

PENGARUH *HYPNOBIRTHING* TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN NORMAL DI RSUD LABUANG BAJI MAKASSAR

Rahmawati¹, Yusriani², Fairus Prihatin Idris³

¹Pascasarjana Universitas Muslim Indonesia

²Pascasarjana Universitas Muslim Indonesia

³Pascasarjana Universitas Muslim Indonesia

Alamat korespondensi : (rahmareyhana@gmail.com / 085342952211)

ABSTRAK

Ibu bersalin mengalami nyeri yang dapat menghambat proses persalinan. Untuk itu, diperlukan upaya untuk mengatasi nyeri. Salah satu teknik non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri dengan menggunakan teknik *hypnotherapy*. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar. Rancangan penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimental : *Quasi Experiments*. yaitu rancangan eksperimen dengan cara sampel diberikan kuesioner (pengukuran intensitas nyeri) sebelum dan setelah dilakukan *treatment* (perlakuan) yang terdiri atas dua kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel masing-masing sebanyak 20 orang. Metode analisis data menggunakan analisis statistik dengan menggunakan Program komputer. Hasil penelitian ini didapatkan Intensitas nyeri pada ibu bersalin normal sebelum diberikan *hypnobirthing* rata-rata $6,50 \pm 0,76$ dan setelah diberikan *hypnobirthing* rata-rata $4,50 \pm 1,50$. Ada pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar ($p=0,000$). Kesimpulan dari penelitian menunjukkan bahwa *hypnobirthing* dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin normal. Sehingga disarankan kepada bidan untuk membantuk ibu bersalin dalam mengurangi intensitas nyeri dengan mengajarkan teknik *hypnobirthing*.

Kata kunci: *Hypnobirthing*, Nyeri, Persalinan normal

PENDAHULUAN

Target global *Milennium Development Goals* (MDGs) bidang kesehatan adalah menurunkan angka kematian Ibu (AKI) menjadi 102 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini sedikit menurun dibandingkan SDKI tahun 1991 masih berkisar 390 per 100.000 kelahiran hidup. Salah satu penyebab langsung kematian ibu di Indonesia adalah persalinan lama (Kemenkes RI, 2014).

Kondisi lain yang mempengaruhi lama persalinan adalah kondisi psikologis meliputi persepsi ibu pada rasa nyeri dan cemas saat persalinan. Nyeri bersalin dapat menimbulkan respon fisiologis yang mengurangi kemampuan rahim saat kontraksi, sehingga bisa memperpanjang waktu persalinan. Nyeri selama.

Salah satu teknik non farmakologi yang dapat menurunkan nyeri dengan menggunakan teknik *hypnotherapy*. Teknik seperti hipnosis telah diusulkan sebagai cara untuk membantu wanita mengatasi rasa sakit selama persalinan. Selama wanita melahirkan

dapat menggunakan hipnosis dalam berbagai cara; untuk mempromosikan relaksasi, sebagai sarana untuk memisahkan diri dari rasa sakit atau untuk mengubah persepsinya, misalnya: memahami kontraksi sebagai cara untuk lebih dekat dengan melahirkan bayinya. *Hypnobirthing* 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

BAHAN DAN METODE

Lokasi, Populasi, Sampel

Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Labuang Baji Makassar pada bulan Agustus – September 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang melahirkan normal di RSUD Labuang Baji Makassar tahun 2018 dengan rata-rata perbulan sebanyak 57 orang dengan jumlah sampel pada penelitian ini adalah 40 orang yang terdiri dari eksperimen 20 orang dan kontrol 20 orang.

1. Kriteria inklusi:
 - a. Ibu yang bersalin normal.
 - b. Kesadaran umum baik.
 - c. Bersedia menjadi responden
2. Kriteria eksklusi:
 - a. Ibu dengan penyulit persalinan.
 - b. Kesadaran umum jelek.
 - c. Tidak bersedia menjadi responden

Pengumpulan Data

1. Data sekunder adalah yang diperoleh dari pihak lain dalam hal ini data awal mengenai persalinan di Rumah Sakit Umum Daerah Labuang Baji Makassar.
2. Data primer adalah data yang diperoleh sendiri oleh peneliti dari hasil pengukuran atau pengamatan.

Pengolahan Data

1. *Editing*
Editing adalah tahapan kegiatan memeriksa validitas data yang masuk.
2. *Coding*
Coding adalah tahapan kegiatan mengklasifikasi data dan jawaban menurut kategori masing-masing sehingga memudahkan dalam pengelompokan data.
3. *Processing*
Processing adalah tahapan kegiatan memproses data agar dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara memasukkan data hasil pengisian kuesioner ke dalam master tabel.
4. *Cleaning*
Cleaning yaitu tahapan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan melakukan koreksi bila terdapat kesalahan. (Lapau, 2013).

Analisis Data

1. Analisis Univariat
Analisis univariat dilakukan dari tiap variabel dari hasil penelitian berupa distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel.
2. Analisis Bivariat
Analisis bivariat merupakan analisis untuk mengetahui intraksi dua variabel atau hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, dengan menggunakan data ordinal. Terlebih dahulu dilakukan *uji normalitas* data menggunakan *uji kolmogorov-smirnov*, apabila data terdistribusi normal dilanjutkan dengan *independen sample t-test*. Bila data tidak terdistribusi normal maka menggunakan *uji mann whitney* dengan taraf signifikan (α) 0,05% atau tingkat kepercayaan 95%.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Ibu Bersalin Normal di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Labuang Baji Makassar

Karakteristik	Kelompok				Total	
	Hipno birthing		Kontrol			
	n (20)	% (100)	n (20)	% (100)	n (20)	% (100)
Umur						
< 25 Tahun	9	45,0	7	35,0	1	40,0
25-35 Tahun	4	20,0	9	45,0	6	32,5
> 35 Tahun	7	35,0	4	20,0	1	27,5
					3	
					1	
					1	
Pendidikan						
SD	1	5,0	0	0,0	1	2,5
SMP	9	45,0	4	20,0	13	32,5
SMA	9	45,0	16	80,0	25	62,5
Perguruan Tinggi	1	5,0	0	0,0	1	2,5
Gravid						
1-2	15	75,0	11	55,0	26	65,0
≥ 3	5	25,0	9	45,0	14	35,0
Partus						
0	9	45,0	10	50,0	19	47,5
1-2	9	45,0	7	35,0	16	40,0
≥ 3	2	10,0	3	15,0	5	12,5
Abortus						
0	19	95,0	19	95,0	38	95,0
≥1	1	5,0	1	5,0	2	5,0
Jenis Kelamin Anak						
Laki-laki	9	45,0	10	50,0	19	47,5
Perempuan	11	55,0	10	50,0	21	52,5

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia < 25 tahun yakni sebanyak 16 responden (40,0%), sebagian besar responden pendidikannya SMA yakni sebanyak 25 responden (62,5%), sebagian besar responden jumlah kehamilannya 1-2 yakni sebanyak 26 responden (65,0%), sebagian besar responden partusnya 0 yakni sebanyak 19 responden (47,5%), dan sebagian besar responden anaknya perempuan yakni sebanyak 21 responden (52,5%)

Tabel 2 Distribusi Berdasarkan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Normal di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Labuang Baji Makassar

Intensitas Nyeri	Kelompok				Total	
	Hipno birthing		Kontrol			
	n (20)	% (100)	n (20)	% (100)	n (20)	% (100)

Pre Test						
Nyeri Ringan	0	0,0	0	0	0	0
Nyeri Sedang	7	35,0	10	50,0	17	42,5
Nyeri Berat	13	65,0	10	50,0	23	57,5
Post Test						
Nyeri Ringan	8	40,0	0	0,0	8	20,0
Nyeri Sedang	12	60,0	11	55,0	23	57,5
Nyeri Berat	0	0,0	9	45,0	9	22,5

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada saat pre test sebagian besar mengalami nyeri berat baik itu pada kelompok hypnobirthing (65,0%) maupun kelompok kontrol (50%). Adapun pada saat post test didapatkan pada kelompok hypnobirthing ibu intensitas nyerinya ringan (40,0%) dan nyeri berat (0%) sedangkan kelompok kontrol didapatkan intensitas nyeri ringan (0%) dan nyeri berat (45%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 3 Pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar

Kelompok	n	Intensitas Nyeri (Mean±SD)		P value
		Hasil	Perbedaan	
<i>Hypnobirthing</i> Pre Test	20	6,50±0,7	2,00±1,2	0,000*
	20	6	5	
<i>Hypnobirthing</i> Post Test		4,50±1,50		
Kontrol Pre Test	20	5,95±1,0	0,20±0,5	0,102*
	20	9	2	
Kontrol Post Test		6,15±1,22		
Perubahan Nyeri <i>Hypnobirthing</i> Kontrol	20	2,00±1,25	2,20±0,30	0,000**
	20	-0,20±0,52		

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 20 responden, perubahan intensitas nyeri pada kelompok *hypnobirthing* rata-rata 2,00±1,25 dan pada kelompok kontrol rata-rata -0,20±0,52, dengan perbedaan rata-rata 4,25±1,61. Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon* diperoleh nilai $p=0,000$, hal ini berarti nilai $p < \alpha(0,05)$. Hal ini berarti ada perbedaan intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan *hypnobirthing* pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar, sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan tidak ada perbedaan intensitas nyeri pre dan post test ($p=0,102$). Adapun uji statistik *Mann Whitney* terhadap

perubahan intensitas nyeri diperoleh nilai $p=0,000$, hal ini berarti nilai $p < \alpha(0,05)$. Hal ini berarti ada pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar.

PEMBAHASAN

1. Intensitas nyeri pada ibu bersalin normal

Nyeri bersalin dapat menimbulkan respon fisiologis yang mengurangi kemampuan rahim saat kontraksi, sehingga bisa memperpanjang waktu persalinan (Bobak ddk. 2015).

Penelitian ini intensitas nyeri antara satu responden dengan responden yang lain bervariasi. Hal ini disebabkan karena nyeri dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti umur dan pendidikan. Dalam penelitian ini responden yang mengalami nyeri berat lebih banyak yang berusia < 25 tahun (45%) dibandingkan yang berusia > 35 tahun (35%). (Umboh. 2015).

Selain itu dalam penelitian ini, ibu yang pendidikannya SMP dan SMA (45%) lebih banyak yang mengalami nyeri. Hal ini menunjukkan bahwa yang mengalami nyeri lebih banyak adalah ibu bersalin yang memiliki pendidikan rendah yang menurut asumsi peneliti pengetahuan tentang manajemen nyeri dan cara penatalaksanaan nyeri bisa didapatkan melalui pendidikan baik formal maupun non formal.

Menurut Koentjoroningrat (1997, dalam Nursalam, 2001), makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin mudah orang tersebut menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki terutama yang berkaitan dengan nyeri saat persalinan. Sebaliknya, pendidikan yang rendah akan menghambat seseorang dalam menerima informasi sehingga mengakibatkan berkurangnya informasi tentang nyeri saat persalinan sedangkan menurut Notoatmojo (2007) mengatakan bahwa tingkat pengetahuan sangat dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki dan begitu juga sebaliknya.

2. Pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar

Hasil dari penelitian ini berdasarkan uji statistik *Mann Whitney* didapatkan ada pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar ($p=0,000$), dimana

hypnobirthing dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu bersalin normal. Menurut Kusuma et al (2009), nyeri adalah suatu sensori yang tidak menyenangkan dari satu pengalaman emosional yang disertai kerusakan jaringan secara aktual/potensial (*Medical Surgical Nursing*).

Hypnotherapy. Teknik seperti hipnosis telah diusulkan sebagai cara untuk membantu wanita mengatasi rasa sakit selama persalinan (Madden dkk. 2016). Menurut Nursalam et al (2008) Pengeluaran beta endorfin meningkatkan toleransi ibu terhadap nyeri saat proses persalinan

Penelitian yang dilakukan di RSUD Wangaya ditemukan bahwa tingkat nyeri pada ibu dengan persalinan normal di RSUD Wangaya sebelum diberikan *hypnotherapy*, 100% mengalami nyeri berat dan sesudah diberikan *hypnotherapy* 63,3% mengalami nyeri sedang, 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 (Agustini dkk, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh (Nursalam dkk. 2008) menemukan bahwa metode relaksasi *hypnobirthing* terbukti meningkatkan toleransi nyeri dan menurunkan respons kecemasan pada ibu inpartu kala I fase aktif ($p=0.015$).

Penelitian yang dilakukan oleh (Imannura, Budhiastuti, & Poncorini, 2016) didapatkan setelah intervensi, ibu hamil yang menerima *hypnobirthing* memiliki nyeri terendah 41,33 ($p = 0,003$). Ibu hamil yang tidak menerima *hypnobirthing* memiliki tingkat nyeri serendah 51,60 ($p = 0,003$) dan ada perbedaan penurunan nyeri antara kedua kelompok secara statistik signifikan.

Penelitian yang lain menunjukkan bahwa wanita yang menggunakan hipnosis menilai nyeri persalinan mereka kurang

berat dibandingkan dengan kontrol ($P < 0,01$). Yang lain menunjukkan bahwa hipnosis mengurangi opioid (meperidine) persyaratan ($P < 0,001$), dan meningkatkan kejadian tidak memerlukan analgesia farmakologis dalam persalinan ($P < 0,001$). (Cyna, McAuliffe, & Andrew, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh (Triyani dkk. 2016) ditemukan bahwa hipnosis berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu nullipara di triwulan III ($p \text{ value} < 0,001$). Sedangkan penelitian lainnya menemukan bahwa *hypnobirthing* berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan, tekanan darah dan denyut nadi pada ibu primigravida trimester III (Marliana, Kuntjoro, & Wahyuni, 2016). Selain itu, penelitian di Australia ditemukan bahwa lama kala II pada ibu yang dilakukan *hypnobirthing* rata-rata lebih singkat dibandingkan yang tidak dilakukan *hypnobirthing* 51% tidak menggunakan obat rasa sakit sama sekali dan tingkat ketidaknyamanan keseluruhan untuk persalinan dan kelahiran adalah 5,8 dari 10 dengan 32% skala nyerinya di bawah 5,8, termasuk dua peserta yang mencatat ketidaknyamanan nol (Phillips-Moore, 2012).

KESIMPULAN

1. Intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar sebelum diberikan *hypnobirthing* nyeri berat 65%
2. Intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar setelah diberikan *hypnobirthing* nyeri sedang 60%
3. Ada pengaruh *hypnobirthing* terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Labuang Baji Makassar

SARAN

1. Diharapkan ibu bersalin untuk melakukan upaya untuk mengurangi nyeri selama proses persalinan dengan menerapkan teknik relaksasi dan *hypnobirthing*.
2. Diharapkan kepada bidan untuk membantuk ibu bersalin dalam mengurangi intensitas nyeri dengan mengajarkan teknik *hypnobirthing*.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, I. G., Pradnya, I. M., & Risnayanti, N. P. (2016). Pengaruh yang signifikan hypnotherapy terhadap nyeri pada persalinan normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 5(2):67-71.
- Bobak, I., Lowdermilk, D., & Jensen, M. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Kemkes RI. (2014). *Situasi Kesehatan Ibu*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kozier, B. (2010). *Buku Ajar Fondamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.

- Kusuma, T. E. (2013). *Bebas Hipertensi dengan Self Hypnosis*. Jakarta: Noura Books (Mizan Grup).
- Madden, K., Middleton, P., Cyna, A. M., Matthewson, M., & Jones, L. (2016). Hypnosis for pain management during labour and childbirth. *Cochrane Database of Systematic Reviews* , Issue 5. Art. No.: CD009356. DOI: 10.1002/14651858.CD009356.pub3.
- Nursalam, Pradanie, R., & Trisnadewi, I. A. (2008). Pengaruh metode relaksasi hypnobirthing terhadap toleransi nyeri dan respons kecemasan pada ibu inpartu kala I fase aktif. *Jurnal Ners* , Vol.3 No.1 April 2008 : 54-60.
- Triyani, S., Fatimah, & Aisyah. (2016). Pengaruh Hypnosis Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Nullipara triwulan 3 pada masa persiapan menghadapi persalinan di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat. *The Southeast Asian Journal of Midwifery* , Vol. 2, No.1, Oktober 2016, Hal: 24 - 3