

**NASKAH PUBLIKASI**  
**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP**  
**KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI DI RUANG ALAMANDA 2**  
**RSUD SLEMAN**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan (S1)



**Oleh:**

**NOORULIA JATI PRAFITRI**

**KPP2201571**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA**  
**YOGYAKARTA**  
**2024**



**NASKAH PUBLIKASI**  
**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP**  
**KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI DI RUANG ALAMANDA 2**  
**RSUD SLEMAN**

Disusun Oleh :

Noorulia Jati Prafitri

KPP2201571

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 15 Februari 2024

**Susunan Dewan Penguji**

**Ketua Dewan Penguji**

**Patria Asda S.Kep, Ns, MPH.**

**Penguji I / Pembimbing Utama**

**Nur Yeti Syarifah, S.Kep., Ns., M.Med.Ed**

**Penguji II / Pembimbing Pendamping**

**Anida, S.Kep., Ns., M. Sc**



Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk  
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta,   Maret 2024

**Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners**



**Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.**



# **PENGARUH TEKNIK RELAKSASI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI DI RUANG ALAMANDA 2**

## **RSUD SLEMAN**

Nooruliah Jati Prafitri<sup>1</sup>, Nur Yety Syarifah<sup>2</sup>, Anida<sup>3</sup>

### **INTISARI**

**Latar Belakang** : Jumlah pasien yang menjalani tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan setiap tahunnya. Pasien yang mengalami kecemasan pre operasi akan mengalami efek yang luas diantaranya peningkatan nyeri pasca operasi, peningkatan risiko infeksi, dan waktu penyembuhan yang lama. Dampak dari kecemasan berat pasien pre operasi tidak menutup kemungkinan tindakan pembedahan tidak bisa dilakukan, karena pasien yang cemas sebelum dilakukan operasi akan menyebabkan tekanan darah meningkat, sehingga ketika dilakukan tindakan pembedahan akan mempersulit dalam menghentikan perdarahan, dan bahkan setelah tindakan pembedahan. Prosedur operasi menimbulkan permasalahan psikologi bagi pasien salah satunya kecemasan.

**Metode Penelitian** : Metode dalam penelitian ini menggunakan desain “*pra experimental one grup pre test and post test design*” populasi dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman dengan jumlah 31 responden diambil dengan teknik *purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji *t test* dengan  $p \leq 0,05$ .

**Hasil Penelitian** : Hasil penelitian didapatkan skor tingkat ansietas sebelum dan sesudah terapi pada nilai rata-rata sebelum 25,29 (ansietas sedang) dan nilai rata-rata sesudah 16,74 (ansietas ringan). Hasil analisis menggunakan uji *t test* didapatkan nilai *p value*  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh pemberian terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan pasien pre operasi. Karakteristik responden untuk umur rata-rata 50,83 tahun dengan usia terendah 23 tahun dan usia tertinggi 63 tahun.

**Kesimpulan** : Hasil statistik menunjukkan nilai  $p = 0,000 < 0,05$  sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dan sesudah dilakukan pengaruh hipnotis lima jari. Dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian hipnotis lima jari terhadap kecemasan pasien pre operasi di ruang Alamanda 2 RSUD Sleman.

**Kata kunci:** *kecemasan, Pre Operasi, Terapi Hipnotis Lima Jari*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada

<sup>2</sup> Dosen STIKES Wira Husada

<sup>3</sup> Dosen STIKES Wira Husada

**THE EFFECT OF THE FIVE FINGER HYPNOTIC RELAXATION  
TECHNIQUE ON THE ANXIETY OF PRE-OPERATIVE PATIENTS  
IN THE ALAMANDA ROOM 2 SLEMAN REGIONAL HOSPITAL**

Noorulia Jati Prafitri<sup>1</sup>, Nur Yety Syarifah<sup>2</sup>, Anida<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background** : The number of clients undergoing surgery increases very significantly every year. Patients who experience preoperative anxiety will experience widespread effects including increased postoperative pain, increased risk of infection, and long healing time. The impact of severe pre-operative anxiety in patients does not rule out the possibility that surgery cannot be carried out, because patients who are anxious before surgery will cause blood pressure to increase, so that when surgery is carried out it will make it difficult to stop bleeding, and even after surgery. Surgical procedures cause psychological problems for patients, one of which is anxiety.

**Research Method** :The method in this research used a "*pre-experimental one group pre test and post test design*". The population in this study was pre-operative patients in Alamanda Room 2, Sleman Regional Hospital with a total of 31 respondents taken using a *purposive sampling technique*. Data analysis used the *t test* with  $p \leq 0.05$ .

**Results** : The results of the study showed that the anxiety level score before and after therapy was an average value before 25.29 (moderate anxiety) and an average value after 16.74 (mild anxiety). The results of the analysis using the *t test* showed that the p value was  $0.000 < 0.05$ , which means that there was an effect of giving five finger hypnosis therapy on preoperative patient anxiety. The average age of respondents is 50.83 years with the lowest age being 23 years and the highest age being 63 years.

**Conclusion** : The statistical results show a p value =  $0.000 < 0.05$  so it can be interpreted that there is a significant difference in the preoperative anxiety level of patients before and after the five finger hypnotic influence. It can be concluded that there is an effect of giving five finger hypnosis on pre-operative patient anxiety in the Alamanda 2 room at Sleman Regional Hospital.

**Keywords:** *Anxiety, Preoperative, Five-Finger Hypnosis Therapy*

---

<sup>1</sup> Students of Nursing (S1) Study Program and Nurses STIKES Wira Husada

<sup>2</sup> Lecturer STIKES Wira Husada

<sup>3</sup> Lecturer STIKES Wira Husada

## A. Latar Belakang

Rumah Sakit merupakan institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat. Salah satu tindakan yang ada di Rumah Sakit adalah tindakan operasi ataupun pembedahan, tindakan operasi ataupun pembedahan ialah salah tindakan lanjutan dari penanganan permasalahan kegawatan yang terdapat di rumah sakit. Pembedahan merupakan tindakan pengobatan yang dilakukan dengan sayatan untuk membuka atau melihat bagian tubuh yang mengalami gangguan dan diakhiri dengan penjahitan<sup>1</sup>. Tindakan pembedahan melewati 3 tahap meliputi pre operasi, intra operasi dan post operasi. Tahap pre operasi merupakan suatu tahap awal yang harus dilaksanakan dari fase perioperatif<sup>2</sup>.

Pada tahun 2020 diperkirakan oleh WHO (*World Health Organization*) bahwa kecemasan menjadi penyebab utama dari ketidakmampuan individu di seluruh dunia dan gangguan psikiatri menyumbang sekitar 15% angka kesakitan global. Prevalensi gangguan kecemasan di Amerika Serikat didapatkan 40 juta penduduk dengan usia 18 tahun hingga lanjut usia. 50% pasien pre operasi di dunia mengalami ansietas, dimana 5-25% berusia 5-20 tahun dan 50% berusia 55 tahun Faktor yang mempengaruhi hasil tersebut seperti jenis kelamin dan usia<sup>3</sup>.

Prosedur operasi ataupun pembedahan menimbulkan berbagai permasalahan psikologi bagi pasien salah satunya kecemasan. Kecemasan pasien pre operasi yakni berupa was-was terhadap nyeri setelah tindakan operasi, perubahan tubuh, kegagalan operasi, mengalami kematian setelah dibedah. Dengan tanda gejala mukosa mulut dan bibir kering, anoreksia, gemetar, sering buang air kecil, tidak rileks, tekanan darah meningkat, dan sulit tidur<sup>4</sup>.

Riset yang terdahulu dilakukan Pardede, tingkat kecemasan menurun setelah diberikan terapi hipnotis lima jari pada pasien preoperatif. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi kecemasan responden mayoritas cemas sedang yang berjumlah sebanyak

88,9%. Tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi, hasil penelitian didapatkan setelah diberikan intervensi dengan menggunakan kuesioner, tingkat kecemasan responden mayoritas cemas ringan sebanyak 59,3%<sup>5</sup>.

Ruang Alamanda 2 merupakan ruang perawatan bedah dewasa kelas 3 di RSUD Sleman. Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan pada tanggal 01-02 Juli 2023, Di ruang Alamanda 2 RSUD Sleman pada bulan Juni 2023 ada 82 pasien operasi, peneliti juga melakukan wawancara dan observasi dengan menggunakan questioner HARS pada 10 orang pasien pre operasi, didapatkan hasil 4 pasien pre operasi mengalami ansietas ringan, 3 pasien pre operasi mengalami ansietas sedang, 3 pasien yang mengalami ansietas berat.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan kepala ruangan dan perawat yang bertugas di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman, didapatkan belum pernah dilakukan pengukuran tingkat kecemasan pasien pre operasi, belum diketahui tingkat ansietas pasien pre operasi, dan belum pernah dilakukan tindakan non farmakologi untuk mengurangi ansietas pada pasien pre operasi Di RS Tersebut.

Berdasarkan fenomena dari uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam dengan Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi di RSUD Sleman.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian experiment dengan pendekatan *experimental one grub pre test and post test design* yaitu menggunakan satu kelompok subjek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah jumlah pasien pre operasi mayor di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman pada bulan Juni sampai dengan Agustus 2023 dengan jumlah 45 pasien. Penelitian ini menggunakan teknik sampling purposive sampling dan penetapan responden dalam penelitian ini adalah pasien pre operatif yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, ukuran sampel menggunakan rumus slovin

dengan jumlah 31 responden. Instrumen penelitian menggunakan Kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Analisa data menggunakan uji paired t test.

### C. Hasil

#### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik usia responden mengenai Tingkat ansietas responden pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 dapat dilihat dalam tabel 4.1 dibawah ini

Tabel 4.1  
**Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia terhadap terapi hipnotis lima jari tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman**

Kelompok Usia	Jumlah	%
12-25 th	5	16,1
26-45 th	6	19,4
46-65 th	20	64,5
Total	31	100

Sumber: Data Primer, 2023

Rata-rata usia responden berusia 50,83 tahun dengan usia terendah 23 tahun dan usia tertinggi 63 tahun. Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan data bahwa paling banyak responden berusia antara 46-65 tahun dengan jumlah 20 responden (64,5%).

Jenis kelamin responden pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman dapat dilihat dalam tabel 4.2 dibawah ini.

**Tabel 4.2**

**Distribusi frekuensi jenis kelamin responden terhadap terapi hipnotis lima jari pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>N</b>	<b>(%)</b>
Perempuan	17	54,84
Laki-laki	14	45,16
Jumlah	31	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan pada tabel diatas didapatkan bahwa dari 31 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 17 (54,84 %) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 (45,16%). Dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 17 (54,84 %).

2. **Tingkat kecemasan Responden Sebelum Dilakukan Terapi Hipnotis Lima Jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman**

Tingkat kecemasan Responden Sebelum Dilakukan Terapi Hipnotis Lima Jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.3**

**Analisis kondisi tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi hipnotis lima jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman**

<b>Variabel</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>Mean</b>
Tingkat Ansietas	31	100	25,29
Ringan	3	9,68	
Sedang	25	80.64	
Berat	3	9,68	

Sumber : Data Primer, 2023



Berdasarkan pada tabel 4.3 dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi hipnotis lima jari rata-rata 25,29 kategori kecemasan sedang. Mayoritas pasien mengalami kecemasan sedang dengan jumlah pasien 25 (80.64%).

3. Tingkat kecemasan Responden Pre Operasi Sesudah Dilakukan Terapi Hipnotis Lima Jari Di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman

Tingkat ansietas responden pre operasi sesudah dilakukan terapi hipnotis dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.4**  
**Analisis tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman**

Variabel	N	%	Mean
Tingkat Ansietas	31	100	16,74
Ringan	5	16,13	
Sedang	22	70,97	
Berat	4	12,90	

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui rata-rata tingkat kecemasan sesudah dilakukan hipnotis lima jari pada pasien pre operasi dengan rata-rata 16,74 ( ringan). Mayoritas pasien mengalami kecemasan ringan dengan jumlah pasien 22 (70,97%).

4. Tingkat kecemasan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Hipnotis Lima Jari Di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman

Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 4.5**  
**Analisis tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman**

Variabel	Terapi	Mean	SD	SE	p value
Tingkat Ansietas	Sebelum	25,29	3,560	0,639	0,000
	Sesudah	16,74	3,838	0,689	
	Selisih	8,55	1,840	0,330	

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.6 diatas menunjukkan bahwa rata-rata skor kecemasan sebelum diberikan terapi hipnotis lima jari nilai rata-rata 25,29 (kecemasan sedang), skor kecemasan sesudah diberikan terapi hipnotis lima jari menurun menjadi 16,74 (kecemasan ringan), hasil statistik uji paired t test menunjukkan nilai  $p = 0,000 < 0,05$  sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dan sesudah dilakukan hipnotis. Yang artinya hipnotis lima jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Karakteristik Responden**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan bahwa rata-rata usia responden 50,83 tahun dengan usia terendah 23 tahun dan usia tertinggi 63 tahun. Kebanyakan responden berusia antara 45-65 tahun yakni sejumlah 20 orang pasien (64,5%).

Faktor faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien pre operasi diantaranya adalah usia, dimana terdapat hubungan usia dengan tingkat kecemasan pasien yang akan menghadapi operasi. Maturitas atau kematangan seseorang akan mempengaruhi kemampuan coping mekanisme seseorang sehingga individu yang lebih matur sukar mengalami kecemasan karena individu mempunyai kemampuan adaptasi yang lebih besar terhadap kecemasan dibandingkan usia yang belum

matur. Karena semakin dewasa usianya semakin sedikit tingkat kecemasannya dikarenakan pada individu berusia dewasa mempunyai kemampuan coping dan kemampuan untuk beradaptasi terhadap suatu hal baru yang akan dihadapi oleh individu tersebut<sup>4</sup>.

Berdasarkan jenis kelamin didapatkan data bahwa dari 31 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 17 (54,84 %) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 (45,16%).

Faktor jenis kelamin secara signifikan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien, jenis kelamin perempuan lebih beresiko mengalami kecemasan dibandingkan jenis kelamin laki-laki. karena jenis kelamin perempuan dan laki-laki mempunyai perbedaan hormon. Perempuan lebih rentan mengalami kecemasan karena ketika terjadinya peningkatan hormone estrogen dan progesteron dapat meningkatkan risiko gangguan otak dan dapat memicu munculnya rasa cemas yang berlebihan<sup>4</sup>.

Menurut asumsi peneliti, rata-rata individu yang akan menjalani operasi atau pembedahan mengalami kecemasan, baik cemas ringan, cemas sedang, hingga cemas berat tergantung respon individu itu sendiri. Umur diatas 50 tahun dan jenis kelamin perempuan cenderung lebih cemas saat menunggu tindakan operasi dari pada laki-laki.

## 2. Tingkat Kecemasan Sebelum Dilakukan Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat kecemasan Pasien Pre Oprasi Di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi hipnotis lima jari rata-rata 25,29 kategori kecemasan sedang. Gejala yang muncul diantaranya pasien mengalami perasaan cemas, merasa tegang, gelisah, gemetar, takut ditinggal sendiri, sukar masuk tidur, sukar berkonsentrasi, takhikardia, berdebar, mual, BAB lembek, sukar BAB, sering BAK, pusing, tidak tenang, dan lain-lain.

Kecemasan (ansietas) merupakan respon emosi tanpa objek tertentu, kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti tindakan pembedahan. Lebih dari 2/3 pasien yang menunggu pembedahan hadapi kecemasan, tingkat kecemasan pada masing-masing pasien bergantung pada pengalaman yang dipengaruhi oleh beberapa banyak faktor karena beberapa tingkat kecemasan berlangsung sebagai respon natural yang tidak bisa diperkirakan, lebih-lebih pada pasien yang pertama kali hadapi operasi<sup>6</sup>.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pardede di RSUD Dr. H Kumpulan Pane Kota Tebing Tinggi tentang pengaruh metode relaksasi napas dalam dengan terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan pre operasi, dengan responden hasil riset menunjukkan kalau hasil ukur kecemasan responden saat sebelum diberikan metode relaksasi napas dalam dengan pengobatan hipnotis lima jari dengan memakai kuesioner, kebanyakan kecemasan sedang ialah 61,3%<sup>7</sup>.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhadi dengan judul Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pakuhaji. pada pasien pre operasi yang belum diberikan terapi hipnosis lima jari mayoritas mengalami cemas berat sebanyak 40,8%<sup>8</sup>.

Menurut asumsi peneliti, rata-rata individu yang akan menjalani operasi atau pembedahan mengalami kecemasan, baik cemas ringan, cemas sedang, hingga cemas berat tergantung respon individu itu sendiri. Pasien pre operatif mayoritas mengalami kecemasan sedang, kecemasan yang dialami pasien pre operatif sesuai dengan pernyataan yang ada, dimana kebanyakan responden merasa khawatir berlebihan, disertai rasa takut dan tampak gelisah karena akan dioperasi. Hal ini merupakan hal yang sering terjadi bagi setiap individu yang akan menjalani operasi karena mempunyai persepsi bahwa operasi adalah hal yang mengancam dan menakutkan.

### 3. Tingkat kecemasan Responden Pre Operasi Sesudah Dilakukan Terapi Hipnotis Lima Jari di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman

Hasil penelitian diketahui rata-rata tingkat ansietas sesudah dilakukan hipnotis lima jari pada pasien pre operasi rata-rata 16,74 (ringan). Hipnotis lima jari mempengaruhi system limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormon-hormon yang bisa memicu timbulnya suatu stress dan ansietas. Saat klien diberikan hipnotis lima jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap system tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan tenang<sup>9</sup>.

Sesuai dengan penelitian Pardede di RSUD Dr. H kumpulan pane kota tebing tinggi tentang pengaruh metode relaksasi napas dalam dengan terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan pre operasi, dengan responden hasil riset menunjukkan kalau hasil ukur kecemasan responden saat sesudah diberikan metode relaksasi napas dalam dengan pengobatan hipnotis lima jari dengan memakai kuesioner, kebanyakan kecemasan ringan ialah 83,9%<sup>7</sup>.

Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhadi dengan judul Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pakuhaji. Pada pasien pre operasi yang sudah diberikan terapi hipnosis lima jari mayoritas mengalami cemas ringan 40,8%<sup>8</sup>.

Menurut asumsi peneliti, setelah diberikan hipnotis lima jari kecemasan pasien mengalami perubahan dari mayoritas kecemasan sedang menjadi mayoritas kecemasan ringan. Gejala yang muncul diantaranya masih ada perasaan cemas, gelisah mual, sering BAK, pusing, dan lain-lain. Hipnotis lima jari dapat menghilangkan ketegangan otot-otot tubuh maupun pikiran dengan bayangan yang menyenangkan dan dapat di nikmati sehingga memberikan rasa nyaman. Dapat disimpulkan tingkat ansietas sesudah dilakukan hipnotis lima jari pada pasien pre operasi rata-rata 16,74 (ringan).

4. Pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman

Hasil uji t test ada pengaruh signifikan pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman dengan p value =  $0,000 < 0,05$ . Berdasarkan tabel 4.6 bahwa tingkat kecemasan pasien operasi setelah diberikan terapi hipnotis lima jari menurun signifikan dari 25,29 (kecemasan sedang) menjadi 16,74 (kecemasan ringan).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pardede di RSUD Dr. H kumpulan pane kota tebing tinggi tentang pengaruh metode relaksasi napas dalam dengan terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan pre operasi Ada pengaruh yang signifikan teknik relaksasi napas dalam dengan terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan pasien pre operatif di RSUD Dr. H.Kumpulan Pane Kota Tebing Tinggidengan nilai p value =  $0,000$  ( $p < 0,1$ ) dengan nilai  $z = -4,107$  yang berarti kuat pengaruh teknik relaksasi napas dalam dengan terapi hipnotis lima jari <sup>7</sup>.

Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan Suhadi dengan judul Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pakuhaji diperoleh nilai p.value= $0,001$  artinya terdapat efektivitas hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi <sup>8</sup>.

Menurut asumsi peneliti, terapi hipnotis lima jari sangat membantu menurunkan kecemasan pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi. Namun, beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan terapi ini adalah umur dan kesiapan responden untuk menerima informasi yang disampaikan. Selain itu, penelitian ini dilakukan selama bulan oktober sampai dengan desember 2023 sehingga persiapan lebih maksimal dan peneliti mempunyai banyak waktu dalam melaksanakan penelitian. Efek dari hipnostis lima jari adalah pasien menjadi lebih rileks sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan pre operasi.

## **E. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian mengenai pengaruh teknik terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Alamanda 2 RSUD Sleman dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa rata-rata usia responden 50,83 tahun dengan usia terendah 23 tahun dan usia tertinggi 63 tahun. Mayoritas responden berusia antar 46-65 tahun yakni sejumlah 20 pasien (64,5%).
2. Karakteristik responden Berdasarkan jenis kelamin didapatkan data bahwa responden dari 31 responden sebagian besar berjenis kelamin Perempuan sebanyak 17 (54,84 %) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 (45,16%).
3. Tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi hipnotis lima jari rata-rata nilainya 25,29 kategori kecemasan sedang. Mayoritas pasien mengalami kecemasan sedang yakni sejumlah 25 pasien (80,64%).
4. Tingkat kecemasan sesudah dilakukan hipnotis lima jari pada pasien pre operasi rata-rata nilainya 16,74 kategori kecemasan ringan. Mayoritas pasien mengalami kecemasan ringan yakni sejumlah 22 pasien (70,97%).
5. Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pasien operasi setelah dilakukan yang terapi hipnotis lima jari menurun signifikan dari 25,29 (tingkat kecemasan sedang) menjadi 16,74 masuk dalam kategori kecemasan ringan, hasil statistik menunjukkan nilai  $p=0,000 < 0,05$  sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dan sesudah dilakukan pengaruh hipnotis lima jari. Dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian hipnotis lima jari terhadap kecemasan pasien pre operasi di ruang Alamanda 2 RSUD Sleman.

## **F. Saran**

### **1. Bagi Rumah Sakit**

Bagi RSUD Sleman diharapkan terapi hipnotis lima jari ini bisa dijadikan sebagai tindakan mandiri perawat, sehingga pasien dapat mengelola stress dan bisa mengurangi kecemasan.

### **2. Bagi Institusi**

Sebagai pembelajaran pentingnya mengurangi kecemasan dan melakukan intervensi hipnotis lima jari pada pasien yang mengalami kecemasan.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Pada penelitian selanjutnya intervensi dapat digunakan pada pasien lain di komunitas ataupun panti dan menambahkan variabel-variabel yang banyak. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan kelompok kontrol agar hasilnya lebih akurat, serta menambahkan data riwayat operasi sebelumnya, serta data pendidikan dan pekerjaan responden yang dapat mempengaruhi tingkat efektifitas terapi yang diberikan.

## **G. DAFTAR PUSTAKA**

1. Baradero, M, 2019. *Seri Asuhan Keperawatan Kesehatan Mental Psikiatri*. Jakarta: EGC
2. Ekaputri, M, 2022. *Keperawatan Medikal Bedah 1. Vol. 1*. Jakarta: Tahta Media
3. World Health Organization (WHO). 2020. "Surgery Elektif." (<https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HIS-SDS-2015.18>).
4. Sari, Y. P. (2019). *Pengaruh Latihan Lima Jari terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Laparotomi di Irna Bedah Rsup. Dr. M. Djamil Padang*. Menara Ilmu 13(10). <https://doi.org/10.31869/mi.v13i10.1631>
5. Pardede, J., Hulu, D., & Sirait, A. (2021). *Tingkat Kecemasan Menurun Setelah Diberikan Terapi Hipnotis Lima Jari pada Pasien Preoperatif*. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 265-272. Retrieved from <http://www.journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/11>



6. Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). *Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart*. Edisi Indonesia (Buku 1). Singapore PteLid: Elsevier
7. Pardede, J. A., Sitepu, S. F. A., & Saragih, M. (2018). *The Influence of Deep Breath Relaxation Techniques and FiveFinger Hypnotic Therapy on Preoperative Patient Anxiety*. *Journal of Psychiatry*, 3(1), 1-8
8. Suhadi, 2020. *Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Perawatan Bedah RSUD Pakuhaji*. *Jurnal Health Sains*: p-ISSN : 2723-4339 e-ISSN : 2548-1398 Vol. 1, No. 5, November 2020
9. Hastuti, Arumsari, S. (2015). *Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun (ONLINE) Vol. 1, No. 5*, (<https://media.neliti.com> diunduh 26 Juni 2023)