



**KARYA ILMIAH AKHIR**

**PENGARUH HIPNOSIS 5 JARI TERHADAP KECEMASAN**

**PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG FLAMBOYAN**

**RS MARDI WALUYO KOTA METRO**

**TAHUN 2025**

**OLEH:**

**RITA YULIANA**

**2404163**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**STIKES BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA**

**2025**

**PENGARUH HIPNOSIS 5 JARI TERHADAP KECEMASAN  
PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG FLAMBOYAN  
RS MARDI WALUYO KOTA METRO  
TAHUN 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh  
Gelar Ners**

**OLEH:  
RITA YULIANA**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS  
STIKES BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA  
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR

PENGARUH HIPNOSIS 5 JARI TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI RUANG FLAMBOYAN RS MARDI WALUYO  
KOTA METRO LAMPUNG : CASE REPORT

Oleh :

Rita Yuliana

NIM: 2404163

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 10 September 2025.

Pembimbing :

Chatarina Hatri Istharini, S.Kep.,Ns.,

M.Kep.,Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

PENGARUH HIPNOSIS 5 JARI TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN

HIPERTENSI DI RUANG FLAMBOYAN RS MARDI WALUYO

KOTA METRO LAMPUNG : CASE REPORT

Oleh :

Rita Yuliana

NIM: 2404163

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 10 September 2025

Dosen Pembimbing

Charolina Hatri Istiairini, S.Kep.,Ns.,

M.Kep.,Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

Mengesahkan

Ketua STIKES Bethesda Yakkum



Nadia Ikahandiyas, S.Kep.,Ns.,

M.Kep.,Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan

Profesi Ners

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

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tak terhingga ditujukan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) dengan judul “Pengaruh Hipnosis 5 Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Flamboyan Rs Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2025” KIA ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh Program Pendidikan Profesi Ners di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Selama proses penyusunan KIA ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak dr Paran Bagionoto, Sp. B., selaku Direktur Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung.
3. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS., selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Chatarina Hatri Istiarini, S.Kep.,Ns., M.Kep.,Sp.Kep.MB.,Ph.D.NS., selaku Pembimbing Akademik yang telah bersedia membantu dan membimbing dalam pembuatan serta memberikan kritik dan saran untuk perbaikan Karya Tulis Ilmiah (KIA).
6. Bapak Sugi Gunanto, S.Kep., Ns, selaku Pembimbing Klinik di Ruang Krisan

Rumah Sakit Mardi Waluyo Lampung.

7. Seluruh staff perawat di Ruang Flamboyan yang telah membimbing selama berpraktik, Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung.
8. Teman-teman mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners angkatan XXVI STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan KIA ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, Penulis meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga laporan ini bermanfaat bagi pembaca.

Metro Lampung, Agustus 2025



Rita Yuliana

## ABSTRAK

**RITA YULIANA.** “Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro Tahun 2025”

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah, dimana tekanan sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik melampaui 90 mmHg, berdasarkan dua kali pengukuran dalam keadaan tenang dengan jeda waktu lima menit. Terdapat 40 orang menderita hipertensi di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo pada Mei hingga Juli 2025.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh hipnosis 5 jari terhadap kecemasan pada pasien hipertensi di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.

**Metode:** Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Populasi pada KIA ini adalah pasien hipertensi dengan ansietas di Ruang Rawat Inap. Instrumen penelitian KIA ini menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A).

**Hasil:** Intervensi hipnosis 5 jari dilakukan 1 kali sehari dalam waktu 10 menit selama 3 hari, hasil skor *HRSA* menurun dari 27 (ansietas sedang) menjadi 16 (ansietas ringan)

**Kesimpulan:** Intervensi hipnosis 5 jari yang dilakukan menunjukkan adanya penurunan skala *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh hipnosis 5 jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien dengan hipertensi di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro tahun 2025.

**Kata Kunci:** hipnosis 5 jari, ansietas, hipertensi.

xiv + 155 halaman + 5 tabel + 2 gambar+ 1 grafik + 4 Lampiran

**Kepustakaan:** 26, 2017-2024

## ABSTRACT

**RITA YULIANA. “The Influence of Five-Finger Hypnosis on Anxiety in Hypertensive Patients in the Flamboyant Ward at Mardi Waluyo Hospital, Metro, 2025”**

### **Background:**

Hypertension is a condition characterized by elevated blood pressure, where systolic pressure exceeds 140 mmHg and diastolic pressure exceeds 90 mmHg, based on two measurements taken at rest with a five-minute interval. There were 40 individuals diagnosed with hypertension in the Flamboyant Ward at Mardi Waluyo Hospital from May to July 2025.

### **Objective:**

To determine the effect of five-finger hypnosis on anxiety in hypertensive patients in the Flamboyant Ward at Mardi Waluyo Hospital, Metro, in 2025.

### **Methods:**

This study employed a descriptive, case-study approach. The population consisted of hypertensive inpatients experiencing anxiety. The Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) questionnaire was used as the research instrument.

### **Results:**

The five-finger hypnosis intervention was administered once daily for 10 minutes over a period of three days. The HRS-A anxiety score decreased from 27 (moderate anxiety) to 16 (mild anxiety).

### **Conclusion:**

The five-finger hypnosis intervention demonstrated a reduction in Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) scores. Thus, it can be concluded that five-finger hypnosis has a positive effect in reducing anxiety among hypertensive patients in the Flamboyant Ward at Mardi Waluyo Hospital, Metro, in 2025.

**Keywords:** five-finger hypnosis, anxiety, hypertension.  
xiv + 155 pages + 5 tables + 2 figure + 1 graph + 8 appendices  
References: 33, 2017–2024

## DAFTAR ISI

|                                                   |      |
|---------------------------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL.....                                | i    |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                           | iii  |
| KATA PENGANTAR.....                               | v    |
| ABSTRAK.....                                      | vii  |
| ABSTRACT.....                                     | viii |
| DAFTAR ISI.....                                   | ix   |
| DAFTAR GAMBAR.....                                | xi   |
| DAFTAR TABEL.....                                 | xii  |
| DAFTAR GRAFIK.....                                | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                              | xiv  |
| BAB 1 PENDAHULUAN.....                            | 1    |
| A. Latar belakang.....                            | 1    |
| B. Rumusan masalah.....                           | 5    |
| C. Tujuan.....                                    | 5    |
| D. Manfaat.....                                   | 6    |
| BAB II TINJAUAN LITERATUR.....                    | 7    |
| A. Konsep medis hipertensi.....                   | 7    |
| B. Konsep kecemasan.....                          | 21   |
| C. Konsep hipnosis 5 jari.....                    | 30   |
| BAB III GAMBARAN KASUS.....                       | 44   |
| A. Metode penelitian.....                         | 44   |
| B. Informasi terkait pasien.....                  | 45   |
| C. Manifestasi dan temuan klinis.....             | 47   |
| D. Perjalanan penyakit.....                       | 47   |
| E. Etiologi, faktor risiko dan patofisiologi..... | 48   |

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| F. Pemeriksaan diagnostik.....  | 48 |
| G. Intervensi Terapeutik.....   | 51 |
| H. Rencana Keperawatan.....     | 53 |
| I. Tindak lanjut/outcomes.....  | 54 |
| BAB IV PEMBAHASAN.....          | 57 |
| A. Pembahasan.....              | 57 |
| B. Perspektif pasien.....       | 60 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 61 |
| A. Kesimpulan.....              | 61 |
| B. Saran.....                   | 61 |
| DAFTAR PUSTAKA.....             | 63 |
| LAMPIRAN                        |    |

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR GAMBAR

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Gambar 1 Model Pikiran Manusia..... | 32 |
| Gambar 2 proses kerja hipnosis..... | 33 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR TABEL

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Tabel 1 Klasifikasi hipertensi .....          | 8  |
| Tabel 2 Intervensi keperawatan .....          | 41 |
| Tabel 3 Hasil pemeriksaan laboratorium .....  | 48 |
| Tabel 4 Rencana keperawatan .....             | 53 |
| Tabel 5 Hasil observasi hipnosis 5 jari ..... | 55 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR GRAFIK

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Grafik 1 Hasil Observasi hipnosis 5 jari..... | 56 |
|-----------------------------------------------|----|

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi Subyek

Lampiran 2 Lembar *Informed Consent*

Lampiran 3 instrumen skala ansietas (HRS-A)

Lampiran 4 Asuhan keperawatan

STIKES BETHESDA YAKKUM