

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti pada bab ini akan menguraikan hasil dan pembahasan studi kasus yang telah dilakukan dengan judul " Penerapan Intervensi Keperawatan Terapi Hipnotik Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui Kota Kupang"

4.1 Hasil Studi Kasus

1. Gambaran Umum Lokasi Studi Kasus

Puskesmas Penfui terletak di jln. Baumata KM. 15 kelurahan Penfui kecamatan Maulafa kota Kupang. Wilayah kerja puskesmas Penfui meliputi 3 (tiga) kelurahan, dengan luas wilayah kerja yang dimiliki adalah 23,9 km². Kelurahan yang termasuk dalam wilayah kerja puskesmas Penfui adalah Penfui, Naimata dan Maulafa. Batas-batas wilayah kerja puskesmas Penfui yaitu sebelah timur berbatasan dengan kecamatan Kupang Tengah, sebelah barat berbatasan dengan kecamatan Alak, sebelah utara berbatasan dengan kecamatan Oebobo, dan sebelah selatan berbatasan dengan kecamatan Kupang Barat.

Tempat atau lokasi yang digunakan dalam studi kasus ini adalah rumah warga yang cukup untuk dilakukan pemberian terapi hipnotik lima jari yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan terhadap pasien yang mengalami penyakit hipertensi, dengan jumlah pasien sebanyak 2 orang.

2. Pengkajian Karakteristik Responden

Hasil penelitian ini terhadap 2 responden pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di wilayah kerja puskesmas Penfui Kota Kupang diperoleh karakteristik responden sebagai berikut.

a) Pengkajian Pasien Ny. T

Pengkajian dilakukan pada tanggal 10 Juni 2024 jam 10.00 WITA, di rumah Ny. T di wilayah kerja Puskesmas Penfui. Didapatkan data pasien atas nama Ny. T, berjenis kelamin perempuan, lahir di Sabu, 1 Desember 1968 saat ini berusia 56 tahun, beragama Kristen Katolik, status perkawinan sudah menikah, pendidikan terakhir SD dan Ny. T bekerja sebagai IRT. Tekanan darah 170/110 mmHg, skor HARS-A 32 dengan kecemasan berat. Ny. T memiliki riwayat kesehatan hipertensi sejak 1 tahun yang lalu dan sebelumnya Ny. T sudah pernah di rawat di rumah sakit sebanyak 2 kali akibat hipertensi sehingga mulai timbul rasa cemas pada Ny. T.

Ny. T mengatakan bahwa saat ini sering merasakan pusing, mual tapi tidak muntah, merasa khawatir, lemas, takut tidak bisa sembuh. karna tekanan darahnya selalu tinggi sehingga tidak bisa tidur pada malam hari, sekalinya tidur kadang suka terbangun pada malam hari. Ny. T juga mengatakan selama di rumah sakit, perawat memberikan terapi farmakologi untuk hipertensinya yaitu amlodipine.

Pada saat pengkajian sesuai dengan informasi, bahwa responden belum pernah diberikan terapi hipnotik lima jari untuk mengurangi kecemasan dan menurunkan hipertensinya. Saat awal di minta menjadi responden, Ny. T bersedia untuk menjadi responden karena Ny. T berpikir intervensi ini sangat berguna dan bermanfaat untuk dirinya disaat merasakan cemas.

b) Pengkajian Pasien Ny. W

Pengkajian dilakukan pada tanggal 10 Juni 2024 jam 16.00 WITA, di rumah Ny. T di wilayah kerja Puskesmas Penfui. Didapatkan data pasien atas nama Ny. W, berjenis kelamin perempuan, lahir di Baumata, 20 Januari 1958 saat ini berusia 66 tahun, beragama Kristen Katolik. Status perkawinan sudah menikah, pendidikan terakhir SMP. Responden bekerja sebagai IRT. Tekanan darah 160/100 mmHg, skor HRS-A 26 dengan kecemasan sedang. Ny. W mengatakan bahwa dirinya mengalami hipertensi sejak 6 bulan yang lalu, karna sebelumnya Ny. W tidak pernah kontrol perihal tekanan darahnya, tetapi setelah mengetahui bahwa dirinya mengalami hipertensi, Ny. W rutin ke puskesmas penfui untuk mengontrol hipertensinya.

Ny. W mengatakan bahwa sering merasakan pusing, merasa khawatir akan keadaan dirinya, sering merasa lemas dan mual dan sulit tidur pada malam hari. Ny. W selalu memikirkan cucunya dan berpikir kalau tidak sembuh takut meninggal karna tekanan darahnya yang tidak terkontrol dan takut meninggalkan keluarganya.

Pada saat pengkajian sesuai dengan informasi bahwa Ny. W belum pernah diberikan terapi hipnotik lima jari untuk mengurangi kecemasan dan menurunkan hipertensi. Saat awal diminta menjadi responden, tidak ada hambatan dan Ny. W langsung bersedia menjadi responden pada penelitian ini, karna Ny. W berfikir intervensi ini sangat berguna dan bermanfaat untuk dirinya disaat merasakan cemas.

3. Penerapan Intervensi Terapi Hipnotik Lima Jari

Pertemuan pertama sebelum dilakukan penerapan hipnotik lima jari peneliti melakukan pemeriksaan tekanan darah dan pengukuran skala HRS-A yang dimana tujuannya untuk mengetahui tingkat kecemasan pada Ny. T dan Ny. W. Setelah peneliti menjelaskan dalam mempraktikkan penerapan hipnotik lima jari Ny.T dan Ny. W mampu untuk mempraktikkannya sendiri. Pada pertemuan pertama belum ada perubahan tingkat kecemasan pada Ny. T dan Ny. W.

Pertemuan kedua peneliti melakukan evaluasi terhadap kemampuan kedua responden dalam melakukan penerapan terapi hipnotik lima jari. Hasil evaluasi kemampuan dari kedua responden menunjukkan bahwa Ny. T sudah mampu menerapkan terapi hipnotik lima hari secara individu tanpa bantuan atau bimbingan peneliti sedangkan Ny. W bertahap untuk bisa menerapkan terapi hipnotik lima jari dan masih dibantu atau dibimbing untuk mengingat kembali. Hasil observasi, tanda dan gejala kecemasan pada kedua responden masih terlihat karena kedua responden masih merasa sedih, lemas, merasa takut, pusing dan mual.

Pertemuan ketiga peneliti melakukan evaluasi kembali terkait dengan kemampuan kedua responden untuk melakukan penerapan hipnotik lima jari. Hasil evaluasi yang didapatkan pada Ny. T dan Ny. W sudah mampu melakukan terapi hipnotik lima jari secara mandiri tanpa bantuan peneliti. Hasil penelitian pada hari ketiga setelah dilakukan penerapan terapi hipnotik lima jari kedua responden mengalami penurunan tingkat kecemasan dengan hasil Ny. T mengatakan Ny. T dapat mengingat kembali pada saat sehat sering menanam sayur dan mengurus banyak ikan, Ny. T mengingat kembali saat bersama putri tunggalnya yang sekarang berada di Ende, Ny. T mengingat saat mampu membeli sepeda motor dengan hasil kerja kerasnya, dan Ny. T mengingat saat pergi berlibur ke Sabu tempat kelahirannya. Sedangkan terhadap Ny. W terapi hipnotik lima jari berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan karena Ny. W dapat mengingat kembali pada saat sehat sering menanam dan mengurus banyak bunga karena Ny. W menyukai bunga, Ny. W mengingat kembali saat bersama suaminya di Ambon, Ny. W mengingat saat bisa pergi berlibur ke Bali dengan uang hasil kerja kerasnya dan Ny. W mengingat saat pergi mengadakan arisan bersama teman-temannya di pantai Tablolong.

Kedua responden kembali mengisi lembar kuesioner setelah dilakukan terapi hipnotik lima jari selama 3 hari dan peneliti mendapatkan skor skala HRS-A kedua responden mengalami penurunan dengan hasil : Pada Ny. T dihari pertama, hasil skor skala HRS-A 32 dengan tingkat kecemasan berat menurun pada hari ketiga menjadi skor skala HRS-A 24 dengan tingkat kecemasan sedang.

Sedangkan pada Ny. W dihari pertama, hasil skor skala HRS-A 26 dengan tingkat kecemasan sedang menurun pada hari ketiga menjadi skor skala HRS-A 18 dengan tingkat kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa telah terjadi penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden yang diukur dengan kuisisioner skala HRS-A. Penelitian Annisa & Ifdil., (2016) membuktikan bahwa terapi hipnotik lima jari berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang mengalami hipertensi.

4. Tingkat Kecemasan Sebelum Dilakukan Terapi Hipnotik Lima Jari

Tabel 1 Distribusi Tingkat Kecemasan Responden Sebelum Dilakukan Terapi Hipnotik Lima Jari Di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui Kota Kupang

Kategori	Frekwensi	Presentase (%)
Tingkat Cemas		
Sebelum		
Cemas berat	1	50
Cemas sedang	1	50
Total	2	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada kedua responden sebelum dilakukan terapi hipnotik lima jari termasuk dalam kategori kecemasan sedang sampai dengan berat yaitu, Ny. T dengan kecemasan berat (50%) dan Ny. W dengan kecemasan sedang (50%).

5. Tingkat Kecemasan Setelah Dilakukan Terapi Hipnotik Lima Jari

Tabel 2 Distribusi Tingkat Kecemasan Responden Setelah Dilakukan Terapi Hipnotik Lima Jari Di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui Kota Kupang

Kategori	Frekwensi	Presentase (%)
Tingkat Cemas		
Setelah		
Cemas sedang	1	50
Cemas ringan	1	50
Total	2	100

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada kedua responden setelah dilakukan terapi hipnotik lima jari mengalami penurunan sehingga termasuk dalam kategori kecemasan ringan sampai dengan sedang yaitu, Ny. T dengan kecemasan sedang (50%) dan Ny. W dengan kecemasan ringan (50%).

6. Pengaruh Intervensi Terapi Hipnotik Lima Jari

Tabel 3 Distribusi Pengaruh Terapi Hipnotik Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui Kota Kupang

Responden	Pretest	Intervensi	Posttest
Ny. T	Berat	Hipnotik Lima Jari	Sedang
Ny. W	Sedang	Hipnotik Lima Jari	Ringan

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa terapi hipnotik lima jari mempunyai pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi yaitu, Ny. T dengan tingkat kecemasan berat menurun menjadi tingkat kecemasan sedang dan Ny. W dengan tingkat kecemasan sedang menurun menjadi tingkat kecemasan ringan.

4.2 Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a) Usia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, karakteristik responden pada penelitian ini berada pada usia dewasa akhir yaitu Ny. T berusia 56 tahun, dan pada usia lansia yaitu Ny. W berusia 66 tahun. Menurut pendapat peneliti dengan bertambahnya umur, maka risiko terkena hipertensi sangat meningkat dikarenakan terjadinya perubahan fisiologis pada tubuh seperti penebalan dinding arteri dan penyempitan pembuluh darah yang menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Putri Atica., 2023) menyatakan bahwa pada usia diatas 45 tahun dinding arteri akan mengalami penebalan akibat adanya penumpukan zat kolagen pada

lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan juga menjadi kaku.

b) Jenis Kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, karakteristik berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa Ny. T dan Ny. W berjenis kelamin perempuan. Menurut pendapat peneliti perempuan lebih rentan mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki karena ketika perempuan memasuki usia tua kadar hormon estrogen akan perlahan menurun.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Saputra Teuku 2020), yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kejadian hipertensi pada perempuan dipengaruhi oleh kadar hormon estrogen. Hormon estrogen tersebut akan menurun kadarnya ketika perempuan memasuki usia tua sehingga perempuan menjadi lebih rentan terhadap hipertensi.

c) Pendidikan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, karakteristik berdasarkan pendidikan didapatkan bahwa Ny. T berpendidikan terakhir SD dan Ny. W berpendidikan terakhir SMP. Menurut pendapat peneliti semakin rendah tingkat pendidikan seseorang maka semakin rendah pengetahuan tentang penyakit yang dialaminya.

Penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuwono et al., 2017) bahwa seseorang yang mengalami hipertensi dengan tingkat pendidikan yang sangat rendah disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang kesehatan maupun penyakit yang dialaminya sehingga sulit untuk mengontrol masalah kesehatannya. Tingkat pendidikan memiliki dampak bukan hanya mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, namun dapat juga mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengolah berbagai informasi.

2. Tingkat Hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat hipertensi pada kedua responden termasuk dalam kategori hipertensi sedang yaitu sistolik 160-179 diastolik 100-110 dengan hasil, Ny. T 170/110 mmHg dan Ny. W 160/100 mmHg. Dari hasil pengkajian didapatkan data bahwa responden I sering mengonsumsi makanan yang berlebihan hingga menyebabkan kegemukan (obesitas) dan responden I juga sering mengonsumsi makanan yang mengandung banyak garam. Menurut peneliti alasan tersebut yang menyebabkan Ny. T mengalami Hipertensi. Sedangkan pada Ny. W didapatkan data bahwa Ny. W sering merokok dan mengonsumsi alkohol. Alasan tersebut yang menyebabkan Ny. W mengalami hipertensi.

Menurut peneliti, tingkat hipertensi pada kedua responden disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan faktor gaya hidup sehingga kedua responden tidak mengetahui bahwa jika pola makan tidak diatur, sering mengonsumsi alkohol, merokok, dan mengonsumsi garam berlebihan dapat menyebabkan hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Afiani & Damayanti, (2014) bahwa faktor merokok, mengonsumsi alkohol, dan kegemukan dapat menyebabkan seseorang menderita hipertensi.

3. Tingkat Kecemasan Sebelum Dilakukan Terapi Hipnotik Lima Jari

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada kedua responden sebelum dilakukan terapi hipnotik lima jari termasuk dalam kategori kecemasan sedang sampai berat yang diukur dengan kuisioner Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A) dengan hasil : Ny. T sebelum dilakukan intervensi terapi hipnotik lima jari dengan skor 32 (berat). Ny. W sebelum dilakukan intervensi terapi hipnotik lima jari dengan skor 26 (sedang).

Ny. T mengatakan bahwa sering merasakan pusing, mual tapi tidak muntah, merasa khawatir, lemas, takut tidak bisa sembuh. karena tekanan darahnya selalu tinggi sehingga tidak bisa tidur, sekalinya tidur kadang suka terbangun pada malam hari. Ny. T juga mengatakan pernah 2 kali dirawat di rumah sakit, dan sudah 1 tahun menderita hipertensi, alasan tersebut yang memicu timbulnya

kecemasan pada Ny. T. Sedangkan pada Ny. W mengatakan bahwa sering merasakan pusing, merasa khawatir akan keadaan dirinya, sering merasa lemas dan mual, serta sulit tidur pada malam hari. Ny. W selalu memikirkan cucu dan keluarganya karena takut tidak bisa sembuh karna tekanan darahnya selalu tinggi.

Menurut peneliti penyebab tingkat kecemasan pada kedua responden adalah karena rasa khawatir yang berlebih terhadap kondisinya, sehingga menyebabkan stres dan tidak dapat mengontrol pikirannya sendiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Datak Gad., (2018) bahwa tingkat kecemasan pada seseorang disebabkan karena faktor stres dan khawatir yang berlebih, sehingga menimbulkan gejala seperti sering merasa pusing, sakit kepala, mual, serta mengkhawatirkan orang terdekatnya dan memikirkan hal buruk tentang kondisi yang dialami.

4. Tingkat Kecemasan Setelah Dilakukan Terapi Hipnotik Lima Jari

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada kedua responden setelah dilakukan terapi hipnotik lima jari mengalami penurunan yaitu termasuk dalam kategori kecemasan ringan sampai dengan sedang yang diukur dengan kuisioner Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A) dengan hasil: Ny. T setelah dilakukan intervensi terapi hipnotik lima jari dengan skor 24 (sedang). Ny. W setelah dilakukan intervensi terapi hipnotik lima jari dengan skor 18 (ringan).

Ny. T mengatakan setelah diberikan terapi hipnotik lima jari, Ny. T sudah mulai bisa mengatasi kecemasannya dengan melakukan terapi hipnotik lima jari secara mandiri, dan pola tidur Ny. T sudah mulai teratur. Sedangkan Ny. W mengatakan setelah melakukan terapi hipnotik lima jari pola tidur Ny. W sudah mulai membaik dan Ny. W sudah mulai bisa mengontrol rasa takut dan khawatir yang sering dipikirkan. Ny. W lebih sering memikirkan hal-hal indah dari pada hal-hal buruk.

Menurut peneliti, alasan terjadinya penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden adalah karena responden sudah mulai bisa menerapkan sendiri terapi hipnotik lima jari saat responden mengalami kecemasan sehingga pola tidur kedua

responden mulai membaik, dan kedua responden dapat mengontrol rasa khawatir dan takut yang sering dipikirkan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamzah., (2022) bahwa setelah dilakukan terapi hipnotik lima jari seseorang digiring kembali kepada pengalaman yang menyenangkan sehingga timbul perasaan nyaman dan rileks, tingkat kecemasan dan emosi menjadi menurun sehingga seseorang menjadi mudah untuk tertidur.

5. Pengaruh Intervensi Terapi Hipnotik Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi terapi hipnotik lima jari sangat berpengaruh pada penurunan tingkat kecemasan pasien hipertensi. Peneliti mendapatkan hasil pengukuran tingkat kecemasan dengan kuisioner skor skala HRS-A kedua responden mengalami penurunan tingkat kecemasan yaitu : Pada Ny. T dihari pertama, hasil skor skala HRS-A 32 dengan tingkat kecemasan berat menurun pada hari ketiga menjadi skor skala HRS-A 24 dengan tingkat kecemasan sedang. Sedangkan Pada Ny. W dihari pertama hasil skor skala HRS-A 26 dengan tingkat kecemasan sedang menurun pada hari ketiga menjadi skor skala HRS-A 18 dengan tingkat kecemasan ringan.

Ny. T mengatakan, terapi hipnotik lima jari berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan karena Ny. T dapat mengingat kembali pada saat sehat sering menanam sayur dan mengurus banyak ikan, Ny. T mengingat kembali saat bersama putri tunggalnya yang sekarang berada di Ende, Ny. T mengingat saat mampu membeli sepeda motor dengan hasil kerja kerasnya, dan Ny. T mengingat saat pergi berlibur ke Sabu tempat kelahirannya. Sedangkan terhadap Ny. W terapi hipnotik lima jari berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan karena Ny. W dapat mengingat kembali pada saat sehat sering menanam dan mengurus banyak bunga karena Ny. W menyukai bunga, Ny. W mengingat kembali saat bersama suaminya di Ambon, Ny. W mengingat saat bisa pergi berlibur ke Bali dengan uang hasil kerja kerasnya dan Ny. W mengingat saat pergi mengadakan arisan bersama teman-temannya di pantai Tablolong.

Menurut peneliti, terapi hipnotik lima jari sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pasien hipertensi karena tidak hanya sekedar menggerakkan jari tetapi mampu menghipnotis serta dapat merangsang sistem saraf dan alam bawa sadar sehingga pasien digiring kembali untuk mengingat hal-hal indah yang pernah dialami sehingga membuat pasien merasa nyaman, tenang dan rileks.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Jatimi Atika (2022) membuktikan bahwa terapi hipnotik lima jari berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien hipertensi karena terapi hipnotik lima jari tidak hanya sekedar menggerakkan jari tetapi mampu menghipnotis dan merangsang sistem saraf responden dengan membayangkan peristiwa menyenangkan yang pernah dialami. Terapi hipnotik lima jari juga mampu menggiring seseorang dalam bawah sadarnya kembali kepada pengalaman menyenangkan ketika mampu melakukan berbagai hal yang disukai, ketika bersama orang yang dikasihi, ketika mendapat banyak penghargaan, serta ketika mengunjungi berbagai tempat indah sebelumnya, sehingga menimbulkan perasaan nyaman dan rileks.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini tidak ada keterbatasan dan hambatan yang dialami oleh peneliti.