

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah Hipnoterapi dapat mempengaruhi penurunan nilai VAS pada wanita yang mengalami *Dysmenorhea* dengan Analgesik sebagai kontrol penelitian. Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswi di daerah Yogyakarta yang sedang mengalami menstruasi periode pengamatan Juni 2013-Januari 2014.

#### A. Karakteristik Usia Responden

Karakteristik usia responden mahasiswi Universitas di daerah Yogyakarta dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1  
Data Karakteristik Usia Responden Berdasarkan Kelompok

No	Usia	Kelompok Hipnoterapi n.16		Kelompok Kontrol (Analgesik) n.16	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1	18	2	12,5	1	6,2
2	19	1	6,2	3	18,8
3	20	4	25	2	12,5
4	21	2	12,5	2	12,5
5	22	2	12,5	4	25
6	23	2	12,5	2	12,5
7	24	3	18,8	2	12,5

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa jumlah total responden adalah 32 orang yang dibagi dalam dua kelompok perlakuan, 16 orang menjalani

Hipnoterapi dan 16 orang menjalani Analgesik. Usia responden dalam kelompok Hipnoterapi paling banyak berusia 20 tahun (25%) dan paling sedikit berusia 19 tahun (6,2%). Sedangkan usia responden pada kelompok Analgesik paling banyak berusia 22 tahun (25%) dan paling sedikit berusia 18 tahun (6,2%).

## B. Hasil Pengukuran VAS Dysmenorhea

Dalam penelitian ini, sampel yang diperoleh dan memenuhi kriteria pengambilan sampel sejumlah 32 orang. Sampel yang diperoleh dalam penelitian ini kemudian dibagi menjadi dua kelompok perlakuan yaitu Hipnoterapi dan Kontrol (Analgesik). Responden yang mengalami Dysmenhorea hari 1,2 dan 3 menstruasi diberikan kuisioner tentang *Dysmenorhea* untuk menyingkirkan kriteria eksklusi, lalu diukur nilai VAS sebelum diberikan perlakuan Hipnoterapi maupun Analgesik.

Setelah diukur maka responden kemudian di ukur kembali nilai VAS-nya dan dilihat apakah ada pengaruh Hipnoterapi dan Analgesik pada nilai VAS pada *Dysmenorhea* selama rentang waktu perlakuan. Hipnoterapis yang dilakukan adalah metode hipnoterapi yang bertujuan menurunkan derajat nyeri (menurunkan nilai VAS). Sedangkan Analgesiknya adalah dengan memberikan obat asam mefenamat pada responden.

Cara pengukuran rasa nyeri dengan metode VAS dalam penelitian ini adalah responden diminta untuk menandai intensitas nyeri pada garis sepanjang 15 cm dengan setiap ujungnya ditandai dengan level intensitas

nyeri (ujung kiri diberi tanda "no pain" dan ujung kanan diberi tanda "bad pain" (nyeri hebat) sesuai dengan level intensitas nyeri yang dirasakan responden. Kemudian jaraknya diukur dari batas kiri sampai pada tanda yang diberi oleh responden (ukuran mm), dan itulah nilai yang menunjukkan level intensitas nyeri. Kemudian nilai tersebut dicatat untuk melihat kemajuan pengobatan/terapi selanjutnya.

### 1. Skala Nyeri Sebelum Perlakuan (VAS pre)

Sebelum menjalani perlakuan, responden masing-masing kelompok diukur terlebih dahulu skala nyerinya dengan metode VAS untuk dijadikan acuan apakah setelah menjalani terapi terdapat penurunan nilai skala nyeri *dysmenorhea*. Berikut data yang diperoleh dari hasil pengukuran nilai skala nyeri pada responden sebelum menjalani perlakuan (Hipnoterapi dan Analgesik).

Tabel 2  
Data Skala Nyeri Sebelum Perlakuan (VAS pre)

No	Kelompok Hipnoterapi			Kelompok Kontrol (Analgesik)		
	VAS (Pre) skala 0-10	Jumlah	%	VAS (Pre) skala 0-10	Jumlah	%
1	4	2	12,5	4	3	18,8
2	5	3	18,8	5	2	12,5
3	6	3	18,8	6	3	18,8
4	7	5	31,2	7	5	31,2
5	8	3	18,8	8	3	12,5

Berdasarkan data pada tabel 2, nilai VAS (Pre) responden sebelum menjalani perlakuan pada kelompok hipnoterapi dengan total jumlah

sampel 16 orang paling banyak pada nilai 7 atau skala nyeri berat berjumlah 5 orang (31,2%) dan paling sedikit pada nilai 4 atau skala nyeri sedang berjumlah 2 orang (12,5%). Sedangkan nilai VAS (Pre) responden pada kelompok analgesik dengan total jumlah sampel 16 orang paling banyak pada nilai 7 atau skala nyeri berat berjumlah 5 orang (31,2%) dan paling sedikit pada nilai 5 atau skala nyeri sedang berjumlah 2 orang (12,5%)

## 2. Skala Nyeri Setelah Perlakuan (VAS post)

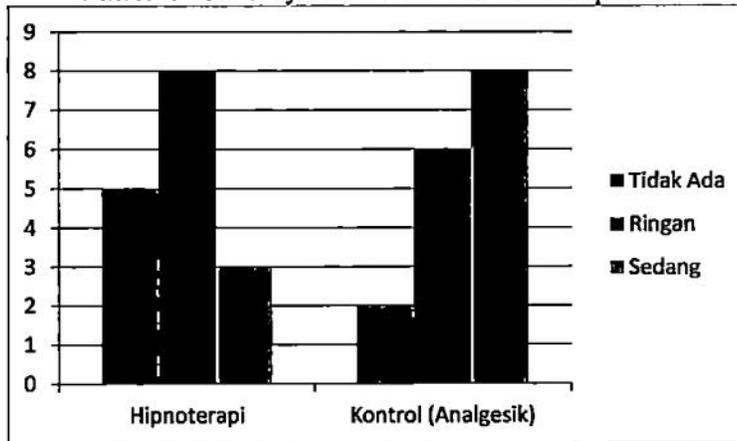
Pengukuran nilai nyeri (VAS Post) pada kelompok Hipnoterapi dilakukan dengan tahap *pre talk*, *induksi*, *deepening*, memberi sugesti kemudian membangunkan responden. Setelah itu responden diminta untuk menggambarkan rasa nyeri pada alat yang digunakan untuk mengukur skala VAS.

Begitu pula pada responden yang diberikan perlakuan analgesik, setelah mengkonsumsi obat hingga obat tersebut bereaksi setelah 30 menit, responden diminta untuk menggambarkan rasa nyeri pada alat yang digunakan untuk mengukur skala VAS. Berikut data penurunan intensitas nyeri pada masing-masing kelompok perlakuan:

Tabel 3  
Data Penurunan Skala Nyeri Pada Kelompok Perlakuan

Hipnoterapi						Kontrol (Analgesik)					
Nama	Umur	VAS Pre	Ket	VAS Post	Ket	Nama	Umur	VAS Pre	Ket	VAS Post	Ket
C1	19	8	Berat	3	Ringan	K1	22	8	Berat	6	Sedang
C2	22	8	Berat	0	tdkada	K2	22	8	Berat	0	tdkada
C3	20	8	Berat	2	Ringan	K3	20	7	Berat	6	Sedang
C4	23	7	Berat	2	Ringan	K4	19	4	Sedang	1	Ringan
C5	24	7	Berat	1	Ringan	K5	22	5	Sedang	3	Ringan
C6	20	7	Berat	2	Ringan	K6	21	7	Berat	1	Ringan
C7	21	5	Sedang	3	Sedang	K7	24	4	sedang	2	Ringan
C8	18	7	Berat	0	Tdk ada	K8	23	7	Berat	4	Sedang
C9	18	5	Sedang	1	Ringan	K9	22	7	Berat	5	Sedang
C10	24	7	Berat	5	Sedang	K10	18	6	Sedang	4	Sedang
C11	21	4	Sedang	0	Tdk ada	K11	19	6	Sedang	3	Ringan
C12	20	6	Sedang	4	Sedang	K12	21	4	Sedang	0	tdkada
C13	23	6	Sedang	3	Ringan	K13	24	6	Sedang	4	Sedang
C14	24	4	Sedang	2	Ringan	K14	20	5	Sedang	2	Ringan
C15	22	6	Sedang	0	Tdk ada	K15	19	7	Berat	4	Sedang
C16	20	5	Sedang	0	Tdk ada	K16	23	8	Berat	5	Sedang

Gambar 1.  
Penurunan Skala Nyeri Berdasarkan Jumlah Responden



Berdasarkan data penelitian, penurunan intensitas nyeri pada masing-masing kelompok perlakuan berbeda. Berikut persentase perbedaan penurunan skala nyeri (VAS) pada masing-masing kelompok berdasarkan jumlah responden:

Tabel 4  
Data Persentase Perbedaan Penurunan VAS

No	Kelompok Hipnoterapi		Kelompok Kontrol (Analgesik)	
	VAS (Post)	%	VAS (Post)	%
1	Tidak Ada	21,2	Tidak ada	12,5
2	Ringan	50	Ringan	37,5
3	Sedang	18,8	Sedang	50

Pada tabel 4 untuk kelompok Hipnoterapi jumlah responden yang mengalami penurunan skala nyeri sedang sebesar 18,8%, ringan 50%, dan tidak ada 21,2 % dari jumlah total responden. Sedangkan pada kelompok kontrol (Analgesik) jumlah responden yang mengalami penurunan skala

nyeri sedang 50 %, ringan 37,5% dan tidak ada 12,5% dari jumlah total responden.

Untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh perlakuan terhadap penurunan skala nyeri (VAS) pada *Dysmenorhea* data yang diperoleh dalam penelitian perlu dianalisis dan diintervensi dengan menggunakan uji statistik. Dari *test of normality* didapatkan nilai Sig. setiap kelompok  $> 0,05$  pada *Shapiro-Wilk*, berarti  $H_0$  diterima atau persebaran data normal. Dengan demikian, asumsi distribusi normal sebagai syarat *uji paired sample t test* telah terpenuhi. Uji berikutnya yaitu menggunakan *uji paired sample t test* untuk mengetahui apakah ada pengaruh signifikan terhadap penurunan skala nyeri dari setiap kelompok perlakuan. Dari *uji paired sample t test*, didapatkan nilai Sig.  $0,000 < 0,05$  hal ini berarti  $H_0$  ditolak atau dapat diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh perlakuan terhadap penurunan skala nyeri (VAS) *dysmenorhea* secara signifikan.

Uji berikutnya yaitu menggunakan uji *Independent sample t test* untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang bermakna pada penurunan skala nyeri dari setiap kelompok perlakuan. Pada uji *Levene's test* nilai Sig yang didapatkan menunjukkan angka  $0,307$  dimana  $0,307 > 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa varians kedua kelompok adalah sama. Dari uji *Independent sample t test* didapatkan nilai Sig.  $0,037 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada penurunan skala nyeri dari setiap kelompok perlakuan. Pada uji *Independent sample t test* untuk kelompok hipnoterapi didapat nilai mean =  $1,75$  atau dapat di

intepretasikan hipnoterapi dapat menurunkan nilai VAS rata-rata pada skala 1 sedangkan untuk kelompok kontrol (analgesik) didapatkan nilai mean = 3,12 atau dapat di intepretasikan analgesik dapat menurunkan nilai VAS rata-rata pada skala 3.

### C. Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dalam penelitian, responden yang mengalami *dysmenorhea* dalam penelitian adalah wanita dengan rentang usia antara 18-24 tahun. *Dysmenorhea* yang terjadi pada wanita dengan rentang usia tersebut termasuk dalam jenis *dysmenorhea* primer.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Novia dan Puspitasari (2008) yang meneliti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *dismenore* primer, menemukan bahwa *dismenore* primer lebih banyak ditemukan pada rentang usia 15-25 tahun dengan persentase 87% pada jumlah responden 100 orang. Penelitian lainnya oleh Ortiz (2010) menunjukkan bahwa rata-rata usia responden yang mengalami *dismenore* adalah 17-35 tahun. *Dismenore* primer umumnya dimulai pada 1-3 tahun setelah haid pertama (menarche). Kasus ini bertambah berat beberapa tahun hingga usia 23-27 tahun (Morgan & Hamilton, 2009).

Dari hasil perlakuan yang diberikan pada responden masing-masing kelompok, terdapat pengaruh perlakuan terhadap penurunan skala nyeri *dysmenorhea* selama periode pengamatan. Responden yang menerima

perlakuan hipnoterapi maupun analgesik secara simultan (keseluruhan) intensitas nyeri nya turun setelah mendapatkan perlakuan.

Dari uji statistik *paired sample t test*, didapatkan nilai Sig.  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh perlakuan terhadap penurunan skala nyeri (VAS) *dysmenorhea* secara signifikan. Responden pada kelompok hipnoterapi mengalami penurunan dengan persentase sebesar 18,8% pada intensitas skala nyeri sedang, ringan 50%, dan tidak ada 21,2%. Sedangkan pada kelompok kontrol (Analgesik), persentase penurunan skala nyeri responden sebesar 50% pada intensitas skala nyeri sedang, ringan 37,5% dan tidak ada 12,5%.

Berdasarkan pada hasil tersebut, maka dalam penelitian ini persentase penurunan paling besar pada kelompok hipnoterapi adalah pada skala ringan dan kelompok kontrol (analgesik) pada skala sedang. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktifa dkk, (2011) yang meneliti pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat nyeri pada remaja yang mengalami dismenore di Pasuruan. Dalam penelitian tersebut, setelah responden dilakukan tindakan hipnoterapi selama 10 menit terjadi penurunan tingkat nyeri dari tingkat nyeri berat dan sedang menjadi tingkat nyeri ringan sebanyak 18 orang (85,71%), dan sebagian responden mengalami penurunan tingkat nyeri dari nyeri berat menjadi nyeri sedang sebanyak 3 orang (14,29%).

Penggunaan hypnosis dalam menurunkan intensitas nyeri dalam penelitian ini cukup mempunyai pengaruh terhadap responden yang

mendapatkan perlakuan hipnoterapi. Schulz-Stubner *et al*, peneliti dari University of Iowa dan The Technical University of Aachen, Jerman pernah meneliti tentang bagaimana hypnosis merubah aktivitas otak sebagai cara untuk menurunkan nyeri dengan menggunakan *Magnetic Resonance Imaging* (MRI). Mereka mendapatkan bahwa para relawan yang diberikan tehnik hypnosis mengalami penurunan nyeri yang signifikan terhadap rangsang nyeri panas. Mereka juga mendapati secara jelas perbedaan pola aktivitas otak dibandingkan saat relawan tidak dihipnosis selama mendapatkan rangsang nyeri. Perubahan aktivitas otak tersebut menggambarkan bahwa hypnosis memutuskan signal nyeri dari aliran saraf yang menuju bagian otak yang mempersepsikan nyeri.

Menurut Schulz-Stubner yang utama dari penemuan mereka, dimana MRI pertama kali digunakan untuk meneliti aktivitas otak saat hypnosis untuk menekan nyeri, adalah mereka melihat adanya penurunan aktivitas di daerah jaringan nyeri (pusat persepsi nyeri) dan peningkatan aktivitas pada area otak lainnya saat hypnosis. Peningkatan tersebut bisa spesifik bisa juga tidak tetapi jelas melakukan sesuatu hal yang menurunkan atau menghambat signal nyeri masuk ke struktur kortikal. Jaringan nyeri berfungsi seperti system relay.

Input signal nyeri berasal dari saraf perifer di daerah dimana rangsang nyeri diberikan, kemudian masuk ke dalam spinal cord dimana informasi diproses dan disalurkan ke dalam batang otak. Dari sini signal menuju area otak tengah dan akhirnya masuk ke dalam korteks otak yang berkaitan

dengan persepsi sadar terhadap stimulus eksternal seperti nyeri. Proses yang terjadi pada jaringan nyeri bagian bawah gambarannya terlihat sama antara saat kondisi hypnosis ataupun tidak, namun pada kondisi hypnosis aktivitasnya menurun pada daerah atas (korteks) yang berperan terhadap persepsi nyeri (Chandra. CH, 2011).

Pada uji *independent sample t test* didapatkan nilai Sig.  $0,037 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada penurunan skala nyeri dari setiap kelompok perlakuan. Perbedaan yang diperoleh dalam penelitian didukung dalam sebuah riset di Korea Selatan, yang meneliti tentang penggunaan metode hipnoterapi untuk mengurangi gejala *premenstrual syndrome* (PMS) dengan melibatkan 3000 wanita.

PMS merupakan sekumpulan gejala baik fisik maupun emosional yang dialami oleh wanita menjelang menstruasi. Gejala umum yang dialami adalah nyeri sendi atau otot, kram dibagian bawah perut, pusing, kelelahan hingga sensitive atau mudah marah. Menurut analisis tim peneliti dari *Kyung Hee Medical Centre* di Korea Selatan, pasien yang menderita PMS mengaku keluhan sakit mereka lebih banyak berkurang setelah dilakukan hipnoterapi dibandingkan mengkonsumsi obat-obatan farmasi (Nur Haq, 2010).

Dalam penelitian ini perbedaan tersebut dapat dilihat pada nilai mean yang didapatkan pada uji *Independent sample t test* masing-masing perlakuan dimana untuk kelompok hipnoterapi didapat nilai mean = 1,75 atau dapat diinterpretasikan hipnoterapi dapat menurunkan nilai VAS rata-rata pada skala 1 sedangkan untuk kelompok kontrol (analgesik) didapatkan nilai mean = 3,12

atau dapat di intepretasikan analgesik dapat menurunkan nilai VAS rata-rata pada skala 3.