

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian tentang efektifitas hipnoterapi terhadap kadar trigliserida pada pasien diabetes melitus tipe 2 yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol.

Karakteristik Responden	Frekuensi	
	N	%
Jenis kelamin		
- pria	4	80
- wanita	1	20
Total	5	100
Kadar trigliserida		
- observasi I		
< 150 mg/dL	3	60
≥ 150 mg/dL	2	40
Total	5	100
Kadar trigliserida		
- observasi II		
< 150 mg/dL	2	40
≥ 150 mg/dL	3	60
Total	5	100

Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa 4 orang (80%) dengan jenis kelamin pria adalah responden terbanyak pada kelompok kontrol. Terdapat 3 orang (60%) dengan kadar trigliserida < 150 mg/dL dengan responden terbanyak pada observasi I dan 3 orang (60%) adalah responden terbanyak pada observasi II.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelompok Eksperimen.

Karakteristik Responden	Frekuensi	
	N	%
Jenis kelamin		
- pria	13	86,7
- wanita	2	13,3
Total	15	100
Kadar trigliserida		
- pre hipnoterapi		
< 150 mg/dL	12	80
≥ 150 mg/dL	3	20
Total	15	100
Kadar trigliserida		
- post hipnoterapi		
< 150 mg/dL	13	86,7
≥ 150 mg/dL	2	13,3
Total	15	100

Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa 13 orang (86,7%) dengan jenis kelamin pria adalah responden terbanyak pada kelompok eksperimen dengan diberikan hipnoterapi. Terdapat 13 orang (86,7%) mengalami penurunan kadar trigliserida < 150 mg/dL setelah diberikan hipnoterapi.

Tabel 7. Distribusi Korelasi Responden

Karakteristik Responden	p
Perubahan Kadar Trigliserida	0,029

Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa didapatkan kadar trigliserida <150 mg/dL setelah diberikan hipnoterapi dengan nilai $P = 0,029$ ($P < 0,05$) yang berarti bahwa pemberian hipnoterapi terhadap kadar trigliserida pasien Diabetes Melitus Tipe 2 adalah efektif dan terjadi penurunan kadar trigliserida dari setelah diberikan hipnoterapi.

B. Pembahasan

Hipnoterapi adalah sebuah teknik yang menggunakan seni komunikasi dan seni sugesti dalam mempengaruhi alam sadar seseorang untuk bekerjasama dengan alam sadar, meningkatkan motivasi pola hidup sehat dengan memperbaiki pola konsumsi dan meningkatkan aktivitas fisik (IBH, 2003).

Trigliserida (Triasilgliserol) merupakan lipid netral yang terbentuk dari ikatan gliserol dan tiga rantai panjang asam lemak (Chen, 2006). Trigliserida merupakan simpanan lemak yang utama pada manusia dan 95% jaringan adiposa tubuh. Pada penderita obesitas, kadar trigliserida akan meningkat (Ahlian, 2005).

Diabetes melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua – duanya. Hiperglikemia kronik pada diabetes berhubungan dengan kerusakan jangka panjang, disfungsi atau kegagalan beberapa organ tubuh, terutama mata, ginjal, saraf, jantung dan pembuluh darah. (Purnamasari, 2009).

Hipnoterapi yang dilakukan oleh peneliti menggunakan seni komunikasi dan seni sugesti dalam mempengaruhi alam sadar seseorang untuk bekerjasama dengan alam sadar akan mempengaruhi responden dalam mengendalikan kadar trigliserida dalam darah dengan menerapkan perintah pada hipnoterapi sehingga diharapkan kadar trigliserida dalam batas normal (IBH, 2003).

Responden yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 orang dengan 15 responden sebagai kelompok eksperimen dan 5 orang sebagai kelompok kontrol. Jumlah responden laki - laki adalah 17 orang dan responden perempuan adalah 3 orang.

Penelitian dilakukan di kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada bulan Desember 2012 hingga Januari 2013. Peneliti melakukan pemeriksaan kadar trigliserida pada kelompok kontrol pada hari pertama dan dilakukan pemeriksaan kadar trigliserida yang kedua pada hari terakhir. Sedangkan peneliti juga melakukan pemeriksaan kadar trigliserida pada hari pertama pada kelompok perlakuan kemudian memberikan hipnoterapi selama 4 kali selama 1 bulan (30 hari). Peneliti memberikan hipnoterapi dengan memperhatikan poin - poin yang sesuai untuk responden dalam mengendalikan kadar trigliserida sehingga diharapkan dapat menurunkan kadar trigliserida dalam batas normal. Hipnoterapi yang diberikan oleh peneliti kepada responden adalah dalam bentuk komunikasi dengan memberikan sugesti kepada responden untuk menghindari stress, mengatur pola makan, menjaga gaya hidup sehari - hari dan minum obat sesuai instruksi dokter. Setelah dilakukan hipnoterapi, data yang terkumpul mulai dikelompokkan dan disusun secara sistematis sesuai dengan identitas responden dan penurunan kadar trigliserida. Kemudian data dianalisis menggunakan uji statistik *paired t test* jika sebaran data normal untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah di hipnoterapi dan dilanjutkan menggunakan uji statistik *independent t test* untuk kebermaknaan antara kelompok kontrol dan sampel.

Hasil yang diperoleh dari penelitian di atas 5 responden didapatkan penurunan kadar trigliserida sebanyak 3 responden pada kelompok kontrol, sedangkan 15 responden didapatkan penurunan kadar trigliserida sebanyak 13 responden pada kelompok eksperimen setelah diberikan hipnoterapi. Sehingga didapatkan nilai $t = 0,594$ dan nilai $p = 0,029$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa baik pada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen keduanya didapatkan penurunan kadar trigliserida dengan pemberian obat diabetes melitus dan hipnoterapi pada kelompok eksperimen dan hanya pemberian obat diabetes melitus pada kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok eksperimen didapatkan penurunan kadar trigliserida setelah diberikan hipnoterapi. Hal ini sesuai dengan hipotesis penelitian yaitu hipnoterapi efektif dalam mengendalikan penurunan kadar trigliserida pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Hasil penelitian sesuai dengan teori Montalbano (2005) yang mengatakan bahwa teknis hipnosis dipergunakan untuk memotivasi seseorang dalam merubah sikap dan pikiran menuju konsep latihan dan perubahan gaya hidup.