

EFEKTIFITAS TEHNIK HIPNOTIK LIMA JARI TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PASIEN YANG DIRAWAT DI RUMAH SAKIT HUSADA JAKARTA

Tri Setyaningsih*)

*)Dosen Akademi Keperawatan RS Husada, Jakarta, 10730, Indonesia

ABSTRAK

Pengalaman dirawat merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan bagi banyak orang bahkan banyak yang mengalami kecemasan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh hipnotis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien di RS Husada. Jenis penelitian ini menggunakan metode *quasi experimental pre-post test with out control group*. Dengan jumlah sampel penelitian 79 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan pada karakteristik umur, terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah pasien sebelum dan sesudah intervensi hipnotis lima jari ($p < 0,05$). Terdapat perbedaan kecemasan yang bermakna kemampuan kognitif sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Terdapat perbedaan yang bermakna antara ansietas dan fungsi motorik sebelum dan sesudah intervensi, Terdapat perbedaan yang bermakna antara ansietas dan kemampuan komunikasi sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Hasil uji menunjukkan hipnotis lima jari mampu menurunkan kecemasan pasien yang dirawat di RS $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Tehnik hipnotis lima jari dapat digunakan perawat untuk menurunkan kecemasan pasien yang dirawat di RS.

Kata kunci: Perawatan/ dirawat, kecemasan, hipnotis 5 jari

ABSTRACT

Hospitalized is an unpleasant experience for many people and even many who experience anxiety. This study aims to determine the effect of hypnotic five fingers to decline patient's anxiety in Husada Hospital. This research uses a method of quasi-experimental pre-post test with out control group with sample of participants is 79 people. The results of this study indicate that there is no difference in the characteristics of age, there is a significant difference in patients' blood pressure before and after the five fingers hypnotic intervention ($p < 0.05$). There is significant difference in differences in anxiety cognitive ability before and after the intervention ($p < 0.05$). There is significant difference between anxiety and motor function before and after the intervention, there is a significant difference between anxiety and communication skills before and after the intervention ($p < 0.05$). The test results showed five fingers hypnotic able to reduce the anxiety of patients in Hospital $p = 0.00$ ($p < 0.05$). Hypnotic techniques five fingers can be used by the nurses to reduce anxiety of patients admitted to hospital.

Keywords: care, anxiety, hypnosis 5 fingers

Pendahuluan

Riset kesehatan dasar tahun 2013 (Depkes, 2014) menjelaskan bahwa di Indonesia prevalensi gangguan jiwa berat 1,7 ‰ sedangkan gangguan mental emosional jauh lebih besar yakni 6% pada penduduk usia 15 tahun keatas. Salah satu masalah gangguan mental emosional yang menimbulkan dampak psikologis cukup serius adalah ansietas atau kecemasan.

Stuart dan Laraia (2005) menjelaskan bahwa ansietas adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Ansietas dapat disebabkan oleh adanya pengalaman traumatis seperti peristiwa sakit dan harus dirawat di Rumah Sakit. Tindakan untuk mengatasi ansietas dapat berupa penggunaan mekanisme koping yang konstruktif, tindakan keperawatan maupun psikofarmaka. Penatalaksanaan psikoterapi pada ansietas dapat dilakukan melalui terapi individu, keluarga, kelompok maupun komunitas. Salah satu bentuk terapi yang dapat meminimalkan ansietas pada pasien yang sedang dirawat adalah dengan terapi hipnotis lima jari.

Hasil pengamatan peneliti terhadap pasien yang dirawat di RS Husada cenderung mengalami kecemasan, situasi tersebut ternyata tidak hanya dialami oleh pasiennya saja tetapi juga berpengaruh terhadap seluruh anggota keluarganya, pasien yang baru

pertama kali di rawat di Rumah Sakit hal ini bisa menjadi pengalaman traumatis, ansietas maupun stress memiliki dampak yang positif dan negatif. Michael (2006) mengatakan terdapat dua jenis stress, yaitu eustress adalah stress yang mempunyai dampak positif bagi seseorang, dan distress adalah stress yang dapat membawa dampak negatif bagi seseorang.

Dampak positif dari stress antara lain adalah meningkatnya motivasi seseorang untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, melakukan kegiatan yang disukai, menciptakan suasana yang membuat diri merasa nyaman, atau mengalihkan perhatian. Di lain pihak, terdapat juga banyak dampak negatif dari stress, diantaranya adalah berbagai penyakit fisik seperti; gastritis, hipertensi, serta gejala psikopatologis seperti depresi dan ansietas (Mark, et. all., 2000).

Hasil penelitian Sari (2014), di Pirngadi Medan, gangguan ansietas menyeluruh merupakan proporsi yang besar beban penyakit di dunia dan diproyeksikan sebagai penyebab disabilitas nomor dua pada tahun 2020. Gangguan ansietas menyeluruh merupakan salah satu kondisi yang telah diteliti dalam pusat pelayanan primer. *International WHO Multi-center Study pada Psychological Problems in General Health Care* mengungkapkan bahwa kurang lebih 7,9% pengunjung pusat pelayanan primer ditemukan memiliki kriteria diagnostik untuk

gangguan ansietas menyeluruh berdasarkan atas DSM-III-R (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*).

Penelitian yang dilakukan oleh Loeb, et al (2009). Hampir 2.000 orang yang mendatangi 5 pusat pelayanan primer di Eropa, 22% mengeluhkan masalah berhubungan dengan ansietas didiagnosis gangguan ansietas menyeluruh jumlah orang yang menderita stress naik dua kali lipat dari jumlah yang ada pada tahun 1990an, yaitu menjadi sekitar 500.000 orang.

Banyak metode yang telah ditemukan untuk membantu mengatasi ansietas, baik dengan cara pengobatan medis maupun tradisional. Pengobatan non farmakologi yang kini berkembang diantaranya adalah cara pengobatan dengan relaksasi, pijat refleksi, hipnoterapi dan lain-lain. Jenuhnya masyarakat terhadap pengobatan medis yang syarat akan efek samping dari penggunaan obat yang dapat merusak hati dan ginjal jika digunakan dalam jangka panjang, masyarakat kini mulai melirik pada metode pengobatan non medis.

Hasil penelitian Hendriyanto, Sriati dan Fitria (2012) dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi terhadap penurunan tingkat stress pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran” menunjukkan bahwa sebelum dilakukan hipnoterapi responden dengan

tingkat stress rendah (43,33%), stress sedang (45,67%), stress tinggi (10%), stress normal (0%). Setelah dilakukan hipnoterapi dengan tehnik *progressive relaxation* dikombinasikan dengan tehnik *depening the elevator* dan *the strairway* dan terapi penggunaan tehnik relaksasi hasilnya responden dengan ansietas normal (53,33%), tingkat ansietas rendah (40%) dan ansietas sedang (6,67%), ansietas berat (0%). Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa hipnoterapi sangat efektif untuk menurunkan tingkat ansietas.

Hasil survei yang dilakukan oleh Sasube (2005) menunjukkan bahwa terdapat 50 orang dari 700 pasien yang batal dilakukan operasi, dikarenakan faktor psikologis yaitu ansietas, di instalasi bedah sentral, BLU RSUD Prof. Dr. R.D. Kandou Mando (Jovina, Mulyadi & Henry, 2013). Didapatkan angka kejadian dari ansietas *perioperative* telah dilaporkan antara 11% - 80% diantaranya adalah pasien dewasa (Erawan, Opod & Pali, 2013). Ansietas dapat menimbulkan perubahan secara fisik maupun psikologis yang akhirnya mengaktifkan saraf otonom simpatis, meningkatkan denyut jantung, tekanan darah, frekuensi napas, dan secara umum mengurangi tingkat energi atau tenaga pasien, sehingga pasien mengalami kelemahan fisik.

Salah satu masalah gangguan mental emosional yang sering ditemui di Rumah Sakit Umum dan menimbulkan dampak

psikologis cukup serius adalah ansietas atau kecemasan. Stuart dan Laraia (2013) mendefinisikan ansietas sebagai kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki obyek yang spesifik, dialami secara subyektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Mauro dan Murray (2000) menjelaskan bahwa ansietas merupakan suatu respon yang diperlukan untuk hidup, namun bila tingkat ansietas ini berat maka akan mengganggu kehidupan baik secara kualitas maupun kuantitas. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui efektifitas teknik hipnotik lima jari terhadap tingkat ansietas pasien yang dirawat di RS Husada Jakarta

Metode

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental pre-post test with out control group*. Burn dan Grove (1991, dalam Notoatmojo, 2005) menjelaskan bahwa desain/ rancangan penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi beberapa kesulitan yang mungkin timbul selama proses penelitian. Setelah dilakukan penelitian ini maka diketahui perbedaan tingkat ansietas pada pasien yang dirawat di RS sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik hipnotik lima jari secara individual. Hal ini sesuai dengan pendapat Sastroasmoro dan

Ismail (2011) bahwa pada penelitian eksperimen, peneliti melakukan alokasi subyek akan diberikan perlakuan dan mengukur hasil (efek) intervensi. Teknik pengambilan responden menggunakan metode *purposive* sampling sesuai dengan tujuan penelitian. Responden yang diberikan terapi hipnotis lima jari didatangi satu persatusehari sebelum dilakukan tindakan. Jumlah responden yang dikutsertakan dalam tindakan keperawatan ini adalah 79 orang dengan waktu pelaksanaan selama 15 menit. Pelaksanaan terapi hipnotis lima jari dibantu oleh perawat dan para mahasiswa praktikan S1 yang sedang praktik keperawatan jiwa psiko sosial dan telah dilatih terlebih dahulu.

Hasil

Usia pasien (responden), rata-rata berumur 43 tahun masuk pada kategori dewasa tua yang masuk pada rentang umur produktif, sehingga dengan sakit dan dirawat di Rumah Sakit terganggu produktivitasnya yang memungkinkan terjadinya kecemasan.

Jenis kelamin responden lebih banyak perempuan dari pada laki-laki jumlah responden perempuan 44 orang laki-laki 35 orang, latar belakang pendidikan responden SD 11 (13,9%), SMP 13 (16,5%), SMA 36 (45,6%) dan perguruan tinggi 18 (22,8%), terbanyak adalah tamatan Sekolah Menengah Atas. Responden yang bekerja lebih banyak dibandingkan yang tidak bekerja yang

memungkinkan berpengaruh terhadap ansietas berkaitan dengan sakit dan dirawat di Rumah Sakit karena harus meninggalkan pekerjaannya. Hasil analisis dari status perkawinan, responden lebih banyak yang menikah 48 orang (60, 76 %) dibandingkan yang tidak menikah, walaupun banyak yang menikah namun konflik dalam keluarga juga dapat mempengaruhi ansietas pasien terkait berbagai permasalahan yang dapat mempengaruhi kehidupan berumah tangga.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Tingkat Ansietas Pasien di RS Husada Bulan Juni-Agustus 2016 (n = 79)

Variabel	Mea n	SD	SE	95% CI Min- Max	Sig (2 tailed)
Tingkat ansietas dari segi tekanan darah sistol	6.58	10.9 6	1.23 4	4.12- 9.03	0.000
Tingkat ansietas dari segi tekanan darah diastol	1.89	5.32	0.60 0	0.70- 3.09	0.002
Tingkat ansietas dari segi frekuensi nadi	4.02 5	4.79 8	0.54 0	2.951 - 5.100	0.000
Tingkat ansietas dari segi frekuensi napas	0.75 9	1.93 0	0.21 7	0.327 - 1.192	0.001
Tingkat ansietas dari segi kekuatan otot	- 0.25 3	0.43 9	0.05 5	(- 0.364) – (- 0.143)	0.001
Tingkat ansietas dari segi fungsi kognitif	4.77 2	4.12 9	0.46 5	3.84- 5.69	0.000
Tingkat ansietas	2.65 8	2.84 6	0.32 0	2.021 -	0.000

dari segi fungsi motorik				3.296	
Tingkat ansietas dari segi komunikasi	1.21 5	1.09 4	0.12 3	0.970	0.000
Perubahan ansietas dari tingkat ansietas	8.64 6	6.51 0	0.73 2	7.187 -	0.000
				10.10 4	

Berdasarkan uji Pair T test hasil rata-rata tekanan darah sistol sebelum pemberian intervensi yaitu 139,24 mmHg dengan standar deviasi 23,7 sedangkan rata-rata tekanan darah sistol sesudah pemberian intervensi menjadi 132.66 mmHg dengan standar deviasi; 15.5. Rata-rata tekanan darah diastol sebelum intervensi yaitu 86.08 mmHg. dengan standar deviasi 11.7 sedangkan rata-rata tekanan darah diastol setelah intervensi menjadi 84.18mmHg. dengan standar deviasi 8.7.

Berdasarkan uji Pair T test hasil rata-rata Nadi responden sebelum pemberian intervensi yaitu; 82,43 x/mnt. dengan standar deviasi 5.9 sedangkan rata-rata nadi sesudah pemberian intervensi menjadi 78.41x/mnt. Hasil rata-rata *Respiration Rate* responden sebelum pemberian intervensi 19.95 x/mnt dengan standar deviasi 2.8.

Hasil rata-rata *Respiration Rate* responden setelah pemberian intervensi menjadi 19.19 x/mnt. Dengan standar deviasi 2.8. Hasil nilai rata-rata kekuatan otot responden sebelum

intervensi 4.57 dengan standar deviasi 0.5. Hasil rata-rata kekuatan otot responden setelah intervensi 4.82 dengan standar deviasi 0.3.

Tekanan darah sistol sebelum pemberian terapi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p\text{ value} < 0,05$) dan intervensi berpengaruh dapat menurunkan tekanan darah sistol sebesar 86.3%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya. Tekanan darah diastol sebelum pemberian terapi dan sesudah pemberian terapi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p\text{ value} < 0,05$) dan pengaruh intervensi dapat menurunkan tekanan darah Diastol sebesar 81.9% sisanya dipengaruhi faktor lain, dengan normalnya tekanan darah menunjukkan menurunnya tingkat ansietas responden.

Kekuatan otot sebelum dan sesudah intervensi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p < 0.05$). Pengaruh intervensi dapat meningkatkan kekuatan otot sebesar 19.8 % sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor, segi fungsi kognitif sebelum dan sesudah intervensi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p < 0.05$). Dan pengaruh intervensi dapat meningkatkan fungsi kognitif sebesar 7.95 % sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Segi fungsi motorik sebelum dan sesudah intervensi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p < 0.05$). Dan pengaruh

intervensi dapat meningkatkan fungsi motorik sebesar 5.66 % sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor, dari segi kemampuan komunikasi sebelum dan sesudah intervensi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p < 0.05$). Pengaruh intervensi meningkatkan kemampuan komunikasi sebesar 29.2 % sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor. Dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat ansietas responden sebelum dan sesudah intervensi memiliki korelasi yang signifikan dengan nilai ($p < 0.05$). Pengaruh intervensi dapat menurunkan ansietas sebesar 9.5 % sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Pembahasan

Ada perbedaan secara bermakna respon fisiologis pada responden sehingga menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari hadap respon fisiologis. Hasil uji statistik menjelaskan walaupun ada perbedaan respon fisiologis sebelum dan sesudah perlakuan, hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi hipnotis lima jari mampu menurunkan skor respon fisiologis secara bermakna.

Fortinash dan Worret (2004) menjelaskan bahwa ansietas secara fisiologis dapat ditunjukkan dalam skala normal, meningkat, menurun atau *fight or flight*. Pemberian terapi hipnotis lima jari berdampak terhadap penurunan respon fisiologis dikarenakan

bahwa terapi hipnotis lima jari tidak hanya berfokus pada dimensi psikis dan spiritual namun juga fisik. Berdasarkan penjelasan di atas dari hasil evaluasi dirimunjukkan bahwa pemberian terapi hipnotis lima jari pada pasien dengan ansietas mampu menurunkan respon fisiologis.

Ada perbedaan yang signifikan respon kognitif pada responden sehingga menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap respon kognitif. Klien dengan ansietas akan mengalami perubahan dalam respon kognitif yang mengakibatkan adanya hambatan dalam berfikir.

Hipnotis lima jari merupakan salah satu bentuk *self hipnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. Hipnotis lima jari mempengaruhi system limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran *hormone-hormone* yang dapat memacu timbulnya stress. Pasien yang diberikan hipnotis lima jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap *system* tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan tenang (Mahoney, 2007). Hipnotis lima jari juga dapat mempengaruhi pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot dan kordinasi tubuh, memperkuat ingatan, meningkatkan produktivitas suhu tubuh dan mengatur

hormon-hormon yang berkaitan dengan stress. Hasil penelitian Mu'afiro (2007).

Hasil penelitian pada responden menunjukkan ada perbedaan respon perilaku secara bermakna sebelum dan sesudah perlakuan. Menurut peneliti hal tersebut terjadi dikarenakan dampak dari sakit dan dirawat di rumah sakit dapat mempengaruhi perilaku. Ada perbedaan secara bermakna respon emosional pada responden sehingga menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap respon emosional. Ada perbedaan secara bermakna respon emosional sebelum dan sesudah perlakuan.

Suliswati, dkk (2005) secara emosional klien akan mengekspresikan dalam bentuk kebingungan dan curiga berlebihan sebagai reaksi emosi terhadap ansietas. Kesimpulan berdasarkan evaluasi diri terhadap pelaksanaan hipnotis lima jari pada responden intervensi ternyata secara subyektif memberikan pengaruh yang signifikan pada perubahan emosional klien. Menurut peneliti, hal tersebut terjadi dikarenakan waktu sakit dan dirawat di rumah sakit mengakibatkan berbagai masalah baik di rumah maupun di masyarakat.

Ada perbedaan secara bermakna respon fisiologis pada responden sehingga menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap respon fisiologis. Hasil uji

statistik menjelaskan walaupun ada perbedaan respon fisiologis sebelum dan sesudah perlakuan namun terdapat penurunan skor respon fisiologis yang bermakna. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi hipnotis lima jari mampu menurunkan skor respon fisiologis yang bermakna. Menurut Videbeck (2006) bahwa respons sistem saraf otonom terhadap ansietas menimbulkan aktivitas involunter pada tubuh yang termasuk dalam pertahanan diri. Berdasarkan penjelasan diatas dari hasil observasi pada responden menunjukkan bahwa pemberian terapi hipnotis lima jari pada pasien yang dirawat dengan ansietas sedang mampu menurunkan respon fisiologis.

Ada perbedaan secara bermakna respon kognitif pada responden menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap respon kognitif. Hasil observasi menunjukkan bahwa pasien sakit dan dirawat di rumah sakit dengan ansietas sedang menunjukkan perubahan terhadap fokus perhatian atau penurunan konsentrasi. Hal ini sesuai dengan pernyataan Fortinash and Worret (2004) yang menjelaskan bahwa dari aspek kognitif persepsi menyempit dan terfokus, perhatian serta ingatan terjadi penurunan. Terapi hipnotis lima jari merupakan terapi mandiri pasien untuk menghipnotis diri dalam menurunkan ansietas.

Berdasarkan hasil penelitian dan penjelasan diatas dari hasil observasi menunjukkan

bahwa pada responden pemberian terapi hipnotis lima jari mampu meningkatkan respon kognitif. Hasil evaluasi diri menunjukkan bahwa usia berhubungan dengan respon fisiologis, respon kognitif dan komposit ansietas. Sedangkan hasil observasi menunjukkan kesimpulan yang berbeda bahwa usia tidak berhubungan dengan respon fisiologis, respon kognitif dan respon motorik mapun komposit, total responden yang mengalami ansietas sedang mayoritas adalah usia dewasa muda. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Mu'afiro (2004). Analisis data untuk mengetahui perbedaan kecemasan dengan paired samples test, sedang untuk menguji pengaruh hipnosis lima jari dengan Independent samples test dengan taraf signifikansi $p=0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan pada karakteristik umur, pendidikan dan lama berobat antara kedua kelompok ($p>0,05$). Terdapat perbedaan kecemasan yang bermakna ($p<0,05$) antara kelompok yang mendapat perlakuan dengan yang tidak. Pasien kanker leher rahim yang mendapat hipnosis lima jari mempunyai rerata kecemasan yang lebih rendah dari pasien yang tidak mendapat hipnosis lima jari. Hasil uji menunjukkan hipnosis lima jari mampu menurunkan kecemasan pasien kanker leher rahim dengan $p=0,00$ ($p<0,05$). Kesimpulan: Hipnosis lima jari mampu menurunkan

kecemasan pasien kanker leher rahim. (Mu'afiro, 2004).

Hasil evaluasi diri menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak berhubungan dengan respon fisiologis, respon kognitif, respon motorik, respon emosional, komposit ansietas. Hasil observasi juga menjelaskan bahwa jenis kelamin tidak berhubungan dengan respon fisiologis, respon kognitif, respon motorik dan komposit. Berbeda dengan pendapat Kaplan, Sadock, and Grebb (2010) bahwa gangguan ansietas lebih sering dijumpai pada wanita dengan rasio 2 : 1.

Hasil evaluasi diri menunjukkan bahwa hanya pekerjaan yang berhubungan dengan komposit ansietas. Sedangkan hasil observasi menunjukkan bahwa pekerjaan tidak berhubungan dengan respon ansietas. Kaplan, Sadock and Grebb. (2010) mengungkapkan bahwa perubahan status pekerjaan yang terjadi secara tiba-tiba dapat menjadikan suatu stressor psikososial.

Broewer (1983, dalam Kaplan, 2010) menjelaskan bahwa pendidikan adalah salah satu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan luar sekolah dan berlangsung sepanjang masa. Sebagian besar pasien dengan ansietas sedang mayoritas memiliki latar belakang pendidikan SMA. Berdasarkan pengamatan peneliti bahwa pasien dengan latar belakang

pendidikan menengah cenderung menggunakan koping yang konstruktif dalam mengatasi ansietas, hal ini disebabkan karena pengetahuan dan pemahaman mereka yang baik dalam menyelesaikan setiap permasalahan.

Kesimpulan

Karakteristik pasien rawat inap/ Responden antara lain : usia paling banyak adalah dewasa tua dengan rata-rata (43.46 tahun), sebagian besar berjenis kelamin perempuan 44 orang (55.7 %), mayoritas memiliki tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas 36 orang (45.6%) banyak yang bekerja 53 orang (67.1%). Respon kognitif pada Responden berdasarkan evaluasi diri dan observasi terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah diberikan terapi hipnotis lima jari, dapat meningkatkan fungsi kognitif sebesar 7.95% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

Respon psikomotor pada responden berdasarkan evaluasi diri dan observasi terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah diberikan terapi hipnotis lima jari, dapat meningkatkan fungsi psikomotorik 5.66% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Skor komunikasi pada responden berdasarkan evaluasi diri dan observasi terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah diberikan terapi hipnotis lima jari, dapat meningkatkan fungsi komunikasi sebesar 29.2 % sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Teknik

hipnotik lima jari dapat menurunkan tingkat ansietas pada pasien yang sedang dalam perawatan, sehingga tehnik ini dapat diterapkan oleh perawat untuk menurunkan tingkat ansietas.

Referensi

- Arikunto, S. (2000). *Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktek*. Edisi 4. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azis, A.H. (2003). *Riset keperawatan & teknik penulisan ilmiah*. Edisi Pertama. Jakarta: Salemba Medika.
- Copel, L.C. (2000). *Psychiatric and mental health nursing care: nurse's clinical guide*. (2nd ed). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Riset kesehatan dasar 2013*. <http://www.litbang.depkes.go.id/LaporanRKD/IndonesiaNasional.pdf>, diperoleh tanggal 22 Februari 2009.
- Fortinash, K. M. & Worret, P. A. H. (2004), *Psikiatri Mental Health Nursing*, 3 Edition, Mosby, USA.
- Hendriyanto, Sriati A, Fitria N (2012). *Pengaruh Hipnoterapi terhadap penurunan tingkat stress pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran*.
- Issacs, A. (2001). *Lippincott's review series: mental health and psychiatric nursing*. (3th ed). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J., and Grebb, J.A., (2010). *Sinopsis Psikiatri : Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis. Jilid Dua*. Editor : Dr. I. Made Wiguna S. Jakarta : Bina Rupa Aksara
- Loeber, S., Duka, T., Welzel, H., Nakovics, H., Heinz, A., Flor, H., Mann, K., (2009). Impairment of cognitive abilities and decision making after chronic use of alcohol: The impact of multiple detoxifications. *Alcohol & Alcoholism*.
- Machfoedz, dkk. (2005). *Metodologi penelitian bidang kesehatan, keperawatan dan kebidanan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Michael. (2006). *Anxiety manajemen services*. <http://anxiety-managemnt-services.com>, diperoleh tanggal 10 Februari 2015.
- Mu'aforo, A (.2004). *pengaruh hypnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien kanker leher rahim*. Skripsi .tidak diterbitkan. Fakultas kedokteran Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Sari NG. Effendy, E. Amin MM (2014), *Hubungan Jenis Kelamin, Status Pernikahan, dan Status Pekerjaan dengan Gangguan Ansietas Menyeluruh di Klinik Psikiatri RS dr. Pirngadi Medan*. www.univmed.org/wpcontent/uploads/2011/02/Made.pdf. Diakses 25 Maret 2016.
- Sastroasmoro, S., (2011). Pemilihan Subyek Penelitian. Dalam: Sastroasmoro, S., Ismael, S., ed. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: CV. Sagung Seto, 313.
- Stuart, G.W& Laraia, M.T (2013), *Principles and practice of psychiatric Nursing (7 Th Ed)*, St. Louis: Mosby
- Suliswati, dkk. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, Jakarta : EGC.
- Videbeck, S.L. (2006). *Psychiatric mental health nursing*. (3rd ed). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

- Wheeler, K. (2008). *Psychotherapy for the advanced practice psychiatric nurse*. St. Louis: Mosby.
- Wiguna, IMS. (2011). *Perbandingan gangguan ansietas dengan beberapa karakteristik demografi pada wanita usia 15-55 tahun*. www.univmed.org/wpcontent/uploads/2011/02/Made.pdf. Diakses 10 Maret 2016.