

KARYA ILMIAH AKHIR

PENERAPAN TEKNIK HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DI PUSKESMAS KUPANG KOTA

Karya Ilmiah Akhir Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners



YENI HUNA KORE, S.Kep.
NIM.PO5303211241543

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
TAHUN 2025**

**PENERAPAN TEKNIK HIPNOSIS 5 JARI UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER
PAYUDARA DI PUSKESMAS KUPANG KOTA**

Karya Imiah Akhir Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners



YENI HUNA KORE,S.Kep.
NIM.PO5303211241543

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
TAHUN 2025**

BIODATA MAHASISWA

I. IDENTITAS

Nama : Yeni Huna Kore,S.Kep.
Tempat & Tanggal Lahir : Ledemanu, 28 Januari 1985
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Sikumana

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Tk Siloam Ledemanu, Sabu : Lulus Tahun 1991
2. SD GMT Ledemanu, Sabu : Lulus Tahun 1997
3. SMP Negeri 2 Seba : Lulus Tahun 2000
4. SMA Negeri 1 Sabu Barat : Lulus Tahun 2003
5. DIII Keperawatan Universitas Nusa : Lulus Tahun 2006
Nipa Maumere
6. S1 Keperawatan Stikes Nusantara : Lulus Tahun 2024
7. Profesi Ners Poltekes Kemenkes : Sampai dengan Sekarang
Kupang

MOTTO

1 Korintus 16: 14

“Lakukan segala pekerjaanmu dalam Kasih”

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yeni Huna Kore,S.Kep.

NIM : PO5303211241543

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya ilmiah Akhir yang saya tulis ini adalah benar- benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah Akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 31 Juli 2025

Pembuat Pernyataan

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Yeni', with a stylized flourish extending from the end.

Yeni Huna Kore,S.Kep.

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR

PENERAPAN TEKNIK HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DI PUSKESMAS KUPANG KOTA

Disusun Oleh:

YENI HUNA KORE
NIM.PO5303211241543

Telah Disetujui Oleh Pembimbing Untuk Diujikan/ Seminar

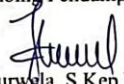
Tanggal: 31 Juli 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama


Antonia Helena Hamu, S.Kep.Ns.M.Kep
NIP. 19740919 199803 2 013

Pembimbing Pendamping


Trifonia Sri Nurwala, S.Kep.Ns.M.Kes
NIP. 19771019 200112 2 001

Ketua Jurusan Keperawatan


Dr. Florentianus Tat, SKp, M.Kes
NIP. 19691128 199303 1 005

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners


Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns. M.Kep
NIP. 19720527 199803 1 001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR

PENERAPAN TEKNIK HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DI PUSKESMAS KUPANG KOTA

Disusun Oleh:

YENI HUNA KORE
NIM.PO5303211241543

Telah di Pertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

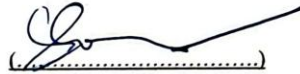
Tanggal: 31 Juli 2025

Mengesahkan,
SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Penguji Utama

Fransiskus S. Onggang, S.Kep.Ns.MSc
NIP. 19690226 199101 1 001

Tanda Tangan



Penguji 2

Trifonia Sri Nurwela, S.Kep.Ns.M.Kes
NIP. 19771019 200112 2 001



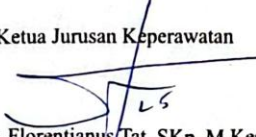
Penguji 3

Antonia Helena Hamu, S.Kep.Ns.M.Kep
NIP. 19740919 199803 2 013



Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan


Dr. Florentianus Tat, SKp, M.Kes
NIP. 19691128 199303 1 005

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners


Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.Ns. M.Kep
NIP. 19720527 199803 1 001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini. Karya ilmiah akhir ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners (Ns) pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners pada Poltekkes Kemenkes Kupang. Penulis ingin berterima kasih kepada Ibu Antonia Helena Hamu, S.Kep.Ns.M.Kep, selaku Pembimbing Utama dan Ibu Trifonia Sri Nurwela, S.Kep.Ns.M.Kes, selaku Pembimbing Pendamping yang telah membimbing serta Bapak Fransiskus S. Onggang, S.Kep.Ns.MSc, selaku penguji yang sudah memberikan masukan dan saran terhadap penulisan karya ilmiah akhir ners ini. Karya ilmiah akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Irfan, SKM, M.Kes. Sebagai Direktur politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah mengizinkan penulis menempuh Pendidikan Di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang.
2. Dr. Florentianus Tat, SKp, M. Kes, sebagai Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang.
3. Bapak Dr. Aemilianus Mau., S. Kep., Ns. M.Kep Sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kupang.
4. Ibu Fitri Handayani, S. Kep, Ns.,M.Kep Selaku Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan dan memberikan bimbingan serta motivasi kepada penulis selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir.
5. Bapak, Ibu Dosen Program Studi Keperawatan yang telah mendidik dan mengajar penulis selama masa perkuliahan.

6. Kepala Puskesmas Kupang Kota yang telah memberikan ijin bagi penulis dalam melaksanakan studi kasus di wilayah kerja Puskesmas Kupang Kota.
7. Pasien dan keluarga yang sudah banyak membantu peneliti
8. Suami dan kedua anak tercinta, Serta Keluarga Besar Yang terkasih yang telah membantu, menemani dan memberikan motivasi serta dukungan doa kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir.
9. Teman-teman Jurusan Keperawatan, Ners Angkatan 06 yang telah memberi dukungan kepada penulis sehingga penulisan Karya Ilmiah Akhir ini dapat diselesaikan.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga karya ilmiah dalam rangka tugas akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan.

Kupang, 31 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

Cover Luar.....	Error! Bookmark not defined.
Cover Dalam.....	Error! Bookmark not defined.
BIODATA MAHASISWA.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
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.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis	5
1.4.2. Manfaat Praktis	5
1.5. Penelitian Terdahulu	7
BAB 2 TINJAUAN TEORI	18
2.1. Konsep Teori.....	18
2.2. Kerangka Teori	52
2.3. Kerangka Konsep	53
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN.....	54
3.1. Rancangan Studi Kasus	54
3.2. Subyek Studi Kasus.....	54

3.3.	Fokus Studi Kasus	55
3.4.	Defenisi Operasional Studi Kasus	55
3.5.	Instrumen Studi Kasus.....	56
3.6.	Prosedur Pengambilan Data	56
3.7.	Tempat dan Waktu Pengambilan Studi Kasus	58
3.8.	Analisis Data dan Penyajian Data	58
3.9.	Etika Studi Kasus	58
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		60
4.1.	Hasil Penelitian.....	60
4.2.	Pembahasan	74
4.3.	Keterbatasan Penelitian	84
BAB 5 PENUTUP.....		85
5.1.	Kesimpulan.....	85
5.2.	Saran	85
DAFTAR PUSTAKA.....		87
LAMPIRAN-LAMPIRAN		93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Penelitian Terdahulu.....	7
Tabel 2. 1 Respon Fisiologis Terhadap Kecemasan	44
Tabel 2. 2 Respon Perilaku Kognitif Terhadap Kecemasan.....	45
Tabel 3. 1 Defenisi Operasional Studi Kasus	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Anatomi Payudara	20
Gambar 2. 2 Kerangka Teori	52
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan (Informed Consent)	96
Lampiran 2 Kuisisioner Penelitian.....	98
Lampiran 3 Kuisisioner GAD-7.....	102
Lampiran 4 Jadwal Pelaksanaan Studi Kasus.....	106
Lampiran 5 Permohonan Ijin Penelitian.....	107
Lampiran 6 SOP Teknik Hipnosis 5 Jari	109
Lampiran 7 Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	111
Lampiran 8 Lembar Konsultasi.....	112
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian	114

PENERAPAN TEKNIK HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DI PUSKESMAS KUPANG KOTA

Yeni Huna Kore

Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, Jurusan Keperawatan,
Program Studi Pendidikan Profesi Ners

yenihunakorey@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan pada pasien kanker payudara merupakan respons psikologis yang berkembang seiring perjalanan penyakit. Kecemasan sering muncul sejak diagnosis, akibat ketidakpastian mengenai tingkat keparahan dan harapan hidup. Efek samping pengobatan kanker payudara serta ketakutan akan hasil terapi meningkatkan kecemasan pasien, sehingga diperlukan intervensi efektif sebagai bagian dari perawatan holistik.. **Tujuan studi kasus:** Studi kasus ini bertujuan menerapkan terapi Hipnosis 5 jari untuk mengurangi kecemasan pada pasien kanker payudara di Puskesmas Kupang Kota. **Metode :** Rancangan studi ini merupakan jenis studi kasus deskripsi kualitatif, dengan pengkajian secara intensif terhadap dua pasien kanker payudara sebagai unit penelitian. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut. **Hasil:** Penelitian dilaksanakan pada tanggal 7–9 Juli 2025 di Puskesmas Kupang Kota. Jumlah subjek penelitian sebanyak dua orang dengan jenis kelamin perempuan. Setelah dilakukan intervensi selama tiga hari, ditemukan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua pasien. **Kesimpulan :** Terapi Hipnosis Lima Jari terbukti sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara. Terapi ini dapat digunakan sebagai salah satu pendekatan dalam praktik keperawatan untuk mendukung pemulihan psikologis pasien secara holistik.

Kata Kunci : Terapi Hipnosis 5 Jari, Tingkat Kecemasan, kanker payudara.

APPLICATION OF FIVE-FINGER HYPNOSIS TECHNIQUE IN BREAST CANCER PATIENTS TO REDUCE ANXIETY AT KUPANG CITY HEALTH CENTER

Yeni Huna Kore

***Polytechnic of Health Ministry of Health Kupang, Nursing Department,
Nursing Professional Education Study Program***

yenihunakorey@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anxiety in breast cancer patients is a psychological response that develops progressively throughout the course of the illness. Anxiety often arises at the time of diagnosis, triggered by uncertainty regarding the severity of the disease and prognosis. The side effects of breast cancer treatment and fear of therapeutic outcomes increase patients' anxiety, thereby requiring effective interventions as part of holistic care. ***Purpose of the case study:*** This case study aims to apply the Five-Finger Hypnosis technique to reduce anxiety in breast cancer patients at Kupang City Health Center. ***Method:*** This research used a description qualitative case study design with an in-depth assessment of two breast cancer patients as the unit of analysis. The intervention was carried out over three consecutive days. ***Results:*** The study was conducted from July 7 to 9, 2025, at Kupang City Health Center. The participants consisted of two female patients diagnosed with breast cancer. After receiving the Five-Finger Hypnosis intervention for three days, both patients showed a decrease in anxiety levels. ***Conclusion:*** The Five-Finger Hypnosis technique proved to be an effective non-pharmacological intervention for reducing anxiety in breast cancer patients. This therapy can be considered as a complementary approach in nursing practice to support the psychological recovery of patients holistically.

Keywords: Five-Finger Hypnosis Therapy, Anxiety Level, Breast Cancer