



## PENGARUH TEKNIK HIPNOTERAPI TERHADAP KARAKTERISTIK MUAL PADA PASIEN YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT MITRA PLUMBON CIREBON

*(The Effect Of Hypnotherapy Technique On The Characteristics Nausea Of Patients That Achieve Chemotherapy In The Mitra Plumbon Hospital Cirebon)*

**Ahmad Syaripudin**

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Mahardika, Cirebon

E-mail : [syarief\\_w2d83@yahoo.com](mailto:syarief_w2d83@yahoo.com)

### ABSTRACT

**Background.** Hypnotherapy is a hypnotic application in curing psychological disorders and relieving physical disorders. The mechanism of action of hypnosis is based on the subconscious. Some scientists speculate that hypnosis stimulates the brain to release neurotransmitters (chemicals in the brain), encephalin, and endorphins and suppress the hypothalamus, which functions to improve mood so that it can change the individual's acceptance of nausea.

**Purpose.** This research aims to determine the effect of hypnotherapy techniques on the characteristics of nausea in patients who underwent chemotherapy in hospitals Mitra Plumbon Cirebon.

**Method.** This study used pre experimental methods with non-randomized one group pre test and post test design performed on patients chemotherapy who experienced nausea. The sample in this study is the entire population of patients who have undergone chemotherapy and experienced nausea in the hospital Mitra Plumbon the total samples are 54 respondent data analysis used Wilcoxon Test.

**Result.** The result of the research on 54 subjects in hypnotherapy showed the nausea characteristics of chemotherapy patients before and after hypnotherapy was 51 people with decreased nausea, 3 people with the result remained nauseous and nobody experienced increased nausea. Wilcoxon Signed Ranks Test Test results obtained significancy value 0.000 ( $p, 0.05$ ), thus there is a significant difference of nausea characteristics before after hypnotherapy.

**Conclusions.** This suggests that hypnotherapy is effective and effective against the reduction of nausea characteristics in chemotherapy patients. It is hoped that the action of hypnotherapy can be made as an intervention in dealing with nausea.

*Keywords:* hypnotherapy, characteristics nausea, chemotherapy

## PENDAHULUAN

Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) menjadi Perkembangan teknologi yang semakin pesat berpengaruh juga pada perkembangan teknologi dibidang kesehatan, salah satunya adalah kemoterapi. Pada saat teknologi belum berkembang, pengobatan hanya dilakukan seadanya dan memanfaatkan apa yang ada di alam. Namun, seiring dengan bertambahnya ilmu pengetahuan dan teknologi maka pengobatan pun juga ikut berkembang, ada metode penyinaran, operasi dan holistik terapi (Azwar, 2012)

Secara nasional prevalensi penyakit kanker pada penduduk semua umur di Indonesia tahun 2013 sebesar 1,4% atau diperkirakan sekitar 347.792 orang. Selama tahun 2010-2013, kanker payudara, kanker serviks dan kanker paru merupakan tiga penyakit terbanyak di RS Kanker Dharmais, dan jumlah kasus baru serta jumlah kematian akibat kanker tersebut terus meningkat. Kemoterapi merupakan pengobatan dengan zat kimia atau obat yang lazim digunakan untuk berbagai penyakit termasuk Kanker.

Tujuan kemoterapi adalah untuk mematikan sel-sel kanker dan kemoterapi ada resiko serta efek samping. Besar kemungkinan kemoterapi berdampak buruk bagi penderita. Namun itulah cara untuk membunuh sel-sel kanker. Kemoterapi telah digunakan sebagai prosedur standar pengobatan kanker sejak tahun 1950. Kemoterapi dapat diaplikasikan dengan tiga cara, yaitu kemoterapi sebagai terapi utama (primer) yang memang ditujukan untuk memberantas sel-sel kankernya, kemoterapi sebagai terapi tambahan untuk memastikan kanker sudah bersih dan tak kembali, dan kemoterapi sebagai terapi paliatif, yaitu hanya bersifat mengendalikan pertumbuhan tumor dan bukan untuk menyembuhkan atau memberantas habis sel kankernya (Azwar, 2012).

Kemoterapi memerlukan penggunaan obat untuk menghancurkan sel kanker. Walaupun obat ideal akan menghancurkan sel kanker dengan tidak merugikan sel biasa, kebanyakan obat tidak selektif. Obat didesain untuk mengakibatkan kerusakan yang lebih besar pada sel kanker daripada sel biasa, biasanya dengan menggunakan obat yang mempengaruhi kemampuan sel untuk bertambah besar. Pertumbuhan yang tak terkendali dan cepat adalah ciri khas sel kanker. Tetapi, karena sel biasa juga perlu bertambah besar, dan beberapa bertambah besar cukup cepat (seperti yang di

sumsum tulang dan garis sepanjang mulut dan usus), semua obat kemoterapi mempengaruhi sel biasa dan menyebabkan efek samping. (Azwar, 2012).

Efek samping dapat muncul ketika sedang dilakukan pengobatan atau beberapa waktu setelah pengobatan. Efek samping yang bisa timbul adalah salah satunya mual setelah pasien dilakukan kemoterapi. Mual pada pasien kemoterapi disebabkan karena banyak faktor salah satunya adalah rangsangan langsung oleh zat atau obat ke pusat muntah. Penelitian yang dilakukan oleh Love et al., terhadap 147 pasien yang menjalani kemoterapi, didapatkan empat efek samping tersering yaitu efek samping alopecia pada 89% pasien, mual pada 87% pasien, lelah pada 86% pasien dan muntah pada 54% pasien.

Mual akibat pemberian kemoterapi adalah manifestasi kompleks suatu refleksi *neural*. Telah dikenal 2 pusat mual dan muntah, yaitu *vomiting center* yang terdapat dalam *medula oblongata* dan *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) yang terdapat di area postrema dibatas belakang ventrikel ke-4, yaitu lokasi vaskularisasi. CTZ berada diluar sistem blood brain barrier, karena itu dapat dirangsang langsung oleh zat yang merangsang dan berbahaya, misalnya obat kemoterapi dan hasil metabolitnya atau rangsangan humoral lain (Zaidin, 2002).

Berdasarkan data pasien yang kemoterapi di RS. Mitra Plumbon tahun 2014 terdapat 54 pasien yang mendapat kemoterapi lanjutan yang sebelumnya menjalankan kemoterapi di RSUP Hasan Sadikin Bandung untuk diagnosa dengan kanker grade II.

Berdasarkan dokumen hasil anamesa terhadap pasien yang menjalankan kemoterapi maka didapatkan efek samping dalam menjalankan kemoterapi di RS. Mitra Plumbon menunjukkan 32 pasien (61,5%) mengalami mual, sejumlah 12 orang (23,1%) mengalami pusing dan sejumlah 8 (15,4%) mengalami lemas (Laporan data pasien Kemoterapi : RM RS. Mitra Plumbon).

Hipnoterapi merupakan teknik yang menghasilkan suatu keadaan yang tidak sadarkan diri, yang dicapai melalui gagasan-gagasan yang disampaikan oleh orang yang menghipnoterapinya (Depkes, 2009).

Hipnoterapi dapat membantu mengubah persepsi mual melalui pengaruh sugesti positif. Hipnoterapi merupakan suatu pendekatan

kesehatan holistik, hipnoterapi diri menggunakan sugesti diri dan kesan tentang perasaan yang rileks dan damai. Pasien yang

masuk dalam keadaan rileks dengan menggunakan berbagai ide pikiran dan kemudian kondisi-kondisi yang menghasilkan respon tertentu bagi pasien (Edelman dan Mandel, 1994 dalam Potter & Perry, 2005).

Menurut Pramono (2012) ketika seseorang mengalami hipnoterapi ada fenomena fisiologis yang terjadi, yaitu orang tersebut akan mengantuk dan tubuhnya mulai terasa nyaman, lalu semua rasa sakit, kekecewaan dan kemarahan menjadi hilang. Hal tersebut terjadi karena pada saat terhipnosis, simpul simpul saraf pada manusia menstimulus neurotransmitter, yaitu kimiawi otak yang digunakan untuk merelay, memodulasi, dan menguatkan sinyal antara neuron dan sel lainnya, seperti serotonin, dopamin, norepinephrine, dan noradrenaline. Mual muntah akibat kemoterapi atau Chemotherapy-induced nausea and vomiting (CINV) adalah efek samping yang sering dirasakan pada pasien dengan kanker yang menjalani kemoterapi.

Berdasarkan data tersebut di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh teknik hipnoterapi

terhadap karakteristik mual pada yang menjalani kemoterapi di RS. Mitra Plumbon tahun 2014".

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei-Juni 2014. Penelitian ini menggunakan metode pra eksperimental dengan *non randomized one group pre test* dan *post test* design dilakukan pada pasien yang menjalani kemoterapi yang mengalami mual. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yaitu pasien yang telah menjalani kemoterapi dan mengalami mual di RS. Mitra Plumbon berjumlah 54 Responden. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Wilcoxon.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Uji Normalitas

Menurut Besral (2012) Analisis data Numerik akan lebih lengkap apabila dilengkapi uji normalitas distribusinya. Terutama jika akan dilakukan uji statistik parametrik terhadap variabel tersebut maka distribusi normal merupakan salah satu prasyarat yang harus dipenuhi Suatu distribusi data numerik dapat dikatakan normal apabila memenuhi salah satu dari kondisi berikut :

- Histogram terlihat normal
- Nilai signifikansi dari Kolmogorov-Smirnov  $> 0.05$
- Nilai SE-Skewness dibagi nilai Skewness-nya  $< 3.0$

Hasil uji normalitas pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil uji normalitas karakteristik mual sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi pada pasien setelah menjalani kemoterapi.

	Kolmogorov Smirnov <sup>a</sup>		
	Statistic	df	Sig.
Sebelum hipnoterapi	.289	54	.000
Setelah hipnoterapi	.462	54	.000

Uji Kolmogorov-Smirnov didapatkan hasil bahwa pada alpa 0.05 distribusi karakteristik mual sebelum dan sesudah dilaksanakan hipnoterapi adalah tidak normal (nilai-p=0.000).

### 2. Analisis Univariat

Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer dengan menggunakan lembar observasi untuk variabel karakteristik mual, peneliti secara langsung mengobservasi karakteristik mual sehingga responden dapat mengetahui secara jelas karakteristik mual pada responden. Sampel penelitian ini adalah pasien yang telah menjalani kemoterapi lanjutan di RS Mitra Plumbon Kabupaten Cirebon.

Analisis univariat pada variabel karakteristik mual sebelum diberikan hipnoterapi adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Karakteristik mual sebelum diberikan hipnoterapi pada pasien setelah menjalani kemoterapi.

Karakteristik mual	N	%
Tidak Mual	0	0
Mual Ringan	15	27,8
Mual Sedang	30	55,5
Mual Berat	9	16,7
Jumlah	54	100

Berdasarkan table 2 karakteristik mual sebelum diberikan hipnoterapi pada 54 responden yaitu mual ringan sejumlah 15 orang (27,8%), mual sedang sejumlah 30 orang (55,5%), mual berat sejumlah 9 orang (16,7%).

Analisis univariat pada variabel karakteristik mual setelah diberikan hipnoterapi adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Karakteristik mual setelah diberikan hipnoterapi pada pasien setelah menjalani kemoterapi.

Karakteristik mual	N	%
Tidak Mual	39	90,7
Mual Ringan	5	9,3
Mual Sedang	0	0
Mual Berat	0	0
Jumlah	54	100

Berdasarkan tabel 3 karakteristik mual setelah diberikan hipnoterapi yaitu tidak merasakan mual sejumlah 39 orang (90,7), mual ringan sejumlah 5 orang (9,3%).

### 3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat pengaruh hipnoterapi terhadap karakteristik mual pada pasien yang telah menjalani hipnoterapi adalah sebagai berikut:

Tabel 4 Pengaruh Teknik hipnoterapi pada pasien yang menjalani kemoterapi.

Variabel	N	p-value
Karakteristik mual sebelum dan sesudah hipnoterapi		
- Lebih mual	0	0,000
- Tetap mual	3	
- Mual menurun	51	

Berdasarkan tabel 4 dari 54 subjek yang di hipnoterapi terlihat bahwa karakteristik mual pasien yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi terdapat 51 orang dengan hasil mual menurun, 3 orang dengan hasil tetap mual dan tidak ada yang mengalami peningkatan mual. Secara statistik menunjukkan hasil *Uji Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai *significancy* 0,000 (p,0,05), dengan demikian ada perbedaan yang signifikan karakteristik mual sebelum dengan sesudah dihipnoterapi.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menyebutkan bahwa dari 54 subjek yang di hipnoterapi terlihat bahwa karakteristik mual pasien yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi terdapat 51 orang dengan hasil mual menurun, 3 orang dengan hasil tetap mual dan tidak ada yang mengalami peningkatan mual. Secara statistik menunjukkan hasil *Uji Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai *significancy* 0,000 ( $p,0,05$ ), dengan demikian ada perbedaan yang signifikan karakteristik mual sebelum dengan sesudah dihipnoterapi

Penatalaksanaan secara farmakologi pada mual muntah yaitu dengan pemberian obat antimietika (anti mual muntah), seperti ondansentron, ranitidine, dan omeprazole sedangkan secara nonfarmakologi mual muntah pada pasien kemoterapi dapat diatasi dengan berbagai cara salah satunya adalah pelatihan relaksasi, terutama dengan hipnoterapi (Irianto, 2014). Godot (2014) menjelaskan bahwa hipnoterapi merupakan suatu pengobatan berdasarkan *evidence based* untuk *Chemotherapy-induced nausea and vomiting* (CINV), sejumlah penelitian control membuktikan keberhasilan hipnoterapi. Penelitian meta-analisa tentang perlakuan hipnoterapi untuk CINV menemukan hasil yang efektif dan signifikan dibandingkan perawatan standar dan lebih baik dari *Cognitif Behavior Therapy* (CBT). Rafael (2007) juga menjelaskan bahwa hipnoterapi merupakan sebuah bentuk terapi yang diberikan dengan cara mengakses pikiran tidak sadar klien, kemudian memberikan sugesti kepada klien sesuai permasalahan yang dihadapi. Dalam hal ini sugesti diberikan kepada pasien kemoterapi yang mengalami efek samping mual muntah dalam pengobatan.

Sebuah studi yang dilakukan oleh Peynovska et al., (2005, dalam Godot, 2014) pada 20 orang penderita kanker stadium lanjut yang mendapatkan hipnoterapi, didapatkan hasil bahwa 19 dari 20 penderita didapatkan adanya penurunan gejala seperti nyeri, pusing, malaise, susah tidur, mual muntah, cemas, depresi akut, dan peningkatan kualitas hidup. Marchioro (2000, dalam Godot, 2014) juga mengemukakan bahwa pada 16 penderita kanker dewasa CINV dilakukan hipnoterapi selama satu jam secara konsisten. Pemberian hipnoterapi pada semua pasien secara signifikan dapat mencegah terjadinya mual muntah, dan setelah kemoterapi 14 dari 16 pasien merasa lebih baik.

Hal ini didukung oleh penelitian Hawkins (1995, dalam Richardson et al., 2007), yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok yang mendapat terapi hipnoterapi dan tidak mendapatkan hipnoterapi yaitu pasien yang diberi hipnoterapi mengalami penurunan gejala mual muntah.

Menurut Pramono (2012) ketika seseorang mengalami hipnosis ada fenomena fisiologis yang terjadi, yaitu orang tersebut akan mengantuk dan tubuhnya mulai terasa nyaman, lalu semua rasa sakit, kekecewaan dan kemarahan menjadi hilang. Hal tersebut terjadi karena pada saat terhipnosis, simpul simpul saraf pada manusia menstimulus *neurotransmitter*, yaitu kimiawi otak yang digunakan untuk *me-relay*, memodulasi, dan menguatkan sinyal antara neuron dan sel lainnya, seperti *serotonin*, *dopamin*, *norepinephrine*, dan *noradrenaline*. Zat-zat kimiawi otak tersebut memproduksi hormon-hormon yang kemudian diserap *hippocampus* dan didistribusikan ke seluruh sel-sel otak. Hormon-hormon yang diproduksi, antara lain adalah : 1. *Endorphine* yang membuat bersemangat, ceria, dan memiliki motivasi. 2. Hormon *Encyphalein* yang membuat hati tenang, santai, relaks, nyaman, jauh lebih fokus. 3. Hormon *Bheta-endorphin* yang membuat hati tidak mudah putus asa, cengeng, maupun malu dan lebih percaya diri. 4. Hormon *Melatonin* yang membuat mata lelah, mengantuk, sayup, malas, dan nyaman (Pramono, 2012). Hormon-hormon tersebut mengatur perilaku dan katup emosi seseorang, kapan dia menangis, berteriak, marah dan bernyanyi. Dengan hipnoterapi, fungsi neurotransmitter bekerja dengan optimal sehingga jumlah hormon-hormon yang diproduksi dapat terjaga dan *hippocampus* mendapat asupan yang cukup. (Pramono, 2012). *Hippocampus* adalah bagian penting dari otak yang terlibat dalam membentuk, mengatur, dan menyimpan Memori, maka *hippocampus* akan mengecil dan layu secara permanen karena tidak adanya asupan hormone. Kondisi ini dinamakan sebagai *nervous breakdown* atau kerusakan kejiwaan permanen. Hal ini berarti dengan hipnoterapi merangsang fisiologis manusia dan mensugesti secara psikologis. (Pramono, 2012).

Menurut Hakim (2010) hipnoterapi didefinisikan sebagai terapi yang dilakukan oleh seorang hipnoterapis kepada klien yang mengalami kondisi hipnosis dengan memberikan saran atau sugesti untuk penyembuhan.

Menurut Anam (2009) mendefinisikan

hipnoterapi adalah semua jenis pemanfaatan hypnosis untuk tujuan terapi, baik terapi fisik maupun mental klien. Orang yang memiliki keahlian hipnoterapi pada standar dan kualifikasi tertentu disebut sebagai hipnoterapis. Kondisi hypnosis adalah suatu kondisi dimana perhatian menjadi sangat terpusat sehingga tingkat sugestibilitas (daya terima saran) meningkat sangat tinggi. Hipnosis merupakan penembusan area kritik pikiran sadar dan diterimanya pemikiran tertentu.

Hipnoterapi bertumpu pada mekanisme pikiran manusia, yaitu pikiran sadar (*conscious*) dan pikiran bawah sadar (*subconscious*). Hipnoterapi memberikan arahan, saran, dan sugesti yang membangkitkan kekuatan diri serta mencerahkan pemikiran-pemikiran kreatif yang langsung ditujukan terhadap pikiran bawah sadar manusia. Sesuai dengan hal tersebut dalam penelitian ini didapatkan bahwa hipnoterapi dapat masuk kedalam pikiran bawah sadar manusia dengan kalimat yang disampaikan oleh peneliti, sehingga memberikan pengaruh bagi pasien kemoterapi yang mendengar dan tertanam sugesti bahwa pasien tidak mengalami mual muntah, serta lebih bersemangat dalam menjalani kemoterapi. Hal ini berarti hipnoterapi merupakan intervensi yang efektif dalam menurunkan mual muntah pada pasien yang melakukan kemoterapi.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Pengaruh Teknik Hipnoterapi terhadap karakteristik mual pada pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Mitra Plumbon Cirebon” yang dilaksanakan pada bulan Mei s.d Juni 2014 dapat disimpulkan bahwa:

- Sebelum dilakukan tindakan hipnoterapi pada 54 responden dilakukan pengukuran karakteristik mual, diketahui karakteristik mual sebelum diberikan hipnoterapi pada 54 responden yaitu mual ringan sejumlah 15 orang (27,8%), mual sedang sejumlah 30 orang (55,5%), mual berat sejumlah 9 orang (16,7%).
- Setelah dilakukan tindakan hipnoterapi selama 10 s.d 30 menit menggunakan karakteristik mual di peroleh adanya rasa mual berkurang yaitu tidak merasakan mual sejumlah 39 orang (90,7), mual ringan sejumlah 5 orang (9,3%).

c. Hasil analisis bivariat dari 54 subjek yang di hipnoterapi terlihat bahwa karakteristik mual pasien yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi terddapat 51 orang dengan hasil mual menurun, 3 orang dengan hasil tetap mual dan tidak ada yang mengalami peningkatan mual.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti menyarankan:

- Bagi Rumah Sakit, diharapkan Rumah Sakit memfasilitasi dalam hal penelitian berkelanjutan, sehingga tindakan hipnoterapi dapat di jadikan sebagai intervensi dalam menangani mual.
- Bagi Tenaga Profesi Keperawatan, pengetahuan dan keilmua keperawatan senantiasa mengalami kemajuan dan perubahan pesat sehingga untuk dapat memberikan pelayanan prima dituntut tenaga professional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Zaidin. 2002. Dasar-dasar Keperawatan Profesional. Jakarta: Widya Medika
- Anam, Saiful. 2010. 4 Jam pintar hipnoterapi. Jakarta: Visi Media
- Azwar, Bahar. 2012. Buku panduan pasien kemoterapi. Jakarta. Dian Rakyat
- Besral. 2012. Modul SPSS. Departemen Biostatistika. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Depok: Universitas Indonesia.
- Godot, D. (2014). Hypno-oncology: Hypnosis in the treatment of cancer. Academic writing, mental health. Diperoleh tanggal 15 Juni 2014 dari
- Hakim, A. (2010). Hipnoterapi cara tepat dan cepat mengatasi Stres, fobia, trauma dan gangguan mental lainnya. Jakarta: Transmedia Pustaka.
- Hidayat, A A. 2010. Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif Jakarta: Health Books
- Irianto. 2014. Pengaruh Hipnoterapi terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien yang Mengalami Kemoterapi di RS. Telogorejo. Semarang.
- Kemenkes. 2010. Permenkes No. 17 tentang

Praktik Izin perawat.  
Nursalam, 2008. Metodologi penelitian  
ilmu keperawatan. Jakarta. Salemba  
Medika

Rumah Sakit Mitra Plumbon. 2013. SPO  
Kemoterapi RS. Mitra Plumbon.  
Saryono. 2011. Metodologi penelitian kesehatan.  
Yogyakarta. Mitra CendikiaPre