

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI HYPNOSIS LIMA JARI TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN PASIEN TUBERCULOSIS
DI PUSKESMAS OESAPA



CHIKY MEYLING TOMA

NIM: PO5303201220767

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI HYPNOSIS LIMA JARI TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN PASIEN TUBERCULOSIS
DI PUSKESMAS OESAPA

*Laporan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk
mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII
Keperawatan*



CHIKY MEYLING TOMA

NIM: PO5303201220767

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chiky Meyling Toma

Nim : PO5303201220767

Program studi : D-III Keperawatan

Perguruan tinggi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pembuat Pernyataan



Chiky Meyling Toma

PO 5303201220767

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Chiky Meyling Toma, NIM:PO5303201220767
dengan judul Penerapan Terapi Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan
Kecemasan Pasien Tuberkulosis Di Puskesmas Oesapa telah diperiksa dan
disetujui untuk diujikan

Disusun Oleh:



Chiky Meyling Toma

PO5303201220767

Telah disetujui untuk diseminarkan Di Depan Dewan Penguji Prodi D-III
Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Mengetahui

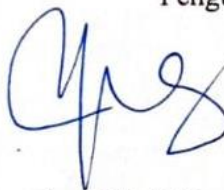
Pembimbing



Pius Selasa, S.Kep.,Ns.,MSc

NIP. 197404301997031001

Penguji



Margaretha Teli, S.Kep.,Ns.,MSc-PH.PhD

NIP. 197707272000032002

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI HYPNOSIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN
KECEMASAN PASIEN TUBERCULOSIS DI PUSKESMAS OESAPA**

Disusun Oleh:



Chiky Meyling Toma

PO5303201220767

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Kupang,

2025

Dewan Penguji

Pembimbing



Pius Selasa, S.Kep.,Ns.,MSc

NIP. 197404301997031001

Penguji

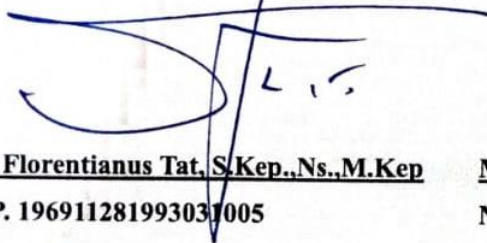


Margaretha Teli, S.Kep.,Ns.,MSc-PH.PhD

NIP. 197707272000032002

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 196911281993031005

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Keperawatan Kupang



Margaretha Teli, S.Kep.,Ns.,MSc-PH.PhD

NIP. 197707272000032002

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur di panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan Rahmat-Nya penulisan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul **PENERAPAN TERAPI HYPNOSIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PASIEN TUBERCULOSIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA** dapat disusun dengan baik. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan Di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

Dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini, tentu tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi pemikiran yang sangat berarti serta dukungan moral yang tak ternilai. Sehubungan dengan hal tersebut, ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada:

1. Bapak Irfan, SKM.,M.Kes yang menjabat sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
2. Bapak Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
3. Ibu Margaretha Telly, S.Kep.,Ns.,MSc-PH.PhD selaku Ketua Program Studi Pendidikan Diploma III Jurusan Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dan selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan yang sangat berguna dan bermanfaat untuk perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Meyeriance Kapitan, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing Akademik yang telah membantu membimbing dan memotivasi selama menjalani studi di Politeknik Kesehatan Keenterian Kesehatan Kupang Pendidikan Diploma III Keperawatan.
5. Bapak Pius Selasa, S.Kep.,Ns.,MSc selaku pembimbing yang dengan kesabaran telah membimbing dengan totalitasnya memberi arahan, merevisi

dan meluangkan waktu selama proses bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Seluruh jajaran Dosen Program Studi Pendidikan Diploma III Jurusan Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah memberikan bimbingan dan dukungan.
7. Orang tua tercinta bapak Jhon Toma dan mama Pili Bunga, bapak Son Dimu, mama Wo Bunga, Chiko, Igan dan Erland, serta keluarga besar Toma dan Lede Bunga terima kasih karena selalu mendoakan dan memberi motivasi untuk tetap semangat
8. Teman-teman seperjuangan Angkatan 31 Tingkat 3 Reguler A yang setia memberikan saran, dukungan dan semangat sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik
9. Sahabat dan teman-teman Titin, Vebby, Rais, Adel, Desny, Eka, Anjelian, yang selalu mendoakan dan memberikan semangat
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah

Akhir kata, disadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Besar harapan agar penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat, baik bagi diri sendiri maupun bagi para pembaca sekalian.

ABSTRAK

Chiky Meyling Toma

Pius Selasa, Margaretha Teli

Mahasiswa Prodi D3 Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email: pinabunga73@gmail.com

Latar Belakang: Penyakit tuberkulosis (TB) merupakan penyakit menular yang berdampak tidak hanya secara fisik tetapi juga psikologis, terutama menimbulkan kecemasan akibat pengobatan jangka panjang, efek samping obat, serta stigma sosial. Kecemasan yang tidak ditangani dapat menurunkan imunitas dan kepatuhan pengobatan. Terapi hypnosis lima jari merupakan relaksasi non-farmakologis yang membantu menurunkan kecemasan dengan membimbing pasien mengenang momen positif melalui sentuhan jari. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Penerapan Terapi Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Terkulosi Di Puskesmas Oesapa. **Metode:** metode yang di gunakan pada penelitian ini adalah metode pendekatan studi kasus dengan menggunakan desain deskriptif pada satu pasien di Puskesmas Oesapa. **Hasil:** Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan pengisian skala HARS sebelum dan sesudah intervensi yang diberikan selama dua hari. Hasil menunjukkan skor HARS menurun dari 22 (cemas sedang) menjadi 14 (cemas ringan), serta responden merasa lebih tenang dan mampu mengelola pikiran negatif. **Kesimpulan:** Terapi hypnosis lima jari terbukti efektif menurunkan kecemasan dan dapat dijadikan sebagai intervensi non-farmakologis yang praktis bagi pasien TB.

Kata kunci: Tuberkulosis, kecemasan, terapi hypnosis lima jari

ABSTRAC

Chiky Meyling Toma

Pius Selasa, Margaretha Teli

D3 Study Program Students, Department of Nursing, Ministry of Health, Kupang

Lecturer of the Department of Nursing of the Ministry of Health Kupang

Email: pinabunga73@gmail.com

Background: *Tuberculosis (TB) is an infectious disease that has an impact not only physically but also psychologically, especially causing anxiety due to long-term treatment, drug side effects, and social stigma. Untreated anxiety can lower immunity and medication adherence. Five-finger hypnosis therapy is a non-pharmacological relaxation that helps reduce anxiety by guiding the patient to recall positive moments through the touch of the finger.* **Objective:** *This study aims to determine the application of five-finger hypnosis therapy to reduce anxiety in patients with osteosis at the Oesapa Health Center.* **Method:** *The method used in this study is a case study approach method using a descriptive design on one patient at the Oesapa Health Center.* **Results:** *Data collection was carried out through observation, interviews, and filling in the HARS scale before and after the intervention given for two days. The results showed that the HARS score decreased from 22 (moderate anxiety) to 14 (mild anxiety), and respondents felt calmer and were able to manage negative thoughts.* **Conclusion:** *Five-finger hypnosis therapy has been shown to be effective in reducing anxiety and can be used as a practical non-pharmacological intervention for TB patients.*

Keywords: *Tuberculosis, anxiety, five-finger hypnosis therapy*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Penyakit Tuberkulosis Paru.....	9
2.1.1 Pengertian	9
2.1.2 Etiologi	9
2.1.3 Patofisiologi.....	10
2.1.4 Manifestasi Klinis.....	12
2.1.5 Klasifikasi Tuberkulosis	14
2.1.6 Komplikasi	16
2.1.7 Faktor Resiko.....	16
2.1.8 Penatalaksanaan.....	17
2.2 Konsep Dasar Ansietas	20
2.2.1 Pengertian	20
2.2.2 Rentang Respon Ansietas	20
2.2.3 Etiologi Ansietas.....	22
2.2.4 Manifestasi Klinis.....	23

2.2.5	Penatalaksanaan Medis.....	24
2.3	Konsep Dasar Terapi Hipnosis Lima Jari.....	26
2.3.1	Pengertian	26
2.3.2	Indikasi Hipnosis Lima Jari.....	26
2.3.3	Prosedur Hipnosis Lima Jari	26
BAB 3 METODE PENELITIAN		29
3.1	Jenis/Desain/Rancangan Penelitian.....	29
3.2	Subjek Penelitian.....	29
3.3	Fokus Studi.....	29
3.4	Definisi Operasional Fokus Studi	29
3.5	Instrumen Penelitian.....	30
3.6	Metode Pengumpulan Data	31
3.7	Lokasi & Waktu penelitian.....	32
3.8	Analisis Data dan Penyajian Data	32
3.9	Etika Penelitian	32
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN		34
4.1	Hasil Penelitian	34
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	34
4.1.2	Gambaran Umum Subjek Penelitian	34
4.1.3	Karakteristik Subjek Penelitian	35
4.1.4	Perbandingan Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Terapi Hipnosis Lima Jari Selama Dua Hari Observasi	35
4.2	Pembahasan	37
4.2.1	Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Terapi Hipnosis Lima Jari...	37
4.2.2	Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Terapi Hipnosis Lima Jari ...	37
4.2.3	Evaluasi Kepatuhan dan Respons Pasien.....	38
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN		39
5.1	Kesimpulan.....	39
5.2	Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA.....		41