

ABSTRACT

Dismenore is the pain that is felt by women when having menstruation. Dismenore is caused by the imbalance of progesterone hormone in blood, prostaglandin, and psychological factors that cause dismenore to some adolescents. The pain when having menstruation is often felt by most of the women. Using drugs which made from chemicals to treat dysmenorrhea has many side effects is one reason to turn using alternative medicine like hypnotherapy. This therapy can make people go to relaxation stage and decrease pain. This study aims to determine the effect of hypnotherapy on impairment of a visual analog scale dysmenorrhea.

This study is an experimental research in the test humans. Total sample 32 women in Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. This sample divided into 2 groups, they are 16 case with hypnotherapy and 16 control with aspirin 500mg. pain measurements made with visual analog scale before providing the appropriate treatment group. Result analyzed paired t-test if distribution normal. If abnormal we can use Wilcoxon.

Based on data and research results, Sig. value = 0.000 (< 0.05) so there is the influence of hypnotherapy on Visual Analog Scale decrease at student Dysmenorrhea at Muhammadiyah University of Yogyakarta. There is a significant difference between the treatment group who underwent hypnotherapy to analgesic group, with Sig. value = 0,037 ($< 0,05$).

Keywords :Hypnotherapy, Dysmenorrhea, Visual Analog Scale.

INTISARI

Dismenore adalah nyeri yang dirasakan oleh perempuan saat mengalami menstruasi. Dismenore disebabkan oleh ketidak seimbangan hormon progesteron dalam darah, prostaglandin, dan faktor-faktor psikologis yang menyebabkan dismenore pada beberapa remaja. Rasa sakit saat mengalami menstruasi sering dirasakan oleh sebagian besar wanita. Menggunakan obat-obatan yang terbuat dari bahan-bahan kimia untuk mengobati dismenore memiliki banyak efek samping adalah salah satu alasan untuk mengubah menggunakan pengobatan alternatif seperti hipnoterapi. Terapi ini dapat membuat orang menuju pada tahap relaksasi dan dapat mengurangi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan nilai visual analog scale pada dysmenorrhea.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental pada manusia. Total responden 32 wanita di universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Sampel ini dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 16 case dengan hipnoterapi dan 16 kontrol dengan asam mefenamat dosis 500 mg. Pengukuran nyeri dibuat dengan skala *visual analog scale* sebelum memberikan pengobatan yang tepat. Hasil di analisis paired t-test jika distribusi normal. Jika tidak normal kita bisa menggunakan *wilcoxon*.

Berdasarkan data dan hasil penelitian, $\text{Sig.} = 0,000 (< 0,05)$ jadi, ada pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan nilai *Visual Analog Scale* pada Dysmenorrhea di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Ada perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan yang menjalani hipnoterapi dengan kelompok analgesik, dengan $\text{Sig.} = 0,037 (< 0,05)$.

Kata kunci : Hipnoterapi, Dysmenorrhea, Visual Analog Scale.