

Penatalaksanaan rasa mual terhadap bahan kedokteran gigi dengan hipnoterapi

Bambang Sumaryono

Departemen Patologi Anatomi
Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga
Surabaya, Indonesia
Hp: 08813578906
E-mail: doekoen36@gmail.com

ABSTRAK

Seorang dokter gigi selalu mengalami kendala bila melakukan perawatan atau membuat cetakan pada pasien yang sensitif dan terasa mual atau hendak muntah saat dilakukan tindakan perawatan. Penderita yang sensitif terhadap bahan kedokteran gigi, sering terjadi refleksi yang tinggi saat buka mulut dan dapat menimbulkan rasa mual atau rasa ingin muntah. Seorang dokter gigi harus bisa mengatasi hal tersebut supaya tetap bisa dilakukan tindakan dan penderita tidak merasa mual dan muntah saat dilakukan perawatan maupun pencetakan dengan bahan kedokteran gigi. Untuk membuat pasien bisa dicetak atau dirawat dengan nyaman tanpa terasa mual dan muntah, dapat dilakukan dengan hipnoterapi sebelum melakukan perawatan atau pencetakan. Tindakan hipnoterapi sebelum perawatan atau pencetakan dapat membuat pasien rileks dan merasa nyaman, sehingga dapat dilakukan perawatan atau pencetakan tanpa menimbulkan rasa mual.

Kata kunci: rasa mual, bahan kedokteran gigi, hipnoterapi

PENDAHULUAN

Dokter gigi dalam melakukan perawatan untuk mengembalikan estetik pasien maupun membuat gigitiruan sebagai pengganti gigi yang hilang perlu melakukan pencetakan dulu untuk membuat model kerja. Kendala yang sering dialami dokter gigi saat mencetak gigi pasien adalah rasa mual dan ingin muntah, terutama pada pasien yang sensitif. Rasa mual dan ingin muntah ini sangat mengganggu saat dilakukan perawatan maupun mencetak gigi, sehingga dokter gigi akan sulit mendapatkan hasil cetakan yang baik karena terkendala oleh pasien itu sendiri.

Rasa mual adalah ungkapan pasien berupa perasaan atau sensasi yang tidak menyenangkan di bagian belakang tenggorokan atau epigastrium yang disertai dengan pucat, kemerahan, takikardi, berkeringat, saliva yang berlebihan, serta adanya kesadaran untuk muntah. Sedangkan muntah adalah kontraksi otot abdomen disertai dengan penurunan diafragma dan pembukaan kardia lambung yang menghasilkan dorongan ekspulsi yang kuat dari isi lambung, duodenum atau yeyenum melalui mulut berupa muntahan.

Penatalaksanaan rasa mual dan muntah saat dilakukan pencetakan maupun perawatan gigi, dapat diatasi dengan membuat pasien menjadi rileks, merasa nyaman dan tidak tegang dengan metode hipnoterapi. Metode hipnoterapi diberikan sebelum dilakukan perawatan atau pencetakan gigi melalui tahapan relaksasi, pendalaman, sugesti positif dan penutup.

TINJAUAN PUSTAKA

Definisi mual adalah perasaan tidak enak di dalam perut yang sering berakhir dengan muntah. Muntah adalah pengeluaran isi lambung melalui mulut. Penyebab mual dan muntah disebabkan oleh pengaktifan pusat muntah di otak. Beberapa orang menjadi mual dan mungkin muntah karena mengendarai perahu, mobil atau pesawat terbang. Muntah bisa terjadi selama kehamilan, terutama pada minggu-minggu pertama dan pada pagi hari.

Masalah kejiwaan juga dapat menyebabkan mual dan muntah, yang disebut muntah psikogenik. Ada muntah yang disengaja, yaitu pada penderita bulimia untuk menurunkan berat badan. Muntah yang disengaja, merupakan respon keadaan untuk memperoleh keuntungan, seperti untuk menghindari pergi ke sekolah. Muntah psikogenik juga dapat terjadi karena ancaman atau situasi yang tidak disukai yang menyebabkan kecemasan. Muntah bisa merupakan ekspresi dari permusuhan, sebagai contoh ketika seorang anak muntah selama marah, atau mungkin disebabkan oleh pertentangan psikologis yang kuat. Sebagai contoh, seorang wanita yang ingin memiliki anak bisa muntah pada tanggal atau mendekati tanggal saat mengalami operasi pengangkatan rahim.

Bila penyebab fisiknya diketahui, maka segera diobati. Bila masalahnya memiliki dasar kejiwaan, pengobatan bisa terdiri dari penanaman kembali rasa percaya diri atau obat-obatan yang diresepkan dan perlu hipnoterapi untuk membantu memecahkan masalah kejiwaan/mental. Rasa mual yang timbul jarang

berlanjut hingga muntah, karena umumnya hanya mengeluarkan suara ingin muntah, atau setelah bersendawa rasa mual itu hilang dengan sendirinya.

Penyebab rasa mual ini ada berbagai macam, yaitu a) memiliki tenggorokan yang sensitif. Bagian belakang tenggorokan mengalami kontraksi yang menghentikan objek memasuki tenggorokan, kecuali saat menelan secara normal; b) mencetak gigi terlalu kencang sehingga menekan bagian dalam tenggorokan. Seorang penderita bulimia biasanya mencolok mulutnya sampai akhirnya memuntahkan makanannya; c) faktor psikologis, karena pernah muntah saat pencetakan gigi yang terlalu kencang. Kejadian tak sengaja itu rupanya membekas, sehingga selalu merasa khawatir akan muntah saat mencetak gigi. Pikiran negatif juga bisa menyebabkan kejadian yang negatif; d) ada yang mengatakan bahwa mual juga disebabkan oleh naiknya asam lambung. Apakah terdapat cairan kental berwarna bening kekuningan pada muntahannya; e) sedang hamil, sehingga rasa mual merupakan bagian dari *morning sickness* yang dialami.

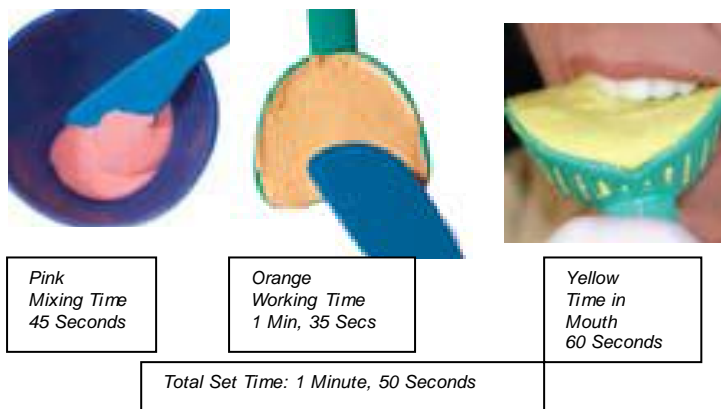
Bahan cetak

Bahan cetak merupakan bahan yang digunakan untuk membuat tiruan negatif dari rongga mulut, sehingga selanjutnya dapat dibuat model gigi. Model gigi tersebut digunakan oleh dokter gigi sebagai model studi maupun sebagai model kerja. Untuk menghasilkan cetakan yang akurat, bahan yang digunakan untuk membuat tiruan dari jaringan intraoral dan ekstraoral harus memenuhi beberapa kriteria. Pertama, bahan tersebut harus cukup cair untuk beradaptasi dengan jaringan mulut, serta cukup kental untuk tetap berada dalam sendok cetak yang mengantar bahan cetak ke mulut. Kedua, selama di mulut bahan tersebut harus berubah (*setting*) menjadi bahan padat menyerupai karet dalam waktu tertentu, idealnya waktu pengerasan total harus kurang dari 7 menit. Akhirnya cetakan yang mengeras harus tidak berubah atau robek ketika dikeluarkan dari mulut, dan dimensi bahan harus tetap stabil sehingga bahan cor dapat dituang.

Bahan cetak dapat dikelompokkan menurut sifat mekanisnya. Ada 2 jenis bahan cetak, yakni bahan cetak elastis dan bahan cetak non-elastis.

Bahan cetak elastis dapat secara akurat memproduksi baik struktur keras maupun lunak dari rongga mulut, termasuk *undercut* dan celah interproksimal. Bahan cetak hidrokoloid ireversibel, misalnya alginat. Bahan ini disebut ireversibel, sebab tidak dapat kembali menjadi wujud dasarnya setelah bereaksi membentuk wujud sol. Bahan ini memiliki kelebihan dibandingkan bahan cetak lainnya, yakni proses pengerjaannya yang mudah, nyaman bagi pasien, dan relatif tidak mahal karena tidak memerlukan banyak peralatan. Alginat digunakan untuk membuat cetakan model studi karena bahan alginat lebih murah dibandingkan dengan bahan elastomer dan bahan alginat mudah didapatkan serta banyak disukai pasien karena memiliki rasa bervariasi, proses pengerasan yang cepat, serta keakuratan yang memuaskan. Selain itu alginat juga dipakai untuk pencetakan pada pembuatan gigitiruan sebagian lepasan, dan piranti ortodontik.

Komposisi bahan cetak alginat, yaitu larutan garam asam alginik yang bereaksi dengan kalsium menghasilkan gel kalsium alginat. Garam kalsium alginat yang lambat larut (trisodium phospat) melepas kalsium untuk bereaksi dengan alginat, bahan pengisi untuk meningkatkan kohesi campuran memperkuat gel, silikoflourida atau flourida untuk memperbaiki permukaan *model stone*, bahan pewangi agar bahan lebih disenangi paPengersien, indikator kimia agar warna dapat berubah dengan berubahnya pH.



Gambar 1 Pengerjaan alginat (Sumber: www.tocdental.com)

Hipnoterapi

Meski mulai banyak yang menjalani manfaat hipnoterapi, bagi sebagian masyarakat pengobatan dengan hipnosis maupun hipnoterapi barangkali masih terdengar asing. Orang lebih mengenalnya dengan istilah hipnotis yang saat ini istilah tersebut masih mempunyai *image* negatif, berkaitan dengan kejahatan, penipuan, gendam, dan sebagainya.

Sebenarnya, hipnosis dalam bentuk tradisional telah dikenal sejak ribuan tahun silam di berbagai kebudayaan di seluruh dunia. Namun pada abad ke-18, Franz A. Mesmer memopulerkan hipnosis untuk proses pengobatan. Louis XVI memerintahkan Akademi Kedokteran Prancis yang diketuai oleh Benjamin Franklin untuk meneliti dan menyidangkan ilmu yang digunakan oleh Mesmer tersebut. Dari hasil penelitian dan persidangan itu disimpulkan bahwa yang dilakukan Mesmer hanya suatu sugesti sedemikian rupa sehingga pasien melakukan proses penyembuhan sendiri.

Setelah melalui perjalanan panjang, saat ini hipnosis telah menemukan formatnya sebagai salah satu cabang ilmu pengetahuan ilmiah, sama sekali tanpa unsur magis atau mistis, terutama setelah proses penelitian dan pengembangan yang dilakukan oleh Dr. Milton Erickson, Dave Elman, Charles Tebbets, Ormond McGill, dan beberapa tokoh hipnosis moderen lain. Aplikasi *hypnosis* untuk terapi atau dikenal sebagai *clinical hypnosis* atau *hypnotherapy* bukan sesuatu yang baru muncul, tetapi telah dipraktikkan berpuluh, bahkan beratus tahun yang lalu oleh para pakarnya. Namun, akhir-akhir ini fenomena tersebut telah mengalami kebangkitan kembali, apalagi setelah didukung oleh teknologi dan temuan-temuan ilmiah yang relevan.

Hipnoterapi adalah aplikasi keilmuan hipnosis yang digunakan untuk mengatasi berbagai macam permasalahan kejiwaan, antara lain trauma, fobia, pemberdayaan diri/motivasi, mengubah perilaku negatif (kecanduan). Bila dihubungkan dengan penyakit fisik/medis, secara teori hipnoterapi hanya dapat menyembuhkan penyakit yang disebabkan oleh pikiran (psikosomatik) dan hanya bisa membantu proses penyembuhan untuk penyakit medis lain seperti kanker, AIDS, dengan cara meningkatkan semangat hidup penderita agar kekebalan tubuhnya dapat meningkat.

Masalah psikologis dapat predisposisi pasien untuk mengalami mual dan muntah dalam tindakan pencetakan di rongga mulut dan memperburuk gejala yang sudah ada atau mengurangi kemampuan untuk mengatasi gejala normal. Gangguan psikosomatis atau somatisasi adalah gangguan kejiwaan yang menyebabkan gangguan fisik. Pendek kata, psikosomatik adalah penyakit fisik yang disebabkan oleh pikiran negatif dan/atau masalah emosi. Masalah emosi itu antara lain rasa berdosa, merasa punya penyakit, stres, depresi, kecewa, kecemasan atau masalah emosi negatif lainnya. Gangguan ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa, bahkan anak-anak pun bisa mengalaminya. Perlu diketahui bahwa pikiran dapat menyebabkan gejala fisik. Sebagai contoh, ketika seseorang takut atau cemas dapat memacu detak jantung yang cepat, jantung berdebar, merasa sakit, gemetar atau tremor, berkeringat, mulut kering, sakit dada, sakit kepala, dan bernapas cepat. Gejala-gejala fisik tersebut melalui saraf otak mengirim impuls tersebut ke berbagai bagian tubuh, dan pelepasan adrenalin ke dalam aliran darah.

Penatalaksanaan rasa mual dan muntah.

Ada dua macam pengobatan untuk gangguan psikosomatik, yaitu pengobatan fisik dan mental. Pengobatan fisik disesuaikan dengan penyakit yang diderita. Sedangkan perawatan mental dapat dilakukan dengan hipnoterapi.

Penatalaksanaan hipnoterapi dengan tahapan yang terdiri dari pre-induksi, uji sugestibilitas, induksi, *deepening*, *afirmasi*, *anchoring*, dan *awakening* yang akan mempengaruhi kondisi kejiwaan pasien. “Dengan mengistirahatkan pikiran sadar melalui hipnosis, seseorang dapat diberikan memori, saran, atau sugesti yang dapat memprogram ulang pikiran bawah sadarnya untuk berbagai tujuan positif,” sehingga pasien merasa rileks dan nyaman untuk dilakukan tindakan pencetakan, serta tidak terjadi mual dan muntah. Tips hipnoterapi berikut ini, bisa menjadi salah satu caranya dengan 1) **tahap relaksasi**. Kendorkan gerakan, otot dan pikiran. Hirup napas dalam-dalam lalu tahan, kemudian hembuskan pelan. Saat menghembuskan napas, bayangkan seolah anda membersihkan tekanan dari tubuh, lemaskan otot dari ujung jari kaki hingga kepala, serta bayangkan setiap otot jadi lembek dan relaks total. 2) **fase pendalaman** untuk mencapai keadaan hipnotik, yaitu relaks penuh. Tanda relaks penuh adalah semua organ tubuh: mata, mulut, otot lengan, kaki, napas, dan otak dalam kondisi santai. Salah satu cara pendalaman adalah teknik menghitung mundur mulai dari 100. jika ada gambaran atau pikiran menyelinap, abaikan dan terus menghitung. Lakukan dengan kecepatan tetap, kira-kira 2-3 detik setiap hitungan. 3) **masukkan rekaman**

positif (aplikasi sugesti). Buka alam bawah sadar untuk menerima sugesti. Sugesti harus singkat, spesifik, dan memakai kata ganti “saya.” Contoh, “Saya mencetak gigi dengan bahan yang rasa maupun aromanya saya suka, saat dicetak terasa nyaman dan cetakan bisa dibuat dengan baik.” Hasil sugesti akan segera tampak, anda tak mengalami mual atau muntah lagi. 4) **Penutup.** Usai menanam sugesti, akhiri hipnosis. Pikirkan kita akan ‘bangun’, hitung sampai 3.

Disimpulkan bahwa hipnoterapi telah banyak membantu dan dapat dilakukan bersama-sama pengobatan medis maupun kedokteran gigi, terutama yang berhubungan dengan kejiwaan. Relaksasi dapat membantu meningkatkan kondisi secara menyeluruh. Seluruh otot menjadi rileks dan tubuh menjadi segar. Organ tubuh bekerja sempurna, sistem metabolisme menjadi lancar dan frekuensi rileks bisa memutus jalur pengiriman rangsang mual dari otak ke sistem pencernaan. Untuk mengatasi rasa mual dan muntah saat pencetakan untuk membuat model studi atau perawatan gigi telah dibuktikan dapat membantu dokter gigi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adiyanto. Hipnosis penurunan rasa nyeri pengamatan efek hypnosis pada otak melalui brain imaging. Available at www.ibh.com. Accessed in 2007
2. Anusavice KJ. Buku ajar ilmu bahan kedokteran gigi. Edisi 10. Jakarta: EGC; 2003.
3. Chamber, Bradford. How to hypnotize. New York: Stravon Publisher; 2005
4. Ferracane JL. Bahan dalam kedokteran gigi: prinsip dan aplikasi. 2nd Ed. Lippincott Williams & Wilkins; 2001
5. Joseph WO, editor. Dental materials and their selection. 3rd Ed. Chicago: Quintessence Publishing Co, Inc.; 2002. p. 90, 96.3
6. Murphy J. The power of your subconscious mind. Jakarta: spektrum; 1997
7. McDonald F. Hypnotherapy in substance use treatment. Available at www.fmedonald.com. Accessed on 2006
8. Pazdur. Mual dan Muntah pada pasien dengan kemoterapi. Diunduh <http://www.cribd.com/doc/35152956/evaluasi-Mual-Muntah-Pasien-kemoterapi.html>. Diakses pada tahun 2001
9. Purwanto S. Hipnoterapi (*suplemen kuliah*). Tidak diterbitkan; 2007
10. Rice PL. Stress and health, 3rd Ed. Brookes/Cole; 1999