

***CASE REPORT* : PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI DALAM
MENGATASI KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI
DI INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUD KOTA
YOGYAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Profesi Ners STIKes Wira Husada Yogyakarta



Disusun Oleh :

RUBEN LETLORA, S.KEP
NIM : PN.220975

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
WIRA HUSADA YOGYAKARTA
2023**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ruben Letlora, S.Kep
Nomor Induk Mahasiswa : PN.220975
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul:

Case Report : Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta

Adalah hasil karya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah dipublikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun Institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, Oktober 2023

Mengetahui

Pembimbing Utama

Yang Menyatakan

Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Sp.Kep.Jiwa

Ruben Letlora, S.Kep

HALAMAN PERSETUJUAN

***CASE REPORT* : PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI DALAM
MENGATASI KECEMASAN PASIEN PRE-OPERASI LAPARATOMI
DI INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUD KOTA
YOGYAKARTA**

Telah Disusun dan Diajukan Oleh :

Nama : Ruben Letlora, S.Kep

NIM : PN.220975

Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Diseminarkan

Yogyakarta, Oktober 2023

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

(Ns. Nur Anisah, S.Kep, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa)

(Estik Sarwiyatun, S.Kep, Ns)

Mengetahui

**Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners
STIKes Wira Husada Yogyakarta**

(Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

***CASE REPORT* : PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI DALAM
MENGATASI KECEMASAN PASIEN PRE-OPERASI LAPARATOMI
DI INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUD KOTA YOGYAKARTA**

Telah Berhasil Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai
Bagian Persyaratan yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada
Program Studi Profesi Ilmu Keperawatan & Ners STIKes Wira Husada
Yogyakarta, Pada :

Hari/Tanggal :, Oktober 2023

Susunan Dewan Penguji :

Ketua Dewan Penguji Antok Nurwidi Antara, S.Kep, Ns., M.Kep	(.....)
Pembimbing I Ns. Nur Anisah, S.Kep, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa	(.....)
Pembimbing II Estik Sarwiyatun, S.Kep, Ns	(.....)

Mengetahui

Ketua Program Pendidikan Profesi Ners

(Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep)

**CASE REPORT : PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI DALAM
MENGATASI KECEMASAN PASIEN PRE-OPERASI LAPARATOMI
DI INSTALASI BEDAH SENTRAL RSUD KOTA YOGYAKARTA**

Ruben Letlora¹, Nur Anisah², Estik Sarwiyatun³

INTISARI

Latar Belakang: Pre operasi yang merupakan tahapan awal dari keperawatan operasi yang dimulai sejak pasien diterima masuk di ruang terima pasien dan berakhir ketika pasien dipindahkan ke meja operasi untuk dilakukan tindakan pembedahan, salah satu persiapan pre operasi ialah persiapan mental/psikis. Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu kekhawatiran, kebingungan pada sesuatu yang akan terjadi disertai dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya. Salah satu metode untuk mengurangi kecemasan yaitu dengan pemberian hipnosis lima jari. Hipnosis lima jari merupakan salah satu bentuk *self hipnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. **Tujuan :** Untuk mengetahui efektivitas Hipnosis Lima Jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien Pre-Operasi Laparatomi di RSUD Kota Yogyakarta. **Metode :** Penelitian dilakukan dengan *Pretest-posttest Design*, pada 2 pasien pre-operasi Laparatomi, diruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS)* untuk mengukur tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. **Hasil :** didapati hasil bahwa terjadi penurunan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi laparatomi sebelum dan setelah dilakukan tindakan intervensi hipnosis lima jari

Kata Kunci : Hipnosis Lima Jari, Kecemasan, Pre Operasi

¹ Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners STIKes Wira Husada Yogyakarta

² Dosen Keperawatan Jiwa STIKes Wira Husada Yogyakarta

³ Perawat Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta

**CASE REPORT : APPLICATION OF FIVE-FINGER HYPNOSIS IN
OVERCOMING ANXIETY OF LAPARATOMY PRE-OPERATIVE
PATIENTS AT THE CENTRAL SURGICAL INSTALLATION
OF YOGYAKARTA CITY HOSPITAL**

Ruben Letlora¹, Nur Anisah², Estik Sarwiyatun³

ABSTRACT

Background: Preoperative which is the initial stage of surgical nursing which begins when the patient is admitted to the patient's reception room and ends when the patient is transferred to the operating table for surgery, one of the preoperative preparations is mental / psychological preparation. Anxiety can be defined as a worry, confusion about something that will happen accompanied by feelings of uncertainty and helplessness. One method to reduce anxiety is by giving five-finger hypnosis. Five-finger hypnosis is a form of self hypnosis that can cause a high relaxation effect, so that it will reduce tension and stress from one's mind.

Objective: To determine the effectiveness of Five-Finger Hypnosis on reducing anxiety levels in Laparatomy Pre-Operation patients at Yogyakarta City Hospital.

Method: The study was conducted with Pretest-posttest Design, on 2 Laparatomy pre-operative patients, in the Central Surgical Installation room of Yogyakarta City Hospital. The research instrument used was the Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS) to measure anxiety levels before and after treatment.

Results : It was found that there was a significant decrease in the anxiety level of preoperative laparatomy patients before and after the five-finger hypnosis intervention.

Keyword : Five-Finger Hypnosis, Anxiety, Preoperative

¹ Student of Professional Nursing Education STIKes Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer in Mental Nursing at STIKes Wira Husada Yogyakarta

³ Central Surgical Installation Nurse at Yogyakarta City Hospital

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya Penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Case Report : Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta”.

Adapun penelitian ini disusun untuk memenuhi ketentuan melakukan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners sebagai persyaratan mahasiswa menyelesaikan Program Profesi Ners di STIKes Wira Husada Yogyakarta.

Pelaksanaan penelitian ini tidak lepas dari berbagai macam hambatan dan kesulitan, namun berkat bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, akhirnya penelitian ini dapat terselesaikan. Maka dalam kesempatan ini Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan & Ners STIKes Wira Husada Yogyakarta.
3. Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Sp.KJ., selaku pembimbing utama yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran dalam penulisan penelitian ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
4. Estik Sarwiyatun, S.Kep, Ns., selaku pembimbing pendamping yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran dalam penulisan Karya Ilmiah ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
5. RSUD Kota Yogyakarta yang telah memberikan izin dan sebagai lokasi pelaksanaan penelitian.
6. Kedua orang tua tercinta, papa dan mama. yang sudah memberikan dukungan, motivasi, kasih sayang serta mendoakan saya dalam menyusun Karya Ilmiah ini.
7. Teman-teman dan sahabat Program Studi Profesi Ners Angkatan XVIII STIKes Wira Husada Yogyakarta, serta seluruh pihak yang turut serta memberikan dukungan dan bantuannya hingga Karya Ilmiah ini dapat terselesaikan.

Akhir kata penulis mengharapkan agar Karya Ilmiah ini bermanfaat bagi penulis sendiri dan khususnya bagi pembaca pada umumnya serta dapat menjadi sumbangan terhadap ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, Oktober 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
INTISARI	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
A. PENDAHULUAN	1
B. METODE	5
1. Rancangan Penelitian	6
2. Alur Penelitian	7
C. DESKRIPSI LAPORAN KASUS	8
D. HASIL DAN PEMBAHASAN	10
E. KESIMPULAN	15
DAFTAR PUSTAKA	17
LAMPIRAN	20

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Karakteristik Responden.....	10
Tabel 2. Analisis Skor Kecemasan Sebelum dan Sesudah Hipnosis Lima Jari	11

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen Penelitian (APAIS)	20
Lampiran 2. Standar Operasional Prosedur Hipnosis Lima Jari	21
Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden	24
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i>	25
Lampiran 5. Pengantar Penelitian	26
Lampiran 6. TIDieR	29

A. PENDAHULUAN

Pre operatif merupakan tahapan awal untuk mempersiapkan pasien semaksimal mungkin agar bisa di operasi dengan baik, pemulihan dengan cepat serta terbebas dari komplikasi pasca operatif. Kesuksesan tindakan pembedahan secara keseluruhan sangat tergantung pada fase ini. Tindakan pembedahan merupakan ancaman potensial maupun aktual pada integritas seseorang yang dapat membangkitkan reaksi stres fisiologis maupun psikologis. Lebih dari 230 juta operasi mayor dilakukan setiap tahun di dunia yang menyebabkan keadaan pasien saat operasi akan lemah, pre operasi yang merupakan tahapan awal dari keperawatan operasi yang dimulai sejak pasien diterima masuk di ruang terima pasien dan berakhir ketika pasien dipindahkan ke meja operasi untuk dilakukan tindakan pembedahan, salah satu persiapan pre operasi ialah persiapan mental/psikis (Renani Dwi, *et al.* 2019). *National Comorbidity Study* melaporkan bahwa satu dari empat orang memenuhi kriteria untuk setidaknya mengalami satu gangguan kecemasan dan terdapat angka prevalensi selama 12 bulan sebesar 17,7%. Di Indonesia sendiri telah dilakukan survei untuk mengetahui prevalensi gangguan kecemasan. Prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia seperti gangguan kecemasan dan depresi sebesar 11,6% dari usia > 15 tahun (Rismawan, 2019).

Menurut Rihiantoro *et al* (2019) prevalensi kecemasan di Indonesia diperkirakan 9%-21% populasi umum, angka populasi pasien pre-operasi yang mengalami kecemasan sebesar 80%. Sedangkan (Rihiantoro, Handayani, Wahyuningrat, & Suratminah, 2019) prevalensi gangguan mental emosional menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 di Jawa Barat menunjukkan 9,3% dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebanyak 13,7% (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018).

Kecemasan merupakan gejala emosi pada seseorang yang berhubungan dengan sesuatu yang ada diluar dirinya dan mekanisme diri yang digunakan dalam mengatasi permasalahan. Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu kekhawatiran, kebingungan pada sesuatu yang akan terjadi disertai dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya. Respon yang ditimbulkan oleh kecemasan dimanifestasikan oleh syaraf otonom (simpatis dan parasimpatis). Respon simpatis akan menyebabkan pelepasan epineprin, adanya peningkatan epineprin mengakibatkan denyut jantung cepat, pernafasan cepat dan dangkal, tekanan pada arteri meningkat.

Kecemasan juga berdampak negatif pada fisiologi tubuh manusia antara lain dampak pada kardiovaskuler, sistem respirasi, gastrointestinal, neuromuscular, traktus urinarius, kulit, dampak pada perilaku, kognitif dan afektif (Alimansur & Anwar, 2013). Selain itu, kecemasan pada pasien pre-operasi dapat menyebabkan tindakan operasi tertunda, lamanya pemulihan, peningkatan rasa sakit pasca operasi, mengurangi kekebalan terhadap infeksi, peningkatan penggunaan analgesik setelah operasi, dan bertambahnya waktu untuk rawat inap Pasien yang mengalami kecemasan sebelum dilakukan operasi sekitar 75%-85% (Diana et al., 2016).

Peningkatan frekuensi pernafasan dapat terjadi akibat respon fisik menghadapi ansietas. Pemberian teknik relaksasi hipnosis lima jari akan merangsang sistem saraf simpatis untuk menurunkan kadar zat katekolamin yang dapat menyebabkan konstriksi pembuluh darah sehingga dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Ketika aktivitas sistem saraf simpatis turun karena efek relaksasi maka produksi zat katekolamin akan berkurang sehingga menyebabkan dilatasi pembuluh darah dan akhirnya tekanan darah, denyut jantung, frekuensi nafas menurun (Stuart, 2013 dalam Badar dkk., 2021). Hipnosis lima jari merupakan salah satu bentuk *self hipnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. Hipnosis lima jari mempengaruhi sistem limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormon-hormon (hormon adrenalin) yang dapat memacu timbulnya stress (Mahoney, 2007 dalam Dekawaty, 2021).

Hipnosis lima jari adalah sebuah teknik pengalihan pemikiran seseorang dengan cara menyentuh pada jari-jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang menyenangkan atau yang disukai (Halim & Khayati, 2020). Terapi hipnosis lima jari merupakan suatu terapi dengan menggunakan lima jari tangan dimana klien dibantu untuk mengubah persepsi ansietas, stres, tegang dan takut dengan menerima saran-saran diambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah (Mawarti, 2021). Teknik ini dimulai dengan proses relaksasi pada umumnya yaitu meminta kepada klien untuk perlahan-lahan menutup matanya dan menarik napas dalam dan perlahan untuk menimbulkan relaksasi. Kemudian pasien didorong untuk relaksasi mengosongkan pikiran, sehingga pikiran-pikiran yang sedang dipikirkan untuk sementara dihilangkan dan pasien dapat fokus terhadap bayangan yang mereka pikirkan, dan mulailah pasien untuk memenuhi pikiran dengan bayangan yang menyenangkan dan dapat dinikmati (Dekawaty, 2021). Jadi terapi hipnosis lima jari adalah suatu teknik relaksasi menggunakan lima jari tangan dengan cara mengalihkan pikiran pada hal-hal yang menyenangkan untuk membantu mengurasi ansietas, ketegangan, dan rasa takut. Terapis dalam hal ini membimbing klien agar memiliki perubahan positif dalam mengurangi kecemasan, ketika klien mengalami relaksasi mendalam dimana keadaan tersebut memiliki tingkat tinggi untuk masuknya sugesti, keadaan tersebut disebut *trance*. Ketika dalam kondisi *trance* tersebut, manusia berada dalam kondisi bawah sadar. (Santoso W, 2014).

Sejalan dengan teori adaptasi oleh Calista Roy (Marrier-Tomery, 1994) yang memandang klien sebagai suatu sistem adaptasi, proses penyesuaian diri individu yaitu untuk meningkatkan energi agar mampu melaksanakan tujuan untuk kelangsungan kehidupan, perkembangan, reproduksi, dan keunggulan sehingga dapat meningkatkan respon adaptasi, membantu seseorang untuk beradaptasi terhadap perubahan kebutuhan fisiologis, konsep diri, fungsi peran, dan hubungan interdependensi selama sehat dan sakit. Sehingga klien perlu dibantu untuk bisa menyesuaikan diri dengan kondisi kecemasan yang dialami selama proses persiapan operasi.

Pemberian intervensi hipnosis lima jari terbukti pada penurunan tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan hipnosis lima jari responden mengalami kecemasan dan setelah dilakukan hipnosis lima jari tingkat kecemasan menjadi normal (Suryadi Shidiq, Kusnanto, & Setiyowati, 2018), Penelitian Ariati (2012) menunjukkan hasil yang sama tentang pengaruh teknik hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi apendektomi di RSUD Sawerigading Palopo yang mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh teknik hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan dengan nilai *p value* 0,001 ($<0,05$).

Berdasarkan uraian diatas sehingga penelitian ilmiah ini penulis lakukan dengan tujuan ingin mengetahui efektivitas hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien Pre-Operasi Laparatomi di RSUD Kota Yogyakarta. Diharapkan penelitian ilmiah ini juga bermanfaat dalam pelayanan keperawatan sebagai informasi, referensi dan pedoman secara khusus pada tatalaksana pasien yang memiliki kecemasan sebelum tindakan operasi.

B. METODE

Desain penelitian ilmiah ini adalah *quasi eksperiment with pre test and post test withone control group* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnosis lima jari terhadap perubahan kecemasan pasien pre operasi. *quasi eksperimental* yaitu menentukan suatu kelompok variabel terikat untuk diamati agar dapat mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari suatu aplikasi dari variabel bebas yang sebelumnya dianggap dapat atau menyebabkan perubahan. Dengan *One-group Pretest-posttest Research Design* yaitu mengombinasikan *posttest* dan *pretest study* dengan mengadakan suatu tes pada responden sebelum diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan (Notoatmodjo, 2014). *Pre-test* dan penerapan intervensi pertama akan dilakukan pada H-1 operasi sementara intervensi kedua dan *post-test* akan dilakukan pada hari pelaksanaan operasi saat pasien tiba di Instalasi Bedah Sentral sampai sebelum memasuki *time out*.

Tempat pelaksanaan penelitian ilmiah ini adalah di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta. Waktu Pelaksanaan penerapan intervensi dilakukan tanggal 18-22 September 2023. Sampel dalam penelitian ilmiah ini adalah 2 pasien *pre operasi* laparotomi dengan kriteria; bersedia menjadi responden, pasien usia 16-60 tahun, kooperatif, pasien dengan tingkat kecemasan ringan sampai panik. Laparatomi tidak lain adalah pembedahan mayor yang meliputi penyayatan lapisan abdomen guna memperoleh organ abdomen yang bermasalah (hemoragi, perforasi, kanker, dan obstruksi) (Sjamsuhidajat & Jong, 2012). Laparatomi sendiri tidak berhenti pada sekedar kasus bedah biasa, namun juga pada banyak kasus seperti Hernia Inguinalis, Kanker Lambung, Apendiksitif, perforasi, Kanker Colon dan Rectum, Obstruksi Usus, Imflamasi Usus Kronis, Peritonisits, Kolestisitis (Sjamsuhidajat & Jong, 2005). Variabel terikat (*dependant variable*) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Pada penelitian ilmiah ini variabel terikatnya adalah kecemasan pre operasi. Sedangkan variabel bebas (*Independent variable*) adalah variabel yang menjadi penyebab timbulnya atau berubahnya variabel

terikat. Pada penelitian ilmiah ini, variabel bebasnya yang akan diteliti adalah hipnosis lima jari (Nursalam, 2013).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah terdiri dari 6 item pertanyaan *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* (APAIS). APAIS merupakan instrumen yang spesifik digunakan untuk mengukur kecemasan praoperasi. Secara garis besar ada dua hal yang dapat dinilai melalui pengisian kuesioner APAIS yaitu kecemasan dan kebutuhan informasi. Kuesioner APAIS terdiri dari 6 pertanyaan singkat, 4 pertanyaan mengevaluasi mengenai kecemasan yang berhubungan dengan anestesia dan prosedur bedah sedangkan 2 pertanyaan lainnya mengevaluasi kebutuhan akan informasi. Semua pertanyaan dilakukan sistem skoring dengan nilai 1 sampai 5 dengan skala Likert. Enam item APAIS dibagi menjadi 3 komponen yaitu ; kecemasan yang berhubungan dengan anestesia (sum A = pertanyaan nomor 1 dan 2), kecemasan yang berhubungan prosedur bedah (sum S = pertanyaan nomor 4 dan 5) dan komponen kebutuhan informasi (pertanyaan nomor 3 dan 6). Kombinasi komponen kecemasan yaitu jumlah komponen kecemasan yang berhubungan dengan anestesia dan prosedur bedah (sum C = sum A + sum S). Menurut Moerman, pasien dengan skor 11-13 pada komponen kecemasan digolongkan sebagai pasien dengan kecemasan praoperasi. Pasien dengan skor 5 atau lebih pada komponen kebutuhan akan informasi seharusnya diberikan informasi pada topik yang sesuai dengan keinginan pasien. Skor yang semakin tinggi menunjukkan makin tinggi tingkat kecemasan praoperasi dan kebutuhan akan informasi.

1. Rancangan Penelitian

<i>Pre Test</i>	X	<i>Post Test</i>
O1		O2

Keterangan :

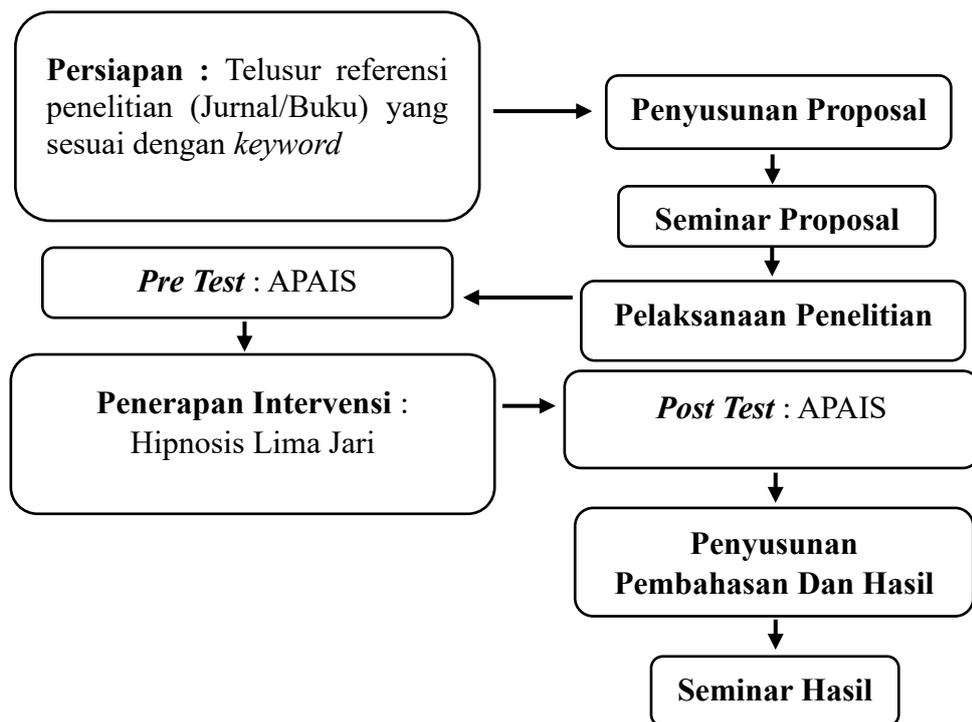
X : Penerapan Intervensi (Hipnosis Lima Jari)

O1 : *Pre Test* (Kecemasan Pre Operasi)

O2 : *Post Test* (Kecemasan Pre Operasi)

Penerapan kasus ini langsung dilakukan kepada pasien, sehingga masalah etik yang perlu diperhatikan adalah penerapan etik *confidentiality* (kerahasiaan) penerapan kasus ini, dimana data-data yang diperoleh dari responden tidak digunakan untuk kepentingan umum, tetapi hanya digunakan sebagaimana diperlukan dalam mewujudkan tujuan dari penelitian ilmiah ini.

2. Alur Penelitian



C. DESKRIPSI LAPORAN KASUS

Responden dalam penelitian ini adalah Ny S dan Ny N

1. Pasien Ny. S (16 Tahun), dengan Diagnosa Medis Apendisitis Akut, Ny S adalah seorang ibu rumah tangga dengan satu anak perempuan (3 Tahun), Menikah, Pendidikan terakhir SMA, tinggal serumah dengan suami (Tn MF, 22 Tahun) dan anak, Memiliki riwayat penyakit gastritis, Tidak ada riwayat penyakit keluarga. Ny S mengeluh nyeri mulai perut (22/09-23) pagi, yang awalnya pasien menduga adalah karena sakit Gastritis yang dimiliki, namun memburuk saat siang hari dan kemudian dilarikan ke IGD, dan berdasarkan hasil analisa dan pemeriksaan penunjang pasien didiagnosa apendisitis akut. Pasien kemudian menyetujui tindakan operasi dan mulai dirawat sore harinya (22/09-23) untuk persiapan operasi (Laparotomi Apendektomi). Ny S mengatakan khawatir dan cemas dengan prosedur operasi yang akan dijalani karena tidak pernah menjalani operasi apapun sebelumnya, Ny S mengatakan cemas karena tidak menduga nyeri perut yang diduga cuman karena sakit maag malah harus berakhir dioperasi. Juga dengan proses pembiusan yang menurut Ny S menakutkan karena berpikiran bagaimana kalau biusnya bermasalah dan tidak bisa bangun lagi setelah operasi. Pemeriksaan Fisik *Head to Toe* dalam kondisi normal dan baik, Terpasang Infus tangan sebelah kanan, Tidak ada luka bekas operasi, tidak ada kelainan atau gangguan lain pada fisik pasien. Pemeriksaan Fisik Abdomen : Palpasi *Mc Burney* dan *Rovsing Sign* (+). Pemeriksaan Laboratorium Menunjukkan nilai AL 23,3. Pasien menjalani tindakan operasi dengan General Anesthesia, operasi dilakukan selama 1 jam mulai 09:30-10:30, TTV Stabil, Kondisi pasca operasi baik.
2. Pasien Ny. N (53 Tahun), dengan Diagnosa Medis Myoma Uteri, Ny. N adalah seorang Ibu Rumah Tangga dengan 3 anak, Menikah, Pendidikan terakhir S1, Tidak memiliki riwayat penyakit lain, Tidak ada riwayat penyakit dalam keluarga, Tinggal serumah dengan suami dan anak-anak. Pasien Ny N mengatakan mengalami perdarah yang masiv pada periode menstruasi sampai mengalami penurunan kadar Hb

yaitu 8,3 mg/dL. Pasien sempat mendapat tranfusi PRC 4 kolf kemudian pulang dan kembali masuk RS karena mengalami perdarahan. Berdasarkan pemeriksaan penunjang pasien terdiagnosa myoma uteri dan pasien serta keluarga setuju untuk pasien menjalani tindakan histerektomi. Ny N mengatakan cemas apakah proses operasinya akan berjalan dengan lancar atau tidak, Ny N terus menerus bertanya apakah sebelumnya juga ada yang menjalani tindakan serupa, dan bagaimana hasilnya apakah berjalan lancar, Ny N juga mengkhawatirkan pemulihan pasca operasi apakah akan butuh waktu berapa lama untuk bisa beraktifitas seperti biasa. Pemeriksaan Fisik *Head to Toe* dalam kondisi normal dan baik, Terpasang infus tangan sebelah kiri, Tidak ada luka bekas operasi, tidak ada kelainan atau gangguan lain pada fisik pasien. Pemeriksaan Laboratorium menunjukan nilai Hb : 8,3 g/dl. Pasien menjalani tindakan operasi dengan General Anesthesia, operasi dilakukan selama 2 jam mulai 09:30-11:30, TTV Stabil, Kondisi pasca operasi baik.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
• 16 - 46 Tahun	1	50 %
• 47 - 60 Tahun	1	50 %
Jensi Kelamin		
• Laki-Laki	-	-
• Perempuan	2	100 %
Pendidikan		
• SD	-	-
• SMP	-	-
• SMA	1	50 %
• S1	1	50 %
Pekerjaan		
• Ibu Rumah Tangga	2	100 %
• Lain-lain	-	-
Status Pernikahan		
• Menikah	2	100 %
• Belum menikah	-	-
• Janda/Duda	-	-
Pembiayaan		
• Asuransi	2	100 %
• Umum	-	-
Riwayat Operasi		
• Pernah	-	-
• Tidak pernah	2	100 %

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat berdasarkan kelompok usia responden berada pada rentang umur 16–60 tahun, pada jenis kelamin responden mayoritas perempuan, pada tingkat pendidikan responden berada pada tingkat SMA dan S1 dengan masing-masing 50%, pekerjaan responden mayoritas sebagai ibu rumah tangga, pada status pernikahan responden mayoritas menikah, status pembiayaan responden mayoritas asuransi, dan riwayat operasi mayoritas tidak pernah menjalani prosedur operasi apapun sebelumnya.

Tabel 2. Analisis Skor Kecemasan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Hipnosis Lima Jari Pre Operasi Laparatomi

No	Kasus	Sebelum dilakukan intervensi (<i>Pre</i>)	Setelah dilakukan Intervensi (<i>Post</i>)	Angka Penurunan
1	Ny S	24	10	14
2	Ny N	16	11	5

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat penurunan angka kecemasan. Pada Kasus 1 (Ny S) terjadi penurunan kecemasan dari skor 24 (Cemas Berat) menjadi skor 10 (Cemas Ringan) dengan penurunan sebanyak 14 skor. Sedangkan pada kasus 2 (Ny N) terjadi penurunan dari skor kecemasan 16 (Cemas Sedang) menjadi skor 11 (Cemas Ringan) terjadi penurunan sebanyak 5 skor.

Hasil Aktual

Berdasarkan implementasi yang dilakukan didapati hasil bahwa terjadi penurunan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi laparatomi sebelum dan setelah dilakukan tindakan intervensi hipnosis lima jari.

Kecemasan sebelum diberikan teknik hipnosis lima jari

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi 1 responden mengalami kecemasan sedang dan 1 responden lainnya mengalami kecemasan berat. Tindakan pembedahan akan menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada pasien, walaupun respon individu pada tindakan tersebut berbeda-beda. Beberapa pasien menyatakan ketakutan dan menolak tindakan pembedahan tetapi klien tersebut tidak tahu apa yang jadi penyebabnya. Namun ada beberapa pasien yang menyatakan ketakutannya dengan jelas dan spesifik (Long, 2008). Sedangkan menurut (Smeltzer dan Bare, 2002), segala prosedur pembedahan selalu didahului oleh reaksi emosional klien baik tersembunyi atau jelas, normal dan abnormal. Kecemasan pasien pre operasi merupakan respon antisipasi terhadap suatu

pengalaman hidup yang dianggap sebagai ancaman dalam hidupnya. Menurut Smeltzer (2006) dalam Maryunani (2014) ada beberapa hal hal yang menyebabkan kecemasan yaitu yang berasal dari faktor eksternal (lingkungan, takut dengan operasi, takut dengan anestesi) dan faktor internal (umur, jenis kelamin, pengetahuan, pendidikan, dan pekerjaan).

Menurut Stuart & Sundeen (2006) dalam Fetty (2013), pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berfikir rasional dan semakin mudah dalam menangkap informasi yang disampaikan. Tingkat pendidikan responden pada penelitian ini adalah SMA dan S1. Jadi, responden pada penelitian ini sudah dapat mengerti dan mudah menanggapi informasi yang disampaikan peneliti. Sawitri, (2008) mengatakan respon yang berpendidikan tinggi lebih mampu menggunakan pemahaman mereka dalam menghadapi kecemasan di banding yang tidak.

Sejalan dengan hasil penelitian terkait dengan pengalaman operasi didapatkan bahwa kedua responden tidak pernah menjalani operasi sebelumnya dan mengalami kecemasan dalam rentang sedang sampai tinggi, pengalaman operasi juga sangatlah berhubungan dengan tingkat pendidikan seseorang dimana akan mempengaruhi bagaimana seseorang akan dapat mencari informasi atau menerima informasi dengan baik sehingga akan cepat mengerti akan kondisi dan keparahan penyakitnya dan dengan keadaan yang seperti ini akan menyebabkan peningkatan kecemasan pada orang tersebut (Hawari, 2013). Faktor lain yang juga mempengaruhi tingkat kecemasan pasien adalah jenis kelamin. Penelitian ini dilakukan pada 2 responden yang berjenis kelamin perempuan. Berkaitan dengan kecemasan pada laki-laki dan perempuan, perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibandingkan dengan laki-laki, laki-laki cenderung lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Menurut Prasetyo (2010), kecemasan dapat dialami oleh setiap individu dan wanita mengalami kecemasan dua kali lipat dari pria. Kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau

adanya rasa tidak aman. Perasaan yang tidak menyenangkan umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya).

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil pengkajian bahwa individu yang akan menjalani operasi atau pembedahan mengalami kecemasan baik yang ringan, sedang, berat dan bahkan panik. Tergantung respon individu itu sendiri dan beberapa faktor pendukung lain baik internal maupun eksternal. Pasien pre operasi mayoritas mengalami kecemasan sedang, kecemasan yang dialami pasien pre operasi 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. Sejalan dengan hasil penelitian terkait dengan pengalaman operasi didapatkan bahwa kedua responden tidak pernah menjalani operasi sebelumnya dan mengalami kecemasan dalam rentang sedang sampai tinggi.

Kecemasan setelah diberikan teknik hipnosis lima jari

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa setelah diberikan teknik terapi hipnosis lima jari, responden pertama yang sebelumnya memiliki kecemasan berat berubah menjadi kecemasan ringan dan responden kedua dengan kecemasan sedang berubah menjadi kecemasan ringan.

Terapi hipnosis lima jari merupakan suatu cara relaksasi yang menggunakan kekuatan pikiran. Teknik ini dimulai dengan proses relaksasi pada umumnya yaitu meminta kepada klien untuk perlahan-lahan menutup matanya dan menarik napas dalam dan perlahan untuk menimbulkan relaksasi. Dengan melakukan nafas dalam secara perlahan, tubuh akan menjadi lebih rileks. Perasaan rileks akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Factor* (CRF) dan selanjutnya merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi

Proopiomelanocortin (POMC) sehingga produksi enkephalin oleh medulla adrenal meningkat dan juga menghasilkan endorfin neurotransmitter yang membuat rileks (Guyton and Hall, 2007 dalam Ariati 2012). Kemudian pasien didorong untuk relaksasi mengosongkan pikiran, sehingga pikiran-pikiran yang sedang dipikirkan untuk sementara dihilangkan dan pasien dapat fokus terhadap bayangan yang mereka pikirkan, dan mulailah pasien untuk memenuhi pikiran dengan bayangan yang menyenangkan dan dapat dinikmati (Smeltzer and Bare, 2002 dalam Ariati 2012). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Banon, Dalami dan Noorkasiani (2014), tentang pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien hipertensi yang mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap perubahan kecemasan pada pasien hipertensi dengan nilai *p-value* 0,019 (<0,05). Penelitian Ariati (2012) menunjukkan hasil yang sama tentang pengaruh teknik hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi apendiktomi di RSUD Sawerigading Palopo yang mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh teknik hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan dengan nilai *p-value* 0,001 (<0,05).

Peneliti berasumsi bahwa, terapi hipnosis lima jari sangat membantu menurunkan kecemasan pada responden yang akan menjalani tindakan operasi. Namun, beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan terapi ini adalah umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pengalaman operasi sebelumnya dan kesiapan responden untuk menerima informasi yang disampaikan. Dari hasil penelitian terdapat penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan hipnosis lima jari dikarenakan responden yang mengikuti langkah-langkah yang diberikan pada waktu perlakuan hipnosis lima jari sudah sesuai dengan standar SOP. Pengaruh hipnosis lima jari ini juga tidak lain dari hasil kerja sama dan persetujuan dua pihak yang berhubungan dalam kontrak terapis dengan klien. Kondisi klien dengan perhatian yang tinggi diikuti dengan diterimanya suatu sugesti atau ide pemikiran sehingga mempengaruhi tingkatan kecemasan, ini sesuai dengan yang di kemukakan Riyadi (2013) tentang tidak mudah meminta

seseorang untuk secara langsung menghilangkan kebiasaannya atau kecemasannya kecuali dia ingin meninggalkan, untuk itu kita perlu menyampaikan informasi dan mencari persamasalahnya komunikasi ini penting karena setiap orang mempunyai respon atau perilaku yang berbeda-beda..

Kondisi saling percaya antara terapis dan klien ini sangat menarik dikarenakan instruksi yang terapis gunakan sederhana dan dapat direkam oleh memori klien sendiri dengan aman. Klien dapat langsung dengan alamiah menggunakannya menuju tidur hipnotik tanpa takut, terapis akan mengarahkan ke perasaan mimpi lembut yang menyenangkan, lebih mudah memperdalam trans dengan visualisasi, cara ini akan mempermudah masuknya ide pemikiran yang merupakan jalan keluar dan dapat menimbulkan perubahan besar dalam kehidupan bersosialisasi klien di masyarakat (Eni, 2010).

E. KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan adanya penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi laparotomi setelah diberikan intervensi hipnosis lima jari.
2. Faktor- yang ikut berperan dalam menimbulkan kecemasan pasien pre operasi adalah usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pengalaman operasi.
3. Hubungan saling percaya perlu dibangun dengan baik antar terapis dan klien demi hasil maksimal dari pemberian intervensi hipnosis lima jari.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya adalah jumlah sampel yang sangat minimal dan proses pelaksanaan intervensi yang hanya dilakukan dalam sekali pertemuan, maka peneliti menyarankan dalam pemberian kuesioner dan pelaksanaan intervensi hipnosis lima jari dapat dilakukan sebelum pasien tiba di ruang Instalasi Bedah Sentral (Bangsal Rawat Inap) H-1 operasi, sehingga proses intervensi dapat dilakukan bisa lebih dari satu kali dan diharapkan akan lebih optimal lagi hasilnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengontrolat maupun mengidentifikasi faktor-

faktor lain yang mungkin beresiko meningkatkan kecemasan pasien pra operasi yang belum dikontrol atau diidentifikasi pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimansur, M. & Anwar, C. (2013). Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol.2(1), 74-81. <http://www.google scholar.com/46816194PB> Diunduh tanggal 3 September 2023
- Ariati, D. (2012). Pengaruh Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Preoperasi Apendektomi di Rumah Sakit Umum Sawerigading Palopo. SKRIPSI Dipublikasikan.
- Ariati, D. (2012). Pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi apendiktomi di rumah sakit umum sawerigading palopo. Skripsi dipublikan.
- Badar, M., Yayuk, N., & Rispiyandi. (2021). Efektifitas terapi hipnosis lima jari pada penurunan cemas pasien hipertensi yang dirawat di ruang Igd RSUD A.W Sjahranie Samarinda. In Karya Ilmiah.
- Banon, E., & Dalami, E. (2014). Noorkasiani. Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Tingkat Ansietas Pasien Hipertensi.
- Dekawaty, A. (2021). Pengaruh Terapi Hipnosis 5 Jari Terhadap Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Skripsi di STIKES Muhammadiyah Palembang. *Open Journal Systems*, 15(11), 5613–5624.
- Diana, R., Sari, K., Studi, P., Keperawatan, S. I., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesaria.
- Eni. 2010. Kefektifan Self Hypnosis Terhadap Perbaikan Tingkat Kontrol Asma Di RSUD Dr Moewardi. Diakses 27 September 2023 dari www.eprints.uns.ac.id
- Fetty, I (2013). Hubungan Pemberian Informasi Perawat Dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Mastektomi Di RSUD Dr. Pirngadi Medan Tahun 2013. Skripsi. Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan.
- Halim, A. R., & Khayati, N. (2020). Pengaruh Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. *Ners Muda*, 1(3), 159. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6211>

- Hartanti, R. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rsud Sleman Yogyakarta Tahun 2018. <https://doi.org/http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/4622>
- Hawari, Dadang. 2013. Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian Dan Pengembangan. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Pp. 1–100). <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1295> Desember 2013.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta: Badan Litbang Kemenkes RI.
- Maryunani, A. (2014). Asuhan Keperawatan Perioperatif-Pre Operasi. Jakarta. Trans Info Media.
- Mawarti, I. (2021). Hipnosis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(3), 297–304
- Notoatmodjo. (2014). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. 2013. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis : Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyo, S. N. (2010). Konsep dan proses keperawatan nyeri. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Raudhatin. (2013). Konsep Dasar Teknik Relaksasi Hipnosis 5 Jari. Diakses tanggal 3 September 2023
- Renani Dwi, A., Sutini, T., & Sulaeman, S. (2019). Video Kartun Dan Video Animasi Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Journal Keperawatan Silampari*, 3(1), 332–341. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.837> (diakses pada 14 Agustus 2023)
- Rihiantoro, T., Handayani, R. S., Wahyuningrat, N. L. M., & Suratminah, S. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 129. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1295>
- Risnawan, W., Rizal, M. F., & Kurnia, A. (2019). Level Of Anxiety In Pre-Operation Patient In Dr . Soekardjo Regional General Hospital In

- Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada, Volume 19* (Nomor 1) https://ejurnal.stikesbth.ac.id/index.php/P3M_JKBTH/article/viewFile/451/401 (diakses pada 14 Agustus 2023)
- Riyadi. 2013. Hynoterapi. Diakses 27 September 2023 dari http://ahmadriyadi25.blogspot.com/2013_03_01_archive.html
- Santoso W, D. K. D. (2014). Efektivitas Hypnotherapy Teknik Direct Suggestion Untuk Menurunkan Kecemasan Mahasiswa Terhadap Skripsi. 03.
- Sawitri. 2008. Pengaruh Pemberian Informasi Pra Bedah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pra Bedah Mayor Di Bangsal
- Smeltzer, S.C; & Bare, B.G. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC.
- Suryadi Shidiq, M., Kusnanto, & Setiyowati, E. (2018). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Kecemasan Pada Gout Arthritis Di Posyandu Lansia Puskesmas Pademawu. *Internal Medicine*, 83–91. https://doi.org/10.1007/978-3-642-03709-2_46

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS)*

APAIS menggunakan pengukuran skala Likert yaitu

1 : Sangat tidak setuju

2 : Tidak setuju

3 : Ragu-ragu

4 : Setuju, dan

5 : Sangat setuju,

Dengan rentang skor kecemasan 4-20. APAIS dibagi menjadi sub skala tentang kecemasan anestesi (pernyataan 1 dan 2), sementara kecemasan mengenai operasi (pernyataan 4 dan 5), dan pertanyaan tentang pengetahuan (Pertanyaan 6).

No.	Pernyataan	Sangat Tidak Setuju	Tidak setuju	Ragu- ragu	Setuju	Sangat setuju
1	Saya takut dibius					
2	Saya terus menerus memikirkan tentang pembiusan					
3	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang pembiusan					
4	Saya takut dioperasi					
5	Saya terus menerus memikirkan operasi					
6	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang operasi					

Kriteria penilaian tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan APAIS

1. Skor 6: Tidak Cemas/Normal
2. Skor 7-12: Cemas Ringan
3. Skor 13-18: Cemas Sedang
4. Skor 19-24: Cemas Berat
5. Skor 25-30: Panik

Lampiran 2. Standar Operasional Prosedur Hipnosis Lima Jari (Raudhatin, 2013).

a. DEFINISI

Terapi hipnosis lima jari merupakan terapi generalis keperawatan di mana pasien melakukan hipnosis diri sendiri dengan cara pasien memikirkan pengalaman yang menyenangkan, dengan demikian diharapkan tingkat cemas pasien akan menurun.

b. TUJUAN

- 1) Klien mampu mengurangi kecemasan dengan teknik hipnosis lima jari
- 2) Memberikan perasaan nyaman dan tenang

c. RUANG LINGKUP

- 1) Pelayanan Keperawatan
- 2) Pelayanan Psikiatri

d. INDIKASI

- 1) Klien dengan kecemasan ringan, sedang, dan berat

e. PERSIAPAN

- 1) Persiapan alat: kursi atau tempat tidur
- 2) Persiapan klien: kontrak topik, waktu, tempat dan tujuan dilaksanakan hipnosis 5 jari
- 3) Persiapan lingkungan: ciptakan lingkungan yang nyaman bagi pasien, jaga *privacy* pasien
- 4) Kondisi umum klien tenang dan mampu diarahkan.
- 5) Komunikasi verbal baik
- 6) Klien mampu berinteraksi dalam waktu yang cukup lama (bisa fokus)

f. PROSEDUR PELAKSANAAN

1) Fase orientasi

- a) Ucapkan Salam Terapeutik
- b) Buka pembicaraan dengan topik umum
- c) Jelaskan tujuan interaksi
- d) Tetapkan kontrak topik/ waktu dan tempat

2) Fase Kerja

- a) Posisi tubuh tegak, mempertahankan kontak mata
- b) Sapa klien dengan ramah baik verbal dan non verbal.
- c) Perkenalkan nama, nama panggilan dan tujuan perawat berinteraksi.
- d) Tanyakan nama lengkap dan nama panggilan yang disukai klien.
- e) Buat kontrak yang jelas.
- f) Ciptakan lingkungan yang nyaman
- g) Bantu klien untuk mendapatkan posisi istirahat yang nyaman duduk atau berbaring
- h) Latih klien untuk menyentuh keempat jari dengan ibu jari tangan
- i) Menjelaskan dan mencontohkan cara mengendalikan ansietas dengan teknik hipnosis 5 jari.
- j) Minta klien untuk menutup mata agar rileks
- k) Minta klien untuk tarik nafas dalam sebanyak 2-3 kali
- l) Melatih klien teknik hipnosis 5 jari dengan urutan:
 - Atur posisi klien agar rileks dalam posisi berbaring atau duduk.
 - Instruksikan klien untuk tarik nafas dalam sehingga rongga paru terasa penuh berisi udara kemudian secara perlahan menghembuskannya lewat mulut seperti tiupan sebanyak 3 kali. Sampai klien tampak rileks.
 - Instruksikan klien untuk memejamkan mata
 - Instruksikan klien untuk mentautkan ibu jari pada jari telunjuk, kemudian bayangkan anggota tubuh anda pada saat masih sehat.
 - Instruksikan klien untuk mentautkan ibu jari pada jari tengah, kemudian bayangkan orang-orang yang anda kasihi dan sayangi
 - Instruksikan ke klien untuk tautkan ibu jari pada jari manis, kemudian bayangkan saat Anda mendapat pujian atau meraih keberhasilan.
 - Instruksikan ke klien untuk tautkan ibu jari pada jari kelingking, kemudian bayangkan anda berada di tempat yang anda sukai. (bila klien menyukai berada di gunung, kita bantu klien untuk memaknai saat berada di gunung misalnya dengan cara: coba bapak/ibu

bayangkan angin gunung yang berhembus dengan segar, pohon-pohon hijau menjulang, hamparan perkebunan kopi dan teh, udara yang dingin dan sejuk).

- Instruksikan klien untuk tarik nafas dalam kemudian membuka mata.

3) Fase Terminasi

- a) Evaluasi perasaan klien
- b) Evaluasi Subjektif dan Objektif
- c) Salam penutup

Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden

Kepada

Yth. Saudara/i Calon Responden

di Yogyakarta

Dengan Hormat,

Bersama ini saya Mahasiswa Program Pendidikan Profesi Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta :

Nama : Ruben Letlora, S.Kep

NIM : PN.220975

Akan mengadakan penelitian dengan judul **“Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta”**.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan saudara/i untuk menjadi responden dan bersedia mengisi kuesioner yang kami bagikan. Semua kerahasiaan atas informasi akan kami jaga sepenuhnya dan semua data yang kami peroleh hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Demikian atas perhatian dan kesediaan saudara/i, saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, Oktober 2023

Hormat saya,

Ruben Letlora

Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Responden

SURAT PERSETUJUAN

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : (bisa inisial)
No ID : (dikosongi)

Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapat penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian yang berjudul : **“Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta”**.
2. Setelah saya mendapat penjelasan dan memahaminya, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi :
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah
 - b. Saya tidak mempunyai ikatan apapun dengan peneliti apabila saya mengundurkan diri dari penelitian dan bila hal itu terjadi, saya akan memberitahu sebelumnya tanpa harus menyampaikan alasan apapun.
 - c. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi biaya

Adapun bentuk kesediaan saya adalah :

1. Bersedia ditemui dan memberikan keterangan yang diperlukan dengan mengisi kuesioner yang diberikan.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan, saya memahami keikutsertaan ini akan memberikan manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.

Yogyakarta, Okt, 2023

Mengetahui

Saksi

Responden

(.....) (.....)

Lampiran 5. Pengantar Penelitian

Lembar Penjelasan Kepada Calon Subyek / Responden Penelitian

Calon responden penelitian : Sebelum Bapak/Ibu memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu perlu memahami segala sesuatu tentang penelitian ini. Mohon Bapak/Ibu meluangkan waktu untuk membaca informasi berikut dengan seksama. Silahkan meminta penjelasan kepada peneliti jika ada sesuatu yang tidak jelas atau jika Bapak/Ibu membutuhkan informasi lebih lanjut saat sebelum, selama, atau setelah berpartisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini.

Judul Penelitian :

Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta

Peneliti :

Nama : Ruben Letlora
 Alamat : Jl. Babarsari, Tambak Bayan, TB. 15/1b
 Telepon : 0812-4021-4562
 Email : rubenletlora28@gmail.com

Bapak/Ibu dimohon untuk berpartisipasi dalam penelitian yang disusun untuk mengetahui Pengaruh Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta. Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat dalam mengurangi kecemasan yang dialami ketika akan menjalani prosedur operasi. Bapak/Ibu terpilih sebagai responden dalam penelitian ini karena memenuhi kriteria yang ditetapkan dalam penelitian. Penelitian ini membutuhkan waktu sekitar 20 menit secara terstruktur.

Berikut penjelasan terkait dengan partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini :

A. Kesukarelaan Untuk Ikut Penelitian

Partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini adalah sukarela. Bapak/Ibu dapat memutuskan apakah akan berpartisipasi atau tidak dalam penelitian ini. Jika Bapak/Ibu memutuskan akan berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu akan diminta menandatangani formulir persetujuan. Selain itu, walaupun Bapak/Ibu telah memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini,

Bapak/Ibu dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi setiap saat tanpa dikenai denda atau sanksi apapun.

B. Prosedur Penelitian

Apabila Bapak/Ibu bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu dimohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disiapkan sebanyak rangkap satu, untuk peneliti. Prosedur selanjutnya adalah Bapak/Ibu akan dimohon untuk mengisi daftar pertanyaan/ Pernyataan sekitar 1-5 menit untuk menjawab semua pertanyaan/ pernyataan yang ada (*Pretest*), yang sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu, dengan pilihan jawaban yang telah disediakan, sebelum pelaksanaan intervensi. Selanjutnya, di akhir sesi, Bapak/Ibu diminta mengisi kembali kuesioner yang diberikan secara langsung (*Posttest*). Bapak/Ibu dapat meminta penjelasan lebih lanjut kepada peneliti bila ada beberapa kata yang tidak mengerti atau bila terdapat informasi baru selama penelitian yang dapat mempengaruhi kesediaan Bapak/Ibu untuk melanjutkan partisipasi

C. Kewajiban Responden Penelitian

Sebagai responden penelitian, Bapak/Ibu dimohon bersedia ditemui dan memberikan keterangan yang diperlukan dengan mengisi kuesioner yang diberikan pada saat sebelum dan sesudah intervensi pada sesi yang sama. Bila belum jelas, Bapak/Ibu dapat bertanya lebih lanjut pada peneliti. Selama penelitian, Bapak/Ibu mengisi kuesioner dalam keadaan tenang dan fokus serta mandiri

D. Risiko/Efek Samping dan Penanganannya

Pengisian kuesioner tentang Pengaruh Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparatomi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta ini kemungkinan bapak/ibu mengalami ketidaknyamanan saat proses penelitian/pengisian kuesioner. Peneliti akan memberikan penjelasan terkait proses penelitian serta melakukan kontrak waktu dengan responden/ subyek penelitian sebelum berpartisipasi demikian juga peneliti akan memberikan jaminan kerahasiaan dalam penyimpanan data yang diperoleh.

E. Manfaat

Manfaat atas partisipasi Bapak/Ibu selama penelitian ini mungkin dapat secara langsung membantu mengurangi kecemasan yang dirasakan sebelum menjalani tindakan operasi, peneliti berharap bahwa informasi yang diperoleh dari penelitian ini dapat memberikan pengetahuan baru tentang teknik hipnosis lima jari yang telah cukup diteliti di *setting* yang sama dan mempunyai manfaat dalam mengurangi kecemasan pre operasi.

F. Kerahasiaan

Identitas Bapak/Ibu dalam penelitian ini akan dirahasiakan. Peneliti akan memeriksa data penelitian yang dikumpulkan. Informasi dari penelitian ini akan digunakan semata – mata untuk tujuan ilmiah dan setiap publikasi yang mungkin timbul dari penelitian ini tetap tidak akan mencantumkan nama Bapak/Ibu.

G. Kompensasi

Bapak/Ibu akan mendapat souvenir, sebagai ucapan terima kasih peneliti atas kesediaan Bapak/ Ibu berpartisipasi dalam penelitian ini.

H. Pembiayaan

Keikutsertaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini tidak dipungut biaya. Semua biaya yang terkait penelitian akan ditanggung oleh peneliti.

I. Informasi tambahan

Jika bapak / Ibu memiliki pertanyaan tentang hak – hak Bapak/Ibu sebagai responden penelitian, atau jika timbul masalah yang tidak diinginkan, Bapak/Ibu dapat menghubungi peneliti (Ruben Letlora) di nomor kontak yang telah tercantum di identitas peneliti di atas

Hormat kami,
Peneliti

Ruben Letlora

Lampiran 6. TIDieR

Template for Intervention Description and Replication (TIDieR)

1. Nama intervensi

Hipnosis Lima Jari

2. Dasar

- a. Memberikan informasi pada pasien tentang salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pre operasi.
- b. Menambah referensi bagi profesional pemberi asuhan sebagai pedoman tatalaksana manajemen kecemasan pasien pre operasi.

3. Apa

Standar Operasional Prosedur Terlampir

4. Siapa yang memberikan

Perawat dengan latar belakang pendidikan minimal S1 Kesehatan/Keperawatan yang telah memiliki pemahaman dalam teknik hipnosis lima jari.

5. Bagaimana model pemberian

Melalui edukasi dan demonstrasi langsung kepada pasien

6. Dimana

Intervensi dilakukan di ruang Pre Operasi Instalasi Bedah Sentral RSUD Yogyakarta

7. Kapan dan berapa banyak

Intervensi dilakukan setelah responden menandatangani *inform consent*, melaksanakan *pretest*. Intervensi dilakukan selama 20 menit hipnosis, yang diakhiri dengan kegiatan refleksi/post test. Jumlah peserta 2 pasien yang akan menjalani tindakan operasi laparotomy. Intervensi ini dilakukan sebanyak 1 kali sesuai dengan jumlah keseluruhan responden.

8. Penyesuaian

Intervensi ini menggunakan metode demonstrasi dan edukasi. Pelaksanaan intervensi ini bertempat di ruang Pre Operasi IBS RSUD Kota Yogyakarta.

9. Perubahan/Modifikasi

Pretest dilakukan sebelum pemberian intervensi, diberikan setelah responden menandatangani *inform consent* sebelumnya sekaligus kontrak waktu pelaksanaan intervensi. *Posttest* dilakukan setelah responden mendapatkan intervensi hipnosis lima jari.

10. Seberapa baik

Rencana: Intervensi akan disampaikan oleh fasilitator selama 20 menit, yang dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu persiapan, inti (hipnosis), refleksi dan penutup.