

PENGARUH TERAPI HYPNOSIS LIMA JARI TERHADAP TINGKATKECEMASAN KELUARGA DI INSTALASI GAWATDARURAT(IGD) RSUD R.A. BASOENI MOJOKERTO

Effect of Five-Finger Hypnosis Therapy on Family Anxiety Levels in the ICU R.A. Basoeni General Hospital Mojokerto

Ella Nuriya Ananda Putri¹, Dr. Hj. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.Ns.M.Kes², Agus Haryanto, S.Kep.Ns.M.Kes³

¹)Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto

²)Dosen Keperawatan STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto

³)Dosen Keperawatan STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto

Email: ellanuriyaa@gmail.com

ABSTRACT

Patients in critical or life-threatening conditions who require quick and appropriate help in the emergency room (IGD) with uncertainty about the situation and patient safety, families often experience anxiety. Therapeutic hypnosis five fingers can help mengatasi anxiety. Five- finger hypnosis therapy is a form of self-hypnosis that can cause a high relaxation effect, so it will reduce tension and anxiety from one's mind. The purpose of this study was to prove the effect of five-finger hypnosis therapy on the level of family anxiety in the emergency department (IGD) RSUD RA Basoeni Mojokerto. The research method used was pre-experimental design with one group pre-test-post-test design. The population of all patients' families in the emergency department (IGD) RSUD RA Basoeni Mojokerto amounted to 129 . The sampling technique used in this research is Consecutive sampling. so that the sample obtained as many as 17 respondents . The instrument in this study was a questionnaire. Based on the results of the Wilcoxon signed rank test analysis, it was found that the p value = 0.000 and = 0.05 then this shows $p < 0.05$ which means this research shows that there is a meaning that there is an effect of five finger hypnosis therapy on the level of family anxiety in the Emergency Installation of RA Basoeni General Hospital Mojokerto . Giving five-finger hypnosis therapy is a form of diverting self-hypnosis situations that can cause a relaxing effect, so that it will reduce anxiety, tension, and stress from one's mind which can have an effect on decreasing anxiety level scores.

Keywords : Five finger hypnosis, Emergency Room and Family Anxiety.

ABSTRAK

Pasien dalam kondisi gawat atau mengancam nyawa yang memerlukan pertolongan cepat dan tepat di ruang instalasi gawat darurat (IGD) dengan ketidakpastian keadaan dan keselamatan pasien, keluarga seringkali mengalami kecemasan. Terapi *hypnosis* lima jari dapat membantu mengatasi kecemasan. Terapi hipnotis lima jari merupakan salah satu bentuk *self hypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan kecemasan dari pikiran seseorang. Tujuan penelitian ini adalah membuktikan Pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat (IGD) RSUD R.A. Basoeni Mojokerto. Metode penelitian yang digunakan pre eksperimental design dengan rancangan *one group pre test-post test*. Populasi seluruh keluarga pasien di instalasi gawat darurat (IGD) RSUD R.A. Basoeni Mojokerto berjumlah 129. Teknik sampling yang digunakan penelitian ini adalah *Concecutive sampling*. sehingga sampel yang didapatkan sebanyak 17 responden. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner. Berdasarkan hasil analisis uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan bahwa nilai p value = 0,000 dan $\alpha = 0,05$ maka hal ini menunjukkan $p < \alpha$ yang berarti penelitian ini menunjukkan bahwa ada artinya ada pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah Sakit RA Basoeni Mojokerto. Pemberian terapi *hypnosis* lima jari bentuk pengalihan situasi *self hypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada mengalami penurunan score tingkat kecemasan.

Kata Kunci : Hypnosis lima jari, IGD dan Kecemasan Keluarga.

PENDAHULUAN

Pasien dalam kondisi gawat atau mengancam nyawa yang memerlukan pertolongan cepat dan tepat di ruang instalasi gawat darurat (IGD) dengan ketidakpastian keadaan dan keselamatan pasien, keluarga seringkali mengalami kecemasan. Keluarga pasien yang datang ke instalasi gawat darurat (IGD) biasanya memiliki tingkat stres dan kecemasan yang tinggi (Dicle & Firat, 2016). Keluarga pasien merupakan bagian terpenting untuk diperhatikan dalam pelayanan di instalasi gawat darurat (IGD). Masalah kecemasan yang dialami keluarga dipandang sebagai ancaman yang mengganggu perasaan dan menimbulkan beban psikologis. Kecemasan keluarga ditandai dengan sering bertanya, gelisah, mondar-mandir dan berfikir bahwa firasat buruk akan terjadi (Barbara, 2010) dikutip dalam (T.S, Apriliani, & Tjondronegoro, 2019). Untuk mengatasi kecemasan keluarga di Instalasi gawat darurat (IGD) diperlukan metode salah satunya yaitu *hypnosis* lima jari, Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamilatur Rizkiya, Livana PH, Yulia Susanti (2017) yang dikutip dalam (Marbun, Pardede, & Perkasa, 2019) menunjukkan ada pengaruh pemberian *hypnosis* lima jari terhadap tingkat stres dan kecemasan keluarga dalam

merawat anggota keluarga penderita gangguan jiwa berat di poliklinik RSUD Kendal. Teknik *hypnosis* lima jari merupakan salah satu cara dalam membantu klien dalam mengurangi kecemasan yang di rasakan.

Data rekam medis IGD RSUD RA Basoeni selama tahun 2018 mencatat 56.452 kunjungan (rata-rata 153 kunjungan perhari) dikutip dari (Janitra, 2019). Data pengunjung IGD tahun 2020 mencatat 9.958 kunjungan (rata-rata 27 kunjungan perhari). Hasil penelitian dari Harlina dan Aiyub (2018) di RSUD Meuraxa Banda Aceh kecemasan pada keluarga, hasil penelitian tingkat kecemasan (57,5%) mengalami kecemasan berat, dan (12,5%) mengalami kecemasan sangat berat. Dari hasil penelitian Serenity, Mario, dan Reginus (2019) di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bhayangkara Manado hasil penelitian didapatkan responden (68,1%) mengalami kecemasan berat. Berdasarkan survey yang di RSUD R.A Basoeni Mojokerto, tanggal 18 desember 2020 pada saat wawancara didapatkan 4 dari 5 keluarga yang menunggu pasien di IGD mengalami kecemasan. Hal ini ditunjukkan 3 orang mengatakan khawatir dengan keadaan pasien, takut terjadi hal yang parah pada pasien, dan merasa tidak tenang, 1 orang

lainnya tampak mondar mandir, tidak dapat duduk dengan tenang dan 1 orang lainnya mengatakan tidak cemas karena hanya mengantarkan saja.

Kecemasan didalam sebuah keluarga khususnya keluarga yang mempunyai anggota keluarga yang dirawat di rumah sakit merupakan salah satu bentuk adanya gangguan terpenuhinya kebutuhan emosional individu yang tidak adekuat. Kondisi dari gangguan terpenuhinya kebutuhan emosional tersebut tentu akan membawa dampak yang buruk karena kecemasan klien akan meningkat apabila kecemasan yang dialami oleh keluarga tidak dapat ditangani dengan baik. (Anggraini & Febrianti, 2020). Faktor yang mempengaruhi kecemasan dibagi menjadi dua meliputi faktor internal (jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, dan pengalaman di rawat) dan eksternal (kondisi medis/diagnosis penyakit, akses informasi, komunikasi terapeutik, lingkungan, fasilitas kesehatan) Kaplan & Sadock (1997) dikutip dalam (Harlina & Aiyub, 2018)

Kecemasan dapat ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir dan ketakutan. Selain itu terdapat perubahan secara fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan frekuensi napas, serta

perubahan tekanan darah. Kecemasan dapat terjadi pada tiap individu sesuai dengan situasi dan kondisi di lingkungan sekitarnya (Hartono, 2012) dalam (Amimam, 2019). 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 (Sibuea, 2010) dalam (Astuti & Sulastri, 2015).

Kecemasan (ansietas) ini dapat diatasi dengan beberapa cara, antara lain terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi non farmakologi seperti *Self Hypnosis* merupakan suatu bentuk *guided imaginary therapy* yaitu relaksasi yang bertujuan untuk mengurangi stress dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan metode penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan, salah satu bentuk *self hypnosis* yaitu *hypnosis lima jari*. *Hypnosis lima jari* adalah pemberian perlakuan dalam keadaan rileks, kemudian memusatkan pikiran pada bayangan atau kenangan yang diciptakan sambil menyentuhkan lima jari secara berurutan dengan membayangkan kenangan (Hastuti, 2015) dalam (Marbun, Perdede, & Perkasa, 2019) Terapi hypnotis lima jari

merupakan salah satu bentuk *self hypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan kecemasan dari pikiran seseorang. *Hypnosis* lima jari mempengaruhi system limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormon-hormon yang dapat memacu timbulnya stres. Mahasiswa yang diberikan hypnosis lima jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap sistem tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan tenang (Hastuti, 2015) dalam (Marbun, Pardede, & Perkasa, 2019)

Berdasarkan data penelitian dahulu mengenai efektifitas terapi *hypnosis* lima jari dan banyaknya kecemasan pada keluarga pasien yang berada di instalasi gawat darurat, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pre eksperimental design dengan rancangan *one group pre test-post test*. Populasi seluruh keluarga pasien di instalasi gawat darurat (IGD) RSUD R.A. Basoeni Mojokerto berjumlah 129. Teknik sampling yang digunakan penelitian ini adalah *Concecutive*

sampling. Data dikumpulkan dengan instrument kuesioner, kemudian di analisis menggunakan SPSS 2.0

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) yang terdiri atas 14 penilaian kelompok gejala, masing-masing gejala diberikan penilaian antara 0-4 dengan penilaian.

HASIL

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%).

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 %)

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 %)

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

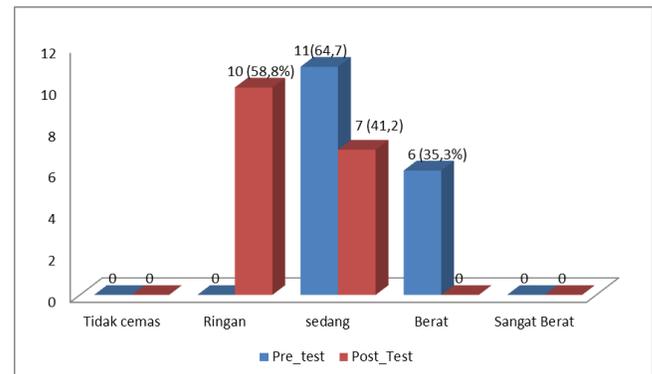
No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak Sekolah	0	0
2	SD	0	0
3	SMP	5	29,4 %
4	SMA	10	58,8 %
5	Perguruan Tinggi	2	11,8 %
Total		17	100%

Dari tabel 4.4 diatas dapat disimpulkan sebagian besar pendidikan responden SMA sebanyak 10 responden (58,8 %).

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/Me ninggal	0	0
Total		17	100%

Dari tabel 4.5 diatas dapat disimpulkan hampir seluruhnya status pernikahan responden yaitu menikah sebanyak 14 responden (82,4 %).



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%).

4.6 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
Post_Test - Pre_test	Negative Ranks	17 ^a
	Positive Ranks	0 ^b
	Ties	0 ^c
	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.

PEMBAHASAN

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 prognois, 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. 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.

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 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 (Hayaturrehmi & 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.

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.

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, bertindak 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.

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 coping yang lebih baik.

Berdasarkan 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.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Terapi *Hypnosis* Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah Sakit RA Basoeni Mojokerto, dapat disimpulkan :

1. Tingkat kecemasan keluarga di IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto sebelum diberikan terapi *hypnosis* lima jari sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 64,7% responden dan hampir setengah responden mengalami kecemasan berat sebanyak 35,3% responden.
2. Tingkat kecemasan keluarga di IGD RSUD RA Basoeni Mojokerto setelah diberikan terapi *hypnosis* lima jari responden mengalami penurunan score tingkat kecemasan didapatkan tingkat kecemasan sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 58,8% responden dan hampir setengah responden

dengan kecemasan sedang sebanyak 41,2% responden.

3. Ada pengaruh terapi *hypnosis* lima jari terhadap tingkat kecemasan keluarga di instalasi gawat darurat yang dibuktikan dari hasil uji dengan nilai $\rho (0,000) < \alpha (0,05)$. Keberhasilan terapi *hypnosis* lima jari dipengaruhi oleh kerjasama antara terapi dengan responden, dan juga prinsip utama keberhasilan *hypnosis* bergantung pada kemauan subjek, kemanapun komunikasi subjek dan kemanapun fokus subjek.

SARAN

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Keluarga Pasien

Diharapkan keluarga pasien yang menunggu di instalasi gawat darurat mampu mengatasi masalah kecemasan yang dihadapinya dengan menerapkan terapi *hypnosis* lima jari.

2. Bagi Perawat

Diharapkan bagi perawat terapi *hypnosis* lima jari ini dapat diberikan terhadap keluarga pasien yang menunggu di instalasi gawat darurat sebagai solusi

untuk mengatasi kecemasan keluarga pasien.

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan rumah sakit mampu memberikan fasilitas untuk pemberian terapi *hypnosis* lima jari, seperti audio atau layar yang dapat digunakan untuk pemberian edukasi mengenai terapi *hypnosis* lima jari dan media pemberian terapi, guna peningkatan pelayanan rumah sakit.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diperlukan pengembangan untuk mengatasi kecemasan keluarga pasien yang menunggu di instalasi gawat darurat, memperbaiki penerapan terapi *hypnosis* lima jari di ruang tunggu instalasi gawat darurat dengan perlunya metode perhitungan tingkat kecemasan keluarga yang cepat untuk mempersingkat waktu penelitian, Mengantisipasi responden drop out dengan memberikan persetujuan antara responden dengan anggota keluarga lainnya terkait waktu pelaksanaan agar dapat mengikuti penelitian hingga akhir. Memberikan edukasi mengenai *hypnosis* lima jari dengan menggunakan media audio visual pada seluruh keluarga pasien yang menunggu untuk menghindari

persepsi buruk mengenai terapi guna meminimalisir penolakan dari responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Amimam, S. P. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien di Instalasi Gawat Darurat. *e-journal Keperawatan*, 1-6.
- Anggraini, D., & Febrianti, A. (2020). Respon Time dengan Kecemasan Keluarga Pasien di Unit Gawat Darurat RS DR A.K.A Genipalembang. 202-206.
- Astuti, N., & Sulastri, Y. (2012). Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Saat Menunggu Anggota Keluarga Yang Dirawat di Ruang ICU Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Pekanbaru. *Jurnal Photon*, 53-55.
- Astuti, N., & Sulastri, Y. (2015). Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Saat Menunggu Anggota Keluarga Yang Dirawat di ruang ICU Rumah Sakit Islam Ibnu Sina Pekanbaru. *Jurnal Photon*, 53-55.
- Barbara, K. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Proses dan Praktik edisi VII Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Dicle, A., & Firat, M. (2016). Psychometric Properties of the Critical Care Family Needs Inventory-Emergency Departement . *Applied Nursing Research*, 113-120.
- Febrita, R., & Malfasari, E. (2018). Efek Terapi Relaksasi Nafas Dalam dan Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Ansietas Pasien Heart Failure. *Jurnal Iptek Terapan*, 251-260.
- Harlina, & Aiyub. (2018). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien di Unit

- Keperaawatan Kritis. *JIM FKep*, 184-192.
- Hastuti, R., & Arumsari, A. (2015). Pengaruh Terapi Hypnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di Stikes Muhammadiyah Klaten. *JOM*.
- Hayaturrahmi, & Halimuddin. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat. *JIM FKEP*, 231-240.
- Janitra, L. K. (2019). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Respon Time Petugas IGD Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) RA Basoeni Mojokerto. *Stikes Surya Mitra Husadan Kediri*, 2-13.
- Marbun, A. S., Pardede, J. A., & Perkasa, S. I. (2019). Efektivitas Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Priority, Vol 2, No. 2, ISSN 2614-4719*, 92-99.
- Marbun, A. S., Perdede, J. A., & Perkasa, S. I. (2019). Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Beringin. *Jurnal Keperawatan Priority*, 92-99.
- Marti, E., Andarini, S., & Lestari, R. (2015). Studi Fenomenologi Penerapan Prinsip Patient Centered Care Pada Saat Resusitasi di IGD RSUD saiful Malang. *The Indonesian Journal of Health Science*, 73-89.
- Nurhalimah. (2016). *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Ratna, W. D. (2017). *Casual Hypnosis For Affecting People, seni berkomunikasi untuk mempengaruhi orang lain*. Psikologi Corner. Bogor: Politea.
- Syukri, M. (2017). Efektivitas Terapi Hinosis Lima Jari Terhadap Ansietas Klien Hipertensi di Puskesmas. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(2): 353-356, 353-356.
- T.S, M. A., Apriliani, R. E., & Tjondronegoro, P. (2019). Hubungan Response Time Dengan Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Di Instalasi Gawat Darurat RSUD Ambarawa. *Jurnal SMART Keperawatan, pISSN 2301-6221; eISSN 2502-5236*, 8-12.
- Wati, I. S., Mariyati, & Aini, K. (2019). Penurunan Tingkat Kecemasan pada Narapidana Wanita Setelah Pemberian Hypnosis Lima Jari. *Proceeding Book*, 8-14.