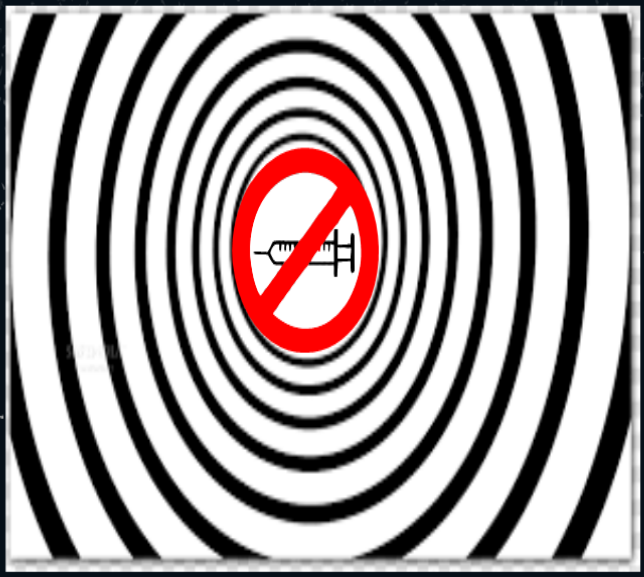
Monograf

Perbedaan Efektifitas Hipnokhitan Dengan Free Needle Anesthesi Terhadap Tingkat Nyeri Anak Saat Proses Sirkumsisi



Penulis:
Heri Saputro
Muhamad As'ad Efendy

Penerbit
Lembaga Chakra Brahmanda Lentera

Monograf:

Perbedaan Efektifitas Hipnokhitan Dengan Free Needle Anesthesi Terhadap Tingkat Nyeri Anak Saat Proses Sirkumsisi

Penerbit
Lembaga Chakra Brahmanda Lentera

Heri Saputro, Muhamad As'ad Efendy

Monograf: Perbedaan Efektifitas Hipnokhitan Dengan Free Needle Anesthesi Terhadap Tingkat Nyeri Anak Saat Proses Sirkumsisi. Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera, 2021

Cetakan Pertama, Oktober 2021

1 Jil, 86 hal, 14,8 x 21 cm

ISBN: 978-623-6541-69-2

Hak Cipta © 2021 Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera

Anggota IKAPI
Perumahan Kwadungan Permai A 45-46 Kediri
Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri
Phone : +62 857-3387-8003
Website : https://sites.google.com/view/penerbitcandle
E-mail : candle.publishing@gmail.com

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas karunia dan rahmatNya sehingga buku ini terselesaikan. Buku monograf ini disusun berdasarkan fenomena yang ada dimasyarakat, ketakutan anak saat proses khitan/sunat. Pengalaman masa lalu, persepsi dari orang terdahulu yang menyatakan bahwa sunat itu menyakitkan memperkuat faktor ketakutan anak menjadi lebih tinggi.

Buku ini merupakan hasil penelitian penulis. Dengan adanya buku ini diharapkan dapat bermanfaat bagi tenaga kesehatan maupun orang tua yang akan mengkhitankan anaknya..

Kami menyadari bahwa buku yang telah tersusun ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kami sangat mengharapkan saran-saran untuk penyempurnaan.

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Sampul ii
Kata Pengantar iii
Daftar Isi iv
Pendahuluan 1
Tinjauan Pustaka 8
Metodologi 70
Hasil dan Pembahasan 72
Daftar Pustaka

PENDAHULUAN

Khitan merupakan hal yang dianjurkan baik itu dalam konteks agama, maupun Kesehatan. Dalam pelaksanaan khitan, kulit preputium dibuang agar gland penis terbuka sehingga mudah dibersihkan dan tidak menjadi sarang infeksi, akan tetapi pengalaman masa lalu orang tua dalam sirkumsisi/khitan/sunat membuat informasi negatif ke setiap anak, dampaknya adalah kecemasan anak semakin meningkat yang berakibat ketakutan anak akan nyeri yang menakutkan saat proses khitan (Rahayuningrum, 2020). Fobia jarum, didefinisikan sebagai rasa takut yang intens, terus-menerus, dan tidak masuk akal terhadap jarum, mempengaruhi lebih dari 20% populasi (Patakfalvi, 2013). Kontrol nyeri yang tidak terkelola dengan baik dapat memicu rasa takut dan respons negatif pada pasien, yang menjadi kendala bagi dokter untuk

menciptakan pengalaman pasien secara keseluruhan yang positif. Dengan kondisi ketakutan maka ambang batas nyeri anak anak semakin menurun, mengakibatkan rasa kesakitan walau anak hanya disentuh petugas, dalam hal ini metode pengurangan nyeri sangat diperlukan dalam proses khitan agar psikologis anak tetap stabil dan efek traumatik terhadap dunia kesehatan semakin minimal (Wahyuni, 2015).

Sunat atau yang lebih dikenal dengan sunat atau sunat merupakan hal yang menakutkan bagi anak-anak. Hal ini disebabkan oleh pengalaman masa lalu orang tua atau orang sebelumnya yang mengalami trauma, sehingga informasi tersebut berdampak negatif dan anggapan bahwa khitanan adalah hal yang menyakitkan dan menakutkan. Ada banyak metode untuk mengurangi rasa sakit dengan berbagai cara, baik metode farmakologis (obat-obatan) maupun non-farmakologis (Distraksi, Hypnosis).

Ketakutan yang dialami anak merupakan akibat dari pengaruh lingkungan anak. Pengalaman masa lalu yang menimbulkan trauma pada anak, baik dari segi pengobatan dengan menggunakan jarum suntik,

maupun trauma akibat rasa sakit akibat tindakan medis terhadap anak. Selain itu, pengalaman masa lalu orang tua sebelumnya yang disunat menggunakan jarum suntik, yang menyatakan bahwa rasa sakit yang luar biasa dapat menyebabkan anak menjadi takut, dan persepsi ini meningkatkan ketakutan anak dan meningkatkan rasa sakit anak.

Sedangkan untuk penggunaan obat farmakologis, saat ini dikemas dengan rapi dan ramah anak, masih menggunakan obat pereda nyeri (analgesik) namun menggunakan cara yang tidak merugikan anak yaitu dengan menggunakan obat bius jarum gratis. Dengan metode ini, anestesi diberikan secara topikal tanpa menimbulkan rasa sakit pada anak.

Free Needle Injection adalah teknik anestesi lokal yang bertujuan agar proses khitanan berjalan lancar tanpa rasa sakit saat khitan.

Anestesi lokal menyebabkan hilangnya sensasi di tempat yang diinginkan. Obat anestesi memblokir konduksi saraf sampai obat berdifusi ke dalam sirkulasi. Anestesi lokal umumnya digunakan dalam prosedur minor di lokasi pembedahan.

Teknik anestesi topikal dilakukan dengan cara mengoleskan preparat anestesi pada area membran mukosa yang dapat ditembus sehingga mencapai ujung saraf superfisial, teknik anestesi intraligamental dilakukan dengan spuit khusus melalui jaringan dan larutan deposisi saraf pada ujung akar, sedangkan teknik infiltrasi dilakukan dengan cara menyuntikkan larutan di dekat serabut saraf terminal sehingga akan memberikan efek anestesi ke seluruh jaringan yang dipersarafinya, anestesi blok dilakukan dengan cara mendepositkan larutan di dekat batang saraf sehingga menimbulkan efek anestesi yang lebih luas. daripada anestesi infiltrasi

Penelitian jenis ini belum pernah dilakukan sebelumnya, Adapun penelitian yang mirip dengan penelitian ini adalah skripsi Yunita (2016) tentang Pengaruh hipnoterapi terhadap nyeri setelah 1 jam pasca khitan. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan efektifitas hipnokhitan (non farmakologis) dengan *Free Needle Anesthesia*/Bius Tanpa Jarum Suntik (Farmakologis Ramah Anak)

terhadap tingkat nyeri anak yang menjalani proses sirkumsisi

Urgensi penelitian ini adalah efek traumatik anak akibat nyeri yang akan berdampak pada psikologis anak, kaitannya dengan dunia Kesehatan, bahwa pelayanan Kesehatan adalah tempat yang menakutkan dan bahkan menyakitkan untuk anak, oleh karena itu diperlukan upaya-upaya yang dapat menghilangkan persepsi tersebut.

Hipnotis / hypnosis pada saat ini mulai dikenal di kalangan masyarakat Indonesia. Bahkan stigma negatif yang selama ini lekat dengan segala sesuatu yang terkait dengan kata “hipnotis” secara perlahan mulai berubah. Hipnoterapi dapat dipergunakan sebagai salah satu metode terapi masalah kesehatan. Hipnoterapi merupakan metode terapi dengan menggunakan hipnotis/hypnosis. Metode ini digunakan untuk pemberian sugesti positif terhadap klien. Hipnoterapi terus mengalami perkembangan dan menjadi salah satu bentuk psikoterapi dalam dunia medis / keperawatan. Hipnosis adalah suatu cabang ilmu yang sudah lama berkembang di Amerika, dan diajarkan secara resmi

oleh berbagai lembaga dan terbuka untuk siapa saja yg ingin mempelajari ilmu ini. Tujuan positif dari hipnosis ini banyak sekali diantaranya adalah mengendalikan rasa sakit. Disini hipnotis berguna untuk mengurangi nyeri. Khusus untuk tujuan mengendalikan rasa sakit atau mengurangi rasa sakit atau memberikan efek anastesi pada pasien, hipnosis ini sangat berguna, apalagi mengingat efek negatif dan juga mahalnya obat-obatan medis penghilang nyeri (terutama yg bersifat anastesi). Namun penggunaan hipnosis sebagai penghilang rasa sakit masih amatsangat jarang digunakan, ini di karenakan masih minimnya tim kesehatan yg tau dan mampu melakukan hipnotis.

Tujuan Umum dari penelitian ini adalah untuk membandingkan tingkat nyeri pada anak saat proses khitan antara metode hipnosis dan anestesi tanpa jarum suntik, sedangkan tujuan khusus dalam penelitian ini adalah mengidentifikasi tingkat nyeri anak yang dikhitan/sunat dengan menggunakan hypnosis, mengindentifikasi tingkat nyeri anak yang dikhitan/sunat dengan teknik bius tanpa menggunakan jarum suntik (*free needle anesthesia*), serta

menganalisa perbedaan tingkat nyeri antara hypnosis dengan bius tanpa jarum suntik (*free needle anesthesia*).

TINJAUAN PUSTAKA

A. HIPNOTERAPI

1. Definisi Hipnosis

Pengertian hipnosis adalah suatu kondisi yang menyerupai tidur yang dapat secara sengaja dilakukan kepada orang, dimana mereka akan memberikan respons pada pertayaan yang diajukan dan sangat terbuka dan reseptif terhadap sugesti yang di berikan oleh *hipnoterapist*. Teknik atau praktik dalam mempengaruhi orang lain untuk masuk ke dalam kondisi hipnosis. Hipnosis sendiri juga diartikan sebagai suatu kondisi di mana perhatian menjadi sangat terpusat sehingga tingkat sugestibilitas meningkat sangat tinggi, seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat

kesadaranya, yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak. Hipnosis juga disebut sebagai seni eksplorasi alam bawah sadar, kesadaran yang meningkat, suatu kondisi pikiran yang dihasilkan oleh sugesti (Gunawan, 2012).

2. Jenis-Jenis Hipnosis

   Jenis-jenis hipnosis dibagi menjadi 5 yaitu :

   a. *Stage Hypnosis*

      Stage hypnosis adalah hipnosis yang digunakan untuk pertunjukan hiburan, dalam *stage hypnosis,* hipnotis memilih subjek dari antara penonton, yang setelah melewati serangkaian uji *sugestibilitas,* membuat subjek tersebut masuk ke dalam kondisi *trance.* Kemudian hipnotis memberikan "program" yang akan dijalankan setelah subjek bangun atau sadar dari kondisi *trance.* Program yang dimasukan biasanya "aneh-aneh" dan tidak masuk akal, misalnya seorang pria mengaku hamil, handphone jadisepatu,

menjadi penyayi terkenal, dan sebagainya (Gunawan, 2012:13).

b. *Anodyne Awareness*

Anodyne Awareness adalah aplikasi hipnosis untuk mengurangi rasa sakit fisik dan kecemasan. Banyak dokter, tenaga medis, perawat, dan dokter gigi menggunakan teknik *anodyne* untuk membantu pasien menjadi rileks dengan sangat cepat dan mengurangi rasa sakit dengan mental anastesi (Gunawan, 2012:15).

c. *Forensic hypnosis*

Forensic hypnosis adalah penggunaan hipnosis sebagai alat bantu dalam melakukan investigasi atau penggalian informasi dari memori. Sering kali, dalam suatu kejadian yang mempuyai muatan emosi negatif tinggi, misalnya dalam kasus kejahatan, orang mengalami "lupa ingatan" akan kejadian tersebut. Hal itu terjadi karena pikiran bawah sadar

menyembuyikan informasi traumatik sehingga tidak dapat diakses oleh pikiran sadar, dengan tujuan agar pengalaman buruk itu tidak lagi diingat (Gunawan, 2012:15).

d. *Metaphysical Hypnosis*

Metaphysical Hipnosis adalah aplikasi hipnosis dalam meneliti berbagai fenomena metafisik. Jenis hipnosis ini bersifat eksperimental. Dengan hipnosis, seseorang akan dapat dengan angat cepat masuk ke kondisi rileks yang sangat dalam (somnambulims), yang diukur dengan EEG akan menunjukan frekuensi gelombang otak yang sangat rendah(Gunawan, 2012:16).

e. *Clinical Hypnosis* atau *Hypnotherapy*

Clinical Hypnosos atau *Hypnotherapy* adalah aplikasi hipnosis dalam menyembuhkan masalah mental dan fisik (psikosomatis). Aplikasi dalam pengobatan penyakit, antara lain depresi, kecemasan,

fobia, stres, penyimpangan perilaku mual dan muntah, nyeri, melahirkan, penyakit kulit, dan msih banyak lagi (Gunawan, 2012:14).

3. Fisiologis Hipnosis

   a. Pola gelombang otak

      Setiap orang punya pola gelombang yang unik dan selalu konsisten. Keunikan itu tampak pada komposisi ke empat jenis gelombang pada saat tertentu. Komposisi gelombang otak itu menentukan tingkat kesadaran seseorang. Meskipun pola gelombang otak ini unik, tidak berarti akan selalu sama sepanjang waktu. Kita dapat secara sadar, dengan teknik tertentu, mengembangkan komposisi gelombang otak agar bermanfaat bagi diri kita. Frekuensi impuls menentukan jenis gelombang otak yaitu *Beta, Alfa, Theta,* dan *Delta*. Jenis atau kombinasi dari jenis gelombang otak menentukan kondisi kesadaran pada satu saat (Gunawan,

2012:54). Sistem *Limbic* salah saatu bagian otak yang berada pada bagian atas batang otak dan di bawah korteks. Adapun peran-peranan dari struktur sistem limbik itu sendiri antara lain banyak terlibat dengan fungsi emosi seperti perasaan senang yang berhubungan dengan kelangsungan hidup, pengalaman seksual, motivasi yang ada pada diri manusia, *learning*, fungsi *neuroendokrin* dan aktivitas *autonomi* dan *memory* yang nantinya akan mempengaruhi mekanisme tingkah laku individu. Sehingga nantinta sistem limbik juga memiliki peran dalam fungsi-fungsi seperti *flight or fight, homoestatis, self- maintenance*, napsu makan, dan seksualitas, dapat dikatakan bahwa sistem limbic merupakan nyawa yang menentukan bagaimana individu tersebut hidup dan berperilaku di lingkunganya (Muttaqin, 2012:16).

1) Beta

Beta adalah gelombang otak yang frekuensinya paling tinggi. Beta dihasilkan oleh proses berfikir secara sadar. Beta terbagi menjadi tiga bagian, yaitu beta rendah 12-15 Hz, beta 16-20 Hz, dan beta tinggi 21-40 Hz. Gelombang beta memungkinkan seseorang memikirkan sampai 9 obyek secara bersamaan (Gunawan, 2012:55).

2) Alfa

Alfa adalah jenis gelombang yang frekuensinya sedikit lebih lambat dibandingkan beta, yaitu 8-12 Hz. Alfa berhubungan dengan kondisi pikiran yang rileks dan santai. Dalam kondisi alfa, pikiran dapat melihat gambaran mental secara sangat jelas dan dapat merasakan sensasi dengan lima indra dari apa yang terjadi atau dilihat dalam pikiran. Alfa adalah pintu gerbang bawah sadar (Gunawan, 2012:56).

3) Theta

Theta adalah gelombang otak, pada kisaran frekuensi 4-8 Hz, yang dihasilkan oleh pikiran bawah sadar (subconscious mind). Theta muncul saat kita bermimpi dan saat terjadi REM (*rapid eye movement*). Pikiran bawah sadar menyimpan memori jangka panjang kita dan juga merupakan gudang inspirasi kreatif. Selain itu, pikiran bawah sadar juga menyimpan materi yang berasal dari kreativitas yang ditekan atau tidak diberi kesempatan untuk muncul ke permukaan dan materi psikologis yang ditekan. Meskipun kita dapat masuk ke theta dan mengakses berbagai materi yang tersimpan di sana, bila tidak dibantu dengan gelomabang alfa dan beta. Semua materi yang berhubungan dengan emosi, baik itu emosi positif maupun negatif,

tersimpan dalam pikiran bawah sadar (Gunawan, 2012:57).

4) Delta

Delta adalah gelombang otak yang paling lambat, pada kisaranya frekuensi 0,1-4 Hz, dan merupakan frekuensi dari pikiran *unconscious mind.* Pada saat kita tidur lelap, otak hanya menghasilkan gelombang delta agar kita dapat istirahat dan memulihkan kondisi fisik. Delta juga memberikan kebijakan dengan level kesadaran psikis yang sangat dalam (Gunawan, 2012:58)

b. Aktivasi sistem saraf parasimpatik

Dalam diri manusia, sebagaimana berlaku pada semua mamalia, terdapat dua sistem saraf yaitu saraf pusat dan sistem saraf otonom. Sistem saraf pusat mengatur respons motorik hingga impresi sensori melalui otak dan saraf pada tulang belakang. Sistem saraf otonom mengatur sistem internal, yang biasanya merupakan

gerak yang di luar kendali pikiran sadar. Yang termasuk dalam kendali sistem saraf otonom, antara lain adalah detak jantung sitem pecernaan, dan aktivitas kelenjar. Sistem saraf otonom terbagi menjadi dua bagian, yang cara kerjanya saling bertolak belakang. Sistem pertama adalah sistem saraf simpatik, yang bertanggung jawah bersifat darurat. Misalnya jantung berdetak lebih cepat dan lebih kuat, tekanan darah meningkat, atau pernafasan menjadi lebih cepat. Penyebab sistem sarafsimpatik aktif karena respon dari perasaan takut dan tegang diterjemahkan sebagai suatu kondisi darurat dan tubuh manusia, secara refleks, menyimpan diri untuk memberikan respon lawan. Sebaliknya kerja sistem saraf parasimpatik mengakibatkan detak jantung melambat, tekanan darah turun, dan respon insting dari kondisi istirahat dan relaksasi (Muttaqin, 2012:31). Respons parasimpatik mengakibatkan kita menajadi lebih tenang

dan nyaman, semua itu bertujuan untuk menghambat energi tubuh. Kedua sistem saraf, simpatik dan parasimpatik, tidak bisa aktif bersamaan. Saat proses hipnosis dilakukan, yang terjadi sebenarnya adalah hipnosis mengaktifkan sistem saraf parasimpatik klien sehingga klien menjadi sangat rileks dan nyaman. Hal ini sangat bermanfaat dalam melakukan terapi karena subjek akan tetap rileks (Gunawan, 2012:91)

4. Definisi Hipnoterapi

Menurut (Setiawan, 2009:179) tentang Hipnoterapi, dikatakan bahwa Hipnoterapi dipandang sebagai salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. Hipnoterapi dapat juga dikatakan sebagai salah satu teknik terapi pikiran yang menggunakan hipnotis. Hipnotis dapat diartikan sebagai ilmu memberi sugesti

atau perintah kepada pikiran bawah sadar. Orang yang ahli dalam menggunakan hipnotis untuk terapi disebut "*hipnotherapist*" (hipnoterapis).

Hipnoterapi merupakan konsep penyembuhan yang menyeimbangkan sistem harmonisasi tubuh dengan mengatur kembali pola pola negatif yang sering dilakukan, baik secara sadar maupun tidak secara sadar olah seseorang. Dengan memasuki pikiran bawah sadar klien, pola-pola negatif yang selama ini dilakukan oleh klien bisa dikoreksi dan diprogram kembali dengan memberikan pandangan-pandangan baru yang bisa memberikan kenyamanan dan ketenangan secara jangka panjang bagi klien (Hakim, 2010)

Dari beberapa teori di atas dapat disimpulkan bahwa Hipnoterapi sebagai aplikasi hipnosis dalam menyembuhkan gangguan mental dan meringankan gangguan fisik. Uraian ini sesuai dengan pendapat (Anam, 2010) bahwa dalam praktek di

lapangan hipnoterapi telah terbukti secara medis bisa mengatasi berbagai macam gangguan psikologis maupun fisik, Misalnya: menghilangkan kebiasaan buruk merokok, menghilangkan phobia, mengurangi nyeri, memberi efek anaesthesia pada cabut gigi dan sebagainya (Gunawan, 2012).

5. Manfaat Hipnoterapi

Hipnotherapi adalah ilmu untuk mengeksplorasi pkiran, maka segala masalah yang berkaitan dengan pikiran dan perasaan biasa dibantu dengan hipnoterapi. Hipnotherapi juga bisa berperan dalam bidang kecantikan, kedokteran, kebidanan, kesehatan tubuh dan pikiran, masalah anak dan remaja, pengembangan diri, masalah seksual, bahkan untuk sekedar hiburan dan reklesi mental. Hipnotherapi banyak untuk mengatasi berbagai masalah seperti minder kurang percaya diri, stess terlalu banyak pikiran, trauma selalu terbayang pengalaman buruk, berhenti

merokok selamanya dan menghilangkan nyeri haid berlebihan (Gunawan, 2012).

Hipnotrapi di gunakan untuk sebagai penyembuhan segala macam gangguan yang berkaitan dengan pikiran dan perasaan, mulai dari menurunkan berat badan sampai menyembuhkan gangguan mental yang berat. Hipnotrapi juga cara tercepat dan termudah untuk mengubah pikiran, perasaan, perilaku, kebiasaan dan kepribadian seseorang. Dari segi medis hipnotrapi bisa digunakan untuk anastesi, cabut gigi, khitan, menjahit luka dan operasi besar atau kecil (Mustofa, 2012). Hipnotrapi adalah aplikasi hipnosis dalam menyembuhkan gangguan mental dan meringankan gangguan fisik. Dalam praktek di lapangan hipnosis telah terbukti secara medis bisa mengatasi berbagai macam gangguan psikologis maupun fisik, misalnya menghilangkan kebiasaan buruk merokok, menghilangkan phobia (Triana, 2014).

Adapun maanfaat lain dari hipnoterapi menurut (Setiawan, 2009), diantaranya yaitu :

a. *Forensic Hypnosis*

   Forensic Hypnosis digunakan dalam penyelidikan kepolisian, hipnosis dapat digunakan untuk menggali informasi dari saksi.suatu kejadian traumatis seperti dalam kasus kejahatan yang menakutkancenderung membuat pikiran bawah sadar menyembuyikan ingatan yang lengkap tentang kejadian tersebut agar tidak dapat diingat oleh pemikiran sadar. Tujuan pikiran sadar menyembuyikan informasi itu sesungguhnya untuk kebaikan diri sendiri karena apabila kejadian itu dapat diingat dalam kondisi sadar, rasa takut akan sering muncul tanpa sebab. Dengan bantuan hipnosis,korban atau saksi dapat mengingat kembali peristiwa-peristiwa dengan jelas.

b. *Erotic Hypnosis* atau *Hypnosex Hipnosis*

   Erotic hypnosis ini dapat berperan dalam berbagai macam bidang, tidak terkecuali

dalam urusan seksual. *Erotic hypnosis* atau *hypnosex* merupakan aplikasi hipnosis yang berfungsi meningkatkan kualitas hubungan seks. Karena seks dapat menjadi hiburan biologis sekaligus psikologis yang sangat seru,berbeda, dan luar biasa.

6. Cara Kerja Hipnoterapi

Manusia dikarunia Allah dua pikiran yaitu pikiran sadar atau rasional dan pikiran bawah sadar atau irasional. Seseorang yang berpikir terus menerus tentang suatu hal di pikiran sadar lama lama akan tersimpan dalam alam bawah sadar. Pikiran bawah sadar adalah tempat emosi dan pikiran yang mencipta, jika seseorang menanamkan pikiran positif dalam dirinya maka akan menuai hasil yang positif, namun kalao negatif maka akan menuai hasil yang negetif. Serta sifat pikiran bawah sadar adalah tidak pernah memilih milih, dan tidak pernah menolak apa yang ditanamkan, sekali seseorang menerima maka hal itu akan

diwujudkan. Pikiran sadar manusia adalah gerbang dari pikiran bawah sadarnya. Sebelum sesuatu masuk dalam alam bawah sadar maka terlebih dahulu melalui seleksi alam sadarnya (Afriani, 2015).

Selama proses hipnosis, tubuh seseorang akan terasa rileks, sedangkan pikirannya sanagat terfokos dan penuh perhatian. Seperti halnya teknik relaksasi lainya, hipnosis menurunkan tekanan darah dan detak jantung serta mengubah semua jenis aktivitas gelombang otak. Dalam kondisi yang rileks, seseorang secara fisik akan merasa sangat tentram meski secara mental dalam kondisi waspada. Dalam kondisi yang sangat terkonsentrasi, orang sangat responsif terhadap segala sugesti. Jika anda berusaha untuk berhenti merokok misalnya sugesti seoarang terapi akan menyakinkan perokok bahwa di masa depan akan merasa sangat tidak suka dengan rokok (Setiawan, 2009).

Hipnoterapi secara fisiologis, bekerja melalui sistem gelombang otak. Pada sesi- sesi hipnoterapi, seperti induksi dan *deepening*, pasien akan dibimbing terapis dari pikiran sadar ke pikiran bawah sadar. Pada kondisi seperti ini akan memasuki kondisi hipnosis yang lebih dalam, sehingga gelombang otak yang semula berada pada gelombang beta akan berubah pelan-pelan menuju gelombang alpha. Otak dalam kondisi alpha akan memproduksi hormon seretonin dan endorfin yang menyebabkan seseorang merasakan rasa nyaman, tenang, bahagia sehingga stess menjadi menurun (Setiawan, 2009).

Hipnosis bekerja pada pikiran bawah sadar, yakni pada gelombang alpha sampai dengan theta, pikiran ini adalah lawan dari *conscious mind* atau pikiran sadar. Pikiran sadar adalah pikiran yang kita gunakan sehari-hari yang dipenuhi dengan analisa, proses berpikir dan penilaian. Sebaiknya pikiran bawah sadar bekerja tanpa analisa ibaratnya

sebuah gudang besar yang menyimpan emosi, memori, kepribadian, intuisi, persepsi, kepercayaan terhadap suatu hal dan kebiasaan. Sifat pikiran bawah sadar adalah dia tidak pernah memilih-milih dan menolak apa yang ditanamkan, sekali dia menerima maka hal itu akan diwudujudkan. Saat seseorang berada dalam kondisi pikiran bawah sadar, dia berada dalam keadaan remang-remang, suasana sadar tapi tidak mampu lagi untuk mengolah pikiran secara detil, dan menerima saja segesti yang diberikan (Maliya, 2011).

7. Tahapan Hipnoterapi

Menurut *The Indonesian Board Of Hypnotrapi* (IBH), (2015) bahwa hipnoterapi dapat dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu :

a. *Pre induction* (Prainduk)

Tahap *preinduction* seperti sebuah keadaan di mana dua orang sedang melakukan percakapan pada tahap awal perkenalan. Pre-induksi merupakan suatu

proses untuk mempersiapkan suatu situasi dan kondisi yang kondusif antara ahli hipnoterapi dengan klien. Dalam tahapan pre- induksi ini ahli hipnoterapi membangun hubungan dengan klien melalui percakapan ringan, saling berkenalan, serta hal hal lain yang bersifat mendekatkan ahli hipnosis secara mental terhadap klien. Selain itu, pada tahapan ini klien diberikan seputar hipnosis dan manfaatnya untuk kemudian dipastikan apakah klien bener-bener mau di dihipnosis atau tidak (*The Indonesian Board Of Hypnotrapi* (IBH), 2015).

b. *Induction* (Induksi)

Induksi merupakan sugesti untuk membawa klient dari normal *state* ke hypnosis *state*, atau dengan kata lain induksi akan membuat *conscious* dari klien "sangat rileks" atau bahkan "tertidur". Terdapat ratusan jenis induksi yang diperuntukkan untuk klien dengan tipe

sugestivitas yang berbeda- beda. Sebagai pemahaman awal, secara garis besar, teknik induksi dibagi atas 2 kelompok, yaitu : 1. Induksi untuk klien dengan sugestivitas rendah, 2. Induksi untuk klien dengan sugestivitas tinggi. Dalam memberikan induksi, harus mahir dalam menyusun variasi kalimat *pacing- leading.* Dalam sesi hypnotherapi, terget seorang *hypnotherapist* adalah membawa klient ke suasana yang rilek dan sugestif, tidak selalu harus "tertidur" atau "*deep trance"*. Kondisi *deeptrance* hanya diperlukan untuk teknik trerapeutic tertentu (*The Indonesian Board Of Hypnotrapi* (IBH), 2015).

c. *Deepening*

Konsep dasar dari deepening ini adalah membimbing klient untuk berimajinasi melakukan sesuatu kegiatan atau berada di suatu tempat yang mudah dirasakan oleh klien. Rasa mengalami secara dalam ini akan membimbing klien memasuki trance

level lebih dalam. Deepening dapat berupa imajinasi :

1) Alam atau tempat : gunung, pantai, taman bunga, rumah, dan kamar.
2) Hitungan: hitungan dan sugesti langsung (The Indonesian Board Of Hypnotrapi (IBH), 2015).

d. *Depth Level Test* (Tes Kedalaman Hipnosis)

Suatu teknik untuk memeriksa kedalaman dari subyek. Dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain:

1) Dengan melakukan konfirmasi secara langsung kepada klien misalnya dengan teknik *ideo Motor Response* yaitu subjek memberikan jawaban yang jujur yaitu subjek memberikan jawaban yang jujur sesuai dengan jawaban pikiran bawah sadar melalui respon gerakan fisik.

2) Dengan cara mengamati tanda-tanda di fisik subjek.
3) Dengan membandingkan tanda-tanda kedalaman dengan skala kedalaman skala kedalaman trance (*depth Trance Scale) (The Indonesian Board Of Hypnotrapi (IBH), 2015).*

e. *Suggestion* Therapy

Suggestion Therapy merupakan salah satu metode Hypnotherapi paling sederhana dan hanya dapat diterapkan ke kasus-kasus sederhana, antara lain : kasus-kasus yang sangat jelas penyebabnya, serta sebagai teknik untuk meningkatkan motivasi dan *empowerment* (pemberdayaan). Pada prinsipnya *suggestion therapi* adalah *scrip* sebuah cerita atau saran yang disampaikan kepada klien, berkaitan dengan dengan permasalahan klien. Untuk menyusun *script suggestion therapy* dibutuhkan pengetahuan- pengetahuan praktis yang

berkaitan dengan pemberdayaan diri serta pengetahuan praktis mengenai psikologi manusia. *Suggestion therapy* biasanya dilakukan sekitar 15-20 menit pada saat pelaksanaan *suggestion therapi* tetap dapat dilakukan prosos deeping berulang kali untuk pendalaman relaksasi klien. Untuk kasus-kasus kompleks, tidak disarankan menggunakan suggestion therapi secara langsung, melainkan menggunkan *Hypnotrerapeutic technique* (Hypnotherapy Advanced) untuk menggali permasalahan secara lebih jelas (The Indonesian Board Of Hypnotrapi (IBH), 2015).

Untuk hal-hal utama dalam *Suggestion Therapy*, sebaiknya menggunakan aturan umum dalam sugesti, yaitu :

1) *Positive* (sebutkan apa yang diinginkan, bukan yang dihindari).
2) *Repetition* (pengulangan).
3) *Present tense* (hindari kata akan).

4) Pribadi.

5) Tambahan sentuhan emosional dan imajinasi.

6) *Progressive* (bertahap), jika diperlukan (Gunawan, 2012).

f. *Hypnotherapeutic Technique*

Hypnotherapeutic adalah suatu teknik hipnoterapi yang sesuai dengan permasalahan dan kondisi klien. Seluruh teknik *hypnotherapeutic* ini dapat dimanfaatkan secara bersama-sama untuk menghasilkan efek penyembuhan hipnotherapi dan dapat dimodifikasi sesuai dengan kultur atau *belief* dari klien. Teknik *hipnoterapeutik* ini digunakan untuk mencari akar permasalahan pada klien. Setelah mengetahuai akar permasalahan dari klien, klien diberikan pemograman positif sehingga menghasilkan perilaku baru *Indonesian Boartd Of Hypnotherapy* (IBH, 2015).

Menurut Gunawan (2015) Ada empat langkah hipnoterapeutik untuk memfasilitasi perubahan yaitu :

1) Sugesti post-hipnosis dan imajinasi

   Langkah ini sangat efektif bila klien memiliki motivasi yang kuat untuk berubah, baik pada level pikiran sadar dan bawah sadar. Hanya dengan memberikan dorongan dalam bentuk sugesti secara benar dan diperkuat dengan imajinasi atau visualisasi, klien akan berubah. Bila motivasi klien tidak kuat, langkah ini tidak akan efektif karena akan mendapatkan resitensi dari pikiran sadar dan pikiran bawah sadar (Gunawan, 2012:137).

2) Menemukan akar masalah

   Meskipun ada klien yang bisa sembuh tanpa tahu atau menumukan akar masalahnya, terapis perlu menemukan akar masalah yang sesungguhnya. Masalah atau *simtom* diselesaikan

dengan menyelesaikan atau *me-release* beban emosi negatif akibat kejadian yang menajadi akar masalah (Gunawan, 2015:138).

3) *Release*

Terapi dilakukan untuk membantu klien melepas atau *me-release* perasaan atau emosi negatif dari pengalaman di masa lalu. Hal ini sangat penting karena karena emosi ini, bila tidak di release akan membuat klien terkunci dalam pola perilaku lama (Gunawan, 2015:138).

4) Pemahaman baru atau perilaku baru

Tujuan dari langkah ini adalah membantu klien membuat pemahaman baru, berdasarkan cara pandang dan kebijakan orang dewasa, terhadap masalah yang dialami, akar masalah, dan solusinya (Gunawan, 2015:139).

5) *Termination*

Termination adalah suatu tahapan untuk mengakhiri proses *hypnosis*. Konsep dasar terminasi adalah memberikan sugesti atau perintah agar seorang klien tidak mengalami kejutan psikologis ketika terhubung dari "tidur hypnosis". Standar dari proses terminasi adalah membangun sugesti positif yang akan membuat tubuh seorang klien lebih segar dan rileks, kemudian diikuti dengen proses hitungan beberapa detik untuk membawa clien ke kondisi normal kembeli. Contoh : *" kita akan mengakhiri sesi hypnotherapi ini bapak saya akan menghitung dari 1 sampai dengan 5, dan pada tepat pada hitungan ke 5 nati, silahkan anda bangun dalam keadaan sehat dan segar. 1 tarik nafas dan hembuskan 2 rasakan anda semakin sehat 3 anda bertambah segar 4 anda benar-benar merasakan tubuh*

anda sehat dan segar 5 silahkan bangun dalam keadaan yang sangat sehat dan segar" (The Indonesian Board Of Hypnotrapi (IBH), 2015).

Menurut Rustamaji & Kristiyadi, (2011) seorang klien yang akan di hipnoterapi juga membutuhkan beberapa syarat atau kondisi, yaitu:

1) Menerima secara sadar dan sukarela tanpa paksaan (tidak menolak).
2) Mempunyai kemampuan menerima sugesti *(susceptibility).*
3) Dapat berkomunikasi dengan baik.
4) Mempunyai kemampuan untuk memusatkan pikiran (fokus).
5) Membutuhkan kerjasama antara hipnoterapis dan pasien.
6) Dibutuhkan suasana yang mendukung, biasanya tempat yang tenang dan jauh dari kegaduh.

Menurut Meliya (2011) perlakuan terapi hipnoterapi dilakukan selama 45 menit, dalam perlakuan ini terapis memberikan beberapa tahapan sugesti berupa *Pre induction, Induction, Deepening, Depth Level Test,* Suggestion Therapy, *Hypnotherapeutic Technique* dan *Termination.* Hasil dari tahapan sugesti tersebut dapat bekerja secara langsung untuk menurunkan nyeri dan permasalahan lainya. Menurut Hauser, at al (2016) sesi hipnosis medis umumnya berlangsung selama 20-50 menit dan hasil dari jurnal *The Afficacy, Safety and Applications of Medical Hypnosis* mengatakan bahwa durasi paling banyak digunakan ialah durasi dalam waktu 45 menit, dapat dibagi menjadi beberapa tahapan dalam hipnosis berupa *Pre induction, Induction, Deepening, Depth Level Test,* Suggestion Therapy, *Hypnotherapeutic Technique* dan *Termination.* Hipnosis mempunyai bukti akurat adanya keefektifan dan keamanan hipnosis dalam pengobatan. *Inggris Medical*

Association dan *American Medical Association* sangat mendukung penggunaan hipnoterapi dalam terapi pengobatan.

B. ANESTESI

1. Definisi Anestesi

Anestesi merupakan suatu tindakan untuk menghilangkan rasa sakit ketika dilakukan pembedahan dan berbagai prosedur lain yang menimbulkan rasa sakit, dalam hal ini rasa takut perlu ikut dihilangkan untuk menciptakan kondisi optimal bagi pelaksanaan pembedahan (Sabiston, 2011).

2. General Anestesi

General anestesi merupakan tindakan menghilangkan rasa sakit secara sentral disertai hilangnya kesadaran *(reversible).* Tindakan general anestesi terdapat beberapa teknik yang dapat dilakukan adalah general anestesi denggan teknik intravena anestesi dan general anestesi dengan inhalasi yaitu dengan face mask (sungkup muka) dan dengan teknik intubasi

yaitu pemasangan endotrecheal tube atau gabungan keduanya inhalasi dan intravena (Latief, 2007).

a. Teknik General Anestesi General anestesi menurut Mangku dan Senapathi (2010), dapat dilakukan dengan 3 teknik, yaitu:

   1) General Anestesi Intravena

      Teknik general anestesi yang dilakukan dengan jalan menyuntikkan obat anestesi parenteral langsung ke dalam pembuluh darah vena.

   2) General Anestesi Inhalasi

      Teknik general anestesi yang dilakukan dengan jalan memberikan kombinasi obat anestesi inhalasi yang berupa gas dan atau cairan yang mudah menguap melalui alat atau mesin anestesi langsung ke udara inspirasi.

   3) Anestesi Imbang

      Merupakan teknik anestesi dengan mempergunakan kombinasi obat-

obatan baik obat anestesi intravena maupun obat anestesi inhalasi atau kombinasi teknik general anestesi dengan analgesia regional untuk mencapai trias anestesi secara optimal dan berimbang, yaitu:

a) Efek hipnosis, diperoleh dengan mempergunakan obat hipnotikum atau obat anestesi umum yang lain.
b) Efek analgesia, diperoleh dengan mempergunakan obat analgetik opiat atau obat general anestesi atau dengan cara analgesia regional.
c) Efek relaksasi, diperoleh dengan mempergunakan obat pelumpuh otot atau general anestesi, atau dengan cara analgesia regional.

b. Obat-obat General Anestesi

Pada tindakan general anestesi terdapat beberapa teknik yang dapat dilakukan adalah general anestesi dengan teknik intravena anestesi dan general anestesi

dengan inhalasi, berikut obat-obat yang dapat digunakan pada kedua teknik tersebut.

1. Obat-obat Anestesi Intravena meliputi: Atropine Sulfat, Pethidin, Atrakurium, Ketamine HCL, Midazolam, Fentanyl, Rokuronium bromide, Prostigmin
2. Obat-obat Anestesi Inhalasi: Nitrous Oxide, Halotan, Enfluren, Isofluran, Sevofluran

c. Gangguan Pasca Anestesi (Potter dan Perry, 2010)

1. Gangguan pernapasan cepat menyebabkan kematian karena hipoksia sehingga harus diketahui sedini mungkin dan segera di atasi. Penyebab yang sering dijumpai sebagai penyulit pernapasan adalah sisa anastesi (penderita tidak sadar kembali) dan sisa pelemas otot yang belum dimetabolisme dengan sempurna, selain itu lidah jatuh

kebelakang menyebabkan obstruksi hipofaring. Kedua hal ini menyebabkan hipoventilasi, dan dalam derajat yang lebih berat menyebabkan apnea.

2. Sirkulasi

   Penyulit yang sering di jumpai adalah hipotensi syok dan aritmia, hal ini disebabkan oleh kekurangan cairan karena perdarahan yang tidak cukup diganti. Sebab lain adalah sisa anastesi yang masih tertinggal dalam sirkulasi, terutama jika tahapan anastesi masih dalam akhir pembedahan.

3. Regurgitasi dan Muntah

   Regurgitasi dan muntah disebabkan oleh hipoksia selama anastesi. Pencegahan muntah penting karena dapat menyebabkan aspirasi.

4. Hipotermi

   Gangguan metabolisme mempengaruhi kejadian hipotermi, selain itu juga karena efek obat-obatan yang dipakai.

General anestesi juga memengaruhi ketiga elemen termoregulasi yang terdiri atas elemen input aferen, pengaturan sinyal di daerah pusat dan juga respons eferen, selain itu dapat juga menghilangkan proses adaptasi serta mengganggu mekanisme fisiologi pada fungsi termoregulasi yaitu menggeser batas ambang untuk respons proses vasokonstriksi, menggigil, vasodilatasi, dan juga berkeringat.

5. Gangguan Faal Lain

   Diantaranya gangguan pemulihan kesadaran yang disebabkan oleh kerja anestesi yang memanjang karena dosis berlebih relatif karena penderita syok, hipotermi, usia lanjut dan malnutrisi sehingga sediaan anestesi lambat dikeluarkan dari dalam darah.

3. Waktu Pulih Sadar

   a. Definisi Pulih Sadar

Pulih sadar merupakan bangun dari efek obat anestesi setelah proses pembedahan dilakukan. Lamanya waktu yang dihabiskan pasien di *recovery room* tergantung kepada berbagai faktor termasuk durasi dan jenis pembedahan, teknik anestesi, jenis obat dan dosis yang diberikan dan kondisi umum pasien. Menurut Gwinnutt (2012) dalam bukunya mengatakan sekitar 30 menit berada dalam ruang pemulihan dan itu pun memenuhi kriteria pengeluaran. Pasca operasi, pulih dari anestesi general secara rutin pasien dikelola di *recovery room* atau disebut juga *Post Anesthesia Care Unit (PACU),* idealnya adalah bangun dari anestesi secara bertahap, tanpa keluhan dan mulus dengan pengawasan dan pengelolaan secara ketat sampai dengan keadaan stabil menurut penilaian *Score Aldrete*.

b. Penilaian Waktu Pulih Sadar

Penilaian dilakukan saat masuk *recovery room*, selanjutnya dinilai dan dicatat setiap 5 menit sampai tercapai nilai minimal 8. Pasien bisa dipindahkan ke ruang perawatan jika nilai pengkajian pasca anestesi adalah 8-10. Lama tinggal di ruang pemulihan tergantung dari teknik anestesi yang digunakan (Larson, 2009). Menurut teori Matthew Gwinnutt 2012 dibukunya mengatakan bahwa membutuhkan waktu 30 menit pasien bias dipindah ke ruangan itupun harus memenuhi kriteria pengeluaran . Tingkat pulih sadar seseorang pasca anestesi dengan general anestesi dilakukan perhitungan menggunakan Modified Score Aldrete (Nurzallah,2015).

c. Faktor-Faktor Pemindahan Pasien

Faktor-faktor yang perlu diperhatikan sebelum memindahkan pasien ke ruangan adalah:

1) Observasi minimal 30 menit setelah pemberian narkotik atau penawarnya (nalokson) secara intavena.
2) Observasi minimal 60 menit setelah pemberian antibiotik, antiemetik atau narkotik secara intramuskuler.
3) Observasi minimal 30 menit setelah oksigen dihentikan.
4) Observasi 60 menit setelah esktubasi (pencabutan ETT).
5) Tindakan lain akan ditentukan kemudian oleh dokter spesialis anestesiologi dan dokter spesialis bedah (Mangku dan Senapathi, 2010).

Kembalinya kesadaran pasien dari general anestesi secara ideal harus mulus dan juga bertahap dalam keadaan yang terkontrol hingga kembali sadar penuh, waktu pulih sadar tindakan general anestesi sebagai berikut:

1) General Anestesi Intravena

Waktu pulih sadar pasien dengan general anestesi dengan TIVA propofol TCI (Target Controlled Infusion) adalah 10 menit (Simanjuntak, 2013).

2) General Anestesi Inhalasi

Waktu pasien akan kembali sadar penuh dalam waktu 15 menit dan tidak sadar yang berlangsung diatas 15 menit dianggap prolonged (Mecca, 2013).

3) Anestesi Imbang

Observasi minimal 30 menit setelah pemberian narkotik atau penawarnya (nalokson) secara intavena dan observasi 60 menit setelah esktubasi (pencabutan ETT) (Mangku dan Senapathi, 2010).

d. Faktor-Faktor 17yang Mempengaruhi Waktu Pulih Sadar

1) Efek Obat Anestesi (premedikasi anestesi, induksi anestesi)

Penyebab tersering tertundanya pulih sadar (belum sadar penuh 30-60 menit pasca general anestesi adalah pengaruh dari sisa-sisa obat anestesi sedasi dan analgesik (midazolam dan fentanyl) baik absolut maupun relative dan juga potensasi dari obat atau agen anestesi dengan obat sebelum (alkohol) (Andista, 2014). Induksi anestesi juga berpengaruh terhadap waktu pulih sadar pasien. Pengguna obat induksi ketamine jika dibandingkan dengan propofol, waktu pulih sadar akan lebih cepat dengan penggunaan obat induksi propofol. Propofol memiliki lama aksi yang singkat (5-10 menit), distribusi yang luas dan eliminasi yang cepat. Sifat obat atau agen anestesi yang umumnya bisa menyebabkan blok sistem saraf, pernafasan dan kardiovaskuler maka selama durasi anestesi ini bisa terjadi komlikasi-

komplikasi dari tindakan anestesi yang ringan sampai yang berat. Komplikasi pada saat tindakan anestesi bisa terjadi selama induksi anestesi dari saat rumatan (pemeliharaan) anestesi. Peningkatan kelarutan anestesi inhalasi serta pemanjangan durasi kerja pelemas otot diduga merupakan penyebab lambatnya pasien bangun pada saat akhir anestesi. Waktu pulih sadar saat di ruang pemulihan menjadi lebih lama pada pasien hipotermi (Mecca, 2013). Cara mencegah agar tidak terjadi komplikasi-komplikasi selama tindakan anestesi maka diperlukan monitoring secara ketat sebagai bentuk tanggung jawab kita sebagai petugas anestesi. Monitoring pasien selama tindakan anestesi bisa menggunakan panca indera kita maupun dengan menggunakan alat monitor pasien yang bisa digunakan sekarang.

2) Durasi Tindakan Anestesi

Durasi (lama) tindakan anestesi merupan waktu dimana pasien dalam keadaan teranestesi, dalam hal ini general anestesi. Lama tindakan anestesi dimulai sejak dilakukan induksi anestesi dengan obat atau agen anestesi yang umumnya menggunakan obat atau agen anestesi intravena dan inhalasi sampai obat atau pembedahan yang dilakukan. Jenis operasi adalah pembagian atau klasifikasi tindakan medis bedah berdasarkan waktu, jenis anestesi dan resiko yang dialami, meliputi operasi kecil, sedang, besar dan khusus dilihat dari durasi operasi.

Pembedahan yang lama secara otomatis menyebabkan durasi anestesi semakin lama. Hal ini akan menimbulkan efek akumulasi obat dan agen anestesi di dalam tubuh semakin banyak sebagai hasil pemanjangan penggunaan obat

atau agen anestesi tesebut dimana obat diekskresikan lebih lambat dibandingkan absorbsinya yang akhirnya dapat menyebabkan pulih sadar berlangsung lama (Latief, 2007).

3) Usia

Umur atau usia adalah satuan waktu yang mengukur waktu keberadaan suatu benda atau makhluk, baik yang hidup maupun yang mati. Lansia bukan merupakan kontra indikasi untuk tindakan anestesi. Suatu kenyataan bahwa tindakan anestesi sering memerlukan ventilasi mekanik, toilet tracheobronchial, sirkulasi yang memanjang pada orang tua dan pengawasan fungsi faal yang lebih teliti, kurangnya kemampuan sirkulasi untuk mengkompensasi vasodilatasi karena anestesi menyebabkan hipotensi dan berpengaruh pada

stabilitas keadaan umum pasca bedah (Andista, 2014).

4) Berat Badan dan Indeks Masa Tubuh (Body Mass Index)

   Indeks Masa Tubuh (IMT) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan (Depkes RI, 2009). Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah cara untuk memperkirakan obesitas dan berkolerasi tinggi dengan massa lemak tubuh, selain itu juga penting untuk mengidentifikasi pasien obesitas yang mempunyai resiko mendapat komplikasi medis.

5) Jenis Operasi

   Beberapa jenis operasi yang dilakukan akan memberikan efek yang berbeda terhadap kondisi pasien pasca bedah. Operasi dengan perdarahan yang lebih

dari 15 sampai 20 persen dari total volume darah normal memberikan pengaruh terhadap perfusi organ, pengangkutan oksigen dan sirkulasi. Pasien dengan perdarahan yang banyak memerlukan bantuan yang lebih lanjut, pemberian tranfusi pasca bedah dinilai lebih efektif untuk menggantikan cairan darah hilang. Cairan koloid dapat membantu bila darah donor belum tersedia.

6) Status Fisik Pra Anestesi

Status ASA, sistem klasifikasi fisik adalah suatu sistem untuk menilai kesehatan pasien sebelum operasi. *American Society of Anesthesiologis (ASA)* mengadopsi sistem klasifikasi status lima kategori fisik yaitu:

a) ASA 1, seorang pasien yang normal dan sehat.

b) ASA 2, seorang pasien dengan penyakit sistemik ringan.
c) ASA 3, seorang pasien dengan penyakit sistemik berat.
d) ASA 4, seorang pasien dengan penyakit sistemik berat yang merupakan ancaman bahi kehidupan.
e) ASA 5, seorang pasien yang hamper mati tidak ada harapan hidup dalam 24 jam untu berthan hidup tanpa operasi.

Jika pembedahan darurat, klasifikasi status fisik diikuti dengan "E" (untuk darurat) misalnya "3E". Semakin tinggi status ASA pasien maka gangguan sistemik pasien tersebut akan semakin berat. Hal ini menyebabkan respon organ-organ tubuh terhadap obat atau agen anestesi tersebut semakin lambat,

sehingga berdampak pada semakin lama pulih sadar pasien (Setiawan, 2010).

7) Gangguan Asam Basa dan Elektrolit

Tubuh memiliki mekanisme untuk mengatur keseimbangan asam, basa, cairan, maupun elektrolit yang mendukung fungsi tubuh yang optimal. Mekanisme regulasi dilakukan terutama oleh ginjal yang manpu mengonservasi ataupun meningkatkan pengeluaran cairan, konstribusi pengaturan asam basa maupun elektrolit apabila terjadi ketidakseimbangan. Mekanisme pengaturan keseimbangan asam basa didalam tubuh terutana oleh tiga komponen yaitu sistem buffer kimiawi, pari-paru dan ginjal. Gangguan keseimbangan asam basa tubuh terbagi menjadi empat macam yaitu asidosis respiratorik, asidosis metabolik, alkalosis respiratorik dan alkalosis metabolik. Istilah respiratorik merujuk

pada kelainan system pernafasan, sedangkan istilah metabolik merujuk pada kelainan yang disebabkan sistem pernafasan.

Pasien yang mengalami gangguan asam basa menyebabkan terganggunya fungsi pernafasan, fungsi ginjal maupun fungsi tubuh yang lain. Hal ini berdampak pada terganggunya proses ambilan maupun pengeluaran obat-obatan dan agen anestesi. Begitu juga dengan gangguan keseimbangan elektrolit di dalam tubuh, baik hipokalemia, hiperkalemia, hiponatremia, hipokalsemia, ataupun ketidakseimbangan elektrolit yang lain. Kondisi-kondisi ini bisa menyebabkan gangguan irama jantung, kelemahan otot, maupun terganggunya perfusi otak. Sehingga ambilan obat-obatan dan agen inhalasi anestesi menjadi terhalang dan proses eliminasi zat-zat anestesi

menjadi lambat yang berakibat waktu pulih sadar menjadi lebih lama.

8) *Post Anesthesia Discharge scoring system*

Program bedah rawat jalan yang sukses tergantung pada pemulangan pasien yang tepat waktu setelah anestesi. Beberapa kriteria telah dibuat untuk menentukan kesiapan pasien, apakah dapat dipulangkan seperti *Guidelines for Safe Discharge After Ambulatory Surgery* dan PADSS *(Post Anesthesia discharge Scoring System).* PADSS merupakan suatu sistem skoring yang secara objektif menilai kondisi pasien untuk dipulangkan. Modified PADSS dibuat karena dalam kriteria PADSS terdapat ketentuan mampu minum paskabedah, dimana ketentuan minum paskabedah tidak lagi dimasukkan kedalam protokol kriteria pemulangan pasien dan hanya diperlukan pada

pasien tertentu. Modified PADSS berdasarkan 5 kriteria,20 yaitu: tanda vital (tekanan darah, denyut nadi, frekuensi napas, suhu tubuh), ambulasi, mual/muntah, nyeri, perdarahan akibat pembedahan. Bila skor mencapai > 9, pasien cukup aman untuk dipulangkan ke rumah.

Tuntutan bahwa pasien harus kencing/voiding akan memperlambat pemulangan pasien. Pasien bedah rawat jalan yang tidak berisiko terhadap retensi urin aman untuk dipulangkan sebelum mereka mampu untuk kencing. Faktor resiko terjadinya retensi urin paska bedah termasuk: riwayat retensi urin paska bedah, anestesi spinal/epidural, pembedahan pelvis/urologi, kateterisasi perioperatif. Retensi urin paskabedah dapat disebabkan oleh penghambatan refleks kencing akibat manipulasi bedah,

pemberian cairan yang berlebihan sehingga menyebabkan distensi kandung kemih, nyeri, kecemasan, efek sisa dari anestesi spinal atau epidural. Menunggu pasien untuk bisa minum tanpa terjadi muntah juga memperlambat pemulangan pasien. Penelitian mengenai masalah ini membuktikan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kejadian PONV pada pasien yang telah memiliki toleransi untuk minum dengan yang tidak memiliki toleransi sebelum pasien dipulangkan.

9) *Modified aldrete score*

Berbagai macam kriteria saat ini digunakan untuk menilai secara obyektif masa pulih sadar akibat sisa pemberian obat anestesi. Penilaian dimulai dari penderita masuk ruang pulih sadar kemudian diobservasi secara terus menerus sampai didapatkan

penderita sadar baik dan kedaan stabil. Sistim kriteria akan sering digunakan apabila sederhana, mudah dihafalkan, mencakup semua pemeriksaan fisik penderita dan dapat digunakan untuk observasi semua tindakan anestesi.

Modified Aldrete Score adalah salah satu sistim kriteria yang saat ini paling sering digunakan di ruang pulih sadar. Kriteria yang dibuat oleh Jorge Antonio Aldrete tahun 1967 pada awalnya diberi nama kriteria aldrete score. Pada tahun 1970 dilakukan perbaikan isi salah satu kriteria yaitu warna kulit diganti dengan pemeriksaan saturasi oksigen menggunakan alat pulse oxymetry. Dengan adanya perbaikan salah satu kriteria maka disebut dengan modified aldrete score. Bagian kriteria lain yang tidak mengalami perubahan antara lain fungsi aktifitas, pernafasan, sirkulasi dan kesadaran Setiap bagian kriteria

mempunyai nilai bertingkat mulai 0 sampai dengan 2. Nilai yang dihasilkan dari setiap bagian kriteria tersebut dijumlahkan untuk mendapatkan nilai total. Discharged criteria modified aldrete score adalah sistim kriteria penderita untuk dapat memindahkan dari ruang pulih sadar apabila nilai total modified aldrete score lebih dari 9. Nilai tersebut sudah menunjukkan keadaan penderita sudah sadar baik dan dalam kondisi stabil. (Morgan 2010). Secara terperinci modified aldrete score beserta nilai rangkingnya adalah sebagai berikut:

a) Kesadaran

2 = Sadar Baik

1 = Sadar dengan cara dipanggil

0 = Tidak ada respon saat dipanggil

b) Pernapasan

2 = Mampu untuk nafas dalam dan batuk

1 = Dypsneu, nafas dangkal dan kemampuan terbatas

0 = Apneu

c) Sikulasi

2 = Tekanan darah ± 20 mm Hg dari keadaan pre anestesi

1 = Tekanan darah ± 20 – 50 mm Hg dari keadaan pre anestesi

0 = Tekanan darah ± 50 mm Hg dari keadaan pre Anestesi

d) Saturasi Oxigen

2 = Mampu mempertahankan saturasi O2 > 92% dengan udara bebas

1 = Memerlukan oksigen inhalasi untuk mempertahankan saturasi O2 >90%.

0 = Dengan oksigen inhalasi saturasi O2 < 90%.

e) Aktifitas

2 = Mampu menggerakkan ke-4 ekstremitas dengan sendirinya dan diperintah

1 = Mampu menggerakkan ke-2 ekstremitas dengan sendirinya atau diperintah

0 = Tidak mampu menggerakkan ekstremitas

Tujuan penggunaan kriteria ini adalah untuk melakukan observasi penderita setelah operasi dan mempermudah proses memindahkan penderita dari ruang pulih sadar. Penelitian dari Figueroa dkk. terhadap penderita yang telah dilakukan tindakan Anestesi umum maupun anestesi regional menunjukkan kriteria modified aldrete score dapat memindahkan 82,3% penderita dari ruang pulih sadar dalam waktu 30 menit dan 11,2% dalam 15 menit. Meskipun proses memindahkan

lebih mudah dengan modified aldrete score, pemeriksaan fisik yang teliti merupakan alat yang tepat untuk memutuskan penderita dapat dipindahkan

C. Free Needle Injection

Sistem injeksi bebas jarum (FNI) adalah cara baru untuk memasukkan berbagai obat. Suntikan jarum memiliki banyak komplikasi seperti kecemasan, demam, penghindaran, dan luka tusukan jarum. Oleh karena itu sistem FNI digunakan untuk mengatasi komplikasi tersebut. Dalam FNI, pancaran cairan dipercepat hingga kecepatan tinggi memberikan daya tembus yang signifikan melalui nosel berdiameter halus ketika ditempatkan pada kulit. Sumber energi seperti pegas, kartrid gas dan listrik dapat digunakan. Penularan penyakit dicegah, memiliki pilihan dibawa pulang dan karena itu, kami juga dapat memberikan bentuk sediaan padat melalui itu, dapat digunakan untuk mengatasi faktor stabilitas yang

dihadapi dalam bentuk sediaan cair. FNI memiliki banyak aplikasi yang muncul beberapa di antaranya seperti penggunaannya pada diabetes dengan memberikan suntikan insulin yang diatur dan ramah pengguna, penggunaannya dalam mengobati hemofilia, untuk memberikan anestesi lokal, dll. Harga yang berlebihan dibandingkan dengan jarum suntik standar merupakan kerugian. Namun, tampaknya ada peluang luar biasa bagi teknologi bebas jarum untuk memiliki dampak besar dalam industri ini. Kemungkinan besar perubahan dramatis dapat terjadi hanya ketika perusahaan farmasi besar mengadopsi teknologi bebas jarum dan menunjukkan keserbagunaan, penerimaan, dan nilainya di bidang terapeutik utama.

Keuntungan Injeksi Tanpa Jarum (Khan, 2011)

1. Masalah stabilitas teratasi— Segala sesuatu mulai dari vaksin hingga protein terapeutik dapat diformulasi ulang untuk sistem, yang memiliki keuntungan menggunakan formulasi

padat, bentuk yang lebih stabil yang tidak memerlukan pendinginan seperti padanan cair.

2. Pilihan dibawa pulang— Fasilitas ini dapat sangat berguna untuk obat-obatan seperti insulin.
3. Portabilitas—Sumber energi yang berbeda dapat digunakan untuk kerja injeksi ini sesuai dengan ketersediaannya (pegas terkompresi, gas terkompresi, dan listrik). Di daerah pedesaan di mana listrik mungkin menjadi masalah, sumber lain dapat digunakan.
4. Risiko penularan penyakit berkurang— Penggunaan jarum medis yang sering tidak higienis telah menyebabkan penyebaran penyakit menular secara luas. Sementara vaksinasi menyelamatkan dua juta nyawa per tahun, jarum suntik yang tidak bersih bertanggung jawab atas 30% infeksi Hepatitis B dan C dan 1,3 juta kematian di seluruh dunia per tahun. Transmisi ini dapat dikurangi secara nyata dengan

5. penggunaan suntikan bebas jarum. Tidak perlu memasukkan jarum ke dalam ampul untuk mengisi jarum suntik karena memberikan kemungkinan kontaminasi karena ampul langsung digunakan di injektor.
6. Suntikan tanpa jarum dapat mengurangi atau sepenuhnya menghilangkan kemungkinan cedera tertusuk jarum.
7. Suntikan tanpa jarum mengurangi masalah pembuangan yang dihadapi dalam jarum dan juga dapat digunakan berulang kali sehingga dapat digunakan kembali.
8. Pasien tidak merasakan sakit dan ini mudah dan cepat digunakan. Waktu administrasi dipersingkat.
9. Fobia pasien teratasi karena pasien tidak dapat melihat jarum.
10. Ini mudah digunakan dan tidak memerlukan bantuan staf medis untuk suntikan darurat.
11. Karena dapat digunakan kembali, mereka mengurangi limbah medis.

12. Mereka dapat diberikan segera pada penyakit seperti asma menghindari keterlambatan dalam pengobatan dan berpotensi menyelamatkan nyawa

Teknologi bebas jarum menawarkan manfaat yang sangat nyata untuk mengurangi kekhawatiran pasien tentang penggunaan jarum. Manfaat tambahan termasuk sangat cepat dibandingkan dengan jarum konvensional dan tidak ada masalah pembuangan jarum. Tidak hanya bermanfaat bagi industri farmasi dalam meningkatkan penjualan produk, tetapi juga memiliki potensi tambahan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap aturan dosis dan hasil yang lebih baik. Di negara berkembang, ada tantangan utama penularan penyakit melalui penggunaan kembali jarum suntik. Organisasi seperti WHO dan CDC (Pusat Pengendalian Penyakit) dan kelompok seperti Gates Foundation telah mendukung pengembangan alternatif pengiriman obat tanpa jarum.

Tampaknya ada peluang luar biasa bagi teknologi bebas jarum untuk memiliki dampak besar dalam industri farmasi. Kemungkinan besar perubahan dramatis dapat terjadi hanya ketika perusahaan farmasi atau bioteknologi besar mengadopsi teknologi bebas jarum dan menunjukkan keserbagunaan, penerimaan, dan nilainya di bidang terapeutik utama.

METODOLOGI

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Pre-Experiment serta menggunakan pendekatan Two-Group-Posttest Design. Dalam pemilihan sampel, peneliti menggunakan teknik consecutive sampling yaitu dengan memasukkan semua subyek yang memenuhi kriteria pemilihan sampel sampai jumlah subyek penelitian yang diperlukan terpenuhi. Adapun usia anak yang akan diambil (khitan) dalam penelitian ini adalah anak usia 7-15 tahun.

Proses pelaksanaannya adalah orang tua akan diberikan inform consent terkait Tindakan, kemudian dibagi menjadi 2 kelompok (kelompok hipnokhitan dan kelompok free needle anesthesia), dalam proses pelaksanaan kelompok hypnosis akan dilakukan hipnoterapi dahulu, jika berhasil untuk antisipasi, anak

tetap dibius dikhawatirkan anak bangun secara tiba-tiba akan mengganggu proses pelaksanaan khitan, sedangkan kelompok free needle anesthesia dilakukan pembiusan dengan menggunakan madajet, dengan 0,1 cc setiap cairan masuk untuk anestesi local, estimasi setiap anak menggunakan 5-6 kali masukkan obat (5-6 kali shoot madajet). Setelah proses khitan selesai, lembar kuesioner diisi oleh anak (dengan NRM/ Numerik Rating Scale) untuk mengetahui tingkat nyeri yang dirasakan anak selama proses awal sunat hingga proses sunat berakhir.

Penelitian dilaksanakan di kota kediri dan sekitarnya dalam waktu 1 bulan pelaksanaan, data yang terkumpul ditabulasi dahulu kemudian dilakukan analisis data menggunakan Independent Sample T Test.

HASIL
DAN PEMBAHASAN

Tabel berikut menggambarkan hasil penelitian yang dilakukan

Ranks

	treatment	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pain	Neddle Injection	15	22.00	330.00
	Hipnocircum	15	9.00	135.00
	Total	30		

Test Statistics[a]

	nyeri
Mann-Whitney U	15.000
Wilcoxon W	135.000
Z	-4.498
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000[b]

a. Grouping Variable: perlakuan

b. Not corrected for ties.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa hipnosis pada proses sunat lebih efektif dalam mengatasi nyeri pada anak dibandingkan dengan free needle anestesi dengan nilai signifikansi 0,00 < 0,05.

Hal ini sesuai dengan penelitian Mujib (2016) yang menyatakan bahwa sunat dengan menggunakan hipnosis membuat anak lebih nyaman dan mengurangi rasa sakit dalam proses pelaksanaan sunat. Pada anak yang mengalami kecemasan tinggi akan memperdalam tingkat/persepsi rasa sakit anak, sehingga hipnosis sunat dianggap dapat mengatasi permasalahan anak.

Hipnosis adalah ilmu komunikasi, seseorang hanya bisa dihipnotis jika dia mengerti arti dari perintah Anda. Jadi gunakan bahasa yang digunakan pasien Anda. Gunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Hipnosis adalah seni komunikasi persuasif, dimana praktisi memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang bagaimana pikiran manusia bekerja dan bagaimana mekanisme berpikir dan bertindak sehingga praktisi mengetahui dan memahami kapan waktu yang tepat untuk menyampaikan pesan (sugesti). kepada subjek/orang yang diajak bicara.

Dalam pengertian lain, sering dikatakan bahwa ini adalah bagian dari seni berpikir dimana praktisi hipnosis memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk mengolah pikiran subjek sehingga kalimat atau kata-kata lebih mudah untuk diterima, dipahami dan bahkan membuat klien merasa seperti atau bahkan berkewajiban. untuk dilakukan tanpa dikritik (Anam, 2010).

Hipnosis/hipnosis pada saat ini mulai dikenal dikalangan masyarakat Indonesia. Bahkan stigma negatif yang selama ini melekat pada segala hal yang berhubungan dengan kata "hipnosis" perlahan mulai berubah. Hipnoterapi dapat digunakan sebagai metode untuk mengatasi masalah kesehatan. Hipnoterapi adalah metode terapi dengan menggunakan hipnosis/hipnosis. Metode ini digunakan untuk memberikan sugesti positif kepada klien. Hipnoterapi terus berkembang dan menjadi salah satu bentuk psikoterapi dalam dunia medis/keperawatan. Hipnotis merupakan salah satu cabang ilmu yang sudah lama berkembang di Amerika, dan secara resmi diajarkan oleh berbagai institusi dan terbuka bagi siapa saja yang

ingin mempelajari ilmu ini. Tujuan positif dari hipnosis sangat banyak, termasuk pengendalian rasa sakit. Di sini hipnosis berguna untuk mengurangi rasa sakit. Khusus untuk tujuan mengendalikan rasa sakit atau mengurangi rasa sakit atau memberikan efek anestesi pada pasien, hipnosis sangat berguna, terutama mengingat efek negatifnya dan juga mahalnya biaya obat-obatan medis pereda nyeri (terutama anestesi). Namun penggunaan hipnosis sebagai pereda nyeri masih sangat-sangat jarang digunakan, hal ini disebabkan kurangnya tim kesehatan yang mengetahui dan mampu melakukan hipnosis (Hakim, 2011).

Kelebihan hipnotis pada sunat adalah tidak ada efek samping sama sekali, tidak menimbulkan ketergantungan, mati rasa dan masih bisa beraktivitas normal, pasien tetap sadar penuh, tapi tidak merasakan sakit sedikitpun, tidak ada dosis, obat bius. dapat dihilangkan seketika atau dapat diperpanjang tanpa resiko, melalui sugesti (perkataan) yang disampaikan dengan teknik tertentu sehingga dapat diterima oleh alam bawah sadar pasien.

Dengan dilakukannya hypnosis, anak masuk kedalam alam bawah sadar, sehingga mudah dimasukkan sugesti-sugesti positif sesuai dengan instruksi hipnoterapis. Dengan cara ini, sugesti yang dimasukkan adalah membuang rasa sakit/atau tidak nyaman digantikan rasa lain (seperti dingin) atau bisa juga dibuang rasa sakit didaerah yang akan dilakukan tindakan, sehingga anak tidak merasakan apapun sejak awal proses bius maupun hingga proses sirkumsisi berakhir.

Namun ada beberapa kelemahan dalam proses hipnosis ini, diantaranya anak masih belum mengerti bahasa, sehingga anak tidak bisa diberikan sugesti, selain itu jika anak tidak kooperatif dalam mengikuti sugesti yang diberikan, maka anak tidak bisa dihipnotis. Selain itu proses hipnoterapi membutuhkan waktu yang panjang/lama, bergantung pada masing-masing anak, sehingga seharusnya khitan hanya membutuhkan waktu 15 menit sampai dengan 30 menit, dengan tambahan hipnokhitan waktu menjadi sekitar 30-60 menit. Hal inilah yang menyebabkan dalam penelitian ini tidak banyak responden, karena beberapa anak

hilang follow, anak tidak kooperatif saat diberikan sugesti sehingga anak tidak bisa mengikuti terapi hypnosis.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa khitan/sunat/sirkumsisi dengan menggunakan teknik hipnoterapi lebih efektif menurunkan bahkan menghilangkan rasa sakit pada anak, sedangkan dengan teknik bius tanpa jarum suntik hanya mampu menurunkan skala nyeri yang dirasakan anak saat proses bius.

Penelitian ini dapat sebagai rujukan untuk kalangan praktisi khitan maupun orang tua anak, bagaimana memilih prosedur sebelum khitan. Apakah memilih dengan tanpa jarum suntik atau memilih dengan hipnokhitan.

DAFTAR PUSTAKA

A. Hakim. (2010). Hipnoterapi: Cara Tepat & Cepat Mengarasi Stres, Fobia, Trauma, dan Gangguan Mental Lainnya. Transmedia Pustaka; Jakarta.

A. W. Gunawan. (2012). Hypnotherapy For Children; Cara mudah dan Efektif Menerapi Anak. Gramedia: Jakarta.

Ali, Agussalim, et al. (2019). "Perbandingan Visual Analogue Scale antara Pemberian Analgetik Asam Mefenamat, Paracetamol dan Ibuprofen Peroral Sebelum Sirkumsisi." MEDULA 6.3.

Almiatin, Isma MD. (2010). Dahsyatnya Hypnosis Learning, untuk Guru dan Orang Tua, Hipnosis untuk Pembelajaran di Sekolah dan Pengasuhan Anak di Rumah. Yogyakarta: Pustaka Widyatama

Anam, Saiful. (2010). 4 Jam Pintar Hipnosis, dari Mengenal Istilah, Konsep, Tahapan, Teknik, Sugesti, hingga Panduan Praktik Hipnosis. Jakarta: Visimedia

Arif, Antonius. (2011). The Handbook of Hypno

Therapy, Scripts and Strategies. Jakarta: Gramedia

Foley, Kathleen. MD, “Dismantling the Barriers: Providing Palliative and Pain Care”, Cornell University Medical College, New York, NY, at http://jama.ama-assn.org/cgi/content/full/283/1/118

Hakim, Andri. (2011). Hypnosis in Teaching, Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar, Jakarta: Visimedia

Khan, Mohd. Tosif & Tiwari, Hemant & Nisha, Tahrun. (2011). THE NEEDLE-FREE INJECTION TECHNOLOGY.

L. M. Rahayuningrum, M. P. Gustomi, D. S. Wahyuni, Yulinticha, and D. A. Aziza. (2020) “Bermain game edukasi Islami dapat menurunkan kecemasan anak usia 6-12 tahun pada waktu sirkumsisi,” Journals Ners Community, vol. 11, pp. 90–102

Martalegawa, Alvian (2003). Hipnosis untuk penyembuhan dan kesehatan : prinsip dan konsep hipnosis, latihan heterohipnosis dan

swa-hipnosis, penyembuhan berbagai penyakit, pemeliharaan kesehatan dan kebugaran membangun karakter dan kepribadian yang sehat. Bandung : Pionir Jaya.

Mujib, A. (2016). The Method Of Hypno-Circumcision In Klinik Khitan Plus Hypnosis In Pabuwaran Purwokerto Utara Subdistrict. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, *10*(2), 253-277.

P. A. Potter and G. Perry. (2013). Fundamental Of Nursing Eight Edition. Elsevier Mosby.

Patakfalvi, Laura and A. Benohanian. (2013). Needle-free anesthesia, a promising option for the needle phobic patient. The British journal of dermatology.

Ravi, A.D., Sadhna, D., Nagpaal, D., & Chawla, L. (2015). Needle free injection technology: A complete insight. *International Journal of Pharmaceutical Investigation, 5*, 192 - 199.

Veterini, A.S. (2021). Buku Ajar Teknik Anestesi Umum. Airlangga University Press.

W. A. Anggono. (2019). Strategi Hypnoteaching dalam Pembelajaran: Menerapkan Komunikasi yang Menyentuh Bawah Sadar Siswa. Universitas Negeri Padang.

Wahyuni H, Setyawati S, Inayah I. (2015). Terapi Slow Deep Breathing Dengan Bermain Meniup Baling-Baling Terhadap Intensitas Nyeri Pada Anak Yang Dilakukan Penyuntikan Anestesi Sirkumsisi. J. S. K. UNAI;1(2):36-43

Wong, Willy and Andrew Hakim. (2009). Dahsyatnya Hypnosis. Yogyakarta: Visimedia

Yuniarti, Ade. (2012). "Method of Hypnotherapy The Winner Institute", Thesis. STAIN Purwokerto

Yunita, Felisia Denny. (2016) Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Nyeri 1 Jam Pasca Sirkumsisi Anak Usia 8-12 Tahun Di Rumah Sunat Pakualaman Yogyakarta Tahun 2016. Skripsi. STIKES Bethesda Yakkum.

ISBN 978-623-6541-69-2