

HIPNOTHERAPI SEBAGAI PERSPEKTIF KOMPLEMENTER DAN PENGobatan ALTERNATIF UNTUK KASUS INFERTILITAS

Ninik Christiani

Prodi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
anni_smg@yahoo.com

ABSTRAC

Infertilitas merupakan kondisi yang umum ditemukan dan dapat disebabkan oleh faktor perempuan, laki-laki, maupun keduanya. Infertilitas dapat juga tidak diketahui penyebabnya yang dikenal dengan istilah infertilitas idiopatik. Masalah infertilitas dapat memberikan dampak besar bagi pasangan suami-istri yang mengalaminya, selain menyebabkan masalah medis, infertilitas juga dapat menyebabkan masalah ekonomi maupun psikologis. Secara garis besar, pasangan yang mengalami infertilitas akan menjalani proses panjang dari evaluasi dan pengobatan, dimana proses ini dapat menjadi beban fisik dan psikologis bagi pasangan infertilitas. Bertambahnya umur sangat berpengaruh terhadap fertilitas seorang perempuan, namun pada laki-laki, bertambahnya umur belum memberikan pengaruh yang jelas terhadap kesuburan. Penelitian di Perancis melaporkan 65% perempuan berumur 25 tahun akan mengalami kehamilan pada 6 bulan dan secara akumulasi 85% kehamilan akan didapatkan pada akhir tahun pertama. Ini berarti jika terdapat 100 pasangan yang mencoba untuk hamil, 40 pasangan tidak akan hamil setelah enam bulan, dan 15 pasangan tetap tidak hamil setelah setahun. Untuk pasangan dengan umur 35 tahun atau lebih peluang kehamilan menjadi 60% pada tahun pertama dan 85% pada tahun kedua. Kurang lebih 15 persen tetap belum mendapatkan kehamilan setelah tahun ke-3 perkawinan.

KeyWord: Infertility, Hypnotherapy

PENDAHULUAN

Infertilitas merupakan kegagalan suatu pasangan untuk mendapatkan kehamilan sekurang-kurangnya dalam 12 bulan berhubungan seksual secara teratur tanpa kontrasepsi, atau biasa disebut juga sebagai infertilitas primer. Infertilitas sekunder adalah ketidakmampuan seseorang memiliki anak atau mempertahankan Kehamilannya. Pada perempuan di atas 35 tahun, evaluasi dan pengobatan dapat dilakukan setelah 6 bulan pernikahan. Infertilitas idiopatik mengacu pada pasangan infertil yang telah menjalani pemeriksaan standar meliputi tes ovulasi, patensi tuba, dan analisis semen dengan hasil normal. Fekunditas merupakan kemampuan seorang perempuan untuk hamil. Data dari studi yang telah dilakukan pada populasi, kemungkinan seorang perempuan hamil tiap bulannya adalah sekitar 20 sampai 25%.

Persentase perempuan umur 15-49 tahun yang mengalami infertilitas primer di Asia dapat dilihat pada tabel 1.1 berikut ini:

Negara	1	2	2	3	3	4	4	To	No
a	5	0-	5-	0	5-	0	5-	tal	rm
	-	2	2	-	3	-	4		al
	1	4	9	3	9	4	9		
	9			4		4			
Bangladesh	U	U	U	U	U	U	U	U	U
Kambodja	6	3	2	7	1	5	1	6.	-
	.	0.	4.	.	2.	.	0.	7	3.5
	8	8	0	3	3	0	2		
India	U	U	U	U	U	U	U	U	U
Indonesia	4	2	1	4	8,	3	3,	6,	2,5
	,	1,	6,	,	2	,	5	0	
	5	3	8	9		3			
Khazaktan	3	1	6,	3	4,	1	2,	3,	1,1
	,	0.	9	0	8	,	6	7	
	1	0				8			
Nepal	U	U	U	U	U	U	U	U	U
Pilipina	U	U	U	U	U	U	U	U	U
Uzbekistan	1	9,	8,	1	2,	0	0,	1,	0,8

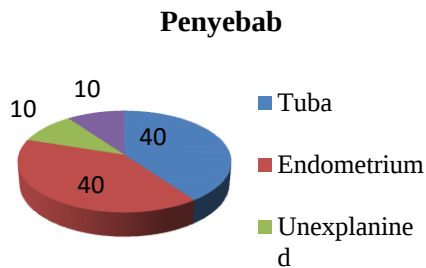
kistan	,	3	1	,	1	,	9	7	
	2			3		8			
Vietnam	U	U	U	U	U	U	U	U	U
Rata-rata			1			2			1,4
			9,			,			
			4			9			

U : Data tidak diketahui

Prevalensi infertilitas idiopatik bervariasi antara 22-28 %, studi terbaru menunjukkan di antara pasangan yang berkunjung ke klinik fertilitas, sebesar 21 % perempuan berumur di bawah 35 tahun dan 26% perempuan berumur di atas 35 tahun.

Faktor Resiko Infertilitas antara lain adalah : Gaya Hidup (konsumsi alkohol, Merokok, Konsumsi Kafein, Berat Badan, Suplemen Vitamin, Obat-obatan, Olah Raga Berat. Faktor yang lain adalah pekerjaan. Terdapat beberapa pekerjaan yang melibatkan paparan bahan berbahaya bagi kesuburan seorang perempuan maupun laki-laki. Setidaknya terdapat 104.000 bahan fisik dan kimia yang berhubungan dengan pekerjaan yang telah teridentifikasi, namun efeknya terhadap kesuburan, 95% belum dapat diidentifikasi. Bahan yang telah teridentifikasi dapat mempengaruhi kesuburan diantaranya panas, radiasi sinar - X, logam dan pestisida.

Penyebab Infertilitas bisa dari pihak laki-laki maupun perempuan. Untuk pembagian faktor penyebab adalah sebagai berikut :



Penanganan infertil dari segi Medis dan Komplementer. Medis melalui obat-obatan sampai dengan operasi. Komplementer bisa dengan doa, Yoga, meditasi dan Relaksasi (hipnoterapi).

NEW YORK (*Reuters Health*) menyatakan Wanita yang dilakukan hypofertility sebelum menjalani transfer embrio dengan *fertilisasi in-vitro* (IVF), lebih cenderung menjadi hamil, peneliti dari Israel melaporkan. Dr Eliahu Levitas dari Soroka University Medical Center di Beer Sheva menemukan bahwa hampir 60 persen dari sekelompok wanita yang menggunakan hipnosis selama prosedur IVF menjadi hamil. Ini dibandingkan dengan sekitar 30 persen dari sekelompok wanita yang tidak menggunakan hipnosis pada program IVF nya.

Dr Gayle Peterson telah mengembangkan teknik yang disebut *Hypnosis Body-Centered*. Dr Peterson telah menemukan bahwa kondisi kecemasan yang tinggi pada ibu harus dikurangi dalam rangka untuk menormalkan kehamilan dan kelahiran. Dalam penelitiannya menunjukkan adanya hubungan positif antara kesuburan dan perawatan.

Berdasarkan uraian diatas maka hipnoterapi merupakan salah satu jenis komplementer dalam menangani masalah infertilitas. Infertilitas merupakan masalah yang memerlukan penanganan dengan pendekatan dan memerlukan pemahaman sebagai asuhan pra kehamilan yang dapat diberikan pada ibu yang membutuhkan.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* yang membahas tentang hipnoterapi pada klien infertilitas. Sumber untuk melakukan tinjauan *Literatur review* ini meliputi studi pencarian pada adalah dengan menggunakan studi jurnal dari ProQuest, Edmonton Jurnal, Ebsco Host, Google schooler dan Pubmed sejumlah 7 jurnal yang diteliti pada tahun 2001 sampai dengan 2016. Jurnal penelitian tersebut antara lain dilakukan di India, Los Angeles, Norwegia, Atlanta dan California. Penelitian dilakukan dengan kualitatif dan kuantitatif dengan Quasi eksperimen, studi kasus, studi comparative dan Case Control. Penulisan artikel ilmiah ini menggunakan penulisan daftar pustaka *Harvard*.

HASIL

Berikut adalah hasil dari ekstraksi yang dilakukan penulis dengan tema “hipnoterapi sebagai perpektif komplementer dan pengobatan alternatif untuk kasus infertil.

Tabel Ekstraksi Penelitian

No	Judul, peneliti, Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Psychotherapeutic intervention with hypnosis in 554 couples with reproductive failure. (Vyas R, Adwanikar G, 2013)	Studi Komparative dilakukan di India dengan sampel 554 pasangan di Rumah Sakit Trust selama 28 tahun	Stres kemandulan terlihat pada 100% wanita. stres kehidupan lainnya dalam perkawinan diidentifikasi penyebab infertil. Hipnoterapi ditargetkan pada menghilangkan stres umum awalnya dan, menuju stressor spesifik. Hasilnya dinilai sebagai keberhasilan dalam hal terjadinya kehamilan. Tingkat keberhasilan adalah 71,67%.
2	Facing infertility: Design and evaluation of a mind -body program for effective emotional support. (O'Donnell, Elizabeth, 2006)	Metode Penelitian Kualitatif dengan Mixed methode. Dilakukan pada bulan April 2006 dengan Sampel/ Responden sebanyak 27 Orang	Infertilitas disebabkan oleh tingkat stress yang tinggi dan program khusus tentang mind-body (Hipnoterapi) sangat diperlukan untuk mengatasi hal tersebut.
3	Infertility and the therapeutic use of fairytales (Mellett, Kerry Eileen, 2001)	Deskriptif Kualitatif dengan Quasi Eksperimen Dilakukan di California dengan Responden 5 Orang	Menyarankan bahwa penggunaan hipnoterapi sukses menurunkan angka infertilitas terkait dengan trauma.
4	Hipnosis in the treatment of Funtional Infertility (Melvin A Gravis, PhD, 2011)	Kualitatif, Quasi Eksperimen Dengan sampel 10 Orang unexplained infertility	Penerapan hipnoterapi klinis dalam pengobatan infertilitas fungsional sangat memfasilitasi dan mengakibatkan meningkatnya dukungan yang menguntungkan pada sikap, optimisme dan interaksi pikiran dan tubuh.
5	Recipe For a Miracle : Determinan, Optimisme, medical tecnologi and Hipnotherapy (Susan Hutchinson, 2013)	Penelitian Eksperimental yang dilakukan di Australia pada tahun 2013 dengan sampel	Hipnose secara tradisional telah digunakan dalam melahirkan untuk membantu dalam relaksasi dan untuk meningkatkan persepsi kontrol pada pasangan infertilitas.

6	Further Conditions treated by hipnotherapy (F.Hamilton Lekie, 2008)	Gynecological by	Penelitian dengan case control yang dilakukan pada Januari 2008 dengan melibatkan 8 kasus infertil, 15 kasus meno-metrorrhagia, 17 kasus keputihan	Penerapan Hipnotherapy terbukti memuaskan untuk keberhasilan dalam terapi infertil.
7	Hypnotherapy for Vomiting phobia and infertility (Mckenzie, Stuart, 2016)		Quasy Eksperiment dengan melibatkan 30 Responden	Hipnotherapy pada ksus muntah dan infertil sangat jelas terbukti. Dengan menggunakan Affect Brigde Teknik, maka masa kecil yang traumatis bisa terselesaikan

DISKUSI

Hipnoterapi adalah suatu teknik terapi atau penyembuhan dengan cara relaksasi pikiran. Menurut berita Berasal dari Ottawa, Kanada, oleh koresponden NewsRx, penelitian, " Pasien Infertilitas semakin menggunakan pengobatan komplementer dan alternatif (CAM) untuk menambah atau mengganti perawatan kesuburan konvensional. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan peran praktisi dalam dukungan dan pengobatan infertilitas."

Hypnotherapy juga membantu pasangan mengatasi efek infertilitas dan membuat perubahan yang dapat membantu untuk memberikan dampak positif kesuburan mereka. "Hal ini dapat membuat proses pengobatan lebih mudah dan membantu mereka untuk menangani hasil yang lebih baik, terlepas dari apa hasilnya mungkin," yang lebih penting daripada menjanjikan mukjizat, kata Alva. "Efek samping terbaik" Dr Pandya menyampaikan, "efek samping hipnoterapi adalah ikatan yang lebih kuat antara

pasangan." Terdapat banyak sekali teknik dalam hipnotherapy, salah satunya adalah "Teknik induksi seperti menghitung mundur, relaksasi progresif dan penyembuhan cahaya putih yang digunakan dalam hipnosis mendalam dimana tubuh fisik atau pikiran santai dan adalah saat yang tepat dalam menerima penyembuhan atau menerima saran," jelas Dr Pandya. "Gambar Crayon dan lukisan juga digunakan untuk bekerja dengan keyakinan dan pemikiran seseorang. Sebuah pohon keluarga turun temurun juga digunakan untuk mengidentifikasi dan memecahkan pola jika ada," tambahnya. Sementara dalam banyak kasus, kedua pasangan harus menjalani hipnoterapi, dalam beberapa kasus hanya satu dari mereka membutuhkan terapi. "Program ini juga menangani masalah tambahan seperti anomali tiroid, dll dengan menghilangkan stres," menunjukkan Jaypali Shetty, seorang praktisi hypnobirthing.

Ada berbagai intervensi psikologis yang telah digunakan untuk mengobati trauma infertilitas, tapi belum ada

intervensi sukses yang membahas isolasi sosial ini. Penelitian ini berangkat untuk menyediakan punya anak, wanita infertil dengan kelompok terapi sepuluh minggu itu digabungkan penggunaan Hipnoterapi yang dirancang untuk mengurangi trauma terkait isolasi dan proses infertilitas. Penelitian ini dimanfaatkan pendekatan penelitian fenomenologis untuk memberikan pengalaman perempuan dengan infertilitas dan untuk menilai efektivitas dari intervensi yang digunakan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan hipnoterapi yang sukses dalam menurunkan isolasi pada wanita subur dan bekerja melalui trauma infertilitas terkait dalam konteks sosial. Isolasi dialami oleh wanita dari penelitian ini m tiga unsur utama: pengalaman nyata dengan orang lain, persepsi diri sebagai subur dan dirasakan pandangan dari orang lain dan kesalahpahaman dari siapa saja yang belum mengalami tangan pertama infertilitas. Melalui pemanfaatan hipnoterapi, proses kelompok mampu mengurangi isolasi di masing-masing daerah. Subjek bekerja melalui emosi infertilitas terkait dan wawasan yang diperluas tentang infertilitas. Wawancara kedua, yang dijadwalkan dua bulan setelah akhir kelompok, menunjukkan bahwa subjek penelitian ini mengalami perubahan hidup yang positif setelah kelompok. Setengah dari subyek dilaporkan masih memanfaatkan hipnoterapi untuk membantu mereka melalui proses infertilitas mereka. Satu subjek mengalami grup sebagai kesempatan untuk bekerja melalui kesedihannya tidak memiliki anak biologis dan sekarang dalam proses adopsi. topik lain yang telah berjuang dengan masalah infertilitas selama

dua belas tahun telah memutuskan untuk berhenti menempatkan keputusan hidupnya ditahan menunggu anak.

Sebuah program pikiran-tubuh dikembangkan khusus untuk digunakan dalam desain penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Elizabeth O Doneal (2006) dilaksanakan dalam dua tahap dan dengan dua kelompok, wanita-satunya dan pasangan. Tahap I melibatkan pengumpulan data kuantitatif dasar, pelaksanaan lokakarya satu hari. Tahap II terdiri dari wawancara mendalam kualitatif dengan semua peserta studi yang dilakukan satu tahun kemudian. Studi campuran metode dan desain multi-metodologis menantang pendekatan model medis terutama digunakan untuk mengevaluasi dan memberikan dukungan psikologis bagi individu dan pasangan menerima pengobatan infertilitas. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa baik pria dan melaporkan mengalami tingkat stres yang tinggi terkait dengan infertilitas dan bahwa sumber stres ini berbeda menurut jenis kelamin. Keterlibatan dalam lokakarya menyebabkan menurunnya tingkat stres yang dirasakan intra-personal dan hubungan-based dan meningkatkan pemahaman antara mitra bagi peserta yang hadir bersama pasangan tetapi tidak untuk wanita yang hadir sendirian. Bila dibandingkan dengan perempuan-satunya peserta pasangan melaporkan tingkat yang lebih tinggi dari kehamilan dan hidup lahir satu tahun setelah partisipasi dalam lokakarya. Selain itu, pria dilaporkan merasa tingkat yang sama atau lebih tinggi dari stres dibanding wanita setelah kelahiran anak. Efektivitas format satu hari

dan implikasi dari keseluruhan temuan penelitian ini pada praktek klinis dibahas.

"Beberapa wanita 'subur' mengalami infertilitas karena masalah emosional. Ketika bereproduksi, mental blok yang mempunyai pengalaman traumatis masa lalu dan atau disebabkan oleh penyebab yang mungkin sama sekali tidak dikenal," kata Contigo Renée Cardenas, hipnoterapis klinis, bersertifikat di California dan pelatih program neurolinguistik. Pencipta program ini Lynsi Eastburn, hipnosis instruktur dan anggota Hypnobirthing Institute. Indeks "pasangan infertil" telah meningkat tajam, ini menciptakan kecemasan, ketegangan dan ketakutan pada mereka yang "berusaha" untuk memulai sebuah keluarga. "Hipnoterapis, tertarik menjelaskan bagaimana untuk memasuki keadaan konsentrasi dan relaksasi," katanya. "Dalam kasus hipnofertilitas, peserta mengikuti kursus sekitar 4-6 sesi. Para ibu belajar teknik untuk mencapai bagian bawah sadar pikiran Anda. Hal ini akan membantu untuk menyebabkan perubahan kimia dalam otak dan sebagai hasilnya, akan mencapai kondisi yang lebih menguntungkan untuk hamil."

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari studi literatur review ini adalah :

1. Infertilitas adalah suatu keadaan kegagalan alat reproduksi pada pasangan untuk mendapatkan kehamilan sekurang-kurangnya dalam 12 bulan berhubungan seksual secara teratur tanpa kontrasepsi.
2. Hipnoterapi adalah suatu teknik relaksasi yang menggabungkan antara

mind-body (pikiran dan tubuh) untuk saling berkoneksi, melakukan suatu hal yang saling membutuhkan.

3. Hipnoterapi adalah salah satu jenis komplementer yang bisa diandalkan untuk menangani kasus infertil, terutama psikologik infertilitas.
4. Infertilitas, 100 persen ditemukan pada wanita yang mempunyai tingkat stress yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Vyas R, Adwanikar G, 2013. *Psychotherapeutic intervention with hypnosis in 554 couples with reproductive failure*. Journal of the Indian Medical Association [2013, 111(3):167-9, 173] from <http://europepmc.org/abstract/med/24592756>
- Dhailey, Saadia S. The Times of India (Online); 2012. *Hypnofertility therapy comes to town [Health]*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2071/docview/1027326639/758C4EAF26AC4FFFPQ/1?accountid=25704>
- Health & Medicine Week; Atlanta** (Jan 23, 2015). *Health and Medicine; Investigators at University of Ottawa Report Findings in Complementary and Alternative Medicine [Perspectives of complementary and alternative medicine (CAM) practitioners in the support and treatment of infertility]*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2071/docview/1645266985/fulltext/>

- 6A35C92
093E64FF6PQ/5?accountid=25704
- Melvin A Gravis, PhD, 2011. *Hipnosis in the treatment of Funtional Infertility*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2071/docview/1518986646/fulltext/84E376D91AF045C6PQ/10?accountid=25704>
- F.Hamilton Lekie, 2008. *Hipnosis in the treatment of Funtional Infertility*. <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00207146508412921>
- Mellet, Kerry Eileen. California Institute of Integral Studies, ProQuest Dissertations Publishing, 2001. *Infertility and the therapeutic use of fairytales*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2071/docview/251735692/abstract/84E376D91AF045C6PQ/3?accountid=25704#center>
- Mckenzie, Stuart, 2016. *Hypnotherapy for Vomiting phobia and infertility*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2071/docview/368345012/abstract/669FB06F38E2427CPQ/1?accountid=25704>
- O'Donnell, Elizabeth. Cleveland State University, ProQuest Dissertations Publishing, 2006. *Facing infertility: Design and evaluation of a mind - body program for effective emotional support*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2071/docview/304961956/abstract/84E376D91AF045C6PQ/7?accountid=25704>
- Susan Hutchinson, 2013. *Recipe For a Miracle : Determinan, Optimisme, medical teknologi and Hipnotherapy*. From http://www.hypnosisaustralia.org.au/wp-content/uploads/journal/AJCEH_Vol31_No2_NOV03.pdf#page=31
- , 2013. *Konsesus Penanganan Infertilitas*. Himpunan Endokrinologi Reproduksi dan Fertilitas Indonesia (HIFERI), Perhimpunan Fertilisasi In Vitro Indonesia (PERFITRI), Ikatan Ahli Urologi Indonesia (IAUI), Perkumpulan Obstetri dan Ginekologi Indonesia (POGI). https://www.labcito.co.id/wp-content/uploads/2015/ref/ref/Konsesus Infertilitas _Revisi_9-1.pdf