This research aims to determine the effect of Hypnotherapy on pain levels in mothers. post caesarean section. Method: This research is a Quasi Experimental Design research with a pre test and post test nonequivalent control group design. The research sample was post caesarean section mothers consisting of 12 people in the intervention group who were given a combination of analgesics and hypnotherapy and 12 people in the control group who were only given analgesics and taken using purposive sampling. The research instrument was a pre-test and post-test sheet on a numerical scale (Numerical Rating Scale or NRS). Results: The results of the Marginal Homogeneity test showed that there was a significant decrease in pain levels before and after treatment in the intervention group, namely $p=0.001$ ($p < 0.005$) while in the control group there was a decrease in pain levels but it was not significant before and after treatment, namely $p= 0.007$. The results of the Chi Square test in the 2 groups showed a value of $p=0.000$ (p which means there was a difference in the level of pain in the intervention group which was given a combination of analgesics and hypnotherapy and the control group which was only given analgesics. Conclusion: The combination of analgesics and hypnotherapy had a greater effect on reducing levels post caesarean section pain compared to just analgesics as a sole therapy. Hypnotherapy is recommended for nurses and patients. Trained nurses can develop Hypnotherapy skills as a complementary therapy to deal with patient pain and patients can also be taught to do self-hypnosis as an alternative for dealing with pain.

Keywords: Hypnotherapy, Pain, Sectio Caesarea

PENDAHULUAN

Sectio caesarea merupakan suatu pembedahan guna melahirkan anak lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus (Oxon & Forte, 2010). Secara global fenomena melahirkan dengan operasi sectio caesarea saat ini sedang meningkat di berbagai negara berkembang. Tingkat persalinan dengan sectio caesarea di Amerika Serikat dari 5,5 per 100 kelahiran pada tahun 1970 menjadi 22,7 per 100 kelahiran pada tahun 1985 (Mulyawati dkk, 2011). Berdasarkan data survei nasional pada tahun 2007, tingkat persalinan dengan sectio caesarea di Indonesia adalah 921.000 dari 4.039.000 persalinan (22,8%). Nyeri post sectio caesarea muncul seiring dengan hilangnya efek anastesi. Nyeri mempengaruhi seluruh

pikiran orang, tubuh, dan jiwa dan pengelolaan terbaik sering menggunakan kombinasi perawatan farmakologis dan perawatan komplementer (Banerjee, 2010). Menurut Berman et al. (2009), penatalaksanaan nyeri secara farmakologi mencakup: analgesik opiat, nonopiat dan analgesik adjuvans. Sedangkan penatalaksanaan nyeri secara nonfarmakologi menurut Price & Wilson (2005), mencakup Strategi Kognitif Perilaku (relaksasi, imagery, hipnosis, dan biofeedback) dan terapi modalitas fisik (pijat, stimulasi saraf dngan listrik transkutis, akupuntur, aplikasi panas atau dingin, olahraga). Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang bersifat subjektif (Mutaqqin,

2008). Menurut Solehati & Rustina (2013), 75% dari pasien bedah mengalami nyeri sedang sampai berat setelah operasi. Durasi nyeri dapat bertahan selama 24 sampai 48 jam, tapi bisa bertahan lebih lama tergantung pada bagaimana klien dapat menahan dan menanggapi rasa sakit. *Hypnoteraphy*..merupakan salah satu teknik yang efektif digunakan dalam pengobatan nyeri (Mohammad, 2011). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipnoterapi lebih unggul daripada obat, plasebo psikologis dan perawatan lainnya (Mendoza & Capafons, 2009). Hipnosis sedikit atau hampir tidak ada efek samping sama sekali (Subiyanto dkk, 2008). Keunggulan hipnoterapi dari terapi lainnya yaitu hanya menggunakan kekuatan sugesti dan kekuatan pikiran yang akan mengubah gelombang otak menjadi kondisi alfa dan theta sehingga langsung merelaksasikan kondisi pasien dan pasien dapat menjadi lebih nyaman dalam waktu yang cukup singkat. Selain itu, karena hipnoterapi tidak menggunakan obat-obatan sehingga menurut Aprillia (2010), biaya relatif rendah, peralatan yang digunakan sederhana serta metode yang digunakan juga relatif sederhana sehingga mudah dipahami orang banyak. Walaupun sudah digunakan selama berabad-abad dalam menurunkan nyeri dan banyak penelitian yang sudah membuktikan bahwa hipnosis dapat mengurangi nyeri baik kronik maupun akut, namun fenomena hipnoterapi akhir-akhir ini tetap menjadi trend baru dalam proses terapi. Tenaga medis biasanya menggunakan analgesik untuk menurunkan nyeri post sectio caesarea. Selama ini belum ada penelitian yang secara khusus menjelaskan tentang aplikasi *Hypnoteraphy*.. terhadap nyeri pada pasien post sectio caesarea. Padahal hipnoterapi ini dapat digunakan sebagai salah satu intervensi yang efektif dalam penurunan nyeri pada ibu setelah menjalani persalinan dengan sectio caesarea. Berdasarkan data yang didapat peneliti dari Rekam Medik

Rumah Sakit Bersalin (RSB) Jeumpa Pontianak pada tahun 2023 didapatkan bahwa dari 188 ibu yang melahirkan dalam bulan april-juni, 78 (41,49 %) ibu diantaranya melahirkan dengan sectio caesarea. Studi Pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada 5 ibu post sectio caesarea di RS PMC, didapatkan bahwa 2 ibu menyatakan mengalami nyeri berat, 2 ibu mengalami nyeri sedang dan 1 ibu mengalami nyeri ringan. Ibu-ibu tersebut juga menyatakan bahwa nyeri yang dialami post sectio caesarea mengganggu aktivitasnya sehari-hari dan mobilisasinya. Rata-rata ibu post sectio caesarea di RS PMC, mengatakan masih merasakan efek dari anastesi bedah pada hari pertama post sectio caesarea

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi experiment design dengan rancangan pre test and post test nonequivalent control group. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling. Sampel penelitian adalah ibu post sectio caesarea yang dirawat di RS PMC selama 10 April - 10 Juni 2024 yang memenuhi kriteria inklusi dengan total 24 responden yaitu 12 diberikan *Hypnoteraphy*.. dan 12 ibu post sectio caesarea yang tidak diberikan *Hypnoteraphy*. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu: klien dengan post sectio caesarea, klien post sectio caesarea dengan jenis anastesi spinal, klien yang bersedia menjadi responden, klien post sectio caesarea hari kedua, dan klien yang mampu memahami komunikasi verbal dengan baik. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah: klien dengan persalinan normal dan klien yang mengalami nyeri patologis. Uji statistik yang digunakan adalah uji Marginal Homogeneity dan uji Chi-Square dan diukur dengan skala Numerik (Numerical Rating Scale atau NRS).

HASIL DAN PEMBAHASAN
Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik responden

Kategori	Kel.intevensi (%)	Kel. Kontrol (%)
Usia		
10-19	0(0%)	2(16,7%)
20-29	3(25%)	6(50%)
30-39	9(75%)	4(33,3%)
total	12(100%)	12(100%)
Pendidikan		
SD	1(8,3%)	3(25%)
SMP	2(16,7%)	2(16,7%)
SMA	5(41,7%)	3(25%)
DIPLOMA	2(16,7%)	2(16,7%)
SARJANA	2(16,7%)	2(16,7%)
Total	12(100%)	12(100%)
Pekerjaan		
IRT	5(41,7%)	2 (16,7%)
PNS	2(16,7%)	3 (25%)
SWASTA	5(41,5%)	
Total	12(100%)	12(100%)

Hasil analisis univariat pada tabel 1 didapatkan bahwa distribusi menurut usia pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol paling terbanyak adalah usia 30-39 tahun dengan jumlah 13 orang

Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi Hasil Tingkat Motivasi pada kelompok Kontrol

Sesudah	Sebelum hilang (%)	ringan(5)	sedang(%)	total
Kelompok				
Intervensi	ringan	4(16,7)	0,(0)	0,(0)
4(16,7)	Sedang	4(16,7)	0,(0)	0,(0)
4(16,7)	Hebat	0(0)	5 (20,8)	1 (4,2)
4(16,7)				
Total	(20,8)	5 (20,8)	1 (4,2)	12(50,0)
Kelompok kontrol	ringan	0(0)	3 (12,5)	0,(0)
	Sedang	0(0)	3 (12,5)	0,(0)
	Hebat	0(0)	0(0)	3 (12,5)
				3 (12,5)
		6(25,0)	3 (12,5)	12(50,0)
Mean sebelum	2,20		0,56	
Mean sesudah	2,01		1,20	

Tabel 2. Perbedaan Perlakuan Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Post Sectio Caesarea Setelah Pelakuan Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

KELOMPOK	MEAN	SD	P
Kel intervensi	0,56	0,551	0,000
Kel kontrol	1,20	0,430	

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh *Hypnoteraphy* Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Post sectio caesarea di RS PMC, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :
1. Responden dalam penelitian ini berjumlah 24 responden yang terdiri dari 12 responden masuk ke dalam kelompok intervensi 12 responden masuk kedalam kelompok kontrol. Mayoritas usia pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol paling banyak adalah usia 30-39 tahun dengan jumlah 13 orang yaitu sebanyak 9 orang (75%) pada kelompok intervensi dan 4 orang (33,3%) pada kelompok kontrol. Mayoritas tingkat pendidikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol paling banyak adalah SMA dengan jumlah 8 orang yaitu 5 orang (41,7%) pada kelompok intervensi dan 3 orang (25%) pada kelompok kontrol. Pekerjaan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mayoritas sebagai ibu rumah tangga dengan jumlah 12 orang 5 orang (41,7%) pada kelompok intervensi dan 7 orang (58,3%) pada elompok kontrol.
2. Mean tingkat nyeri sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol adalah 2,01 dan 1,20. Mean tingkat nyeri pada kelompok intervensi sebelum perlakuan 2,20 menjadi 0,56 sesudah perlakuan. Nilai p value dengan uji marginal homogeneity pada kelompok intervensi adalah 0,001 dan kelompok kontrol adalah 0,007. Nilai p value pada kelompok intervensi dan ke kontrol dengan uji chi square adalah 0,000.
3. Berdasarkan analisa data yang dilakukan dapat

disimpulkan bahwa pemberian *Hypnoteraphy*.. berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri ibu post sectio caesarea yang dibuktikan dengan nilai $p(0,001) < 0,05$ dan ada perbedaan antara kelompok kontrol yang hanya di berikan analgesik dengan kelompok intervensi yang diberikan kombinasi analgesik dan *Hypnoteraphy*..

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Y. (2020). *Hipnosentri: Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Banerjee, S. (2021). *Patient Education and Self-Advocacy: Questions and Responses On Pain Management*. *Journal of Pain & Palliative Care Pharmacotherapy*, 271–274.
- Berman, A., Meiliya, E., Wahyuningsih, E., & Yulianti, D. A. (2019). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Kozier & Erb (5 ed.)*. Jakarta: EGC.
- Fachri, H. A. (2018). *The Real Art of Hypnosis Kolaborasi Seni Hipnosis TimurBarat/ Hasyim A Fachri*. Jakarta: Gagas Media.
- Ilham, Eny, & Herliana. (2012). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Operasi Secto Caesar di BKIA Rumah Sakit William Booth Surabaya*. Retrieved April 08, 2022, from <http://ejournal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/D3BID/article/viewFile/8/7>
- Mendoza, M. E., & Capafons, A. (2019). *Efficacy of Clinical Hypnosis: A Summary of Its Empirical Evidence*. *Papeles del Psicólogo*, 30, 98-116.
- Mohammad, S. M. (2021). *Pain Treatment with Hypnosis*. *Journal of Applied Sciences Research*, 7, 1208-1211.
- Mulyawati, I., Azam, M., & Ningrum, D. N. (2011). *Faktor Tindakan Persalinan Operasi Sectio Caesarea*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14-21.
- Mutaqqin, A. (2020). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oxon, H., & Forte, R. W. (2010). *Ilmu Kebidanan: Patologi & Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Pawatte, I., Cicilia, P., & Opod, H. (2013). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Seksio Caesarea di RSIA Kasih Ibu dan RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandau Manado*. *Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik*, 1.
- Perry, P. (2022). *Fundamentals of Nursing Fundamental keperawatan Buku 3 (7 ed.)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratiwi, R., Ermiami, & Widiasih, R. (2019). *Penurunan Intensitas Nyeri Luka Akibat Post Sectio Caesarea Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit Al Islam Bandung*. Retrieved Mei 18, 2015, from.