

PENYEMBUHAN *PRANIC HEALING* TERHADAP KESEHATAN TUBUH FISIK PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III

Cahyaning Puji Astuti¹, Melyana Nurul Widyawati²

Program Kebidanan Sains Terapan Pascasarjana, Poltekkes Kemenkes Semarang^{1,2}
astuticahyaning@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kondisi kesehatan tubuh fisik ibu hamil primigravida trimester ketiga. Metode dalam penelitian ini menggunakan *randomized controlled trial design*. Jenis penelitian menggunakan pre test & post test group design. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil energi organ sebagai indikator kesehatan tubuh fisik telah meningkatkan frekuensi pre dan post test. Tes ANOVA berulang menunjukkan penurunan pada kedua kelompok. Sedangkan hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan post test 2 organ energi $p = 0,013 (<0,05)$, post test 3 nilai $p 0,001 (<0,05)$. Simpulan, terapi penyembuhan prana dapat meningkatkan energi fisik ibu hamil.

Kata Kunci: Energi Organ, Kehamilan Trimester III, Penyembuhan Prana, Primigravida

ABSTRACT

This study aims to improve the physical health condition of third trimester primigravida pregnant women. The method in this study uses a randomized controlled trial design. This type of research uses pre-test & post-test group design. The results of this study indicate that the results of organ energy as an indicator of physical body health have increased the frequency of pre and post test. The repeated ANOVA test showed a decrease in both groups. While the Wilcoxon test results showed that there were differences in the post test 2 energy organs $p = 0.013 (<0.05)$, post test 3 p value 0.001 (<0.05). Conclusion, pranic healing therapy can increase the physical energy of pregnant women.

Keywords: Organ Energy, Trimester III Pregnancy, Pranic Healing, Primigravida

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses alami pada wanita dimana sel telur bertemu dengan sperma dan menjadi janin, secara umum proses kehamilan terjadi selama 38 - 40 minggu. Menurut Permenkes (2016) Proses kehamilan melibatkan beragam aktivitas tubuh, sehingga perubahan yang terjadi pada masa kehamilan mampu merubah mekanisme dan fungsi hormonal tubuh yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan energi tubuh yang mempengaruhi kesehatan tubuh fisik dalam masa kehamilan yang akan berdampak pada proses persalinan. Berbagai permasalahan pada masa hamil berdampak buruk bukan saja pada ibu tetapi juga kepada bayi dalam kandungan. Oleh karenanya, kesehatan tubuh fisik yang optimal mampu menunjang keberlanjutan proses kehamilan dan persalinan yang berkualitas. Namun sayangnya permasalahan kesehatan

tubuh fisik pada kehamilan belum terdeteksi khususnya di trimester III sebelum persalinan yang merupakan periode akumulasi dari beragam keluhan (Sui MCK, 2010).

Kesehatan tubuh fisik yang terganggu dapat menyebabkan depresi dan kecemasan pada wanita selama masa kehamilan, dari 348 wanita hamil trimester III yang melakukan *antenatal care* rutin, didapatkan 21,7% ibu hamil mengalami depresi berat, 15,7% mengalami kecemasan tingkat tinggi dan 12,5% memiliki kecemasan traumatis tinggi. Hal ini harus mendapatkan perhatian dan penatalaksanaan agar tidak terjadi masalah psikologis yang berlanjut hingga post partum (Podvornik N *et al*, 2015).

Wanita yang baru pertama kali mengalami kehamilan disebut primigravida, hampir semua primigravida mengalami kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran baik selama masa kehamilan, menjelang proses persalinan hingga selesai proses persalinan. Kecemasan yang timbul disebabkan oleh belum siapnya diri ibu hamil atas perubahan fisik, timbul ketidaknyamanan dalam kehamilan seperti mual muntah, nyeri punggung dan lainnya, sehingga kecemasan tersebut menimbulkan efek psikologis yang kurang baik bagi ibu hamil dan janin dalam kandungan (Bethsaida, 2010).

Manusia memiliki tubuh fisik dan tubuh energi, kesehatan tubuh energi dan kesehatan tubuh fisik saling berhubungan dan terkait satu dengan yang lain, apabila tubuh energi terganggu maka tubuh fisik dan psikologis akan terganggu (Sui MCK, 2010; Sui MCK, 2009; Sui MCK, 2010; Sui MCK, 2012). Pada umumnya pengobatan pada ibu hamil menggunakan pengobatan farmakologis dimana terdapat efek samping yang timbul dari obat, *pranic healing* merupakan salah satu pengobatan holistik yang bersifat non farmakologis dapat mengurangi penggunaan obat farmakologis (Rajagopal, Jois, Mallikarjuna, Anil K, & Shashidhar, 2017).

Terapi penyembuhan *pranic healing* merupakan terapi penyembuhan kuno yang berfokus pada penyembuhan pada medan energi di sekitar dan di dalam tubuh manusia. Terapi penyembuhan ini merupakan terapi pelengkap dengan memanfaatkan prana atau energi tanpa sentuhan sebagai sumber utama penyembuhan. Sama halnya dengan tubuh fisik seperti organ tubuh vital dan minor, tubuh energi juga memiliki cakra minor, cakra mayor dan aura. Oleh karena itu, tubuh energi dan tubuh fisik memiliki keterkaitan yang saling menguatkan antara satu dengan yang lainnya (Sui MCK, 2010; Sui MCK 2012). Dalam penelitian ini, dilakukan penelusuran kualitas kesehatan tubuh fisik ibu primigravida melalui deteksi energi prana dan melakukan penerapan terapi *pranic healing* dalam upaya menstabilkan energi dalam tubuh energi yang secara langsung mempengaruhi kualitas kesehatan tubuh fisik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *true eksperimental* dengan desain *randomized controlled trials* (RCTs). Penelitian dilaksanakan di Klinik Ngesti Widodo Ungaran Indonesia. Penelitian ini dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi adalah ibu hamil primigravida trimester III dengan terapi penyembuhan intervensi *pranic healing* dan pada kelompok kontrol adalah ibu hamil primigravida trimester III yang mendapatkan perawatan dan pengobatan standar umum untuk ibu hamil sesuai kehamilannya.

Jumlah populasi ibu hamil dalam penelitian ini berjumlah 164 orang. Terdapat responden yang termasuk dalam kriteria eksklusi sebanyak 114 responden dan terdapat 8 responden yang mengalami *drop out*. Sehingga jumlah responden penelitian iniberjumlah 42 responden pada kedua kelompok baik kelompok kontrol maupun

kelompok intervensi yang telah dilakukan terapi penyembuhan terapi *pranic healing* dan asuhan standar kebidanan.

Penelitian ini menerapkan teknik penanganan *pranic healing* terhadap kesehatan fisik pada ibu hamil primigravida trimester III. Terapi penyembuhan *pranic healing* telah dilakukan satu kali seminggu dengan durasi 30 menit selama 3 minggu dan pengukuran satu kali dalam seminggu selama 4 minggu. Analisa penelitian dilakukan dengan membandingkan hasil antara *pre test* dan *post test 1*, *post test 2*, dan *post test 3*. Penelitian ini dilakukan *time series analysis* karena dalam penelitian ini melakukan pengukuran yang berulang sebanyak 4 kali pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

HASIL PENELITIAN

Tabel. 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Analisa Univariat

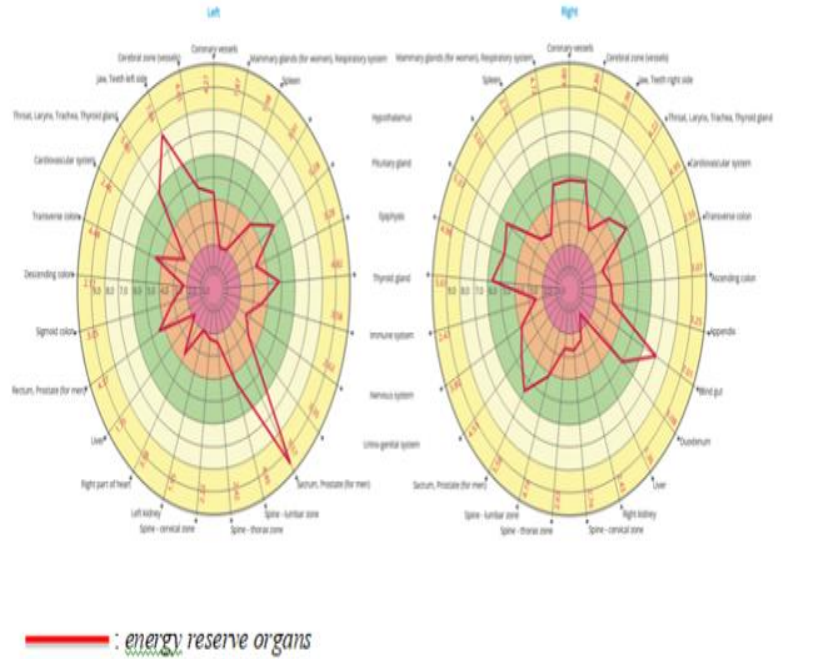
No	Karakteristik Variabel	Kelompok Penelitian			
		Kontrol		<i>Pranic Healing</i>	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	Klasifikasi Umur (tahun)				
	a. < 19 Tahun	-	-	-	-
	b. 20-30 Tahun	13	92,9	12	85,7
	c. 31-40 Tahun	1	7,1	2	14,3
	d. > 40 Tahun	-	-	-	-
	Jumlah	14	100	14	100
2.	Jenis Pekerjaan				
	a. Ibu Rumah Tangga	4	28,6	3	21,4
	b. Wiraswasta	1	7,1	2	14,3
	c. Karyawan Swasta	8	57,1	6	42,9
	d. Pegawai Negeri Sipil	1	7,1	3	21,4
	Jumlah	14	100	14	100
3.	Umur Kehamilan				
	a. 28-32 Minggu	12	85,7	7	50
	b. 33-36 Minggu	2	14,3	6	42,9
	c. >36 minggu	-	-	1	7,1
	Jumlah	14	100	14	100

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa dari karakteristik umur, rentang umur terbanyak secara statistik berada pada usia ideal reproduksi yakni berumur 20-30 tahun sejumlah 13 orang (92.9%). Karakteristik pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai karyawan swasta sejumlah 8 orang (57.1%). Karakteristik usia kehamilan, usia 28-32 minggu memiliki kecenderungan lebih tinggi dibandingkan lainnya sejumlah 12 orang (85.7%).

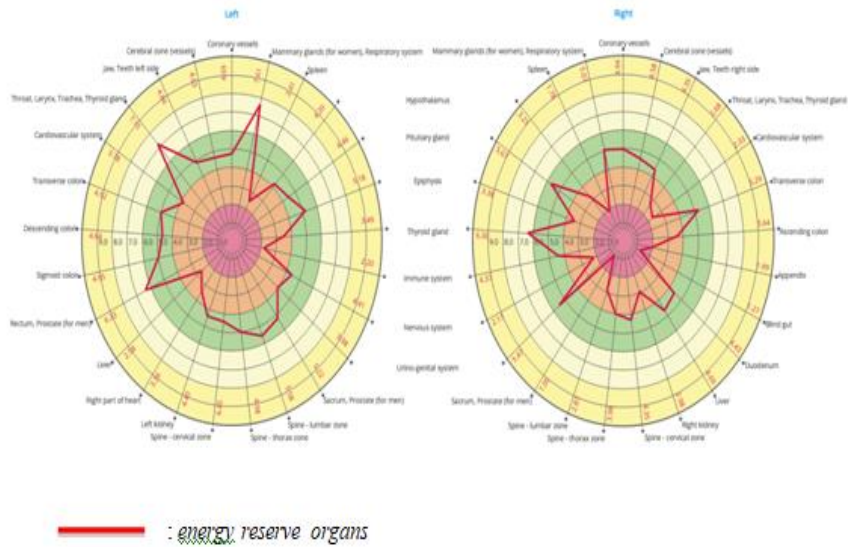
Kesehatan tubuh fisik secara langsung dipengaruhi oleh aura, cakra mayor dan cakra minor. Melalui terapi *pranic healing* mampu mengintegrasikan mekanisme tubuh dalam merawat kesehatan tubuh fisik dan tubuh energi. Penilaian intervensi terfokus pada penanganan masalah kesehatan umum kehamilan di trimester II yang meliputi masalah tubuh fisik seperti kontraksi braxton hicks, nyeri ulu hati, nyeri punggung, hidung tersumbat dan mimisan.

Kondisi fisik responden dalam penelitian ini dapat dijelaskan bahwa kondisi kurang sehat pada bagian organ sacrum, rahang gigi, liver, ginjal, kelenjar air susu,

sistem pernafasan dan limpa. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa kondisi salah satu responden kelompok kontrol *pre test* dapat disajikan pada gambar 1. Sedangkan hasil pengukuran kondisi salah satu responden kelompok intervensi *pre test* disajikan pada gambar 2.



Gambar. 1
Pre test kondisi kesehatan fisik responden kelompok kontrol



Gambar. 2
Pre test kondisi kesehatan fisik responden kelompok intervensi

Hasil pengukuran keluhan kesehatan fisik responden pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dari seluruh responden dapat disajikan secara berurutan pada tabel 2 dan tabel 3 sebagai berikut.

Tabel. 2
Hasil Pengukuran Keluhan Kesehatan Fisik Responden pada Kelompok Kontrol

Responden	Keluhan pada organ
A1	Tidak mempunyai keluhan secara fisik pada organ dan sistem tubuh
A2	Terdapat keluhan fisik seperti liver, ginjal kiri dan kanan, saluran pencernaan (<i>blind gut</i>), tulang panggul (<i>sacrum</i>), kelenjar air susu (<i>mammary gland</i>), sistem pernafasan
A3	Tidak mempunyai keluhan secara fisik pada organ dan sistem tubuh
A4	Terdapat keluhan pada permasalahan fisik, organ yang mempunyai keluhan adalah sacrum, kelenjar tiroid dan kelenjar pituitary
A6	Terdapat keluhan pada organ rektum, tenggorok, kelenjar tiroid dan ginjal kiri
A7	Terdapat keluhan pada organ kiri rektum, kelenjar air susu (<i>mammary gland</i>), dan kurang sehat pada sistem pernafasan dan sistem syaraf
A8	Secara umum kondisi fisik responden baik, namun ada beberapa organ yang perlu diperhatikan kesehatannya yaitu, liver, area rahang dan gigi
A9	Kondisi fisik responden kurang baik karena beberapa organ mengalami gangguan, organ yang mengalami gangguan adalah liver, organ limpa, tulang belakang dekat area pernafasan <i>hipotalamus</i> , rahang dan gigi, sistem kekebalan tubuh
A11	Kondisi fisik pada responden terdapat organ yang perlu diperhatikan yaitu organ liver dan organ pembuluh darah otak
A12	Kondisi fisik responden terdapat permasalahan pada bagian kiri terdapat masalah di rektum, liver, usus besar, bagian usus besar yang menghubungkan dengan rektum
A15	Kondisi fisik responden terdapat permasalahan akibat kelelahan fisik, iritabilitas, organ yang terganggu yaitu usus besar menurun, usus sigmoid, rektum, usus buntu, rahang kirir, gigi, <i>hypotalamus</i>
A16	Tampak kondisi fisik responden A16 secara umum baik
A17	Tampak kondisi fisik responden A16 secara umum baik
A18	Kondisi fisik responden terdapat permasalahan akibat kurang sehat, terlihat pada organ bagian kiri yaitu norgan sakrum, pada rahang, gigi, liver, ginjal, kelenjar air susu, sistem pernafasan, limpa, pada bagian kanan organ liver juga bermasalah

Tabel. 3
Hasil Pengukuran Keluhan Kesehatan Fisik Responden pada Kelompok Intervensi

Responden	Keluhan pada Organ
B1	Terdapat keluhan secara fisik pada organ sakrum, limpa, sistem kekebalan tubuh
B3	Terdapat keluhan pada beberapa organ yang mempunyai keluhan fisik, yaitu tulang belakang di area paru-paru, area gigi dan rahang
B5	Tidak mempunyai keluhan secara fisik pada organ dan sistem tubuh
B6	Terdapat keluhan pada beberapa organ mengalami permasalahan fisik, yaitu sakrum, usus buntu, limpa, kelenjar air susu
B7	Kondisi fisik responden terdapat keluhan pada organ sakrum, rahang, gigi kurang sehat
B8	Terdapat permasalahan pada ginjal kanan kondisi lemah, sistem syaraf
B9	Secara umum kondisi fisik responden dalam keadaan baik, namun ada beberapa organ yang perlu diperhatikan kesehatannya, yaitu limpa, tulang epifis
B10	Kondisi fisik responden kurang baik karena beberapa organ mengalami

	gangguan, organ yang mengalami masalah adalah sakrum, rahang dan gigi sebelah kiri
B11	Kondisi fisik pada responden baik terdapat organ yang perlu diperhatikan yaitu kelenjar air susu, sistem syaraf
B12	Kondisi fisik responden terdapat permasalahan pada beberapa organ kurang sehat yaitu rektum, sakrum, usus buntu, rahang dan gigi
B13	Kondisi fisik responden dalam kondisi kurang sehat terlihat pada organ rahang dan gigi, sistem syaraf, sistem kekebalan tubuh, organ limpa
B14	Kondisi fisik responden kurang baik pada organ rektum, sakrum, sistem urine, kelenjar air susu, liver, tenggorok, kelenjar tiroid
B15	Kondisi fisik responden secara umum kelelahan, ada beberapa bagian dengan kondisi fisik kurang sehat seperti servik, paru-paru
B17	Kondisi fisik responden kurang sehat, terlihat pada organ bagian kiri yaitu organ rektum dan liver yang lemah

Tabel. 4
Hasil Pengukuran *Pre Test* dan *Post Test* Keluhan Kesehatan Fisik Responden pada Kelompok Kontrol

Responden	Pre Test	Post Test 3
A1	Tidak mempunyai keluhan secara fisik pada organ dan sistem tubuh	Kelelahan fisik
A2	Terdapat keluhan fisik seperti liver, ginjal kiri dan kanan, saluran pencernaan (<i>blind gut</i>), tulang panggul (<i>sacrum</i>), kelenjar air susu (<i>mammary gland</i>), sistem pernafasan	Kelelahan fisik, hipotalamus, tulang belakang
A3	Tidak mempunyai keluhan secara fisik pada organ dan sistem tubuh	Kelelahan fisik, tenggorok, kelenjar tiroid
A4	Sacrum, kelenjar tiroid dan kelenjar pituitary	Kelelahan fisik, liver, ginjal, ragang, gigi
A6	Terdapat keluhan pada organ rektum, tenggorok, kelenjar tiroid dan ginjal kiri	Area otak, liver, kelenjar air susu, tulang belakang, jantung koroner
A7	Terdapat keluhan pada organ kiri rektum, kelenjar air susu (<i>mammary gland</i>), dan kurang sehat pada sistem pernafasan dan sistem syaraf	Limpa, liver, tenggorok
A8	Liver, area rahang dan gigi	Kelelahan fisik, sakrum, saluran kencing, tulang paha, sistem syaraf, tenggorok
A9	Organ liver, organ limpa, tulang belakang dekat area pernafasan <i>hipotalamus</i> , rahang dan gigi, sistem kekebalan tubuh	Kelelahan fisik, limpa, sistem syaraf, tulang belakang, ginjal, hipotalamus
A11	Organ liver dan organ pembuluh darah otak	Kelelahan fisik, sakrum, kelenjar tiroid, liver, jantung koroner, limpa, tenggorokan
A12	Rektum, liver, usus besar, bagian usus besar yang menghubungkan dengan rektum	Liver, sakrum, gigi
A15	Organ yang terganggu yaitu usus besar menurun, usus sigmoid, rektum, usus buntu, rahang kirir, gigi, <i>hypotalamus</i>	Kelelahan fisik, saluran kencing, ginjal, jantung koroner, limpa, usus 12 jari, rahang dan gigi
A16	Tampak kondisi fisik responden A16 secara umum baik	Hipotalamus, limpa
A17	Tampak kondisi fisik responden A16 secara umum baik	Liver, kelenjar tiroid, sistem syaraf, limpa, liver, tulang belakang
A18	Organ bagian kiri yaitu norgan sakrum,	Liver, ginjal, sistem syaraf, rahang,

pada rahang, gigi, liver, ginjal, kelenjar limpa, kelenjar air susu, sakrum
air susu, sistem pernafasan, limpa, pada
bagian kanan organ liver juga
bermasalah

Tabel. 5
Hasil Pengukuran *Pre Test* dan *Post Test* Keluhan Kesehatan Fisik Responden
pada Kelompok Intervensi

Responden	Pre Test	Post Tes 3
B1	Terdapat keluhan secara fisik pada organ sakrum, limpa, sistem kekebalan tubuh	Liver
B3	Terdapat keluhan pada beberapa organ yang mempunyai keluhan fisik, yaitu tulang belakang di area paru-paru, area gigi dan rahang	Jantung, sistem kekebalan tubuh
B5	Tidak mempunyai keluhan secara fisik pada organ dan sistem tubuh	Limpa, sistem syaraf
B6	Terdapat keluhan pada beberapa organ mengalami permasalahan fisik, yaitu sakrum, usus buntu, limpa, kelenjar air susu	Saluran kencing
B7	Kondisi fisik responden terdapat keluhan pada organ sakrum, rahang, gigi kurang sehat	Sakrum, liver
B8	Terdapat permasalahan pada ginjal kanan kondisi lemah, sistem syaraf	Tulang belakang, sistem kekebalan tubuh
B9	Secara umum kondisi fisik responden dalam keadaan baik, namun ada beberapa organ yang perlu diperhatikan kesehatannya, yaitu limpa, tulang epifis	Rahang
B10	Kondisi fisik responden kurang baik karena beberapa organ mengalami gangguan, organ yang mengalami masalah adalah sakrum, rahang dan gigi sebelah kiri	Tenggorok
B11	Kondisi fisik pada responden baik terdapat organ yang perlu diperhatikan yaitu kelenjar air susu, sistem syaraf	Kelenjar pituitary
B12	Kondisi fisik responden terdapat permasalahan pada beberapa organ kurang sehat yaitu rektum, sakrum, usus buntu, rahang dan gigi	Kelenjar air susu
B13	Kondisi fisik responden dalam kondisi kurang sehat terlihat pada organ rahang dan gigi, sistem syaraf, sistem kekebalan tubuh, organ limpa	Sistem kekebalan tubuh
B14	Kondisi fisik responden kurang baik pada organ rektum, sakrum, sistem urine, kelenjar air susu, liver, tenggorok, kelenjar tiroid	Tulang belakang
B15	Kondisi fisik responden secara umum kelelahan, ada beberapa bagian dengan kondisi fisik kurang sehat seperti servik, paru-paru	Sakrum, liver, tulang belakang
B17	Kondisi fisik responden kurang sehat, terlihat pada organ bagian kiri yaitu organ rektum dan liver yang lemah	Jantung kanan

Analisa hasil pengukuran kesehatan fisik responden *pre test* dan *post test* antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Dari tabel 4 keluhan fisik responden pada kelompok kontrol tidak berubah dan beberapa responden mengalami kelelahan fisik. Pada tabel 5 hampir semua responden kelompok intervensi dalam kondisi kesehatan optimal.

Tabel. 6
Pengukuran Keseimbangan Organ (*Organs Energy*)
pada Kelompok Kontrol dan *Pranic Healing*

Kelompok	Klasifikasi Tekanan Emosi	Pre Test		Post Test 1		Post Test 2		Post Test 3	
		F	%	F	%	F	%	F	%
Kontrol	<i>Very Low</i>	-	-	-	-	1	7,1	-	-
	<i>Low</i>	3	21,4	2	14,3	6	42,9	8	57,1
	<i>Normal</i>	11	78,6	12	85,7	7	50	6	42,9
	<i>Increased</i>	-	-	-	-	-	-	-	-
	<i>High</i>	-	-	-	-	-	-	-	-
	<i>Jumlah</i>	14	100	14	100	14	100	14	100
<i>Pranic Healing</i>	<i>Very Low</i>	-	-	-	-	-	-	-	-
	<i>Low</i>	1	7,3	3	21,4	5	35,7	9	64,3
	<i>Normal</i>	13	92,9	22	78,6	9	64,3	5	35,7
	<i>Increased</i>	-	-	-	-	-	-	-	-
	<i>High</i>	-	-	-	-	-	-	-	-
	<i>Jumlah</i>	14	100	14	100	14	100	14	100

Analisa pengukuran energi organ (*organs energy*) yang dibagi menjadi 5 skala yakni sebagai berikut sangat rendah (0-2), rendah (2-4), normal (4-6), increased (6-8) dan high (8-10). Hasil energi organ (*organ energy*) pada kelompok kontrol dan *pranic healing* disajikan pada tabel 6.

Berdasarkan tabel 6 hasil *pre test* responden kelompok kontrol 3 orang energi organ pada skala *low* dan 11 orang pada kondisi normal, untuk kelompok *Pranic Healing* 1 orang kondisi *low* dan 13 orang kondisi normal. Pada post test 1 kelompok kontrol ada 12 orang pada kondisi normal dan pada kelompok *pranic healing* 11 orang pada kondisi normal.

Hasil pada *posttest 2* pada kelompok kontrol terdapat 1 orang pada kondisi energi *very low*, 6 orang kondisi *low* dan 7 orang normal, kelompok *pranic healing* 5 orang pada kondisi *low* dan 9 orang pada kondisi normal. *Post test 3* di kedua kelompok sama sama ada kenaikan jumlah responden yang kondisi energinya *low*, kelompok kontrol *post test 2* jumlahnya 6 orang naik menjadi 8 orang pada *post test 3*, sedangkan pada kelompok *pranic healing* yang pada *post test 2* jumlahnya 5 orang bertambah menjadi 9 orang.

Analisa pengukuran nilai *mean*, standar deviasi, *mean rank* pada kelompok responden *pretest*, *post test 1*, *post test 2*, *post test 3* energi organ (*organs energy*) disajikan pada tabel 6.

Tabel. 7
Pengukuran Nilai *Mean*, Standar Deviasi, *Mean Rank* pada Kelompok Responden
Pretest, *Post Test 1*, *Post Test 2*, *Post Test 3* Energi Organ (*Organs Energy*)

Kelompok	Test	Mean	Standar Deviasi	P Value
Kontrol	Pre Test	4,833	0,215	0,001*
	Post Test 1	4,751	0,171	
	Post Test 2	4,009	0,267	
	Post Test 3	3,774	0,227	
<i>Pranic Healing</i>	Pre Test	4,569	0,121	0,002*
	Post Test 1	4,576	0,172	
	Post Test 2	4,094	0,21	
	Post Test 3	3,899	0,89	

Keterangan: *= Uji Repeated Anova

Untuk nilai mean kelompok *pranic healing* pre test sampai post test 3 mengalami penurunan dari nilai 4,569 menjadi 3,899 dan ada perubahan pada kelompok *pranic healing* dengan nilai $p=0,002 < p=0,05$.

Analisa uji beda energi organ pada setiap nilai *pretest*, *post test 1*, *post test 2*, *post test 3* pada kelompok kontrol dan kelompok *pranic healing* disajikan pada tabel 8.

Tabel. 8
Analisa Uji Beda Energi Organ pada Setiap Nilai *Pretest*, *Post Test 1*, *Post Test 2*, *Post Test 3* pada Kelompok Kontrol dan Kelompok *Pranic Healing*

Kelompok	Test	P Value
Kontrol	<i>Pre Test-Post Test 1</i>	0,67**
	<i>Pre Test-Post Test 2</i>	0,004**
	<i>Pre Test-Post Test 3</i>	0,001**
<i>Pranic Healing</i>	<i>Pre Test-Post Test 1</i>	0,49*
	<i>Pre Test-Post Test 2</i>	0,013*
	<i>Pre Test-Post Test 3</i>	0,001*

Keterangan: * Uji Wilcoxon, ** Uji Paired T Test

Berdasarkan uji *Paired T Test* pada tabel 8 untuk kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan nilai energi organ antara *pre test* dengan *post test 1* adalah $0,67 > p 0,05$, terdapat perbedaan nilai p *pre test* dengan *post test 2* adalah $0,004 < p 0,05$, dan nilai p *pre test* dengan *post test 3* adalah $0,001 < p 0,05$. Berdasarkan uji *Wilcoxon Sign Rank* pada tabel 4.14 untuk kelompok *pranic healing* terdapat perbedaan nilai energi organ pada *pre test* dengan *post test 2* nilai $p 0,013 < p=0,05$ dan *pre test* dengan *post test 3* nilai $p = 0,001 < p 0,05$, tidak ada perbedaan antara *pre test* dengan *post test 1* nilai $p=0,49 > p 0,05$.

Perbedaan energi organ (*organ energy*) antara kelompok kontrol dan kelompok *pranic healing* sebelum dan sesudah terapi disajikan pada tabel 9.

Tabel. 9
Analisa Nilai Energi Organ

Variabel	Test	P Value*
Energi Organ	Pre Test	0,297
	Post Test 1	0,477
	Post Test 2	0,803
	Post Test 3	0,617

Keterangan: * Uji Independent T Test

Nilai p value dari variabel energi organ hasil uji *independent T Test* antara kelompok kontrol dan kelompok *pranic healing*, *pre test* $p=0,297 > 0,05$, *post test 1* $p=0,477 > 0,05$, *post test 2* $p=0,803 > 0,05$, *post test 3* $p=0,617 < 0,05$ sehingga tidak terdapat perbedaan variabel energi organ antara kelompok kontrol dan kelompok *pranic healing* pada *pre test* sampai dengan *post test 3*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan perubahan hasil yang cukup signifikan. Dari hasil uji *repead anova* untuk variabel energi organ pada kelompok kontrol dan kelompok *pranic healing* terjadi perubahan yakni dengan menunjukkan dari keduanya mengalami perubahan dengan nilai *p value* kelompok kontrol $p=0,002 < P=0,05$ dan kelompok *pranic healing* $p value = 0,002 < p=0,05$. Perubahan tersebut terjadi pada kasus yang sama. Perubahan menunjukkan disebabkan karena kemampuan adaptasi yang baik dari ibu hamil trimester III atas kemampuan tubuh fisik yang terjadi pada masa kehamilan.

Permasalahan kesehatan fisik dapat berupa gangguan akibat rasa kurang nyaman pada area sakrum berupa nyeri dan sakit terjadi pada sebagian besar wanita hamil mulai trimester kesatu dan meningkat sampai trimester ketiga, keluhan rasa sakit di area sakrum merupakan masalah penting selama kehamilan (Manuela Filipec, 2013). Kondisi tersebut secara fisiologis terjadi pada masa kehamilan karena tubuh yang memerlukan adaptasi akibat perubahan hormonal pada kehamilan. Hasil dari penelitian selaras dengan hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dimana 35,7% responden mengalami keluhan fisik pada area sakrum (Manuela Filipec, 2013).

Hal ini diperkuat dengan penelitian Casagrande di Journal of the American Academy of Orthopaedic tahun 2015 disebutkan bahwa angka kejadian nyeri area lumbal pelvic pada ibu hamil sampai dengan usia kehamilan 36 minggu adalah sebesar 62%. (Casagrande, Danielle MD *et al*, 2015) Pada hasil penelitian terdapat 28,5% responden mengalami keluhan di area anus dan rektum dengan bervariasi masalah gangguan yang muncul, seperti konstipasi dan *haemorrhoid*. Penelitian yang dilakukan oleh Adeir Moreira Rocha Junior menyebutkan bahwa 68% wanita hamil mengalami gangguan rasa nyaman di area anus terutama masalah konstipasi dan *haemorrhoid*. Konstipasi adalah faktor resiko terpenting sehingga upaya pencegahan konstipasi selama kehamilan sangat direkomendasikan. Kecenderungan keluhan tersebut terjadi pada masa kehamilan, pentingnya penanggulangan untuk dapat mengurangi berbagai keluhan dan proses kehamilan yang lebih nyaman (Adeir Moreira Rocha Junior, Beatriz Juliao Vieira *et al*, 2007).

Permasalahan yang diakibatkan tubuh fisik tersebut, secara langsung dan tidak langsung menyebabkan kondisi lain yang ditimbulkan pada ibu hamil seperti halnya kecemasan. Kecemasan merupakan permasalahan yang biasa terjadi pada ibu hamil, kecemasan yang terjadi dapat meningkat menjadi stres sampai depresi berat, 15,6% ibu hamil mengalami kecemasan, hasil penelitian tersebut hampir sama dengan hasil pengukuran penelitian 17,8% ibu hamil mengalami kecemasan (C Rubertsson, 2013).

Apabila kecemasan tersebut tidak dilakukan penanggulangan maka efek yang ditimbulkan akan berdampak dalam waktu jangka panjang. Pranic Healing melalui menerapannya melalui prana energi dapat membantu secara efektif dalam mengurangi efek jangka panjang pada kecemasan. Kecemasan yang terjadi pada masa kehamilan dipengaruhi oleh faktor hormonal, kondisi tersebut akan terus berlanjut pada masa persalinan yang disebabkan akibat terpapar kandungan lithium dan antipsikotik yang menyebabkan hingga masa postpartum hingga setelahnya (Eline M. P. Poels, Lisanne Schijver, 2018).

Melalui pendeteksian alat dengan tingkat akurasi yang tepat dalam menanggulangi berbagai permasalahan yang terjadi pada masa kehamilan melalui energi prana dan intervensi penerapan terapi *Pranic healing* dalam menanggulangi berbagai permasalahan yang ada. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa

terjadi perubahan yang baik pada kelompok intervensi, perubahan yang terjadi secara signifikan tersebut disebabkan karena adanya proses pengurangan energi dan pembaharuan energi luar yang membantu dalam mengendalikan energi tubuh fisik yang ada dalam tubuh. Maka dapat disimpulkan bahwa terapi *pranic healing* secara efektif mampu meningkatkan kualitas kesehatan fisik pada primigravida trimester III.

SIMPULAN

Terdapat peningkatan kesehatan fisik dan energi pada ibu hamil setelah dilakukan intervensi terapi *pranic healing* pada ibu hamil *primigravida* trimester III. Dari hasil pre test dan post test didapatkan jumlah keluhan tubuh fisik pada responden kelompok *pranic healing* berkurang, sedangkan pada kelompok kontrol muncul keluhan tubuh fisik yang baru. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi *pranic healing* dapat meningkatkan kesehatan tubuh fisik dan tubuh energi ibu hamil.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan penerapan *Pranic Healing* dapat dilakukan secara menyeluruh pada setiap tahapan fasilitas kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adeir, M. R. J., Beatriz, J. V., Luis, C. F. Ae, Fernando M. A. (2007). Effects of Low-Level Laser Therapy on the Progress of Wound Healing in Humans: *The Contribution of in Vitro and in Vivo Experimental Studies*, 6(3)
- Bethsaida, J. (2010). *Pendidikan Psikologi untuk Bidan: Suatu Teori dan Terapannya*. 1, editor. Yogyakarta: Rapha Publishing; 350 p
- Casagrande., Danielle, M. D. (2015). Low Back Pain and Pelvic Girdle Pain in Pregnancy. *Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*, 23(9), 539-549
- Eline, M. P. P. (2018). Long-Term Neurodevelopment Consequences of Intrauterine Exposure to Lithium and Antipsychotics: A Systematic Review and Meta-Analysis. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 27, 1209-1230. doi.org/10.1007/s00787-018-1177-1
- Manuela, F. (2013). *GDV Analysis of Arterial Hypertension*. K.G.Korotkov, editor. Saint Petersburg: Amazon. 9 p
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 43 Tahun 2016 tentang Standar Pelayanan Minimal di bidang Kesehatan*
- Podvornik, N., Velikonja, V. G., & Praper P. (2015). Depression and Anxiety in Women During Pregnancy in Slovenia/Depresija In Anksioznost Pri Ženskah Med Nosečnostjo V Sloveniji. *Slovenian Journal of Public Health*, 54(1), 45-50
- Rajagopal, R., Jois, S. N., Mallikarjuna, M. S, Anil, K., Shashidhar, H. B. (2017). Amelioration of Mild and Moderate Depression Through *Pranic Healing* as Adjuvant Therapy: Randomised Double-Blind Controlled Trial. *Australas Psychiatry*. 1039856217726449
- Rubertsson, C. (2013). *Energy Fields Electrophotonic Analysis in Humans and Nature*. 2nd ed
- Sui, M. C. K. (2009). *Pranic Psychotherapy*. 8 ed. Jakarta: PT Gramedia; Hal 54. November

- Sui, M. C. K. (2010). *Keajaiban Penyembuhan Prana: Tuntunan Praktis Penyembuhan Prana*: Surya Cahaya, the Institute for Inner Studies Publishing Foundation, Inc.; 2010. 377 p
- Sui, M. C. K. (2010). *Pranic Healing Tingkat Mahir: Advanced Pranic Healing*. 12 ed. Surakarta, Indonesia: Yayasan Prana Jawa Bali, Surya Cahaya, the Institute for Inner Studies Publishing Foundation, Inc
- Sui, M. C. K. (2010). *The Chakras and Their Functions*. Metro Manila: The Institute for Inner Studies Publishing Foundation. 212 p