

## **BAB 4**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan disajikan hasil penelitian tentang pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat rumah sakit umum daerah RA Basoeni Mojokerto.

Hasil penelitian dikelompokkan menjadi data umum dan data khusus. Data umum menjelaskan karakteristik lokasi pengambilan sampel penelitian dan karakteristik responden yang meliputi umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan dan status pernikahan yang akan disajikan dalam bentuk tabel. Data khusus adalah data pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat rumah sakit umum daerah sakit RA Basoeni Mojokerto.

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian**

Rumah sakit umum daerah RA Basoeni berada di Jalan Raya Gedeg No.17, Kabupaten Mojokerto, dari arah barat RSUD RA Baseoni berada di kiri jalan. RSUD RA Basoeni terdapat total 5 gedung, salah satunya gedung A yang merupakan fasilitas *emergency* terdiri dari IGD, ponok (kegawatdaruratan kandungan dan kebidanan), ICU, serta 4 kamar operasi. Letak IGD berada di sebelah barat, Bersebelahan dengan gedung farmasi. IGD di RSUD RA Basoeni Mojokerto terdiri dari 16 bed dengan petugas 15 perawat, dan 12 dokter. Penelitian dilakukan di ruang tunggu keluarga yang berada di depan ruangan IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto. Tersedia

bangku yang dapat digunakan keluarga untuk menunggu pasien yang sedang diberikan penanganan di ruang IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto.

#### 4.1.2 Data Umum

##### 4.1.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Keluarga di Instalasi Gawat Darurat RSUD RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret – April 2021.**

No	Umur (Tahun)	Frekuensi	Presentase (%)
1	21-29 Tahun	8	47,1 %
2	30-38 Tahun	4	23,5 %
3	39-47 Tahun	5	29,4 %
	Total	17	100%

Dari tabel 4.1 diatas dapat disimpulkan hampir setengah responden berumur 21-29 tahun sebanyak 8 responden (47,1%), sebagian kecil responden berumur 30-38 tahun sebanyak 4 responden (23,5) dan berusia 39-47 tahun sebanyak 5 responden (29,4%)

##### 4.1.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Keluarga di Instalasi Gawat Darurat RSUD RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret – April 2021.**

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
1	Laki-Laki	8	47,1 %
2	Perempuan	9	52,9 %
	Total	17	100 %

Dari tabel 4.2 diatas dapat disimpulkan sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 9 responden (52,9 %) dan hampir setengahnya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 responden (47,1).

#### 4.1.2.3 Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat RSUD RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret – April 2021.**

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak Bekerja	1	5,9 %
2	Swasta	12	70,6 %
3	Wiraswasta	4	23,5 %
4	PNS	0	0
Total		17	100%

Dari tabel 4.3 diatas dapat disimpulkan sebagian besar pekerjaan responden sebagai swasta sebanyak 12 responden (70,6 %) dan sebagian kecil responden tidak bekerja sebanyak 1 responden (5,9%).

#### 4.1.2.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat RSUD RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret – April 2021.**

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak Sekolah	0	0
2	SD	0	0
3	SMP	5	29,4 %
4	SMA	10	58,8 %
5	Perguruan Tinggi	2	11,8 %
Total		17	100%

Dari tabel 4.4 diatas dapat disimpulkan sebagian besar pendidikan responden SMA sebanyak 10 responden (58,8 %), dan sebagian kecil responden berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 2 responden (11,8%)

#### 4.1.2.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan

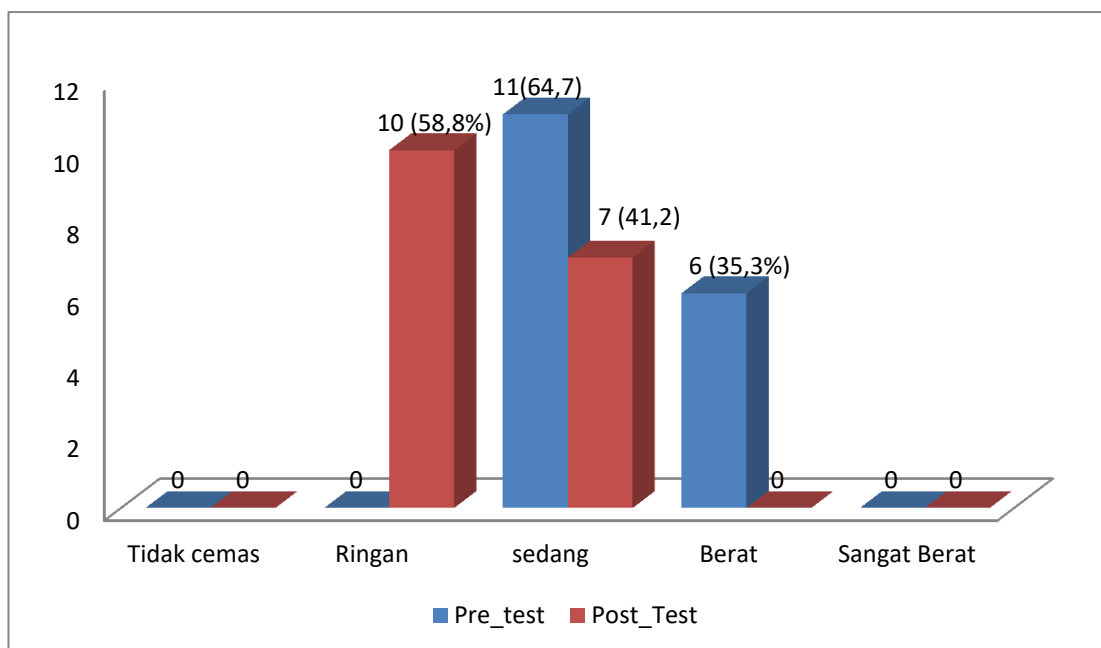
**Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat RSUD RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret – April 2021.**

No	Status Pernikahan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Belum Menikah	3	17,6 %
2	Menikah	14	82,4 %
3	Janda/Duda/Meninggal	0	0
Total		17	100%

Dari tabel 4.5 diatas dapat disimpulkan hampir seluruhnya status pernikahan responden yaitu menikah sebanyak 14 responden (82,4 %) dan sebagian kecil status pernikahan responden belum menikah sebanyak 3 responden (17,6%).

### 4.1.3 Data Khusus

#### 4.1.3.1 Tingkat Kecemasan Keluarga di IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto Sebelum dan Sesudah Terapi *Hypnosis* Lima Jari



**Gambar 4.1 Tingkat Kecemasan Keluarga di IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto Sebelum dan Sesudah Terapi *Hypnosis* Lima Jari Bulan Maret-April 2021**

Berdasarkan gambar 4.1 diatas diketahui tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat RSUD RA Basoeni Mojokerto sebelum diberikan terapi sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 11 responden (64,7%) dan hampir setengah respnden mengalami kecemasan berat sebanyak 6 responden (35,3%). Setelah diberikan terapi *hypnosis* lima jari didapatkan tingkat kecemasan sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 10 responden (58,8%) dan hampir setengah responden dengan kecemasan sedang sebanyak 7 responden (41,2%).

#### 4.1.3.2. Uji Hipotesis Pengaruh Terapi Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat.

**Tabel 4.6 Uji Hipotesis Pengaruh Terapi Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret-April 2021.**

No	Kecemasan	Frekuensi			
		Pre-test		Post-test	
		F	%	F	%
1	Tidak ada kecemasan	0	0	0	0
2	Kecemasan ringan	0	0	10	58,8 %
3	Kecemasan sedang	11	64,7 %	7	41,2 %
4	Kecemasan berat	6	35,3 %	0	0
5	Kecemasan sangat berat	0	0	0	0
Total		17	100 %	17	100%

Berdasarkan tabel 4.6 Didapatkan penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *hypnosis* lima jari, dari 11 responden (64,7%) yang mengalami kecemasan sedang sebelum diberikan terapi *hypnosis* lima jari menurun menjadi 7 responden (41.2%). Dari 6 responden (35,3%) yang mengalami kecemasan berat saat sebelum diberikan terapi *hypnosis* lima jari setelah diberikan *hypnosis* lima jari tidak ada responden yang mengalami kecemasan berat. Sebagian besar responden setelah diberikan terapi *hypnosis* lima jari mengalami kecemasan ringan sebanyak 10 responden (58,6%).

**Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis Pengaruh Terapi Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret-April 2021.**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Test - Pre_test	Negative Ranks	17 <sup>a</sup>	8.00	120.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	17		

Berdasarkan tabel 4.7 hasil analisis pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di Instalasi Gawat Darurat (IGD) menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan dari sebelum dan sesudah dilakukan pembelajaran sebanyak 17 responden.

**Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis Pengaruh Terapi Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah RA Basoeni Mojokerto Bulan Maret-April 2021.**

**Test Statistics<sup>a</sup>**

			Post_Test - Pre_test
Z			-3.771 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)			.000

Dari tabel 4.8 hasil analisa data *Wilcoxon signed Rank Test* menunjukkan H0 ditolak dan H1 diterima yang artinya ada pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat rumah sakit umum daerah sakit RA Basoeni Mojokerto yang ditunjukkan dari nilai  $p(0,000) < \alpha(0.05)$ .

## 4.2 Pembahasan

### 4.2.1 Tingkat Kecemasan Keluarga di IGD Sebelum di Berikan Terapi *Hypnosis* Lima Jari

Hasil penelitian berdasarkan gambar 4.1 menunjukkan keluarga yang menunggu di IGD yang belum diberikan terapi *hypnosis* lima jari dari 17 responden yang diteliti sebanyak 64,7% responden mengalami kecemasan sedang dan 35,3% responden mengalami kecemasan berat.

Reaksi yang khas ketika anggota keluarganya masuk rumah sakit, keluarga akan mengalami kecemasan. Kecemasan (merupakan sinyal yang memperingatkan akan adanya bahaya yang akan datang untuk membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan untuk menghadapi ancaman (Nurhalimah, 2016). Keadaan gawat darurat membuat keluarga memikirkan keadaan pasien, keluarga memerlukan penyesuaian situasi sering menanyakan intervensi serta prognosis, tetapi reaksi kecemasan ini di ekspresikan dengan cara yang berbeda-beda.

Berdasarkan gambar 4.1 data yang diperoleh peneliti menunjukkan 35,3% responden mengalami kecemasan berat, dampak dari kecemasan akan mempengaruhi pikiran dan motivasi sehingga keluarga tidak mampu mengembangkan peran dan fungsinya yang bersifat mendukung terhadap proses penyembuhan dan pemulihan anggota keluarganya yang sedang dirawat di ruang IGD.

Berdasarkan data umum sebagian besar responden berusia 21-29 tahun sebanyak 47,1%, diantaranya 4 responden mengalami kecemasan



berat. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Kaplan dan Sadock (1997) dalam (Hayaturrahmi & Halimuddin, 2018) yaitu gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua usia, lebih sering pada usia dewasa. Dalam Asmidi, (2008), dimana tingkat perkembangan pada individu juga mempengaruhi respon tubuh terhadap kecemasan dimana semakin matang perkembangan seseorang maka semakin baik pula kemampuan untuk mengatasi permasalahannya. Menurut Hawari (2001) dalam (Harlina & Aiyub, 2018) semakin muda usia seseorang semakin tinggi tingkat kecemasan.

Pada penelitian ini didapatkan responden yang mengalami kecemasan berat berumur antara 21-29 tahun dimana pada usia berhubungan dengan berbagai pengalaman seseorang dalam mengatasi stressor, dimana semakin tua usia seseorang semakin berpengalaman untuk mengatasi dan menyesuaikan masalah kecemasannya.

Pendidikan responden dari hasil penelitian sebagian besar SMA sebanyak 58,8%, dari Penelitian Gallo (1997) dalam (Astuti & Sulastri, 2012) bahwa tingkat pendidikan rendah akan cenderung lebih mengalami kecemasan karena pola adaptif yang kurang terhadap hal yang baru dan mengakibatkan pola koping yang kurang pula. Maka semakin rendah tingkat pendidikan maka semakin tinggi tingkat kecemasan, begitu pula sebaliknya. Namun tidak selaras dengan penelitian Raharjo (2015) dalam (Febrita & Malfasari, 2018) tentang semakin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi tingkat kecemasan, ini disebabkan karena kondisi pasien

dari hubungan keluarga, mereka yang mempunyai hubungan keluarga sebagai anak atau orang tua akan lebih cemas tanpa melihat pendidikan yang tinggi atau rendah.

Selanjutnya responden dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 64,7%, dari data umum kecemasan responden didapatkan sebagian besar pekerjaan responden swasta sebanyak 70,6%, berdasarkan teori kecemasan keluarga di IGD berhubungan dengan tingkat penghasilan seseorang karena membutuhkan perawatan yang cukup sehingga memerlukan biaya yang besar pula. Diperkuat juga dengan pendapat yang mengatakan bahwa pekerjaan adalah merupakan kegiatan utama atau penghasil utama dalam kehidupan manusia (Hayaturrahmi & Halimuddin, 2018). Data umum lainnya laki-laki lebih banyak mengalami kecemasan sedang dalam hasil penelitian didapatkan 6 responden berjenis kelamin laki-laki mengalami kecemasan sedang. Menurut Stuart dan Laraia (2006) dalam (Wati, Mariyati, & Aini, 2019) wanita lebih memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki dikarenakan oleh perempuan lebih peka terhadap emosinya, sehingga membuat perempuan lebih peka akan perasaan cemas.

Kecemasan keluarga yang menunggu di instalasi gawat darurat dapat diekspresikan beragam tergantung individu untuk menyesuaikan situasi, faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat berupa usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan. kecemasan dapat terjadi kepada siapa saja terutama pada keluarga yang

mengkhawatirkan keadaan pasien yang diberikan penanganan gawat darurat.

#### **4.2.2 Tingkat Kecemasan Keluarga Di IGD sesudah di berikan terapi *hypnosis* lima jari**

Berdasarkan gambar 4.1 hasil pengukuran tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi *hypnosis* lima jari didapatkan 58,8% responden dengan tingkat kecemasan ringan dan 41,2% responden dengan tingkat kecemasan sedang.

*Hypnosis* lima jari merupakan tindakan mandiri yang dapat dilakukan oleh perawat. Responden melakukan *hypnosis* pada dirinya sendiri dengan cara menggali dan mensyukuri keadaan saat ini, membayangkan orang-orang terdekat yang dicintai, meningkatkan kepercayaan diri dengan membayangkan perasaan ketika dipuji orang lain serta memikirkan pengalaman yang menyenangkan seperti membayangkan jalan-jalan ketempat yang disukai. Melalui metode ini ansietas menjadi terkontrol (Febrita & Malfasari, 2018).

Setelah diberikan terapi *hypnosis* lima jari didapatkan 58,8% responden dengan tingkat kecemasan ringan, hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hastuti & Arumsari (2015) ada pengaruh terapi *hypnosis* lima jari dalam menurunkan kecemasan (ansietas). Hasil penelitian yang dilakukan Endang, dkk tahun (2014) didapatkan terjadi penurunan tingkat kecemasan (ansietas) antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Selaras juga dengan penelitian dari suhadi dan ayu Pratiwi tahun (2020) perbandingan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *hypnosis* lima jari pada pasien pre operasi, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa tingkat kecemasan dapat diturunkan melalui pemberian terapi *hypnosis* lima jari adalah respon-respon yang terkait psikologis yaitu perasaan kecewa, perasaan tak berdaya dan perasaan tidak berharga (takut ditolak).

Responden dengan usia antara 21-29 tahun yang mengalami penurunan tingkat kecemasan dimana sebelumnya 23,5 responden sesudah diberikan intervensi mengalami kecemasan berat menjadi kecemasan sedang dan kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan menyatakan bahwa umur berhubungan dengan pengalaman seseorang dalam menghadapi berbagai macam stressor, kemampuan memanfaatkan sumber dukungan dan keterampilan coping. (Harlina & Aiyub, 2018)

Responden dengan tingkat pendidikan SMA mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi 29,4% dengan tingkat kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan Pendidikan berguna dalam merubah pola pikir, bertingkah laku, dan pengambilan keputusan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah dalam mengidentifikasi stresor serta mempengaruhi kesadaran dan pemahaman terhadap stimulus (Hayaturrahmi & Halimuddin, 2018)

Penurunan tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi *hypnosis* lima jari juga dipengaruhi dari faktor individu, fokus selama pemberian

terapi dan kerjasama yang baik antara terapis dengan responden juga dipengaruhi oleh faktor usia dan tingkat pendidikan responden. Dimana usia dan tingkat pendidikan mempengaruhi individu dalam mengatasi stressor atau masalah kecemasan yang dihadapi oleh responden.

Dalam penelitian ini responden yang sudah diberikan terapi *hypnosis* lima jari mengalami penurunan score tingkat kecemasan, pengurangan gejala seperti perasaan takut, perasaan tegang, gangguan pencernaan, perasaan gelisah, nafas pendek. Sesuai dengan Hastuti dan Arumsari, 2015 Teknik *hypnosis* lima jari merupakan suatu bentuk pengalihan situasi *self hypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormone yang dapat memicu timbulnya kecemasan, dan mengatur hormone yang berkaitan dengan stres.

#### **4.2.3 Pengaruh Terapi *Hypnosis* Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah RA Basoeni Mojokerto.**

Berdasarkan tabel 4.7 didapatkan hasil penurunan tingkat kecemasan dari sebelum dan sesudah dilakukan pembelajaran sebanyak 17 responden yang mengalami penurunan score tingkat kecemasan.

Penggunaan *hypnosis* lima jari adalah seni komunikasi verbal yang bertujuan membawa gelombang pikiran klien menuju *trance* (gelombang

*alpha/theta*). Dikenal juga dengan menghipnotis diri yang bertujuan untuk pemrograman diri, menghilangkan kecemasan dengan melibatkan saraf parasimpatis dan akan menurunkan peningkatan kerja jantung, pernafasan, tekanan darah, kelenjar keringat dll (Barbara, 2010).

Pengaruh *hypnosis* lima jari ini 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. Dalam penelitian ini masih didapatkan 2 responden dengan tingkat kecemasan tetap namun score kecemasan berkurang. Suasana yang kurang kondusif juga merupakan penyebab tidak maksimal, karena dalam teknik ini klien harus fokus dan mengikuti instruksi dari terapis. Hal ini sesuai dengan teori bahwa keberhasilan dalam pemrograman ulang pikiran bawah sadar tergantung pada diri sendiri. Hal ini sebagaimana prinsip utama keberhasilan *hypnosis* bergantung pada kemauan subjek, kemanapun komunikasi subjek dan kemanapun fokus subjek (Ratna, 2017)

Responden dengan tingkat kecemasan tetap namun score menurun didapatkan penurunan score yang tidak signifikan dari score 25 dengan kriteria kecemasan sedang menjadi 21 dengan kriteria kecemasan sedang, responden tersebut berjenis kelamin laki-laki berusia 37 tahun hal ini dapat terjadi ketika pengalaman serta kemampuan coping individu mengatasi masalah stressor yang tidak maksimal. Sesuai dalam pendapat Horney

yang dikutip dalam Herlina dan Aiyub (2018) pengalaman masa lalu individu dalam menghadapi kecemasan dapat mempengaruhi individu ketika menghadapi stressor yang sama karena individu memiliki kemampuan beradaptasi atau mekanisme koping yang lebih baik.

Berdasarkan tabel 4.8 analisa *Wilcoxon signed Rank Test* menunjukkan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah Sakit RA Basoeni Mojokerto yang ditunjukkan dari nilai  $p (0,000) < \alpha (0.05)$ .

Hal ini selaras dengan penelitian Suhadi dan ayu pratiwi (2020) pada pasien pre operasi yang mengalami kecemasan setelah diberikan *hypnosis* lima jari mengalami penurunan tingkat kecemasan. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diketahui bahwa *p value* 0,000 yang berarti terdapat perbedaan kecemasan antara kelompok *pre-test* dan *post-test*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nofrida Saswati, Ponaria Citra Riski dan Sutinah (2018) juga menyatakan bahwa hasil uji pada kelompok *pretest-posttest* menunjukkan nilai sig. 0,000 dengan derajat kemaknaan 0,05. Hasil sig. 0,000 < 0,05 yang artinya ada efektivitas terapi *hypnosis* lima jari terhadap ansietas klien hipertensi di Puskesmas Rawasari Kota Jambi Tahun 2018.

Terapi *hypnosis* lima jari merupakan salah satu bentuk *self hypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan stres dan kecemasan dari pikiran

seseorang. *Hypnosis* lima jari mempengaruhi system limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormon-hormon yang dapat memacu timbulnya stres dan kecemasan (Hastuti & Arumsari, 2015).

Menurut Setiawan (2014) dikutip dalam (Syukri, 2017), manfaat dari terapi *hypnosis* lima jari antara lain: memberikan ketenangan batin bagi individu, mengurangi rasa cemas, khawatir dan gelisah, mengurangi ketegangan, mengurangi tekanan darah, detak jantung jadi lebih rendah dan tidur menjadi nyenyak. Dalam Wardani (2013) dikutip dalam (Wati, Mariyati, & Aini, 2019) Reduksi cemas dengan cara *hypnosis* ini akan membawa seseorang dalam keadaan tidak sadar dan menikmati khasiat terapeutik. Individu akan mendapatkan pengendalian peningkatan pada emosinya dan akan fokus terhadap arahan terapeutiknya. Relaksasi serta ketenangan yang dirasakan bersama dengan konsentrasi yang tajam dan sugesti positif. Ketegangan dan rangsangan fisiologis berkurang. Sehingga individu mampu mengaplikasikan pikiran dan perasaan untuk menurunkan kecemasan.

Dari hasil analisa penelitian ini didapatkan bahwa terapi *hypnosis* lima jari berpengaruh dengan tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat. Keberhasilan terapi *hypnosis* lima jari tergantung oleh individu, situasi lingkungan terapi, dan fokus individu selama proses terapi *hypnosis* lima jari diberikan. Teknik *hypnosis* lima



jari merupakan salah satu cara dalam membantu responden dalam mengurangi kecemasan (ansietas) yang di rasakan.