



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

CASE REPORT: APLIKASI HIPNOSIS 5 JARI DAN TERAPI MUSIK

KLASIK UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN

PADA PASIEN GASTRITIS DI IGD RS MARDI WALUYO

KOTA METRO TAHUN 2025

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar

Profesi Ners

OLEH:

Maria Erlinawati

2404146

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

NASKAH PUBLIKASI

CASE REPORT: APLIKASI KOMBINASI *SLOW DEEP BREATHING*, *GUIDED IMAGERY*, DAN TERAPI MUSIK DAPAT DALAM MENURUNKAN SKALA NYERI PADA PASIEN CKD DI INSTALASI GAWAT DARURAT RS MARDI WALUYO KOTA METRO

TAHUN 2025

Oleh :

Agnes Adelia Fekaristi

2404095

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 27 Agustus 2025

Ketua Program Studi Pendidikan

Dosen Pembimbing

Profesi Ners

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

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

ABSTRAK

MARIA ERLINAWATI “*Case Report: Aplikasi Hipnosis 5 Jari Dan Terapi Musik Klasik Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gastritis Di Igd RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025*”.

Latar Belakang:

Gastritis menimbulkan keluhan fisik seperti nyeri ulu hati, mual, muntah dan kecemasan. Data pasien gastritis di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro pada bulan Januari–Februari 2025 menunjukkan terdapat kasus dengan keluhan utama nyeri ulu hati disertai cemas.

Tujuan:

Mengetahui aplikasi hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gastritis di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025.

Metode:

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah pasien gastritis dengan keluhan cemas di IGD. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk mengukur tingkat kecemasan pasien. Intervensi berupa hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik dilakukan sesuai prosedur terapi relaksasi.

Hasil:

Setelah dilakukan intervensi hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik selama 15 menit dalam 3 sesi, hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan dari kategori sedang (skor HARS 21) menjadi kategori ringan (skor HARS 15). Pasien melaporkan merasa lebih rileks, berkurangnya ketegangan otot, serta tidur lebih nyenyak setelah terapi.

Kesimpulan:

Aplikasi hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gastritis di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025, sehingga dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis pendukung dalam pelayanan keperawatan.

Kata Kunci: Hipnosis 5 Jari, Terapi Musik Klasik, Kecemasan, Gastritis
xiii + 74 halaman + 4 tabel + 1 skema + 1 grafik + 6 lampiran

Kepustakaan: 23, 2018–2025

ABSTRACT

MARIA ERLINAWATI "Case Report: Application of 5-Finger Hypnosis and Classical Music Therapy to Reduce Anxiety Levels in Gastritis Patients at the Emergency Room of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2025".

Background:

The condition of gastritis causes physical complaints such as heartburn, nausea, vomiting and anxiety. Data on gastritis patients at the emergency room of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in January-February 2025 showed that there were cases with the main complaint of heartburn accompanied by anxiety.

Objective:

To know the application of 5-finger hypnosis and classical music therapy to reduce anxiety levels in gastritis patients in the emergency room of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2025.

Methods:

The design of this study is descriptive with a case study approach. The subjects of the study were gastritis patients with anxiety complaints in the emergency room. The sampling technique uses Accidental sampling. The research instrument used is the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) to measure patients' anxiety levels. Interventions in the form of 5-finger hypnosis and classical music therapy were carried out according to relaxation therapy procedures.

Results:

After 5-finger hypnosis intervention and classical music therapy for 15 minutes in 3 sessions, results showed a decrease in anxiety levels from moderate (HARS score 21) to mild category (HARS score 15). Patients reported feeling more relaxed, reduced muscle tension, and sleeping better after therapy.

Conclusion:

The application of 5-finger hypnosis and classical music therapy has been proven to reduce anxiety levels in gastritis patients in the emergency room of Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2025, so that it can be used as one of the supporting nonpharmacological interventions in nursing services.

Keywords: 5-finger hypnosis, Classical Music Therapy, Anxiety, Gastritis
xiii + 74 pages + 4 tables + 1 schematic + 1 graph + 6 appendices

Literature: 23, 2018–2025

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang paling umum terjadi pada pasien di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD), terutama pada pasien dengan kondisi akut seperti gastritis. Gastritis sendiri merupakan peradangan pada mukosa lambung yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti stres, infeksi bakteri, penggunaan *Obat Antiinflamasi Nonsteroid* (OAINS), serta pola makan tidak sehat. Nyeri hebat dan ketidaknyamanan akibat gastritis sering kali memicu reaksi emosional yang intens seperti kecemasan, ketegangan, bahkan panik¹. Secara global, sekitar 31% pasien gastroenterologi mengalami kecemasan, dan pada *atrophic chronic gastritis* prevalensinya mencapai 36–42%². Di Indonesia, kecemasan dan stres terbukti berkaitan erat dengan gastritis³.

Kecemasan yang berlarut-larut pada pasien gastritis dapat menyebabkan peningkatan asam lambung, memperparah inflamasi, serta mengganggu efektivitas terapi medis. Selain itu, kecemasan juga dapat menurunkan motivasi pasien untuk patuh terhadap pengobatan, asupan nutrisi, dan istirahat, sehingga menghambat proses penyembuhan⁴. Oleh karena itu, intervensi psikologis non-obat menjadi penting untuk mempercepat pemulihan dan meningkatkan kenyamanan pasien selama berada di IGD.

Berdasarkan uraian tersebut, kombinasi hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik dipandang sebagai solusi inovatif yang layak diterapkan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gastritis di IGD. Terapi ini tidak hanya mudah dilakukan, tetapi juga tidak menimbulkan efek samping, serta

dapat dilakukan secara berulang dan mandiri oleh pasien. Dengan demikian, Penelitian ini penting dilakukan guna menguji efektivitas kedua terapi tersebut secara bersama-sama dalam konteks klinis, khususnya di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah pasien gastritis dengan keluhan cemas di IGD. Teknik pengambilan sampel menggunakan Accidental Sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) untuk mengukur tingkat kecemasan pasien. Intervensi berupa hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik dilakukan sesuai prosedur terapi relaksasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil Observasi Hypnosis 5 Jari dan Terapi Music Klasik pada Tn W dengan Gastritis di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro tahun 2025

Intervensi Hipnosis 5 Jari dan Terapi Musik	Score <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>	
	Sebelum	Sesudah
Pre Intervensi	21 (cemas sedang)	0
Post Intervensi	0	15 (cemas ringan)

Lembar observasi *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)* alat ukur kecemasan *Pre* intervensi (✓) dan *Post* intervensi (*)

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas		*	✓		
	- Cemas					
	- Firasat Buruk					
	- Takut Akan Pikiran Sendiri					
	- Mudah Tersinggung					

2	Ketegangan - Merasa Tegang - Lesu - Tak Bisa Istirahat Tenang - Mudah Terkejut - Mudah Menangis - Gemetar - Gelisah	*	√
3	Ketakutan - Pada Gelap - Pada Orang Asing - Ditinggal Sendiri - Pada Binatang Besar - Pada Keramaian Lalu Lintas - Pada Kerumunan Orang Banyak		
4	Gangguan Tidur - Sukar Masuk Tidur - Terbangun Malam Hari - Tidak Nyenyak - Bangun dengan Lesu - Banyak Mimpi-Mimpi - Mimpi Buruk - Mimpi Menakutkan	*	√
5	Gangguan Kecerdasan - Sukar Konsentrasi - Daya Ingat Buruk		* √
6	Perasaan Depresi - Hilangnya Minat - Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi - Sedih - Bangun Dini Hari - Perasaan Berubah-Ubah Sepanjang Hari	*	√
7	Gejala Somatik (Otot) - Sakit dan Nyeri di Otot-Otot - Kaku - Kedutan Otot - Gigi Gemerutuk - Suara Tidak Stabil		* √
8	Gejala Somatik (Sensorik) - Tinitus - Penglihatan Kabur - Muka Merah atau Pucat - Merasa Lemah - Perasaan ditusuk-Tusuk		* √

9	Gejala Kardiovaskuler	* √
	- Takikardia - Berdebar - Nyeri di Dada - Denyut Nadi Mengeras - Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan - Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	
10	Gejala Respiratori	* √
	- Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada - Perasaan Tercekik - Sering Menarik Napas - Napas Pendek/Sesak	
11	Gejala Gastrointestinal	* √
	- Sulit Menelan - Perut Melilit - Gangguan Pencernaan - Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan - Perasaan Terbakar di Perut - Rasa Penuh atau Kembung - Mual - Muntah - Buang Air Besar Lembek - Kehilangan Berat Badan - Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	
12	Gejala Urogenital	* √
	- Sering Buang Air Kecil - Tidak Dapat Menahan Air Seni - Amenorrhoe - Menorrhagia - Menjadi Dingin (Frigid) - Ejakulasi Praecocks - Ereksi Hilang - Impotensi	
13	Gejala Otonom	* √
	- Mulut Kering - Muka Merah - Mudah Berkeringat - Pusing, Sakit Kepala - Bulu-Bulu Berdiri	

14 Tingkah Laku Pada Wawancara

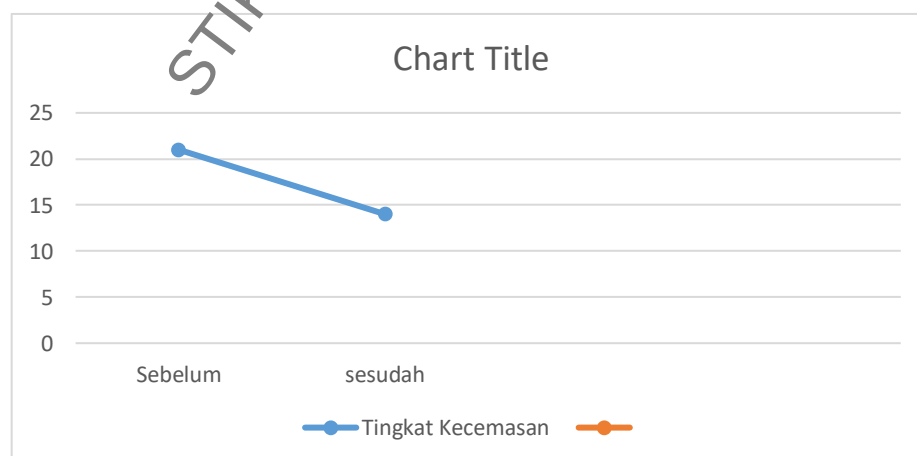
* √

- Gelisah
 - Tidak Tenang
 - Jari Gemetar
 - Kerut Kening
 - Muka Tegang
 - Tonus Otot Meningkat
 - Napas Pendek dan Cepat
 - Muka Merah
-

PEMBAHASAN

Pasien yang ditangani adalah Tn W, seorang laki-laki berusia 72 tahun yang datang ke IGD dengan keluhan utama nyeri perut kanan atas, mual, muntah, dan badan lemas. Secara teori, kecemasan pada laki-laki dapat muncul dengan manifestasi yang berbeda dibandingkan perempuan. Laki-laki cenderung mengekspresikan kecemasan dalam bentuk keluhan somatik, kegelisahan, atau perilaku iritabel, dibandingkan menunjukkan respon emosional yang terbuka seperti menangis. Hal ini juga dipengaruhi faktor budaya, di mana laki-laki dituntut untuk terlihat kuat, sehingga perasaan cemas sering tertekan dan justru dimunculkan lewat gejala fisik

Hasil Observasi Hypnosis 5 Jari dan Terapi Music Klasik pada Tn W dengan Gastritis di IGD RS Mardi Waluyo Kota Metro tahun 2025



Tujuan utama intervensi keperawatan pada Tn W adalah menurunkan tingkat ansietas yang muncul akibat kondisi kesehatan dan nyeri perut kanan atas

yang dirasakannya. ⁵Penanganan ansietas pada pasien dengan keluhan fisik membutuhkan pendekatan multimodal yang mencakup intervensi farmakologis maupun nonfarmakologis, sehingga pasien tidak hanya mengalami perbaikan fisik, tetapi juga peningkatan kenyamanan psikologis. Dengan demikian, pengendalian ansietas menjadi fokus utama dalam mendukung pemulihan pasien.

Hasil intervensi menunjukkan adanya perbaikan signifikan pada kondisi pasien. Nyeri yang semula skala 6 menurun menjadi skala 2 setelah pemberian terapi obat pencernaan, analgesik, serta intervensi nonfarmakologis berupa hypnosis lima jari dan terapi musik klasik. Penurunan nyeri ini berdampak positif terhadap tingkat kecemasan, karena pasien tampak lebih tenang, mampu beristirahat lebih baik, dan perilaku gelisah berkurang ⁶.

Hasil pengukuran menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan pasien gastritis dari 21 (kategori sedang) menjadi 15 (kategori ringan) setelah diberikan intervensi hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil KIA terhadap Tn W, dapat disimpulkan bahwa rasa cemas/*ansietas* yang dialami pasien dapat dikurangi melalui kombinasi terapi farmakologis (*IVFD NaCl, sucralfate, pacetik, domperidon, scobutrin*) dan intervensi nonfarmakologis (*hypnosis lima jari dan terapi musik klasik*). Luaran yang dicapai menunjukkan

penurunan tingkat kecemasan dari skor 21 menjadi 15 berdasarkan *Hamilton Anxiety Rating Scale*, yang termasuk kategori *cemas ringan*. Hal ini menegaskan efektivitas pendekatan multidimensional dalam perawatan pasien lansia dengan *gastritis*.

SARAN

Dianjurkan bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya untuk menerapkan intervensi multidimensional pada pasien lansia dengan keluhan kecemasan akibat gastritis, yang mencakup pengelolaan cemas farmakologis dan nonfarmakologis secara bersamaan. Selain itu, pemantauan tanda vital, serta pendampingan psikologis melalui teknik relaksasi dan terapi musik perlu dijadikan bagian dari standar perawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien dan mendukung proses penyembuhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. RS Mardi Waluyo Metro yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian Aplikasi Hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien dengan Gastritis di IGD.
2. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas dan izin bagi peneliti untuk melaksanakan proses penelitian.
3. Pembimbing akademik dan klinik yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun bagi peneliti.
4. Tn W yang telah bersedia menjadi pasien kelolaan untuk dilakukan intervensi Hipnosis 5 jari dan terapi musik klasik .
5. Seluruh pihak yang terlibat dan membantu dalam proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2020). Textbook of Medical Physiology (13th ed.). Elsevier.
2. Wu, Q., Li, D., Yan, M., & Li, Y. (2022). Mental health status of medical staff in Xinjiang Province of China based on the normalisation epidemic prevention and control. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 74. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2022.102928>
3. Wahyuni, S. (2022). Hubungan kecemasan dengan nyeri pada pasien gastritis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sumatera*, 7(1), 15–22.
4. Selye, H. (2021). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.
5. Ignatavicius, Donna, Linda Workman, Cherie Rebar, and Nicole Heimgartner. 2020. *Medical-Surgical Nursing: Concepts for Interprofessional Collaborative Care* 10th Edition.
6. Smeltzer, S. G., & Bare, B. G. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC.