

KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI DALAM MENGATASI
KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI AGUNG KOTA KUPANG



OLEH:
ATMA ARANCI TBIJ, S.Tr.Kep
PO.5303211231460

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PRODI PROFESI NERS
TAHUN 2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Atma Aranci Tbij

Nim : PO.5303211231460

Prodi : Pendidikan Profesi Ners

Judul : “ Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang”

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri yang belum pernah dikumpulkan oleh orang lain atau bukan merupakan pengambilan ide dan tulisan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Kupang, 02 Juli 2024

Membuat Pernyataan



Atma Aranci Tbij

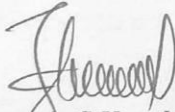
NIM. PO 5303211231460

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Ilmiah Akhir oleh Atma Aranci Tbij Nim. Po. 5303211231460 dengan judul “Penerapan Terapi *Hipnosis Lima Jari* Dengan Masalah Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang”, telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada tanggal 03 Juli 2024

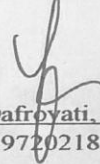
Mengetahui,
Kupang, 03 Juli 2024

Pembimbing Utama



Trifonia Sri Nurwela S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP.197710192001122001

Pembimbing Pendamping



Yuliana Dafroyati, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP. 1972021819970320001

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir oleh Atma Aranci Tbij Nim. Po. 5303211231460, dengan judul "Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werda Budi Agung Kota Kupang", telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada tanggal 03 Juli 2024

Dewan Penguji,

Penguji I,

Simon Sani Kleden, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197409061997032005

(.....)

Penguji II

Yuliana Dafroyati, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP. 1972021819970320001

(.....)

Penguji III

Trifonia Sri Nurwela, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197710192001122001

(.....)

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes
NIP. 196911281993031005

Mengetahui,

Ketua Program Studi PPN

Ns.Yoany M.V.B.Aty.,S.Kep.,M.Kep
NIP.197908052001122001

BIODATA PENULIS

1. IDENTITAS

Nama : Atma Aranci Tbij

Tempat tanggal lahir : Kupang, 08 April 2001

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Alamat : JL. Bonsai, Labat

2. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Kelompok bermain Anggrek Labat 2007
2. SD Inpres Labat 2013
3. SMP Negeri 9 Kota Kupang 2016
4. SMA Negeri 7 Kota Kupang 2019
5. Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun 2019-2023
6. Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun 2023- sekarang

Motto

”Sebab bagi Allah tidak ada yang mustahil (Lukas 1:37)”

ABSTRAK
PENERAPAN TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI DALAM MENGATASI KECEMASAN PADA
PASIEN HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI AGUNG KOTA
KUPANG

Atma Aranci Tbij
Trifonia Sri Nurwela, Yuliana Dafroyati, Simon Sani Kleden

Politeknik Keperawatan Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Kupang
atmatbij@gmail.com

Latar Belakang: Kecemasan merupakan salah satu faktor bahaya untuk memperparah hipertensi. Seseorang yang merasa cemas memiliki risiko berkali-kali lipat untuk mengalami hipertensi. Salah satu teknik intervensi non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan adalah Terapi *Hipnosis Lima Jari*. **Tujuan Penelitian:** Menerapkan Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Panti Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang. **Metode Penelitian:** Kuantitatif dengan pendekatan pada 2 orang pasien yang mengalami kecemasan pada pasien Hipertensi. **Hasil Penelitian:** Terapi Hipnosis Lima Jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang. **Kesimpulan:** Ada pengaruh dalam penerapan terapi Hipnosis Lima Jari dalam mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi Di Panti Tresna Weda Budi Agung Kota Kupang.

Kata kunci: Hipertensi, Kecemasan, Terapi *Hipnosis Lima Jari*.

ABSTRACT
**APPLICATION OF FIVE FINGER HYPNOSIS THERAPY IN OVERCOMING ANXIETY IN
HYPERTENSION PATIENTS AT THE TRESNA WERDHA BUDI AGUNG SOCIAL HOME,
KUPANG CITY**

Atma Aranci Tbij
Trifonia Sri Nurwela, Yuliana Dafroyati, Simon Sani Kleden

Nursing Polytechnic Nursing Professional Education Study Program, Health Polytechnic, Ministry of
Health, Kupang
atmatbij@gmail.com

Background: Anxiety is a dangerous factor in worsening hypertension. Someone who feels anxious has many times the risk of developing hypertension. One non-pharmacological intervention technique that can be used to reduce anxiety is Five Finger Hypnosis Therapy. **Research Objective:** Applying Five Finger Hypnosis Therapy to Overcome Anxiety in Hypertension Patients at the Tresna Nursing Home Budi Agung, Kupang City. **Research Method:** Quantitative with an approach to 2 patients who experienced anxiety in Hypertension patients. **Research Results:** Five Finger Hypnosis Therapy can reduce anxiety levels in Hypertension patients at the Tresna Werda Budi Agung Social Home, Kupang City. **Conclusion:** There is an influence in the application of Five Finger Hypnosis therapy in overcoming anxiety in hypertensive patients at the Tresna Weda Budi Agung Home, Kupang City.

Keywords: Hypertension, Anxiety, Five Finger Hypnosis Therapy.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berbagai kemudahan, petunjuk serta karunia yang tidak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul **“Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang”** dengan baik.

Karya Ilmiah Akhir ini dapat terselesaikan berkat bimbingan dan masukan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Trifonia Sri Nurwela, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing utama, Ibu Yuliana Dafroyati, S.Kep., Ns., M.Sc sebagai pembimbing pendamping yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis yang sangat bermanfaat dalam penyempurnaan Karya Ilmiah Akhir ini, Bapak Simon Sani Kleden, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini penulis telah mendapat banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Irfan SKM., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang
3. Ibu Ns.Yoany M. V. B. Aty, S. Kep., M.Kep, selaku Ketua Program studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
4. Ibu Aben B.Y.H. Romana, S. Kep., Ns.,M. Kep selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
5. Bapak/Ibu pengajar dan tenaga kependidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah memberikan ilmu

pengetahuan dan membantu penulis selama menempuh pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.

6. Kedua orang tua penulis Bapak Samuel Tbij dan Mama Yakobet Tbij-Nofmuni, Decson E. Tbij, Sweety M. Tbij S.Pt, Selduliversal Tbij, Yosua R. Tbij yang selalu mendukung dan memberikan doa kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir.
7. Kepada seluruh Saudara/ I, keluarga, orang-orang terkasih yang dengan tulus hati selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.
8. Kepada teman, sahabat, rekan penulis; Lody Mengeanak, Angelina Thresnawasti Klaas, Mardiana Tenggu Nalu, Meldy Tatu Wadang. Terima kasih atas bantuannya dan doanya.
9. Seluruh teman-teman PPN 04 dan Ners 05 yang selalu memberikan informasi, dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.
10. Semua Pihak yang telah membantu dengan tulus hati dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis menyadari adanya keterbatasan di dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini. Besar harapan penulis akan kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca sekalian.

Kupang, 03 Juli 2024

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
BIODATA PENULIS	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan umum.....	4
1.3.2 Tujuan khusus.....	4
1.4 Manfaat.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORI.....	6
2.1 Konsep lansia	6
2.1.1 Pengertian lanjut usia.....	6
2.1.2 Klasifikasi lanjut usia	6
2.1.3 Perubahan yang terjadi pada lanjut usia	7
2.1.4 Ciri-ciri lanjut usia.....	8
2.2 Konsep Hipertensi	9
2.2.1 Definisi.....	9
2.2.2 Penyebab	9
2.2.3 Klasifikasi Hipertensi.....	10
2.2.4 Faktor yang dapat menyebabkan hipertensi.....	10
2.2.5 Manifestasi klinis	13

2.2.6	Pengukuran Hipertensi.....	13
2.2.7	Pencegahan hipertensi.....	14
2.3	Konsep kecemasan	14
2.3.1	Definisi	14
2.3.2	Penyebab.....	14
2.3.3	Tingkat ansietas	16
2.3.4	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	17
2.3.5	Jenis-jenis Kecemasan	18
2.3.6	Tanda dan Gejala Kecemasan	18
2.3.7	Dampak Cemas	19
2.3.8	Alat Ukur Kecemasan	20
2.3.9	Cara Mengurangi Kecemasan.....	20
2.4	Konsep Terapi <i>Hipnosis Lima Jari</i>	21
2.4. 1	Definisi Terapi <i>Hipnosis Lima Jari</i>	21
2.4. 2	Tujuan Terapi Guided Imagery.....	21
2.4. 3	Manfaat Terapi <i>Hipnosis Lima Jari</i>	22
2.4. 4	Langkah-langkah Terapi <i>Hipnosis Lima Jari</i>	22
2.5	Konsep Asuhan Keperawatan	23
A.	Pengkajian	23
B.	Diagnosa Keperawatan.....	25
C.	Intervensi Keperawatan.....	25
D.	Implementasi Keperawatan	25
E.	Evaluasi Keperawatan	26
2.6	Kerangka teori	27
2.7	Kerangka konsep	28
BAB 3	METODE KASUS.....	29
3.1	Desain Studi Kasus.....	29
3.2	Subjek Studi Kasus.....	29

3.3	Fokus Studi Kasus.....	30
3.4	Definisi Operasional Studi Kasus	30
3.5	Instrumen Penelitian.....	31
3.6	Metode Pengumpulan Data	31
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
3.8	Analisa Data dan Penyajian Data	32
3.9	Etika Penelitian	32
BAB 4 HASIL & PEMBAHASAN		35
4.1	Hasil	35
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	35
4.1.2	Data karakteristik responden.....	36
4.1.3	Tingkat kecemasan sebelum pemberian terapi Hipnosis Lima Jari	39
4.1.4	Intervensi keperawatan	40
4.1.5	Implementasi keperawatan.....	41
4.1.6	Evaluasi keperawatan.....	41
4.1.7	Penerapan pre dan post terapi hipnosis lima jari	43
4.2	Pembahasan.....	45
BAB 5 PENUTUP		52
5.1	Kesimpulan.....	52
5.2	Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA		54

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....	12
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	34
Tabel 4. 1 Pre dan Post terapi hipnotis lima jari	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar konsultasi.....	2
Lampiran 2 Lembar Informed Consent	4
Lampiran 3 Kuesioner.....	5
Lampiran 4 SOP.....	7
Lampiran 5 Dokumentasi.....	9

