

## **BAB 4**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Umum Likasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Oesapa, Kota Kupang. Puskesmas Oesapa merupakan fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang melayani masyarakat dalam berbagai program kesehatan, termasuk pelayanan untuk penyakit menular seperti tuberkulosis. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada tingginya kasus tuberkulosis di wilayah tersebut serta keterbukaan pihak puskesmas dalam mendukung intervensi non-farmakologis berbasis terapi psikososial.

##### **4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian**

Penelitian ini melibatkan satu orang responden yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Oesapa, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang. Responden merupakan seorang pasien yang telah terdiagnosis tuberkulosis paru dan sedang menjalani fase intensif pengobatan. Berdasarkan hasil asesmen awal, responden diketahui mengalami tingkat kecemasan yang berkaitan dengan kondisi penyakit dan proses pengobatan yang dijalani.

Intervensi yang diberikan berupa terapi hipnosis lima jari sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP) yang bertujuan untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan melalui teknik relaksasi dan sugesti positif. Intervensi dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut di rumah responden dengan panduan langsung dari peneliti pada setiap sesi terapi.

Selama proses intervensi, responden tidak didampingi oleh anggota keluarga, namun tetap menunjukkan komitmen dan kemandirian dalam mengikuti setiap tahap terapi. Responden memiliki latar belakang sosial dan pendidikan yang sederhana, namun bersikap kooperatif dan terbuka dalam

menerima terapi. Pelaksanaan intervensi berjalan dengan lancar dan didukung oleh kesiapan lingkungan yang kondusif di rumah responden.

#### 4.1.3 Karakteristik Subjek Penelitian

**Tabel 4.1 Tabel Karakteristik**

<b>Karakteristik</b>	<b>Subjek</b>
<b>Nama</b>	Ny. A
<b>Umur</b>	58
<b>Alamat</b>	Oesapa
<b>Agama</b>	Kristen protestan
<b>Pendidikan terakhir</b>	SMP
<b>Status perkawian</b>	Menikah
<b>Pekerjaan</b>	Ibu rumah tangga
<b>Riwayat tuberkulosis</b>	2025
<b>Tingkat kecemasan</b>	Sedang

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang perempuan yang diidentifikasi sebagai Ny. A, berusia 58 tahun, dan berdomisili di wilayah Oesapa. Berdasarkan data demografis, subjek memeluk agama Kristen Protestan dan memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dalam aspek status pernikahan, subjek tercatat sebagai seorang yang telah menikah dan berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Riwayat medis menunjukkan bahwa subjek terdiagnosis menderita tuberkulosis pada tahun 2025. Berdasarkan hasil pengkajian awal yang dilakukan menggunakan instrumen Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), tingkat kecemasan subjek berada pada kategori sedang.

#### 4.1.4 Perbandingan Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Terapi Hypnosis Lima Jari Selama Dua Hari Observasi

**Tabel 4.2 Tabel Perbandingan**

<b>Hari ke-</b>	<b>Skor kecemasan</b>	<b>kategori</b>
Hari 1 (sebelum intervensi)	22	Sedang

Hari 1 (sesudah intervensi)	17	Ringan
Hari 2 (sebelum intervensi)	18	Ringan
Hari 2 (sesudah intervensi)	15	Ringan

Berdasarkan hasil pengukuran tingkat kecemasan yang dilakukan selama dua hari berturut-turut, didapatkan adanya penurunan tingkat kecemasan yang signifikan pada subjek penelitian setelah diberikan intervensi berupa terapi hypnosis lima jari.

Pada hari pertama, skor kecemasan subjek sebelum diberikan intervensi tercatat sebesar 22, yang termasuk dalam kategori sedang. Setelah diberikan terapi hypnosis lima jari, terjadi penurunan skor kecemasan menjadi 17, dengan kategori ringan. Penurunan ini menunjukkan adanya respon positif subjek terhadap intervensi yang dilakukan. Selanjutnya, pada hari kedua, skor kecemasan subjek sebelum intervensi tercatat sebesar 18 (kategori ringan). Setelah dilakukan intervensi pada hari yang sama, skor kecemasan kembali mengalami penurunan menjadi 15, dan tetap berada dalam kategori ringan, namun dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah dari sebelumnya.

Selain penurunan skor kecemasan secara kuantitatif, subjek juga mengungkapkan adanya perubahan kondisi psikologis, seperti merasa lebih tenang, nyaman, dan lebih mampu mengontrol pikiran negatif. Hal ini menunjukkan bahwa terapi hypnosis lima jari tidak hanya memberikan dampak secara fisiologis terhadap penurunan kecemasan, tetapi juga memberikan pengaruh positif terhadap aspek psikologis individu. Dengan demikian, terapi hypnosis lima jari dapat menjadi salah satu bentuk intervensi non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien tuberkulosis, sekaligus meningkatkan ketenangan dan kenyamanan secara emosional.

## **4.2 Pembahasan**

### **4.2.1 Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Terapi Hypnosis Lima Jari**

Tingkat kecemasan pada pasien tuberkulosis umumnya dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah kondisi fisik yang menurun, ketidakpastian proses penyembuhan, serta adanya stigma sosial dan perasaan takut akan penularan, efek samping obat, dan kematian. Menurut Dewi et al. (2022), keluhan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan putus asa sering kali muncul pada penderita TB dan dapat memperburuk kondisi fisik maupun kepatuhan terhadap pengobatan.

Pada penelitian ini, tingkat kecemasan awal pasien diukur menggunakan instrumen Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Berdasarkan hasil pengukuran sebelum dilakukan intervensi terapi hypnosis lima jari, responden Ny. A menunjukkan skor kecemasan sebesar 22 pada hari pertama yang termasuk dalam kategori cemas sedang. Pada hari kedua, skor kecemasan kembali diukur sebelum terapi dan menunjukkan penurunan menjadi 18, yang termasuk kategori cemas ringan, meskipun intervensi baru akan dilakukan setelah pengukuran ini.

Penurunan ringan ini diduga merupakan hasil dari penyesuaian psikologis alami seiring waktu dan interaksi dengan tenaga kesehatan. Namun, hasil tersebut belum dapat disimpulkan sebagai efek dari terapi, karena intervensi hypnosis lima jari belum dilakukan.

### **4.2.2 Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Terapi Hypnosis Lima Jari**

Setelah dilakukan intervensi berupa terapi hypnosis lima jari selama dua hari berturut-turut, terjadi penurunan skor kecemasan yang bermakna. Pada hari pertama setelah dilakukan terapi, skor kecemasan Ny.A menurun menjadi 17, yang tergolong dalam kategori cemas ringan. Sementara itu, setelah sesi terapi hari kedua, skor kembali turun menjadi 15, yang masih dalam kategori cemas ringan, namun mendekati batas kategori tidak cemas.

Penurunan ini menunjukkan bahwa terapi hypnosis lima jari memberikan pengaruh positif terhadap kondisi psikologis pasien tuberkulosis, khususnya dalam menurunkan tingkat kecemasan. Hal ini diperkuat oleh penelitian Susilo (2023), yang menunjukkan efektivitas teknik hypnosis lima jari dalam mengurangi kecemasan pasien TB paru secara signifikan, dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

#### **4.2.3 Evaluasi Kepatuhan dan Respons Pasien**

Evaluasi terhadap kepatuhan dan respons pasien selama pelaksanaan terapi hypnosis lima jari menunjukkan bahwa partisipasi aktif memegang peranan penting dalam efektivitas terapi. Responden Ny.A menunjukkan kepatuhan tinggi dengan mengikuti seluruh sesi terapi secara utuh, serta mampu menerima dan menerapkan instruksi dengan baik. Pasien juga menunjukkan sikap kooperatif dan antusias dalam setiap proses, yang mencerminkan kesiapan mental dan motivasi internal untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan.

Dari hasil wawancara pascaintervensi, pasien mengungkapkan adanya perasaan lebih tenang, lebih fokus, serta berkurangnya pikiran negatif terkait penyakitnya. Hal ini mencerminkan bahwa penerimaan terhadap terapi berjalan optimal, dan sugesti positif yang diberikan dalam kondisi relaksasi mampu diterima oleh alam bawah sadar pasien. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa terapi hypnosis lima jari efektif tidak hanya secara fisiologis dalam menurunkan kecemasan, tetapi juga secara psikologis dalam meningkatkan ketenangan, rasa percaya diri, dan harapan terhadap proses penyembuhan.