

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Kecemasan

Kecemasan seringkali berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan ditandai dengan adanya perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, kepribadian masih utuh, perilaku dapat mengganggu tetapi masih dalam batas normal (Hawari, 2008).

Menurut Stuart (2006), ada empat tingkat kecemasan antara lain :

a. Kecemasan ringan

Berhubungan dengan ketegangan yang biasanya dialami sehari – hari. Kecemasan ringan adalah keadaan seseorang masih bisa waspada serta fokus akan persepsinya, fungsi panca indra individu pada tahap ini masih dirasa kuat dan tajam. Kecemasan pada tahap ini memotivasi dan memacu individu untuk belajar dan mampu untuk memecahkan masalah secara efektif sehingga menghasilkan kreatifitas.

b. Kecemasan sedang

Kecemasan sedang adalah membuat individu menjadi fokus pada suatu hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mulai mempersempit zona dari persepsi. Tahapan ini akan membuat individu mengalami kondisi acuh yang selektif, namun individu tetap fokus pada lebih banyak hal jika diberikan arahan untuk melakukannya.

c. Kecemasan Berat

Zona persepsi individu semakin sempit. Individu cenderung fokus pada sesuatu yang lebih rinci dan spesifik, juga tidak berpikir dan fokus pada hal yang lain. Perilaku tersebut ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Tahapan ini membuat seorang individu menjadi fokus, diperlukan lebih banyak arahan sehingga dapat fokus akan hal - hal yang lainnya.

d. Panik

Berhubungan dengan keadaan individu yang terperangah, ketakutan akan suatu teror. Hal yang spesifik menjadi terpecah dari seharusnya, karena mengalami kehilangan kendali, individu yang panik tidak dapat melakukan sesuatu meskipun diberikan arahan. Panik melibatkan disorganisasi kepribadian seseorang dan menimbulkan peningkatan aktivitas motorik, menurunkan kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi menjadi menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tingkat kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, jika berlangsung terus menerus dalam jangka waktu yang lama, dapat mengakibatkan kelelahan bahkan berujung kematian (Stuart, 2006).

2. Rasa Takut pada Anak

Menurut Pinkham (1995), terdapat beberapa kategori rasa takut anak terhadap dokter gigi, sebagai berikut :

- a. Ketakutan yang sebenarnya (*real fears*), anak takut akan alat – alat yang berada di dalam praktek dokter gigi, diantaranya takut pada jarum suntik, juga bisa pengalaman buruk yang pernah dialami sebelumnya oleh anak maupun orang terdekatnya pada saat berkunjung ke dokter gigi, sehingga menimbulkan ketakutan pada anak.
- b. Ketakutan yang berteori (*theorized fear* atau disebut juga “*freudian*” *fear*) dimana rongga mulut yang merupakan pusat kenyamanan dari seorang anak akan terusik dan terganggu kenyamanannya jika di invasi atau dimasukan berbagai alat – alat kedokteran gigi yang dapat menimbulkan reaksi kecemasan yang berlebihan pada pasien anak.
- c. Rasa takut yang dipicu oleh hal – hal tertentu (*potential fear*). Rasa takut yang dimaksud disini ialah, pada awalnya rasa takut itu tidak ada, namun ada suatu yang membuat dan berpotensi untuk menimbulkan rasa takut itu menjadi muncul pada pasien (anak).

(Gracia, 2015)

3. Hipnodonsi

Beberapa faktor yang dapat sangat mempengaruhi keberhasilan suatu terapi dengan hipnosis, diantaranya: kemampuan dari operator, kemampuan subyek dalam menerima sugesti (*susceptibility*), serta

kondisi tempat kondusif. Hipnosa merupakan kondisi tercapainya hypnosis, berikut ini adalah beberapa tahapan hypnosis, yaitu:

- a. Tahap pre induksi, proses persiapan situasi dan kondisi yang sifatnya kondusif antara juru hipnosis (operator) dan subyek (pasien).
- b. Tahap induksi, tahap utama untuk membawa seseorang berpindah dari *conscious mind* ke *subconscious mind*. Alat bantu fiksasi dan sugesti dengan bahasa verbal yang sederhana dan mudah di pahami oleh subyek, sehingga memudahkan *conscious mind* subyek berpindah ke *subconscious mind* (Yubliana, 2010).

Pelaksanaan hipnoterapi dengan pre-induksi terlebih dahulu berupa konsultasi dan tanya jawab pada anak melalui pengenalan mengenai aspek psikologis pada anak, lalu induksi dimana prosesnya membuat pasien anak dibuat rileks dari β (beta), α (alpa), dan σ (teta), hingga masuk ke *trance* yang lebih dalam, selanjutnya *dept level test* dimana pasien anak diuji tingkat kedalaman *trance* apakah si anak benar – benar dalam keadaan rileks, berikutnya pemberian kalimat sugesti positif dimana inilah inti dari proses terapi, dan terakhir terminasi yakni si anak kembali ke kondisi normal dan tidak mengalami kejutan secara psikologis. Faktor pendukung metode hipnoterapi yakni anak mampu berkomunikasi tanpa ada hambatan bahasa dan mampu untuk fokus dalam menjalani sesi terapi serta ada kemauan dan motivasi dari anak. Kelebihan dari metode hipnoterapi adalah metode ini efektif dan efisien,

hal ini dilihat dari tidak menggunakan obat – obatan yang dapat menyebabkan efek samping (Marpuah, 2009).

Setio (2013) menyatakan bahwa hipnodonsi adalah seni dan ilmu pengetahuan menggunakan komunikasi hipnosis untuk menginduksi pasien agar menjadi nyaman dan bebas dari nyeri saat menjalani perawatan di kursi gigi. Hipnosis berasal dari bahasa Yunani “*hypnos*”. *Hypnos* ialah nama dewa tidur dalam mitologi Yunani. Tujuan dilakukan hipnosis adalah untuk membawa “harmoni lengkap” suatu keadaan di mana antara pikiran sadar dan bawah sadar mengalami “sinkronisasi”. Penggunaan hipnosis dalam perawatan gigi disebut sebagai *Dental Hypnosis*. Secara umum ada tiga teknik hipnosis yang digunakan untuk keperluan *Dental Hypnosis*. *Hypnodentist* harus mempunyai ketrampilan berkomunikasi dengan ketiga cara teknik di bawah ini :

a. *Formal Hypnosis*.

Metode *Formal Hypnosis* merupakan seorang operator menempatkan pasien dalam keadaan rileks dan kemudian memberi saran sugesti hipnosis langsung ke pikiran bawah sadar.

b. *Informal Hypnosis*.

Teknik ini berguna untuk pasien yang sangat logis dan kritis. Teknik ini bukan menempatkan saran sugesti langsung ke pikiran bawah sadar pasien, namun menggunakan kelengahan dari pikiran sadar sehingga saran dapat masuk dalam pikiran bawah sadar.

c. *Covert Hypnosis*

Komunikasi yang digunakan merupakan komunikasi tertutup sehingga pasien tidak menyadari keadaan subyek atau pasien sudah masuk dalam keadaan hipnosis atau *trance*. Proses hipnosis terjadi ketika memenuhi syarat – syarat sebagai berikut :

1. Membuat fokus

Pasien dibuat konsentrasi penuh atau fokus dan menyukai saran dari *Hypnodentist*. Memahami bahwa saran untuk fokus akan mudah dikerjakan oleh pasien tersebut.

2. Melewati pikiran sadar

Hypnodentist berkomunikasi dengan pikiran bawah sadar pasien gigi. Ada bermacam – macam teknik induksi yang dapat digunakan.

3. Pemberian saran sugesti

Saran sugesti disesuaikan dengan tujuan perawatan gigi apakah diperlukan menghilangkan ketakutan jarum pada spuit, ketakutan yang ekstrim, mual, *bruxism* atau yang lainnya.

4. Reorientasi

Reorientasi dapat juga disebut *termination* yang artinya mengembalikan kesadaran yang normal di mana menggeser dari keadaan hipnosis kembali kesadaran penuh atau normal. Untuk mengetahui apakah pasien gigi sudah atau akan masuk dalam keadaan *trance*, sehingga perlu diperlukan kalibrasi.

4. Proses Kerja Hipnosis

Majid (2010) menyatakan bahwa hipnoterapi adalah suatu posisi dimana pasien diharuskan mengalami *trance proses* (tidur hipnosis) sesaat sebelum terapi hipnosis dimulai. Tahap – tahap proses hipnosis :

a. Pre-Induksi

Proses awal ini adalah pada saat pasien dan operator bertemu pada pertama kali, kemudian operator mengawali komunikasi mengenai masalah yang sedang dihadapi pasien (dalam kasus terapi hipnodonsi ialah masalah kesehatan gigi dan mulut pasien) inilah yang disebut pre-induksi. Operator menghilangkan perbedaan pandangan (*miss conception*) rasa takut pasien terhadap hipnosis, serta menjawab pertanyaan dari pasien. Pre-Induksi juga disebut tahap *pre-talk* atau *pre-interview*

b. *Suggestibility Test* atau Uji Sugestibilitas

Uji sugestibilitas digunakan untuk mengetahui apakah seseorang memiliki tipe *physical suggestibility* (sugestibilitas fisik) atau *emotional suggestibility* (sugestibilitas perasaan). Tipe sugestibilitas pada pasien sangat penting untuk menentukan tipe induksi yang digunakan pada teknik hipnodonsi.

c. *Induction* atau Induksi

Induksi adalah cara yang digunakan oleh operator untuk membimbing pasien mengalami *trance hypnosis*. *Trance hypnosis* adalah suatu kondisi kesadaran dimana bagian kritis pikiran sadar tidak aktif,

sehingga klien sangat reseptif terhadap sugesti yang diberikan oleh operator.

d. *Deepening*

Deepening merupakan kelanjutan tahap dari induksi. Tujuannya adalah untuk membuat klien semakin *suggestible* (meningkatkan kemampuan untuk menerima sugesti), ada beberapa tingkatan trance pada terapi hipnosis, antara lain adalah *trance hypnosis* menjadi *light trance*, *medium trance*, *deep trance* atau *somnambulism*. *Somnambulism* adalah kondisi mental dimana pikiran subjek menjadi sangat sugestif. Level *trance hypnosis* yang paling tepat untuk terapi ataupun untuk *stage hypnosis* adalah *somnambulism*. Oleh karena itu, apabila setelah induksi seorang pasien belum mencapai kondisi *somnambulism*, operator perlu melakukan *deepening* dengan teknik tertentu yang bisa membuat klien mengalami *somnambulism*.

e. *Hypnosis Therapy* atau *Suggestion* (Terapi Hipnosis atau Memberi Sugesti)

Tahap ini operator memberikan sugesti terhadap pasien pada terapi hipnosis. Kasus yang biasa banyak terjadi, bahwa memberi sugesti secara langsung (*direct suggestion*) memang sangat efektif dan sudah bisa membuat klien mengalami perasaan rileks.

f. *Termination of Hypnotherapy*

Inilah bagian dari akhir dari sesi terapi hipnosis, yaitu membangunkan pasien dari hipnoterapi. Biasanya pada saat pasien membuka mata, sering terlihat tersenyum dan ceria dengan mata berbinar.

5. Manfaat hipnodonsi

Gracia (2014), Berikut manfaat utama aplikasi dari hipnosis dalam terapi kedokteran gigi adalah :

- a. Mengatasi kecemasan dan rasa takut pasien
- b. Relaksasi
- c. Menciptakan kondisikoooperatif antara pasien dan dokter gigi
- d. Mempersiapkan mental pasien untuk pemberian anestesi umum atau lokal
- e. Mencegah syok atau pingsan
- f. Kontrol pendarahan yang terjadi
- g. kontrol produksi saliva
- h. Membantu mengatasi spasme otot pada leher dan rahang
- i. Membantu mempertahankan periode analgesia
- j. Meningkatkan toleransi pasien saat akan dilakukan cetakan gigi pada pembuatan protesa dan perawatan ortodontik
- k. Meningkatkan adaptasi pemakaian protesa atau alat ortodonti
- l. Mempercepat periode penyembuhan pada perawatan gigi

6. Perawatan Gigi Anak

Pemeriksaan fisik pada anak lebih bersifat seni dibandingkan sebagai suatu prosedur ilmiah. Tujuan dokter gigi adalah untuk melakukan pemeriksaan yang produktif dan agar tidak dapat menimbulkan trauma baik bagi anak maupun diri dokter gigi yang merawat. Pendekatan terhadap anak, dokter gigi terlebih dahulu berbicara pada orang tua anak dengan terlihat mengabaikan anak, sehingga anak mempunyai kesempatan untuk memperhatikan dokter gigi yang merawat. Berbicara dengan lembut dan menggunakan intonasi suara yang ramah. Bergerak dengan lembut dan perlahan, hindari gerakan yang mencolok dan tiba-tiba (Setio, 2014).

Tahapan metode yang digunakan orang tua untuk mengatasi ketakutan anak, dapat dilihat dari teknik komunikasi terapeutik verbal yang dilakukan secara tidak rutin dan langsung, menghasilkan *noticeable experience models* (media asli yang sesungguhnya) dan *playing experience models* (media permainan), sementara teknik komunikasi terapeutik nonverbal dapat menghasilkan *vicarious experience models* (media rekaan seperti klip video dan buku cerita, baik secara langsung maupun tidak langsung), dan alasan orang tua terkait teknik menggunakan komunikasi terapeutik yang dilakukannya adalah untuk berfokus pada anak yakni mengedepankan rasa empati dan mencari sesuatu yang disukai anak, mencari sesuatu yang dapat menarik perhatian anak dan berfokus pada pengalaman pribadi orang tua mengedepankan komunikasi

antarpribadi orang tua dengan rekannya serta pengalaman orang tua sendiri terkait objek fobia anak (Rachmaniar, 2015).

7. Anak Usia 2 – 4 Tahun

Perekembangan masa anak – anak usia pra-sekolah dimulai dari usia 2 – 4 tahun mengalami proses perkembangan secara bertahap. Melalui beberapa perkembangan, diantaranya fisik, kognitif, emosi, dan psikososial. Perkembangan ini anak mulai mengalami perubahan, contohnya dari segi fisik, bertambahnya tinggi dan berat badan anak, dari segi kognitif, adanya perubahan cara berpikir anak, segi emosi, sudah mulai dapat mengekspresikan rasa emosinya, sedangkan segi psikososial, anak dapat berhubungan atau bersosialisasi dengan lingkungannya (Yudrik, 2011).

Menurut Piaget dalam buku psikologi perkembangan, anak usia 2 – 6 tahun merupakan anak pada kategori *praoperasional* dimana anak mulai menggunakan simbol – simbol untuk mempresentasi lingkungan secara kognitif. Simbol – simbol itu seperti kata – kata dan bilangan dapat menggantikan objek, peristiwa dan kegiatan. Secara motorik dan fisik anak usia 2 – 4 tahun dibagi beberapa tahap setiap tahun pada perkembangannya. Tahun kedua anak sudah pandai berlari, dapat menggunakan kata – kata dan mengenal identitasnya (namanya). Tahun ketiga anak dapat bicara menggunakan kalimat dan menggunakan kata – kata sebagai alat berpikir. Tahun Keempat anak banyak bertanya dan dapat berdiri sendiri. Secara singkat ada 8 tanda – tanda esensial yang

dapat disebutkan dalam perkembangan seorang anak antara akhir tahun pertama hingga awal usia 4 tahun. Perkembangan tersebut diantaranya :

- a. Permulaan periode ini anak sudah bisa duduk, berdiri dan berjalan dengan bantuan orang dewasa. Anak usia 4 tahun adalah anak yang sudah dapat melakukan gerakan yang aktif seperti : meloncat – loncat, memanjat, merangkak ke bawah meja dan kursi, dapat melakukan gerakan – gerakan yang kasar dan halus dengan tangan, kaki dan jari – jarinya, dalam hal motorik praktis ia dapat mandiri.
- b. Anak usia 4 tahun, tangan dan mata bekerja sama dalam koordinasi yang baik, anak lebih dapat mengadakan orientasi dalam situasi – situasi yang tidak asing. Anak usia ini tangan anak merupakan alat untuk mengadakan eksplorasi keliling yaitu melalui manipulasi dengan benda – benda, terutama alat – alat permainan dan benda – benda sehari – hari.
- c. Anak usia 4 tahun sudah dapat melakukannya dalam hal berbahasa, hal ini dibuktikan bahwa anak berkomunikasi secara aktif dalam percakapan sehari – hari di rumah dengan orang tuanya, berkomunikasi dengan teman – teman sebayanya. Anak dapat memberikan pengaruh melalui bicaranya dan ia dapat menyatakan keinginan serta kebutuhannya.
- d. Periode anak usia 4 tahun, sudah memperoleh pengertian banyak mengenai benda – benda menurut warna dan bentuknya, membedakan

antara suara keras dan suara lembut, ia mengerti nama benda – benda dan dapat menanyakan nama benda yang belum diketahuinya.

- e. Anak usia ini juga sudah mengerti akan ruang dan waktu, hal ini berkaitan dengan perbedaan antar siang dan malam, misalnya anak mengerti orang bermain pada waktu siang hari dan tidur pada saat malam hari. Anak juga mengerti apa yang disebut “di sana” dan “di sini”. “di atas” dan “di bawah”. Ia juga sudah menguasai serangkaian tugas – tugas seperti : menyisir rambut, mengenakan baju, mengambil barang dan sesuatu dari lemari, melipat serbet dan sebagainya.
- f. Mengerti akan norma – norma yang ada, seperti kata – kata “baik” dan “buruk”, “boleh” dan “tidak boleh” dan sebagainya yang merupakan tanda – tanda untuk mengatur tingkah laku dan perilaku anak.
- g. Kebutuhan untuk aktif, untuk berbuat sesuatu semakin lama makin ditentukan secara kognitif, artinya : perbuatan dan tingkah laku tidak lagi ditentukan secara kebetulan sesuai dengan apa yang ada, anak sudah dapat membuat rencana, memikirkan apa yang akan dilakukannya dan dalam batas – batas tertentu anak sudah memiliki suatu prespektif masa depan, misalnya ketika anak ditanya mengenai cita cita masa depan.
- h. Anak tidak hanya menginginkan ada bersama – sama dengan orang dewasa, melainkan ia sudah menginginkan bergaul secara aktif dengan mereka. Kebutuhan untuk bergaul secara aktif dengan anak – anak sebayanya juga diperlukan disamping anak ingin bersama

dengan orang dewasa. Periode akhir ini anak juga sudah mampu untuk bermain bersama dengan anak – anak sebaya dan juga memperhatikan aturan – aturan yang ada.

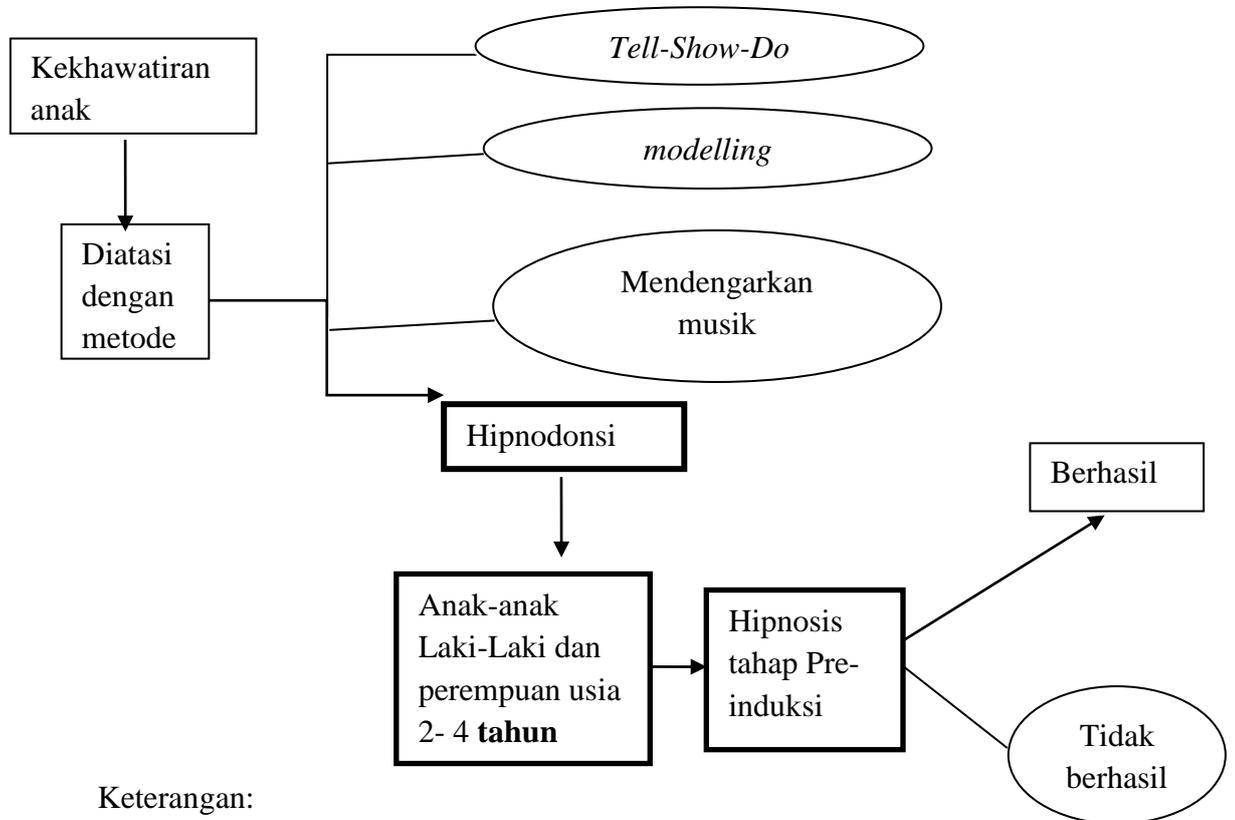
B. Landasan Teori

Kecemasan dan rasa takut pada anak biasanya berbeda – beda terhadap seorang dokter gigi, yakni ada beberapa tipe dari kecemasan dan rasa takut pada anak :ketakutan sebenarnya (*real fear*), ketakutan yang berteori (*theorized fear* atau disebut juga “*freudian*” *fear*), rasa takut yang dipicu oleh hal – hal tertentu (*potential fear*). Anak – anak biasanya memberikan respon yang berbeda tergantung rentang umur anak. Kecemasan atau perasaan takut pada anak usia 2 – 4 tahun biasanya yang bersifat khayalan yang tidak ada objeknya, kecemasan tersebut muncul mungkin dari situasi yang dikhayalkan berdasarkan pengalaman yang diperoleh dari perlakuan orang tua, buku bacaan, dan film. Hal tersebut biasanya menyulitkan seorang dokter gigi untuk melakukan perawatan gigi pada seorang anak.

Dokter gigi sebaiknya melakukan pendekatan terhadap anak sebelum melakukan penanganan, seorang dokter gigi terlebih dahulu berbicara pada orang tua anak dengan cara, seperti seolah – oalah terlihat mengabaikan si anak, sehingga anak mempunyai kesempatan untuk memperhatikan dokter gigi yang merawat. Seorang dokter gigi diharapkan berbicara dengan lembut dan menggunakan intonasi suara yang ramah. Bergerak dengan lembut dan

perlahan, dan menghindari gerakan yang mencolok dan tiba – tiba yang bisa membuat si anak menjadi cemas, apabila pendekatan pada seorang anak berhasil, dokter gigi melakukan pengalihan sebelum melakukan perawatan dengan menggunakan beberapa cara dan metode diantaranya, *tell-show-do*, *modelling*, mendengarkan musik dan Hipnodonsi. Hipnodonsi merupakan seni dan ilmu pengetahuan menggunakan hipnosis pada saat komunikasi untuk menginduksi pasien. Teknik keterampilan berkomunikasi yang harus dimiliki seorang *hypnodentist* adalah *formal hypnosis*, *informal hypnosis* dan *covert hypnosis*. Adapun tahap agar tercapainya kondisi terhipnotis, hipnosa, yaitu diawali dari tahap pre-induksi terlebih dahulu kemudian dilanjutkan ke tahap induksi hingga pasien (anak) mencapai pada kondisi hipnosa. Manfaat dari hipnodonsi adalah memberikan efek nyaman, bebas dari nyeri, dan tidak memberikan efek samping dari pengobatan kimia. Pasien anak menjadi kooperatif pada saat menjalani perawatan gigi dan mulut pada saat berada di kursi gigi.

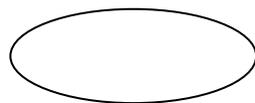
C. Kerangka Konsep



Keterangan:



= Diteliti oleh peneliti



= Tidak diteliti peneliti



= Bukan alur penelitian



= Alur Penelitian

Gambar 1. Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah terdapat perbedaan metode pre-induksi hipnodonsi antara anak laki-laki dan perempuan usia 2 – 4 tahun terhadap tingkat kecemasan di RSGM dan jejarungnya.