



NASKAH PUBLIKASI

KARYA ILMIAH AKHIR

**REDUKSI ANSIETAS: KEGIATAN PENGALIHAN KETEGANGAN DENGAN
HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS
PADA PASIEN HIPERTENSI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA**

DISUSUN OLEH:

MELDRICK JECKSYEN LATUE

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2023

REDUKSI ANSIETAS: KEGIATAN PENGALIHAN KETEGANGAN DENGAN
HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS
PADA PASIEN HIPERTENSI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

Naskah Publikasi Karya Ilmiah Akhir

Dilanjutkan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Ners

Oleh:

Meldrick Jecksyen Latue

NIM : 2204064

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR

**REDUKSI ANSIETAS: KEGIATAN PENGALIHAN KETEGANGAN DENGAN
HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS
PADA PASIEN HIPERTENSI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA
KARYA ILMIAH AKHIR**

Disusun Oleh:

Meldrick Jecksyen Latue

NIM: 2204064

Telah Melalui Tahap Ujian Pada Tanggal 12 Desember 2023

Mengetahui:

Ketua Program Pendidikan

Pembimbing Akademik

Profesi Ners

Indah Prawesti, S.Kep.,Ns., M.Kep

Isnanto., S,Kep., Ns., MAN

**REDUKSI ANSIETAS: KEGIATAN PENGALIHAN KETEGANGAN DENGAN
HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS
PADA PASIEN HIPERTENSI INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA**

Meldrick Jecksyen Latue¹, Isnanto.²

ABSTRAK

Meldrick Jecksyen Latue “Reduksi ansietas : Kegiatan pengalihan ketengan dengan hipnotis lima jari untuk masalah keperawatan ansietas pada pasien hipertensi Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.”

Latar Belakang : Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak bila tidak ditangani secara dini dapat mendapatkan pengobatan yang memadai. Risiko lain yang mengakibatkan oleh hipertensi adalah ansietas.

Gejala Utama : Pasien merasa khawatir dengan akibat kondisi yang dihadapi, pusing, gelisah, nangis, sedih, lesu, terlihat tegang, sura bergetar, bingung, tidak tenang, tekan darah tinggi dan skor ansietas 15 (Kecemasan Sedang).

Hasil : Hasil menunjukan bahwa ada perubahan skor ansietas sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnosis lima jari.

Kesimpulan : Terdapat penurunan skor ansietas pada pasien setelah dilakukan intervensi hipnosis lima jari.

Kata kunci : Hipertensi, Ansietas, Hipnosis Lima Jari

**ANXIETY REDUCTION: TENSION TRANSFER ACTIVITIES WITH FIVE-
FINGER HYPNOSIS FOR ANXIETY NURSING PROBLEMS IN
HYPERTENSIVE PATIENTS OF EMERGENCY
DEPARTMENT BETHESDA HOSPITAL
YOGYAKARTA**

Meldrick Jecksyen Latue¹, Isnanto.,²

ABSTRACT

Meldrick Jecksyen Latue "Anxiety reduction: Five-finger hypnotic diversion activities for anxiety nursing problems in hypertensive patients Bethesda Hospital Yogyakarta Emergency Installation."

Background: Increased blood pressure that lasts for a long time can cause damage to the kidneys, heart, and brain if not treated early can get adequate treatment. Another risk resulting from hypertension is anxiety.

Main symptoms: The patient feels worried about the consequences of the condition faced, dizziness, anxiety, crying, sadness, lethargy, looks tense, shivers, confusion, not calm, high blood pressure and anxiety score 15 (Moderate Anxiety).

Results: Results showed that there was a change in anxiety scores before and after five-finger hypnosis therapy.

Conclusion: There was a decrease in anxiety scores in patients after the five-finger hypnosis intervention.

Keywords : Hypertension, Anxiety, Five Finger Hypnosis

A. Latar Belakang

Pasien hipertensi merupakan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif antara lain penyakit stroke, jantung, dan penyakit pembuluh darah lainnya. Pengukuran tekanan darah adalah salah satu kegiatan deteksi dini terhadap faktor risiko penyakit tidak menular seperti stroke, jantung, dan kelainan fungsi ginjal. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak bila tidak ditangani secara dini dapat mendapatkan pengobatan yang memadai. Risiko lain yang mengakibatkan oleh hipertensi adalah ansietas (Suciana et al., 2020). Ansietas yang sering terjadi disebabkan oleh hipertensi. Tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang menimbulkan masalah lain seperti stroke, gagal jantung, ginjal, dan tentunya semua itu menyebabkan kematian. Itu sebabnya pencegahan dini dilakukan agar tekanan darah tinggi tidak menimbulkan masalah baru untuk pasien. Hal inilah yang membuat penderita hipertensi cemas akan kondisi dirinya. Kekhawatiran pasien akan timbulnya suatu masalah-masalah baru yang ada pada penderita hipertensi akan menyebabkan gangguan mental emosional atau perasaan yang sering kita jumpai salah satunya adalah ansietas. Perasaan ini muncul akibat ketakutan dan ketidaktahuan seseorang tentang apa yang dialaminya dan apa yang akan terjadi kedepannya.

B. Laporan Kasus Kelolaan Utama

1. Informasi Terkait pasien

a. Informasi Umum

Nama Inisial : Ny. S
Umur : 72 Tahun 2 Bulan 6 Hari
Alamat : Semanu Utara
Agama : Islam
Tanggal masuk RS : 24 November 2023
Nomor rekam medis : 02021XXX
Diagnosa medis : Hipertensi Emergensi
Tingkat kegawatan : III
Tanggal pengkajian : 24 November 2023/ 13.05 WIB

- b. Informasi Spesifik dari Pasien
Kesadaran compos mentis, GCS: E: 4, V: 5, M: 6, gelisah, nangis, sedih, lesu, pusing, lemas, dan merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapinya.
 - c. Keluhan utama
Pusing, merasa kebas di sisi kanan dan tangan kanan.
 - d. Riwayat penyakit keluarga
Pasien tidak memiliki penyakit keturunan
2. Manifestasi dan Temuan Klinis
Skor ansietas 15, pasien terlihat gelisah, sedih dan tegang.
3. Perjalanan Penyakit
Pasien menyampaikan bahwa pagi jam 10.00 WIB merasa pusing, lemas, kebas di sisi kanan dan tangan kanan. Akhirnya pasien dilarikan ke klinik oleh anak dan menantunya. Di Klinik pasien melakukan pemeriksaan dan mendapatkan obat amlodipin, tapi pasien tidak mengkonsumsi obatnya karena pasien takut untuk meminum obatnya. Sekitar jam 12,35 WIB pasien dibawa ke IGD RS Bethesda Yogyakarta dengan keluhan yang sama pasien merasa pusing, lemas, dan kebas di sisi kanan dan tangan kanan.
4. Intervensi Terapeutik
- a. Tipe intervensi terapeutik : Pasien mendapatkan terapi non farmakologis hipnosis lima jari
 - b. Resume keperawatan
Berikut merupakan diagnosa keperawatan, tujuan dan kriteria hasil serta rencana keperawatan
- 1) Ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap kematian dibuktikan dengan Pasien mengatakan pusing dan khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi, merasa bingung, dan skor ansietas 15. Kriteria hasil yang diharapkan Perilaku gelisah menurun, Perilaku tegang menurun, Verbalisasi khawatir menurun, Konsentrasi membaik, Keluhan pusing membaik

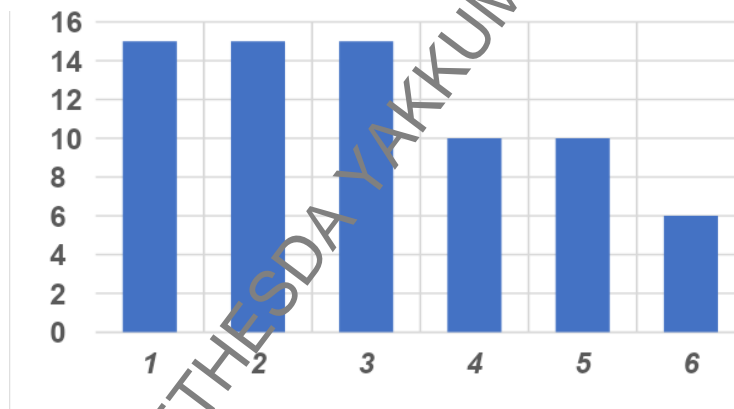
5. Tindakan lanjut/*outcome*

Setelah dilakukan intervensi keperawatan hipnosis lima jari yang diberikan sebanyak 3 kali intervensi selama 20 menit. Skor ansietas berkurang setiap intervensi.

C. Pembahasan

1. Hasil

Gambar 1 Skor Ansietas Sebelum dan Sesudah Melakukan Hipnosis Lima Jari



Setelah dilakukan intervensi keperawatan hipnosis lima jari sebanyak 3 kali selama 20 menit tiap intervensi. Skala ansietas berkurang setiap intervensi, dari intervensi 1 skor ansietas 15 menjadi tetap di skor 15, kemudian intervensi 2 skor ansietas dari 15 menurun menjadi skor 10, kemudian dilanjutkan intervensi 3 skor ansietas menurun dari 10 menjadi skor 6. Pasien mengatakan setelah melakukan hipnosis lima jari menjadi tenang dan tidak cemas lagi.

2. Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi kasus yang dilakukan pada 1 pasien perempuan yaitu Ny. S yang dapat mempengaruhi tingkat ansietas akhir pada pasien. Hal ini sesuai dengan penelitian (Mawarti & Yuliana, 2021) yang menyatakan bahwa mayoritas responden yang terlibat dalam penelitian tersebut adalah perempuan (66,7). Diakibatkan karena depresi, kecemasan dan stres lebih sering dialami perempuan lebih banyak dari pada laki-laki. Kurang lebih 5% dari ansietas perempuan

lebih banyak dibandingkan laki-laki yang kemungkinan disebabkan karena perempuan lebih mempunyai kepribadian yang labil dan cenderung untuk merasa kecemasan. Menurut asumsi peneliti perempuan memiliki tingkat ansietas yang berbeda, hal tersebut adanya peran hormone estrogen dan progesterone yang mempengaruhi keadaan emosi perempuan sehingga membuatnya mudah marah, mudah cemas dan curiga. Kasus yang ditemukan dari Ny. S dengan menggunakan kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) pada pengukuran ansietas terdapat 14 poin pengukuran, dari 14 poin pasien merasa cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, mudah menangis, mimpi buruk, sedih, pucat, lemas, mulut kering, pusing, gelisah tidak tenang, jari gemetar, dan keruk kering. Skor yang didapatkan adalah 15 (Kecemasan sedang). Setelah dilakukan 3 kali intervensi, intervensi pertama 15, intervensi kedua 10, dan intervensi ketiga 6. Terdapat penurunan ansietas terhadap Ny. S dikarenakan hipnosis lima jari yang menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga pasien akan mengurangi ketegangan dan kecemasan dari pikiran tersebut. Hipnosis lima jari mempengaruhi system limbic pasien sehingga berpengaruh pada hormon-hormon yang dapat memacu timbulnya stres dan kecemasan. Pasien yang diberikan terapi hipnosis lima jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap system tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan yang tenang. Manfaat dari hipnosis lima jari bagi pasien dapat menurunkan ansietas, menurunkan tekan darah, menimbulkan kedamaian susan hati dan mengurangi ketengan. Tujuan dari hipnosis lima jari untuk menurunkan ansitas pada pasien (Mawarti & Yuliana, 2021).

Hipnosis lima jari dapat memberikan perasaan rileks dan tenang, hal ini tentu saja dapat berpengaruh pada respon fisik pasien. Ketika pasien merasakan rileks, hormon endorphine akan di stimulasi sehingga pembuluh menjadi vasodilatasi dan ini akan menurunkan tekan darah dan ansietas pada pasien. Hipnosis lima jari untuk kecemasan merupakan salah satu self-hypnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang kuat, sehingga mengurangi ketegangan dan stres.

Hipnosis lima jari dapat memberikan rasa rileks dan tenang yang secara alami dapat memengaruhi respon fisik pasien. Saat pasien merasa rilek, hormon endorphine akan terstimulasi sehingga pembuluh darah melebar sehingga menurunkan ansietas dan tekanan darah pasien. Hipnosis lima jari untuk kecemasan adalah jenis self-hypnosis yang dapat memberikan efek relaksasi kuat yang mengurangi ketegangan dan stres. Hipnosis lima jari mempengaruhi sistem limbik seseorang, yang mempengaruhi pelepasan hormon stres, mengurangi ketegangan otot dan membantu memfokuskan keadaan mental. Respon relaksasi ini berpadu dengan sistem parasimpatis sehingga menimbulkan rasa tenang dan memperlambat detak jantung sehingga menenangkan tubuh dan pikiran. Hipnosis lima jari sebaiknya dilakukan secara rutin minimal 20 menit sehari untuk menenangkan dan mengatasi kecemasan. Bukti ini menunjukkan bahwa kecemasan berkurang secara signifikan, seperti yang ditunjukkan oleh skor kecemasan pre dan post test.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Hipnosis et al.,2023) dengan hasil terdapat perbedaan skor kecemasan di instalasi gawat darurat (IGD) RSUD Karanganyar, dimana sebelum melakukan hipnosis lima jari skor ansietas 21. Setelah dilakukan hipnosis lima jari skor ansietas 14, ada pengaruh hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan. Menurut asumsi peneliti setelah dilakukan hipnosis lima jari, pasien mengalami perubahan status psikologis yang signifikan disebabkan oleh terapi hipnosis lima jari yang memberikan relaksasi sehingga ansietas mengalami penurunan dari hasil pengukuran kuesioner HARS.

D. Kesimpulan

Hasil observasi setelah diberikan intervensi keperawatan pemberian terapi hipnosis lima jari dilakukan selama durasi selama 20 menit, dengan menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Rating Scale For Anxiety*). Dapat disimpulkan adanya pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap perubahan tingkat kecemasan dengan nilai kecemasan pada pasien.

E. Informed Consent

LEMBAR INFORMED CONSENT

1. Saya.....SUMARDIJAH.....(mohon menuliskan nama) Menyatakan bersedia untuk menjadi pasien laporan tugas akhir mahasiswa dengan judul "Reduksi ansietas : Kegiatan pengalihan ketengan dengan hipnosis lima jari untuk masalah keperawatan ansietas pada pasien hipertensi Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta" Saya menyatakan bahwa telah membaca dan memahami "Lembar Informasi Subyek" yang berisi informasi yang terkait dengan tugas akhir ini dan ketentuan-ketentuan dalam berpartisipasi sebagai partisipan.
2. Saya menyatakan bahwa peneliti telah memberikan penjelasan secara lisan untuk mempelajari hal-hal terkait dengan informasi tersebut diatas. Saya telah memahaminya dan telah diberi waktu untuk menanyakan hal-hal yang kurang jelas.
3. Saya menyadari bahwa mungkin saya tidak akan secara langsung menerima atau merasakan manfaat dari tugas akhir ini, namun telah disampaikan kepada saya bahwa hasil tugas akhir ini akan berguna untuk meningkatkan pelayanan kesehatan.
4. Saya telah diberi hak untuk menolak memberikan informasi jika saya keberatan untuk menyampaikannya.
5. Saya juga diberi hak untuk dapat mengundurkan diri sebagai partisipan pada tugas akhir ini sewaktu-waktu tanpa ada konsekuensi apapun.
6. Saya mengerti dan saya telah dibentah bahwa semua informasi yang saya berikan akan sepenuhnya digunakan untuk kepentingan studi klinis.

7. Saya juga telah diberi informasi bahwa identitas pribadi saya akan dijamin kerahasiaannya, baik dalam laporan maupun publikasi hasil penelitian. Saya telah menjelaskan kepada Bpk/Ibu/Sdr.....INDHITA.....(nama responden) hal-hal mendasar tentang penelitian ini. Menurut saya, Bpk/Ibu/Sdr tersebut telah memahami penjelasan tersebut.

Nama : Meldrick Jecksyen Latue

Status dalam studi kasus :

Yogyakarta, 24 November 2023

(Tanda Tangan)

(Tanda Tangan)

(Meldrick Jecksyen Latue)

(.....)

DAFTAR PUSTAKA

1. Mawarti, I., & Yuliana. (2021). Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jambi Medical Journal*, 9(3), 297–304.
2. PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*(Cetakan II). DPP PPNI.
3. PPNI. (2018). *Standar Intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*(Edisi II). DPP PPNI.
4. PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (Cetakan II). DPP PPNI.
5. Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Sendeikia Utama*, 9(2), 146. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i2.595>

STIKES BETHESDA YAKKUM