



## PENGARUH HIPNOSIS DALAM MENGURANGI NYERI SAAT PERAWATAN LUKA DI RS. A. WAHAB SJAHRANIE SAMARINDA

Iwan Samsugito<sup>1</sup>

Program Studi D-III Keperawatan Fakultas  
Kedokteran Universitas Mulawarman Samarinda

Email : 1556iwan@gmail.com

### ABSTRAK

Nyeri adalah suatu keadaan respon dari seseorang akibat adanya kerusakan jaringan yang mempengaruhi seseorang dan eksistensinya diketahui bila seseorang pernah mengalaminya. Rangsangan nyeri diterima oleh nosireseptor dan dihantarkan ke otak, pada saat perawatan luka terjadi gesekan atau rangsangan pada nosireseptor sehingga setiap perawat melakukan perawatan luka selalu terjadi nyeri dari intensitas ringan sampai berat. Hipnoterapi adalah suatu metode terapi menggunakan hipnosis, yang membuat pasien merasa rileks dan pikiran bawah sadarnya aktif sehingga mudah menerima sugesti dan mengabaikan respon yang lain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh hipnosis dalam mengurangi nyeri saat perawatan luka di RS. A. Wahab Sjahranie Samarinda. Jenis penelitian yang digunakan dengan metode *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian satu kelompok *prepost-test design without control (the one group pre-post test design)*. Dengan populasi 16 responden, teknik pengambilan sampel dengan *consecutive sampling* berdasarkan kriteria penelitian yang ditetapkan. Skala nyeri diukur dengan menggunakan Skala nyeri *numerik rating scale* (NRS). Analisa univariat menggunakan prosentase dan nilai rata-rata dan bivariat menggunakan uji wilcoxon. Hasil analisa data didapatkan nyeri pasien dengan luka setelah operasi sebelum dihipnosis terbanyak adalah nyeri sedang 56,25 %, sedangkan setelah dihipnosis mayoritas nyeri ringan sebanyak 93,75 %. Berdasarkan hasil uji wilcoxon didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan skala nyeri pasien setelah operasi sebelum dan sesudah dihipnosis dengan nilai  $p \text{ value } 0,000 < \alpha 0,005$ . Terdapat perbedaan yang bermakna nyeri pasien saat perawatan luka sebelum dan sesudah dihipnosis

**Kata Kunci** : hipnosis, nyeri, perawatan luka

**\*Corresponding Author :**

Iwan Samsugito  
Program Studi D-III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Email : 1556iwan@gmail.com



## PENDHULUAN

Semua pasien setelah operasi mengalami nyeri pada daerah insisi pembedahan saat perawatan luka. Menurut Asosiasi Internasional untuk studi nyeri mendefinisikan nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan terkait adanya kerusakan jaringan aktual atau potensial (Bechert & Abraham, 2009).

Penggantian balutan dilakukan untuk merawat luka agar terjadi penyembuhan namun sampai saat ini belum ada cara yang baik untuk dapat menghilangkan nyeri sehingga pasien sangat merasakan ketidaknyaman saat perawatan luka dan saat perawatan luka aspek nyeri sering diabaikan oleh perawat sehingga dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka.

Tindakan keperawatan untuk mengatasi nyeri dapat dibedakan dalam dua kelompok utama, yaitu tindakan farmakologis dan tindakan nonfarmakologis. Tindakan farmakologis, misalnya: pemberian terapi obat-obatan. Sedangkan tindakan non farmakologis, misalnya: tindakan distraksi, teknik relaksasi, imajinasi terbimbing dan hipnosis (Tamsuri, 2007). Tindakan farmakologis dapat mengurangi nyeri pada saat pasien tidak dilakukan perawatan luka namun saat perawatan luka terjadi sentuhan antara bahan atau alat perawatan luka dengan

permukaan luka sehingga pasti terjadi nyeri.

Pikiran sadar dan bawah sadar dibatasi oleh *critical factor*, untuk dapat menembus *critical factor* dapat dilakukan diantaranya adalah perkataan orang yang memiliki otoritas dan hipnosis (Setiawan, 2010; Wong & Hakim, 2010). Perawat memiliki otoritas terhadap pasien sehingga mempermudah dalam penerapan hipnosis. Hipnosis membuat pasien mengalami rileksasi fisik dan pikiran. pikiran bawah sadar yang aktif mengambil alih pikiran sadar. saat pikiran bawah sadar pasien aktif perawat dapat diberikan sugesti untuk mengabaikan perasaan nyeri yang terjadi saat perawatan luka sehingga hipnosis dapat diterapkan untuk membantu pasien mengabaikan nyeri. Saat perawat mengganti balutan pasien merasakan nyaman, senang dan perawat dapat melakukan perawatan luka dengan baik sehingga luka dapat cepat sembuh. Oleh karenanya penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan rasa nyaman pasien karena terbebas dari rasa nyeri pada saat perawatan luka dan luka menjadi cepat sembuh.

Hipnoterapi terhadap luka telah diteliti sebelumnya, antara lain hipnoterapi dapat mengurangi nyeri saat pemasangan infus pada pasien anak (Lioffi, White, & Hatira, 2009), dapat menurunkan nyeri pada pasien nyeri kronik (Nugraha & Adisaputro, 2017). Selain itu hipnosis diri sendiri dapat mengurangi penggunaan obat anti nyeri yang setara dengan morfin (Manworren et al., 2018). Rasa nyeri pasien akibat luka operasi ortopedi juga dapat diturunkan melalui hipnoterapi (Subiyanto, Sitorus, & Sabri, 2008). Namun pada penelitian ini kami melakukan hipnosis pada

### \*Corresponding Author :

Iwan Samsugito  
Program Studi D-III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Email : 1556iwan@gmail.com



responden saat perawatan luka  
(mengganti balutan)

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan metode *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian satu kelompok *prepost-test design (the one group pre-post test design)*. Metode ini dilakukan dengan memberi perlakuan pada objek penelitian tanpa adanya kelompok kontrol (Dharma, 2011). Penelitian dilakukan di Rumah Sakit A. Wahab Sjahranie Samarinda pada bulan September dan Oktober 2019. Sebelum dilakukan ganti balutan responden diukur skala nyerinya kemudian dilakukan hipnosis saat akan diganti balutan. Saat penggantian balutan responden dalam keadaan terhipnosis dan pengukuran skala nyerinya setelah selesai ganti balutan. Jumlah responden sebanyak 16 orang dengan teknik pengambilan sampel *consecutive sampling*. Skala nyeri diukur dengan menggunakan Skala nyeri numerik rating scale (NRS) yang memiliki keandalan yang baik dengan nilai 0 tidak nyeri, 1-3 nyeri ringan, 4-6 nyeri sedang dan 7-10 nyeri berat (Brevik et al., 2008; Castarlenas, Jensen, Von Baeyer, & Miró, 2017) Adapun kriteria inklusi dan eksklusi sampel sebagai berikut Kriteria inklusi :

1. usia lebih dari 18 tahun
2. luka akibat operasi dengan skala nyeri 4 s/d 10
3. Bersedia menjadi responden

4. Kooperatif.

Kriteria eksklusi :

1. Mengalami depresi
2. Luka bakar

Analisa data dengan menggunakan uji statistik *paired t-test* karena data tidak berdistribusi normal maka di pakai uji Wilcoxon (Dahlan, 2008)

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa univariat dalam penelitian ini menjabarkan Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan Dan Pengalaman Dirawat serta distribusi frekwensi skala nyeri sebelum dan sesudah di hipnosis saat mengganti balutan luka operasi Di RS A. Wahab Sjahranie 2019

Tabel 1. Distribusi Frekwensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan Dan Pengalaman Dirawat Di RS A. Wahab Sjahranie 2019

Karakteristik	Frekuensi	Persen
Usia		
17 – 25	3	9,4
26 – 35	4	12,5
36 – 45	6	18,8
46 – 55	13	40,6
56 – 65	6	18,8
Jenis kelamin		
Pria	14	43,8
Wanita	18	56,3
Pendidikan		
SD	7	21,9
SLTP	5	15,6
SLTA	13	40,6
PT	7	21,9
Pekerjaan		
Tidak berkerja	9	28,1

#### \*Corresponding Author :

Iwan Samsugito  
Program Studi D-III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Email : 1556iwan@gmail.com



PNS/TNI/POLRI	1	3,1
Swasta	21	65,6
Pelajar/Mahasiswa	1	3,1
Pengalaman di rawat		
1 kali	14	43,8
2 kali	10	31,3
3 kali	7	21,9
>3 kali	1	3,1

Dari 16 responden terbanyak usia 46-55 tahun 13 responden (40,6 %), jenis kelamin terbanyak wanita 18 responden (56,3%), pendidikan terbanyak SLTA 13 responden (40,6 %), pekerjaan terbanyak Swasta 21 Responden (65,6 %) dan pengalaman di rawat 1 kali sebanyak 14 responden (43,8%)

Tabel 2 distribusi frekwensi skala nyeri sebelum dan sesudah di hipnosis saat mengganti balutan

Skala Nyeri	Frekwensi	Persentase
Sebelum di Hipnosis		
Ringan (1-3)	0	0
Sedang (4-6)	9	56,25
Berat (7-10)	7	43,75
Setelah di Hipnosis		
Ringan (1-3)	15	93,75
Sedang (4-6)	1	6,25
Berat (7-10)	0	0

Berdasarkan tabel 2 di atas pasien sebelum dihipnosis paling banyak mengalami nyeri sedang sebanyak 56,25 % sedangkan setelah dihipnosis paling banyak nyeri ringan sebanyak 93,75 %

Tabel 3. Nilai Rata Rata Tingkat Nyeri Sebelum dan sesudah di hipnosis Saat Ganti Balutan Di

#### RS A. Wahab Sjahranie Samarinda

Nilai rata rata skala nyeri Sebelum ganti balutan	Nilai rata rata skala nyeri Saat ganti balutan dilakukan hipnosis
6,3	1,7
Sedang	Ringan

Berdasarkan tabel 3 di atas nilai rata-rata skala nyeri sebelum di hipnotis 6,3 sedangkan setelah di hipnotis 1,7

Tabel 4. Uji t berpasangan nyeri sebelum dan sesudah Di Hipnosis Saat Mengganti Balutan di RS AW. Sjahranie Samarinda

Nyeri	N	Mean	SD	SE	p Value
Sebelum Hipnosis	16	6,313	1,302	0,325	
Sesudah Hipnosis	16	1,688	0,793	0,198	0,000*

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat dilihat hasil uji t diperoleh P value 0,000 berarti kurang dari 0,05 maka Ho ditolak artinya hipnosis berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada saat perawatan luka

#### PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian di atas diperoleh nilai rata-rata intensitas nyeri sebelum dihipnosis 6,3 dan setelah di hipnosis turun menjadi 1,6 serta nilai P value sebesar 0,000 berarti kurang dari nilai  $\alpha$  0,005 maka dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan hipnosis dalam penurunan nyeri saat perawatan

#### \*Corresponding Author :

Iwan Samsugito  
 Program Studi D-III Keperawatan  
 Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
 Email : 1556iwan@gmail.com



luka, hal ini sejalan dengan penelitian (Subiyanto et al., 2008) dengan judul terapi hipnosis terhadap penurunan sensasi nyeri pasca bedah ortopedi serta penelitian (Ngatwadi, Mutdasir, & Mulyadi, 2018) dengan judul Perbedaan efektifitas pengaruh hipnoterapi dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap nyeri sendi pada penderita arthritis rheumatoid kedua penelitian ini menghasilkan bahwa hipnosis dapat mengurangi intensitas nyeri.

Hipnosis dapat mengurangi intensitas nyeri karena kerja dari pikiran bawah sadar. Secara umum pikiran manusia terdiri dari pikiran sadar dan bawah sadar dan diantara pikiransadar dan bawah sadar terdapat pembatas yang disebut *Critical factor*. Pikiran bawah sadar tempat manusia menyimpan memori, keyakinan, nilai-nilai, emosi, kepribadian dan ingatan jangka panjang (Hunter, 2011). berespon sesuai kondisi. Misalnya klien Semua yang tersimpan dalam pikiran bawah sadar dianggap benar oleh pemiliknya sehingga jika ada stimulus yang sama atau mirip sesuai memori yang disimpan maka pikiran bawah sadar akan memerintahkan pikiran sadar untuk menyimpan memori nyeri yang pernah dialami pada masa lalu saat setelah operasi dan mengalami nyeri maka respon yang diberikan oleh bawah sadar akan sama dengan nyeri masa lalu. Hipnosis adalah suatu metode yang alamiah membuat

sesorang rileks dan mudah menerima sugesti (Gani, Setio, & Amarta, 2012)

kondisi terhipnosis terjadi penurunan fungsi analisis logis pikiran sadar sehingga memungkinkan individu masuk ke dalam kondisi bawah sadar (Fachri, 2008) sehingga pikiran sadar tidak aktif dan pikiran bawah sadar sangat aktif (Gunawan, 2009) dengan aktifnya pikiran bawah sadar maka individu menjadi fokus dengan sugesti yang di berikan oleh terapis untuk tidak merasakan nyeri saat perawatan luka dilakukan. Libeault mengatakan hipnosis dimunculkan dengan menggunakan sugesti, sugesti nyeri tidak dirasakan karena pikiran klien megabaikan perasaan nyeri yang terjadi karena klien fokus pada sugesti yang diberikan (Fachri, 2008) saat terhipnosis klien mengalami relaksasi yang dalam dan memberikan rasa nyaman, kondisi rileks ini menyebabkan otak mengeluarkan hormon endorphin yang dapat mengurangi sensasi nyeri (Haruyama, 2013)

Sugesti yang diberikan pada penelitian ini adalah membuat klien mengalami relaksasi dan tidak merasakan nyeri pada luka operasi setelah perawat memberikan cairan NaCl atau disinfektan pada balutan luka atau luka. Terjadinya penurunan tingkat nyeri pada klien yang dirawat lukanya memberikan dampak positif pada klien yaitu 1. Klien merasa nyaman selama perawatan luka karena terbebas dari nyeri. 2. Luka pasien dapat cepat sembuh karena perawat dapat melakukan perawatan luka dengan maksimal sesuai prosedur.

**\*Corresponding Author :**

Iwan Samsugito  
Program Studi D-III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Email : 1556iwan@gmail.com



## SIMPULAN

Hipnosis dapat menurunkan tingkat nyeri pada klien yang dilakukan perawatan luka. Dengan berkurangnya tingkat nyeri pada klien yang di rawat lukanya membuat klien merasa nyaman dan lukanya cepat sembuh karena perawat dapat maksimal melakukan perawatan luka saat perawatan luka dan dapat digunakan sebagai bagian praktek keperawatan profesional sehingga perawat perlu mendapatkan pelatihan tentang hipnosis (medikal hipnosis).

## SARAN

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan perawat dapat mempelajari hipnosis terutama fokus pada medical hypnosis sehingga saat melakukan perawatan luka pasien merasa nyaman, tidak mengeluh nyeri saat merawat luka, bisa melakukan perawatan luka dengan baik sehingga luka cepat sembuh

## DAFTAR PUSTAKA

- Bechert, K., & Abraham, S. E. (2009). Pain Management and Wound Care. *Journal of the American College of Certified Wound Specialists*, 1(2), 65–71. <https://doi.org/10.1016/j.jcws.2008.12.001>
- Brevik, H., Borchgrevink, P. ., Allen, S. ., Rosselend, L. ., Romundstad, L., HalsBrevik, F. ., ... Stubhaug, A. (2008). Assessment of pain. *British Journal of Anaesthesia*, 101(1), 17–24. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511544835.004>
- Castarlenas, E., Jensen, M. P., Von Baeyer, C. L., & Miró, J. (2017). Psychometric properties of the numerical rating scale to assess self-reported pain intensity in children and adolescents. *Clinical Journal of Pain*, 33(4), 376–383. <https://doi.org/10.1097/AJP.000000000000406>
- Chester, S. J., Tyack, Z., De Young, A., Kipping, B., Griffin, B., Stockton, K., ... Kimble, R. M. (2018). Efficacy of hypnosis on pain, wound-healing, anxiety, and stress in children with acute burn injuries: a randomized controlled trial. *Pain*, 159(9), 1790–1801. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001276>
- Dahlan, M. S. (2008). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Merdeka.
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Fachri, A. H. (2008). *The Real Art Of Hypnosis* (1st ed.; Er. Hidayat, Zein.; Normalita, ed.). Jakarta: GagasMedia.
- Gani, A. H., Setio, L., & Amarta. (2012). *Dental Hipnosis*. Yogyakarta: Pohon Cahaya.
- Gunawan, A. (2009). *Hypnotherapy The Art Of Subconscious Restructuring* (3rd ed.). Jakarta: Gramedia.

### \*Corresponding Author :

Iwan Samsugito  
Program Studi D-III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Email : 1556iwan@gmail.com



- Haruyama, S. (2013). *The Miracle Of Endorphin* (1st ed.). Jakarta: Mizan Pustaka.
- Hunter, R. A. (2011). *Seni Hipnoterapi* (4th ed.). Jakarta: indeks.
- Lioosi, C., White, P., & Hatira, P. (2009). A randomized clinical trial of a brief hypnosis intervention to control venepuncture-related pain of paediatric cancer patients. *Pain*, 142(3), 255–263. <https://doi.org/10.1016/j.pain.2009.01.017>
- Manworren, R. C. B., Anderson, M. N., Girard, E. D., Ruscher, K. A., Verissimo, A. M., Palac, H., ... Hight, D. (2018). Postoperative Pain Outcomes after Nuss Procedures: Comparison of Epidural Analgesia, Continuous Infusion of Local Anesthetic, and Preoperative Self-Hypnosis Training. *Journal of Laparoendoscopic and Advanced Surgical Techniques*, 28(10), 1234–1242. <https://doi.org/10.1089/la.2017.0699>
- Ngatwadi, Mutdasir, & Mulyadi. (2018). Perbedaan Efektifitas Pengaruh Hypnotherapy Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Sendi Pada Penderita Arthritis Rheumatoid. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 15–30.
- Nugraha, L. N., & Adisaputro, S. (2017). Hipnoterapi Pada Pasien Nyeri Kronik. *Berkala Ilmiah Kedokteran Duta Wacana*, 2(2), 317. <https://doi.org/10.21460/bikdw.v2i2.54>
- Setiawan, A. (2010). *Komunikasi Dahsyat Dengan Hipnosis*. Jakarta: Visimedia.
- Subiyanto, P., Sitorus, R., & Sabri, L. (2008). Terapi Hipnosis Terhadap Penurunan Sensasi Nyeri Pascabedah Ortopedi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(1), 47–52. <https://doi.org/10.7454/jki.v12i1.199>
- Tamsuri, A. (2007). *Konsep Dan Penangan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Wong, W., & Hakim, A. (2010). *Dahsyatnya Hipnosis* (6th ed.). Jakarta: Visimedia.

**\*Corresponding Author :**

Iwan Samsugito  
Program Studi D-III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Email : 1556iwan@gmail.com

