

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP MUAL MUNTAH PADA IBU
HAMIL TRIMESTER I DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
MANGKUBUMI
KOTA TASIKMALAYA
TAHUN 2019**

Pipit Pitriani¹, Siti Patimah², Herni Kurnia³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Jawa Barat
email: p.pitriani97@yahoo.com

ABSTRAK

Mual muntah kehamilan tidak banyak menimbulkan efek negatif terhadap kehamilan dan janin, hanya saja apabila mual muntah ini menjadi berlebihan dapat meningkatkan resiko terjadinya gangguan pada kehamilan. Salah satu cara non farmakologi yang efektif dalam mengurangi mual muntah yakni teknik relaksasi, dengan hipnoterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya tahun 2019. Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan *design pretest posttest with control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di Wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya bulan Januari-Februari 2019 yaitu sebanyak 78 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling* yaitu sebanyak 48 orang. Pengumpulan data pretest dan posttest menggunakan alat ukur PUQE (*Pregnancy-Unique Quantification of Emesis*). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pada kelompok kasus diperoleh nilai *p Value* sebesar 0,000 artinya ada korelasi yang bermakna sebelum dan sesudah perlakuan, dengan arah korelasi positif dan kekuatan korelasi yang sangat kuat. Dengan demikian terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah ibu hamil trimester I, sehingga diharapkan hipnoterapi dapat menjadi salah satu alternatif non farmakologis yang dapat membantu menurunkan emesis gravidarum.

Kata Kunci : Kehamilan, Hipnoterapi, Mual muntah

***THE EFFECT OF HYPNOTHERAPY ON NAUSEA AND VOMITING IN THE FIRST TRIMESTER
OF PREGNANT WOMEN IN THE WORKING AREA OF TASIKMALAYA CITY MANGKUBUMI
HEALTH CENTER IN 2019***

ABSTRACT

Nausea and vomiting of pregnancy does not have a lot of negative effects on pregnancy and the fetus, it's just that if the nausea and vomiting becomes excessive can increase the risk of disruption in pregnancy. One non-pharmacological method that is effective in reducing nausea and vomiting is relaxation techniques, with hypnotherapy. This study aims to determine the effect of hypnotherapy on nausea vomiting in first trimester pregnant women in the work area of Mangkubumi Public Health Center, Tasikmalaya City in 2019. The study design used was quasi-experimental with a pretest posttest design with a control group. The population in this study were all first trimester pregnant women who experienced nausea vomiting in the working area of the Tasikmalaya City Mangkubumi Health Center in January-February 2019, which is 78 pregnant women. The sampling technique used in this study is Purposive sampling, which is 48 people. Data collection of pretest and posttest using PUQE (Pregnancy-Unique Quantification of Emesis) measurement tool. Based on the results of the study found in the case group obtained a value of p Value 0,000 means that there is a significant correlation before and after treatment, with a positive correlation and very strong correlation strength. Thus there is the effect of hypnotherapy on nausea and vomiting in the first trimester of pregnant women, so it is expected that hypnotherapy can be one of alternative non pharmacological method that can help to reduce the intensity of emesis gravidarum.

Keyword : Pregnancy, Hypnotherapy, Nausea and vomiting

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses merantai yang berkesinambungan dan terdiri dari ovulasi pelepasan sel telur, migrasi spermatozoa dan ovum, konsepsi dan pertumbuhan zigot, nidasi pada uterus, pembentukan plasenta dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm (Manuaba, 2010).

Kehamilan merupakan suatu proses reproduksi yang perlu perawatan khusus agar berlangsung dengan baik. Pada kehamilan akan terjadi perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis, perubahan tersebut sebagian besar adalah karena pengaruh hormon yaitu peningkatan hormon *progesteron* dan *esterogen*, adanya peningkatan hormon tersebut akan muncul berbagai macam ketidaknyamanan fisiologis pada ibu hamil trimester I salah satunya mual muntah (Walyani, 2015).

Pada dasarnya mual muntah kehamilan merupakan gangguan yang paling sering dijumpai pada kehamilan trimester I. Sekitar 60-80 % primigravida dan 40-60% multigravida mengalami mual muntah (Winkjosastro, 2010). Kurang lebih 80% perempuan hamil trimester I akan mengalami mual dan muntah pada kehamilannya dan yang sampai mengalami *hyperemesis gravidarum* menurut *World Health Organization* (2013) mencapai 12,5% dari jumlah seluruh kehamilan di dunia. Kunjungan pemeriksaan kehamilan di Indonesia diperoleh data ibu dengan *hyperemesis gravidarum* mencapai 14,8% dari seluruh kehamilan (Depkes RI, 2013), sedangkan menurut data di Jawa Barat sebesar 13% dari ibu hamil.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya bulan Januari sampai Oktober, jumlah sasaran ibu hamil sebanyak 13.125 ibu hamil dan pada trimester I sebanyak 9692 ibu hamil. Puskesmas Mangkubumi merupakan Puskesmas dengan jumlah ibu hamil KI terbanyak kedua di Kota Tasikmalaya dengan jumlah 855 ibu

hamil (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di beberapa Puskesmas, Puskesmas Mangkubumi merupakan Puskesmas dengan ibu hamil mual muntah terbanyak, dari 86 ibu hamil pada bulan Oktober 2018, 78 ibu hamil diantaranya mengalami mual dan muntah, dan dari 18 ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Mangkubumi untuk pemeriksaan kehamilan, 15 diantaranya mengalami mual, muntah bahkan sampai tidak nafsu makan. Saat dilakukan wawancara kepada beberapa orang ibu hamil di Kelurahan Mangkubumi didapatkan 8 dari 10 orang ibu hamil trimester I mengalami mual muntah. Beberapa mengalami rasa mual yang hilang setelah duduk, menetap ketika duduk atau istirahat dan bahkan ada yang bertambah sensitiv terhadap bau atau jika melihat suatu benda tertentu.

Ibu hamil mual muntah diberikan KIE tentang fisiologis kehamilan, diet dengan makan sedikit tapi sering serta pemberian obat atau vitamin B6, penanganan lain juga bisa dilakukan melalui hipnoterapi. Ini karena, mual muntah pada kehamilan sering pula disebabkan pengaruh psikologis ibu (Aprillia, 2010).

Hipnoterapi merupakan suatu metode terapi yang menggunakan hipnosis sebagai sarana untuk menjangkau pikiran bawah sadar klien. Hal ini sangat dimungkinkan karena hipnoterapi dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan memprogram ulang penyikapan individu terhadap penyakit yang dideritanya (Gunawan, 2007). Pikiran bawah sadar tidak saja terkait dengan perilaku dan mental, tetapi lebih jauh lagi pikiran bawah sadar dapat merubah metabolisme dan mempercepat penyembuhan (Rusli SI, Wijaya SA, 2009).

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Mual

Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019".

METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan *design pretest posttest with control group*. Dalam design ini penelitian dilakukan 2x yaitu sebelum eksperimen (*pretest*) dan sesudah eksperimen (*posttest*). Pada kelompok eksperimen dilakukan *pretest* kemudian diberikan KIE mengatasi muntah dan hipnoterapi lalu dilakukan *posttest*, pada kelompok kontrol dilakukan *pretest* kemudian diberikan KIE

mengatasi mual muntah tanpa diberikan hipnoterapi dan dilakukan *posttest*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di Wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya bulan Januari-Februari 2019 yaitu sebanyak 78 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah yaitu sebanyak 48 ibu hamil, dimana 24 orang sebagai kelompok kasus dan 24 orang sebagai kelompok kontrol.

Uji analisis yang digunakan yaitu uji Spearman

PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil Trimester I yang Mengalami Mual Muntah di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019

No	Karakteristik	Kategori	Kelompok Kasus		Kelompok Kontrol	
			f	%	f	%
1	Umur	< 20 Tahun	1	4,2	1	4,2
		20-35 Tahun	17	70,8	20	83,3
		>35 Tahun	6	25	3	12,5
2	Gravida	Primigravida	5	20,8	5	20,8
		Multigravida	19	79,2	18	75
		Grande Multigravida			1	4,2
3	Pekerjaan	Bekerja	7	29,2	7	29,2
		Tidak Bekerja	17	70,8	17	70,8

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa karakteristik ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019 pada kelompok kasus, sebagian besar responden memiliki umur dengan kategori antara 20-35 tahun yaitu sebanyak 17 orang (70,8%), graviditas dengan kategori multigravida sebanyak

19 orang (79,2%) dengan status pekerjaan berkategori tidak bekerja sebanyak 17 orang (70,8 %).

Pada kelompok kontrol, sebagian besar responden memiliki umur dengan kategori antara 20-35 tahun yaitu sebanyak 20 orang (83,3%), graviditas dengan kategori multigravida sebanyak 18 orang (75 %) dan status pekerjaan dengan kategori tidak bekerja sebanyak 17 orang (70,8%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Hipnoterapi dan KIE pada Kelompok Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019

Kategori	Kelompok Kasus			
	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Ringan	9	37,5	23	95,8
Sedang	15	62,5	1	4,2

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan mengenai gambaran mual muntah ibu hamil trimester I pada kelompok kasus. Sebelum diberikan perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 9 orang (37,5%) dan mual muntah sedang sebanyak 15 orang

(62,5%), kemudian setelah mendapatkan perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 23 orang (95,8%) dan mual muntah sedang sebanyak 1 orang (4,2%). Hal ini menunjukkan adanya penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan hipnoterapi dan KIE.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan KIE pada Kelompok Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019

Kategori	Kelompok Kontrol			
	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Ringan	6	25	17	70,8
Sedang	18	75	7	29,2

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan mengenai gambaran mual muntah ibu hamil trimester I pada kelompok kontrol. Sebelum diberikan perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 6 orang (25%) dan mual muntah sedang sebanyak 18 orang

(75%), kemudian setelah mendapatkan perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 17 orang (70,8%) dan mual muntah sedang sebanyak 7 orang (29,2%). Hal ini menunjukkan adanya penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I setelah diberikan KIE.

Tabel 4 Pengaruh Hipnoterapi dan KIE terhadap Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2019

Uraian	N	Correlation Coefficient	ρ Value
Kelompok Eksperimen	24	0,846	0,000
Kelompok Kontrol	24	0,596	0,002

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa hasil uji statistik pada kelompok kasus diperoleh nilai signifikan atau ρ Value sebesar 0,000 hal ini menunjukkan bahwa nilai ρ Value kurang dari α (0,005) maka artinya ada korelasi yang bermakna antara variabel hipnoterapi dengan mual muntah, sedangkan angka koefisien korelasi sebesar 0,846 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat kuat.

Pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikan atau ρ Value sebesar 0,002 hal ini menunjukkan bahwa nilai ρ Value kurang dari α (0,005) maka artinya ada korelasi yang bermakna antar variabel, sedangkan angka koefisien korelasi sebesar 0,596 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang kuat. Berdasarkan analisis data diatas dapat dilihat bahwa kelompok kasus dan kelompok kontrol memiliki nilai ρ Value kurang dari α (0,005) dan kekuatan korelasi yang kuat. Namun dengan demikian kelompok kasus memiliki nilai signifikan yang lebih bermakna yaitu ρ Value 0,000 dengan kekuatan korelasi yang sangat kuat dibanding kelompok kontrol dengan ρ Value 0,002 dan kekuatan korelasi yang kuat. Disimpulkan bahwa ada pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah ibu hamil trimester I. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa hipnoterapi memiliki kontribusi lebih besar dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi tahun 2019.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

a. Umur

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa karakteristik ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi kota Tasikmalaya Tahun 2019 yang mengalami mual muntah baik pada kelompok kasus maupun kelompok

kontrol sebagian besar responden berumur dengan kategori antara 20-35 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumasari (2010) yang mendapatkan hasil bahwa mayoritas kejadian mual muntah pada ibu hamil terjadi pada ibu dengan umur 20-35 tahun. Hal ini berarti sebagian besar responden berada pada usia reproduksi yang tidak beresiko atau sering disebut usia produktif sehingga pada usia tersebut wanita dapat menjalani masa hamil, bersalin dan nifas dalam kondisi yang optimal (Irawan, 2009).

Umur ibu mempunyai pengaruh yang erat dengan perkembangan alat reproduksi. Hal ini berkaitan dengan keadaan fisiknya dari organ tubuh ibu di dalam menerima kehadiran dan mendukung perkembangan janin. Seorang wanita memasuki usia perkawinan atau mengakhiri fase tertentu dalam kehidupannya yaitu umur reproduksi (Yunita, 2005).

Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Armilah (2010) yang mengungkapkan bahwa usia ibu memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian hiperemesis gravidarum. Usia ibu < 20 tahun dan >35 tahun lebih berisiko terhadap kejadian hiperemesis gravidarum dibandingkan dengan usia ibu 20-35 tahun.

Mayoritas umur responden yaitu antara 20-35 tahun hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas mangkubumi yang banyak mengalami mual muntah yaitu pada usia reproduktif. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan seperti telah dijelaskan diatas, namun ada juga penelitian lain yang tidak sejalan, hal ini bisa saja karena ketidakmerataan dalam menentukan responden penelitian.

b. Graviditas

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, menunjukkan bahwa responden pada kelompok kasus dan kelompok kontrol sebagian besar dengan kategori multigravida.

Hal ini didukung oleh pendapat Tiran (2008) yang mengungkapkan bahwa peningkatan insiden mual muntah terjadi pada wanita yang telah mengalami beberapa kali kehamilan dibanding dengan wanita yang baru pertama kali hamil.

Menurut Prawirohardjo (2009) pada sebagian besar primigravida belum mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan koreonik gonadotropin sehingga lebih sering terjadi *emesis gravidarum*, sedangkan pada multigravida dan grandemultigravida sudah mampu beradaptasi dengan hormon estrogen dan koreonik gonadotropin karena sudah mempunyai pengalaman terhadap kehamilan dan melahirkan.

Mayoritas kedua kelompok adalah multigravida. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian, namun ada juga hasil penelitian yang berbeda seperti telah dijelaskan diatas. Pada primigravida disebutkan karena belum adanya pengalaman sehingga belum bisa beradaptasi dengan kehamilan serta adanya kecemasan dalam menghadapi kehamilan, sedangkan pada multigravida bisa saja mereka berpengalaman dalam menangani mual muntah, namun ada juga ibu hamil yang sudah lupa bagaimana menjalani kehamilan, munculnya kecemasan-kecemasan, fokus yang bercabang seperti mengurus anak pertamanya dan kegiatan lain yang dapat memicu munculnya mual muntah ibu.

c. Pekerjaan

Berdasarkan hasil data yang didapat, dari kelompok kasus dan kelompok kontrol mayoritas ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah merupakan ibu yang tidak bekerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Jhaquin (2010) menyebutkan bahwa ibu hamil yang bekerja mengalami kecemasan lebih ringan dibandingkan ibu yang tidak bekerja dikarenakan pekerjaan dapat mengalihkan perasaan cemas ibu hamil yang dapat menyebabkan nafsu makan menurun, kelemahan fisik dan mual.

Hasil penelitian Zaerotun (2012) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pekerjaan dengan upaya mual muntah. Hal ini menunjukkan bahwa apabila pekerjaan responden tidak memerlukan aktivitas yang berlebih atau terlalu lama berdiri maka upaya mengatasi mual muntah akan semakin baik.

Data yang didapatkan pada penelitian sesuai dengan pendapat beberapa peneliti, dimana ibu hamil tidak bekerja beresiko mengalami mual muntah. Hal ini bisa saja karena ibu terlalu fokus pada kehamilannya atau karena sugesti bahwa ibu hamil muda selalu mengalami mual yang terlalu kuat dan ibu terlalu banyak diam tidak ada pengalihan sehingga mual muntah banyak dirasakan oleh ibu hamil yang tidak bekerja.

2. Gambaran mual muntah pada ibu hamil trimester I pada kelompok kasus dan kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kasus ibu hamil yang mengalami mual muntah sebelum mendapat perlakuan sebagian besar berada pada kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 15 orang (62,5%) dan mual muntah ringan sebanyak 9 orang (37,5%). Pada kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 6 orang (25%) dan mual muntah sedang sebanyak 18 orang (75%).

Dari hasil penelitian diatas dapat kita ketahui bahwa pada kelompok kasus maupun kelompok kontrol sebelum dilakukan perlakuan sebagian besar

mengalami mual muntah dengan kategori sedang.

Irianto (2014) mengemukakan bahwa mual muntah dapat diatasi secara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat antiemetika dan pemberian edukasi, sedangkan secara non farmakologi mual muntah dapat diatasi dengan berbagai cara salah satunya adalah pelatihan relaksasi terutama dengan hipnoterapi.

Menurut Fauziyah (2012) bahwa edukasi tentang gaya hidup dapat membantu mencegah stres dan istirahat dapat mengurangi muntah. Dukungan emosional juga penting untuk mencegah hiperemesis gravidarum menjadi lebih parah.

3. Gambaran mual muntah pada ibu hamil trimester I pada kelompok kasus dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kasus ibu hamil yang mengalami mual muntah sesudah mendapat perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 23 orang (95,8%) dan mual muntah sedang sebanyak 1 orang (4,2%). Pada kelompok kontrol setelah mendapatkan perlakuan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 17 orang (70,8%) dan mual muntah sedang sebanyak 7 orang (29,2%).

Dari hasil penelitian diatas dapat kita ketahui bahwa pada kelompok kasus maupun kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan sebagian besar mengalami mual muntah dengan kategori ringan, itu artinya ada perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Pemberian KIE dan hipnoterapi ini memberikan efek yang baik dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I, hal ini dilihat dari adanya perubahan kategori pada responden penelitian.

Hal ini sejalan dengan McKinney et al. (2009) mengatakan bahwa pengaturan

makan dengan makan porsi sedikit tapi sering, menghindari makanan yang berminyak, lebih banyak mengkonsumsi protein dibandingkan dengan karbohidrat dan memisahkan antara makan dan minum dapat mengurangi kejadian mual dan muntah selama kehamilan.

Penelitian Clark, melaporkan bahwa hipnosis mampu menurunkan kecemasan dan ketakutan ibu hamil primipara terhadap proses persalinan. Selain dikenal sebagai agent anti kecemasan yang kuat, hipnosis menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, studi yang dilakukan Simon menyimpulkan bahwa hipnosis efektif dalam penanganan *hiperemesis gravidarum*.

4. Pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah ibu hamil trimester I

Berdasarkan hasil uji statistik pada kelompok kasus diperoleh nilai signifikan atau p Value sebesar 0,000 hal ini menunjukkan bahwa nilai p Value kurang dari α (0,005) maka artinya ada korelasi yang bermakna antara variabel hipnoterapi dengan mual muntah, sedangkan angka koefisien korelasi sebesar 0,846 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat kuat.

Pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikan atau p Value sebesar 0,002 hal ini menunjukkan bahwa nilai p Value kurang dari α (0,005) maka artinya ada korelasi yang bermakna antar variabel, sedangkan angka koefisien korelasi sebesar 0,596 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang kuat.

Dilihat dari hasil uji statistik dapat kita simpulkan bahwa ibu hamil trimester I dengan mual muntah pada kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan dengan KIE terdapat penurunan, begitu juga pada kelompok kasus. Dilihat dari angka p Value pada kelompok kasus lebih kecil dan angka koefisien korelasi yang lebih kuat, dapat menunjukkan

bahwa pemberian hipnoterapi dan KIE lebih bermakna dibanding dengan pemberian KIE saja, itu berarti hipnoterapi memberikan kontribusi yang lebih dalam menangani mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Pemberian hipnoterapi mengakibatkan adanya penurunan mual muntah, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kravits (2015) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian hipnoterapi dapat mengurangi mual muntah yang dialami pasien kemoterapi. Hammond (2010) juga menyatakan bahwa intervensi hipnotik memberikan relaksasi terhadap rangsangan yang efektif dalam menghilangkan mual muntah tanpa adanya efek samping.

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. Begitu juga Sahidah (2005) mengatakan bahwa sekuat apapun keinginan jika hanya dalam pikiran sadar maka akan sangat sulit untuk terealisasi. Solusinya dengan mengkondisikan otak pada frekuensi alpha, karena pada saat ini otak sensitif untuk menerima sugesti. Ketika melakukan afirmasi maka saat itu juga keinginan akan masuk kedalam alam bawah sadar, berikan afirmasi secara berulang agar sugestinya lebih kuat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah ibu hamil trimester I di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi kota Tasikmalaya tahun 2019, dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Sebagian besar responden pada kelompok kasus dan kelompok kontrol memiliki umur dengan kategori 20-35 tahun, graviditas

dengan kategori multigravida dan status pekerjaan kedua kelompok mayoritas tidak bekerja.

2. Pada kelompok kasus diperoleh nilai ρ Value sebesar 0,000 kurang dari α (0,005) maka artinya ada korelasi yang bermakna sebelum dan sesudah perlakuan, dan angka koefisien korelasi sebesar 0,846 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat kuat.
3. Terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap mual muntah ibu hamil trimester I

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Yesie (2010) *Hipnotetris: Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan*, GagasMedia, Jakarta.
- Arikunto, S (2010) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi 2010)*, Rineka Cipta, Jakarta
- Armilah (2010). Hubungan Umur Ibu dan Pekerjaan Terhadap Kejadian Hiperemesis Gravidarum di RS Islam Kustati Surakarta Tahun 2009.
- Azwar, Saifuddin (2014) *Metode Penelitian*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Despopoulos., Silbernagl (2003) *Color Atlas Of Physiology Chapter 9*, Elsevier, Philadelphia.
- Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2018) *Data KI Murni Kota Tasikmalaya Tahun 2018*
- Djanah, N., Kurniati, A (2016) *Self Hiposis Terhadap Mual Muntah Kehamilan Trimester I*, Kesehatan ibu dan Anak, Vol 7/1, Hal 1-4
- Ebrahimi, N., Maltepe, C., Bournissen, F., dan Koren G (2009) *Nausea and Vomiting of Pregnancy: using the 24-hour Pregnany-unique Quantification of*

- Emesis Scale*. Journal of Obstetrics and Gynecology.
- Fauziyah, Yulia (2012) *Obstetric patologi*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Fitriana, R., Haryani, S., Ediatmi (2018) The Effect Aromatherapy Cajuput Oil Concerning Emesis Gravidarum on Pregnant Women Trimester I in Independent Midwife's Clinic, Jurnal Delima Harapan Vol 5/2.
- Gunawan, A.W (2007) *Hypnoterapy: The Art Of Subconscious Restructuring*, Gramedia, Jakarta.
- Guyton AC., Hall JE (2004) *Text Book of Medical Physiology. 10th ed*, WB. Saunders Company, New York.
- Hakim, A (2010) *Hipnoterapi: Cara Tepat Mengatasi Stress, Fobis, Trauma dan Gangguan Mental Lainny, Cet. I*, PT.Transmedia Pustaka, Jakarta.
- Hammond, K (2010) *Dietary and clinical assessment and diet therapy*. Expert review of neurotherapeutics, 2.
- Hidayati, R (2009) *Asuhan Keperawatan Pada Kehamilan Fisiologis dan Patologis*, Salemba Medika, Jakarta.
- Hutahaean, Serry (2013) *Perawatan Antenatal*, Salemba Medika, Jakarta.
- Koren, G., Boskovic, R., Hard, M., Maltepe, C., Navioz, Y., Einarson, A., *Motherisk-PUQE(Pregnancy-unique quantification of emesis and nausea) scoring system for nausea and vomiting of pregnancy*, American Journal of Obstetrics and Gynecology.
- Kravits, K (2015) *Hypnosis for the management of anticipatory nausea and vomiting*. Advacedpractitioner.com Vol.6
- Kusuma TE (2013) *Peranan Hipnoterapi untuk kesehatan*, Mediacion Publishing.
- Manuaba (2010) *Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan KB*, ECG, Jakarta.
- Manuaba (2013) *Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan KB*, ECG, Jakarta.
- Mochtar,R (2012) *Sinopsis Obstetri Obstetri Fisiologis Obstetri Patologi Jilid I*, EGC, Jakarta.
- Notoatmodjo (2010) *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Nugraheny E (2010) *Asuhan kebidanan antenatal pathologi*, Pustaka Rihama, Yogyakarta.
- Nugroho, T dan Utama I.B (2014) *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Pramono, D (2012) *Hypno Parenting*. Jakarta: Noura books.
- Romauli, suryati (2011) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan I Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Runiari Nengah (2010) *Asuhan keperawatan pada klien dengan hiperemesis gravidaru : penerapan konsep dan teori keperawatan*, Salemba Medika Jakarta.
- Rusli SI, Wijaya SA (2009) *The Secret of Hypnosis*, penebar Plus, Jakarta.
- Saifuddin, A (2010) *Ilmu Kebidanan*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Siddik, D (2014) *Kelainan gastrointestinal*, In: Saifuddin AB,

- Rachimhadhi T, Wiknjosastro GH, editors, Ilmu kebidanan, PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Sovodka (2010) *Secret of Hypnotherapy*, FlashBooks, Yogyakarta.
- Sugiyono (2013) *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, Alfabeta, Bandung
- Sugiyono (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, Alfabeta, Bandung
- Sukarni (2013) *Kehamilan, Persalinan, Dan Nifas. Edisi 1*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Sulastri., Huda N., Herlina (2018) *Efektifitas hipnoterapi terhadap penurunan mual muntah pada pasien kemoterapi*.
- Tiran, Denise (2009) *Mual dan Muntah Kehamilan*, EGC, Jakarta.
- Tyastuti, Siti dkk (2016) *Modul Bahan Ajar Cetak Kebidanan Asuhan Kebidanan Kehamila*, Jakarta.
- Usman, H. Akbar, S.P (2014) *Metodologi Penelitian Sosial*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Varney, Helen (2007) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Edisi 4 Volume 2*, EGC, Jakarta.
- Walyani, Siwi E (2015) *Asuhan kebidanan Pada Kehamilan*, Pustaka Baru press, Yogyakarta.
- Winkjosastro, H (2010) *Ilmu Kandungan*, Yayasan Bina Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Wong. W, and Hakim A (2009) *Dahsyatnya Hipnosis*, Visimedia, Jakarta.
- Yunita (2005) Hubungan Umur dan Gravida terhadap Hiperemesis Gravidarum pada Ibu hamil di ruang Camar RSUD Arifin Achmad Pekanbaru baru.
- Yuwinten., Tajmiati, A., Nurvita, N (2018) *Pengaruh Komunikasi Afirmasi Terhadap Durasi dan Frekuensi Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya*, Jurnal Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi, Vol 18/2.