

BAB 3

GAMBARAN KASUS

Bab ini menjelaskan tentang proses asuhan keperawatan dan penerapan intervensi reduksi ansietas untuk menurunkan ansietas pada pasien ansietas disorder. Pada tindakan asuhan keperawatan ini dengan pasien ansietas terdiri dari proses pengkajian dengan menggunakan format pengkajian, melakukan analisis data, menegakkan diagnosa serta melakukan rencana keperawatan, hingga implementasi dan evaluasi.

Pengambilan studi kasus ini dilakukan di Rumah Sakit Jiwa Menur. Pengambilan data dan asuhan keperawatan dilakukan di ruangan Melati pada tanggal 04 Mei 2026 kepada satu pasien dengan diagnosa medis Ansietas Disorder

3.1 Asuhan Keperawatan Pada Pasien *Anxiety Disorder* Dengan Masalah Ansietas

3.1.1 Pengkajiiian Keperawatan

Identitas klien Data yang didapat dari pasien adalah pasien bernama Tn A, berjenis kelamin Laki laki, usia 34 tahun, agama islam, alamat surabaya, pendidikan SMA, tidak bekerja, diagnosa medis Ansietas Disorder. Pasien datang tanggal 3 Mei 2026 dan dilakukan pengkajian dilakukan di ruang Puri Anggrek pada tanggal 04 Mei 2026 jam 07.00 WIB.

Keluhan utama pasien mengatakan merasa cemas dan takut karena mendengar suara yang muncul secara tiba-tiba. Pasien mengatakan beberapa hari sebelum masuk rumah sakit dirinya mendengar suara yang membicarakan tentang "kematian" yang menurut pasien berkaitan dengan kesalahan yang pernah dilakukannya saat kuliah. Pasien mengatakan suara tersebut muncul secara tiba-tiba sehingga membuat dirinya merasa takut, cemas, dan tidak tenang. Pasien mengatakan kecemasan yang dirasakan masih ada sampai saat ini, terutama ketika sedang sendirian dan pada malam hari.

Faktor presipitasi pasien mengatakan bahwa suara tersebut muncul tanpa sebab yang jelas. Pasien mengatakan sejak awal munculnya keluhan dirinya merasa ada yang tidak nyaman pada pikirannya. Pasien juga mengatakan terkadang merasa seolah-olah ada orang yang ingin melukai dirinya sehingga membuat pasien semakin waspada dan cemas. Berdasarkan keterangan keluarga, sejak sehari sebelum masuk rumah sakit pasien tampak gelisah, mondar-mandir, sulit diarahkan, merasa tubuhnya bergoyang, cemas, bingung, kaku, dan gemetar.

Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan keadaan umum pasien baik, kesadaran compos mentis dengan GCS E4 V5 M6. Tekanan darah 137/82 mmHg, nadi 74 kali/menit, suhu 36,7°C, frekuensi napas 20 kali/menit, dan saturasi oksigen 97%. Pasien mengeluhkan tubuh terasa kaku, terkadang gemetar, dan merasa badannya seperti bergoyang. Pasien juga mengatakan tangan kanannya agak sulit digerakkan.

Pasien berusia 34 tahun, beragama Islam, berasal dari Surabaya, dan merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Pasien mengatakan hubungan dengan keluarga baik dan apabila sakit selalu mendapatkan dukungan dari keluarga. Orang yang paling berarti bagi pasien adalah keluarganya. Pasien mengatakan memiliki pacar dan telah menjalin hubungan selama kurang lebih dua tahun. Pasien tidak memiliki riwayat alergi. Pasien mengakui pernah mengonsumsi minuman beralkohol.

Gambaran diri pasien menunjukkan bahwa dirinya menyadari sedang mengalami gangguan yang membuatnya cemas. Identitas diri pasien sebagai seorang laki-laki dewasa yang berharap dapat kembali menjalankan aktivitas normal. Peran pasien dalam kehidupan sehari-hari saat ini terganggu karena kondisi yang dialami. Ideal diri pasien adalah dapat sembuh dan kembali bekerja sebagai peternak kambing setelah keluar dari rumah sakit. Harga diri pasien masih cukup baik dan tidak ditemukan perasaan tidak berharga yang menonjol.

Penampilan pasien tampak cukup rapi dan sesuai dengan kondisi perawatan. Pembicaraan pasien lancar, jelas, dan sesuai pertanyaan. Aktivitas motorik pasien menunjukkan perilaku gelisah dan sebelumnya

sering mondar-mandir. Alam perasaan pasien didominasi kecemasan. Afek sesuai dengan isi pembicaraan. Selama wawancara pasien kooperatif namun tampak khawatir dan waspada.

Gangguan persepsi yang ditemukan adalah halusinasi pendengaran. Pasien mengatakan mendengar suara yang membicarakan kematian dan kesalahan yang pernah dilakukan pada masa lalu. Halusinasi muncul berulang dan menyebabkan pasien merasa takut serta cemas. Proses pikir pasien tampak kurang realistis terkait isi halusinasi yang didengarnya. Orientasi waktu, tempat, dan orang baik.

Kemampuan pasien dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari masih baik. Aktivitas sehari-hari (ADL) dapat dilakukan secara mandiri meskipun terkadang perlu diarahkan. Pola makan baik, pasien mengatakan makan habis. Pola tidur terganggu karena kecemasan yang meningkat terutama pada malam hari. Pasien mengatakan sering merasa cemas saat sendirian dan sulit mengendalikan pikirannya.

Pasien memiliki dukungan keluarga yang baik. Mekanisme koping yang digunakan pasien masih kurang efektif karena belum mampu mengendalikan kecemasan dan halusinasi yang dialaminya. Pasien berharap dapat pulih dan kembali menjalani aktivitas seperti sebelum sakit.

3.1.2 Analisa Data

Berdasarkan dari pengkajian diatas pengelompokan data dapat dilakukan sebagai berikut:

Data Subjektif (DS)

- Pasien mengatakan mendengar suara yang membicarakan kematian.
- Pasien mengatakan suara muncul secara tiba-tiba.
- Pasien mengatakan masih merasa cemas.
- Pasien mengatakan lebih cemas ketika sendirian.
- Pasien mengatakan terkadang merasa ada orang yang ingin melukainya.
- Pasien mengatakan tubuh terasa kaku dan terkadang gemetar.
- Pasien mengatakan berharap dapat kembali bekerja sebagai peternak kambing.

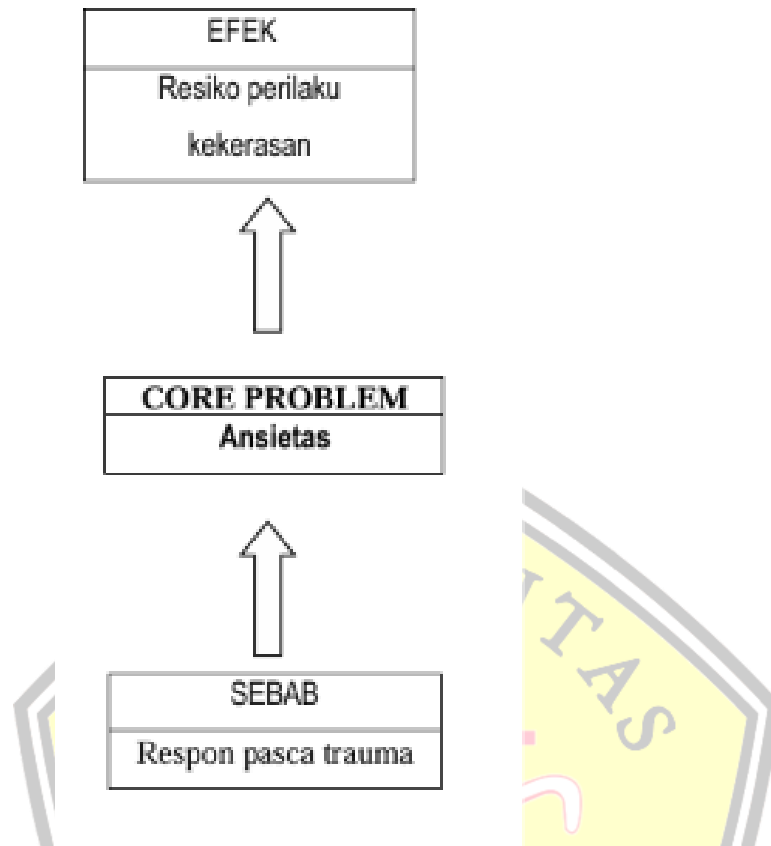
Data Objektif (DO)

- Pasien tampak cemas.
- Pasien tampak gelisah dan sebelumnya mondar-mandir.
- Pasien tampak waspada.
- Terdapat halusinasi pendengaran.
- Proses pikir kurang realistis.
- TD 137/82 mmHg.
- Nadi 74 x/menit.
- RR 20 x/menit.
- Suhu 36,7°C.
- SpO₂ 97%.

3.1.3 Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil analisa data, diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien adalah **Ansietas** ditandai dengan pasien mengatakan merasa cemas dan takut karena mendengar suara yang muncul secara tiba-tiba membicarakan tentang kematian dan kesalahan yang pernah dilakukan di masa lalu. Pasien mengatakan kecemasan lebih sering muncul saat sedang sendirian dan pada malam hari. Pasien juga mengatakan terkadang merasa ada orang yang ingin melukainya. Secara objektif pasien tampak cemas, gelisah, waspada, sering mondar-mandir, sulit diarahkan, kontak mata kurang, tampak bingung, serta mengalami gangguan tidur akibat kecemasan yang dirasakan. Selain itu ditemukan adanya halusinasi pendengaran yang menyebabkan pasien merasa takut dan tidak tenang sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari.

3.1.4 Pohon masalah



3.1.5 Rencana keperawatan

Rencana keperawatan dalam penelitian ini dilakukan sesuai dengan standar intervensi keperawatan Indonesia yaitu Terapi hipnotis, dengan teknik hipnotis yang digunakan adalah teknik hipnosis 5 jari. Tujuan dari perencanaan keperawatan adalah setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam diharapkan tingkat ansietas menurun dengan kriteria hasil verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi menurun, perilaku gelisah menurun, perilaku tegang menurun, konsentrasi membaik, pola tidur membaik, kontak mata membaik.

Pada asuhan keperawatan ini rencana keperawatan disusun menjadi 4 SP pasien yaitu SP 1 pasien yaitu bina hubungan saling percaya (ucapkan salam terapeutik), gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan, identifikasi saat tingkat ansietas berubah (mis. kondisi, waktu, stresor), identifikasi kemampuan mengambil keputusan, monitor tanda-tanda ansietas (verbal dan nonverbal).

SP 2 pasien yaitu evaluasi keberhasilan SP 1, ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, temani pasien untuk mengurangi ansietas, jika memungkinkan, pahami situasi yang membuat ansietas, motivasi mengidentifikasi situasi yang memicu ansietas

SP 3 pasien yaitu evaluasi keberhasilan SP 2, dengarkan dengan penuh perhatian, gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan, motivasi mengidentifikasi situasi yang memicu ansietas.

SP 4 pasien yaitu identifikasi teknik hopnotis yang pernah efektif digunakan, jelaskan tujuan, manfaat, batasan, dan jenis hopnotis 5 jari, jelaskan secara rinci teknik hopnotis 5 jari, gunakan buaian longgar , gunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama, ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan, anjurkan mengambil posisi nyaman, anjurkan rileks dan merasakan sensasi hopnotis, demonstrasikan dan latih teknik hopnotis hipnosis 5 jari, anjurkan sering mengulangi atau melatih teknik hopnotis hipnosis 5 jari, memeriksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah Latihan, gunakan hopnotis hipnosis 5 jari sebagai strategi penunjang dengan analgetik atau tindakan medis lain

3.1.6 Implementasi Keperawatan

Implementasi telah dilakukan oleh peneliti pada hari ke empat sampai dengan hari ke tujuh selama 8 hari perawatan di ruang Puri Anggrek. Perawat melakukan serangkaian intervensi keperawatan dalam membantu menurunkan tingkat ansietas. Hari pertama pada tanggal 05 Juni 2026 jam 09.00 perawat melaksanakan SP 1 pasien. Perawat membangun hubungan saling percaya dengan menciptakan suasana aman, nyaman, dan empatik saat memulai pembicaraan. Perawat Menggunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan, Perawat mengidentifikasi saat tingkat ansietas pasien berubah. Perawat mengidentifikasi kemampuan mengambil keputusan. Perawat memonitor tanda-tanda ansietas baik verbal maupun non verbal. Dihari yang sama pada jam 11.00 SP 2 pasien dilakukan dengan perawat mengevaluasi keberhasilan SP 1. Perawat menciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan. Perawat menemani pasien untuk

mengurangi ansietas. Perawat memahami situasi yang membuat ansietas, Memotivasi mengidentifikasi situasi yang memicu ansietas

Dihari ke dua pada tanggal 06 Mei 2026 jam 08.00 WIB perawat melakukan SP 3 pasien dengan perawat mengevaluasi keberhasilan SP 2. Perawat menganjurkan mengungkapkan perasaan dan persepsi. Perawat melatih kegiatan pengalihan untuk mengurangi ketegangan. Perawat melatih teknik hipnotis 5 jari.

Hari ke tiga tanggal 07 Juni 2026 SP 4 pasien dilakukan di jam 17.00 WIB perawat Mengidentifikasi teknik hipnotis yang pernah efektif digunakan, perawat Menjelaskan tujuan, manfaat, batasan, dan jenis hipnotis 5 jari, perawat Menjelaskan secara rinci teknik hipnotis 5 jari, perawat menyarankan Menggunakan buaian longgar , perawat Menggunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama, perawat Menciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan, perawat Menganjurkan mengambil posisi nyaman, perawat Menganjurkan rileks dan merasakan sensasi hipnotis, perawat Mendemonstrasikan dan latih teknik hipnotis 5 jari, perawat Menganjurkan sering mengulangi atau melatih teknik hipnotis 5 jari, perawat Memeriksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah Latihan, Menggunakan hipnotis 5 jari sebagai strategi penunjang dengan analgetik atau tindakan medis lain

Hari ke empat tanggal 08 Juni 2026 Sp 4 pasien dilakukan di jam `18.00 WIB. perawat Mengidentifikasi teknik hipnotis yang pernah efektif digunakan, perawat Menjelaskan tujuan, manfaat, batasan, dan jenis hipnotis 5 jari, perawat Menjelaskan secara rinci teknik hipnotis 5 jari, perawat menyarankan Menggunakan buaian longgar , perawat Menggunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama, perawat Menciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan, perawat Menganjurkan mengambil posisi nyaman, perawat Menganjurkan rileks dan merasakan sensasi hipnotis, perawat Mendemonstrasikan dan latih teknik hipnotis 5 jari, perawat Menganjurkan sering mengulangi atau melatih teknik hipnotis 5 jari, perawat Memeriksa

ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah Latihan, Menggunakan hipnotis 5 jari sebagai strategi penunjang dengan analgetik atau tindakan medis lain

3.1.7 Evaluasi Keperawatan

Hari Pertama Tanggal 28 Februari 2025 Evaluasi Pada

1) SP 1 pasien

S: Pasien mengatakan masih merasa cemas, Pasien mengatakan ansietasnya meningkat terutama saat sendirian, namun merasa lebih nyaman ketika ada tenaga kesehatan yang menemaninya, Pasien juga mengatakan saat ini tidak bisa mengambil keputusan apalagi tentang penyakitnya, Pasien juga mengatakan bahwa ia mulai mengenali hal-hal yang membuat dirinya cemas.

O: Pasien tampak lebih tenang saat didampingi oleh perawat, Kontak mata terlihat, Terlihat kantung mata menghitam, Konsentrasi kurang baik, terlihat tegang, mudah tersinggung, terlihat tegang, suara bergetar, muka pucat, kening berkerut, tonus otot terlihat, TD: 130/80 mmHg, N: 90x/menit, rr: 22x/menit.

A: Sp 1 tercapai

P: lanjut SP 2

2) SP 2 pasien

S: Pasien mengatakan mulai mengenali situasi tertentu yang membuat dirinya cemas, seperti saat pasien sendirian, Pasien juga mengatakan merasa terbantu karena didengarkan dan merasa lebih tenang setelah berbicara dengan perawat.

O: Pasien tampak lebih terbuka dan bersedia berbagi perasaan tanpa busaan, Pasien menunjukkan ekspresi wajah lebih santai selama sesi percakapan, Pasien mulai bisa menyebutkan situasi yang memicu ansietasnya secara jelas, Pasien mampu lebih tenang saat dihadapkan pada situasi yang sebelumnya membuatnya gelisah, Kontak mata terlihat, Kantung mata hitam

masih terlihat, Konsentrasi mulai membaik, masih terlihat tegang, TD: 130/86 mmHg, N: 87x/menit, rr: 21x/menit.

A: Sp 2 tercapai

P: lanjut SP 3

Hari Ke Dua Tanggal 01 Maret 2025 Evaluasi Pada

1) SP 3 pasien

S: Pasien mengatakan merasa lebih tenang setelah melakukan latihan hipnotis 5 jari yang diajarkan, Pasien menyatakan teknik pernapasan perlahan membantu mengurangi ketegangan saat merasa cemas, Pasien juga mengatakan bahwa dirinya lebih mudah berkonsentrasi setelah melakukan latihan tersebut secara rutin

O: Pasien menunjukkan minat untuk melanjutkan latihan hipnotis 5 jari secara mandiri, Sebelum latihan, pasien tampak tegang dengan frekuensi nadi 90x/menit, rt: 22x/menit dan tekanan darah 130/86 mmHg, Setelah latihan, nadi menurun menjadi 82x/menit, rr: 20x/menit, dan tekanan darah menjadi 125/85 mmHg, Ekspresi wajah pasien tampak lebih rileks, tenang, konsentrasi membaik setelah latihan, namun pola tidur belum membaik.

A: Sp 3 tercapai

P: lanjut SP 4

Hari Ke 3 Tanggal 02 Maret 2025 Evaluasi Pada

1) SP 4 Pasien

S: Pasien mengatakan tenang saat melakukan teknik hipnotis 5 jari, Pasien mengatakan akan mengulangi tindakan sebanyak 1 kali sehari selama 15 menit dan saat pasien mulai merasa cemas, Pasien mengatakan merasa nyaman melakukan latihan hipnotis 5 jari di ruangan yang tenang dan tidak bising, Pasien menyatakan informasi tertulis yang diberikan membantunya memahami dan melakukan latihan hipnotis 5 jari dengan benar.

O : Pasien mampu menyebutkan teknik hipnotis yang efektif menurut pengalaman pribadinya, sebelum dilakukan teknik

hipnotis 5 jari TD: 129/80 mmHg, N: 87x/menit, rr: 23 x/menit. Setelah dilakukan teknik hipnotis 5 jari Pasien tampak tenang dan kooperatif saat berada di lingkungan yang mendukung hipnotis, Pasien menggunakan panduan tertulis selama melakukan teknik hipnotis 5 jari, Ekspresi wajah pasien tampak lebih santai, dan pasien tidak menunjukkan tanda-tanda gelisah, Hasil pemeriksaan nadi 85x/menit, tekanan darah 120/80 mmHg, dan rr: 20 x/ menit.

A: Sp 4 beum tercapai

P: lanjut SP 4

Hari Keempat Tanggal 03 Maret 2025 Evaluasi Pada

1) SP 5 pasien

S : Pasien melakukan Teknik hipnotis 5 jari Kembali, dengan rasa cemas dan jantung berdebar-debar berkurang, Pasien juga mengatakan sering melakukan teknik melakukan teknik hipnotis 5 jari di sela-sela istirahat pasien, Pasien mengatakan tenang dan nyaman saat melakukan teknik hipnotis, bahkan saat pasien sulit tidur pasien melakukan teknik hipnotis 5 jari

O : sebelum melakukan teknik hipnotis 5 jari TD: 121/69 mmHg, N: 78x/menit, rr: 20x/menit, pasien tidak terlihat tegang, gelisah sudah tidak terlihat, konsentrasi membaik, kontak mata membaik. Setelah dilakukan teknik hipnotis. Pasien terlihat lebih segar, tidak terlihat cemas, nadi 80 x/menit, tekanan darah 120/70 mmHg, rr: 20x/menit.

A: Sp 4 tercapai

P: lanjut SP 5

3.2 Penerapan Teknik Hipnotis 5 jari Pada Tn A Dengan Masalah Ansietas

Teknik hipnotis 5 jari dilakukan selama 3 hari secara berturut-turut dengan Standar oprasional prosedur (SOP) yang digunakan dalam melakukan teknik hipnotis 5 jari yaitu meminta kepada klien untuk perlahan-lahan menutup matanya dan menarik napas dalam dan perlahan untuk menimbulkan hopnotis. Kemudian pasien didorong

untuk hipnotis 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.

Setelah dilakukan selama 3 hari evaluasi yang didapatkan adalah pasien mengatakan merasa lebih tenang setelah melakukan latihan hipnotis 5 jari yang diajarkan, Pasien menyatakan teknik ini membantu mengurangi ketegangan saat merasa cemas, Pasien juga mengatakan bahwa dirinya lebih mudah berkonsentrasi setelah melakukan latihan tersebut secara rutin, jantung berdebar berkurang. Raut tegang berkurang, nadi menurun, pernafasan membaik, tekanan darah membaik, ekspresi wajah pasien tampak lebih rileks, tenang, konsentrasi membaik.

