



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

## Efektivitas Terapi Hipnosis 5 Jari Dalam Mengurangi Ansietas Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif Di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah

*Effectiveness of 5 Finger Hypnosis Therapy in Reducing Anxiety in Congestive Heart Failure Patients at Undata Regional Hospital, Central Sulawesi Province*

**Fatmawati<sup>1\*</sup>, Nur Febrianti<sup>2</sup>, Rosita<sup>3</sup>, Iwan<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Akademi Keperawatan Justitia, watyf432@gmail.com

<sup>2</sup> Akademi Keperawatan Justitia, nur.febrianti90@yahoo.co.id

<sup>3</sup> Akademi Keperawatan Justitia, rosita.ners87@gmail.com

<sup>4</sup> Poltekes Kemenkes Palu, iwanwhe1977@gmail.com

**\*Corresponding Author: E-mail: Watyf432@gmail.com**

### *Artikel Penelitian*

#### **Article History:**

Received: 28 Nov, 2024

Revised: 7 Dec, 2024

Accepted: 19 Dec, 2024

#### **Kata Kunci:**

Gagal Jantung Kongestif;

Ansietas;

Terapi Hipnosis 5 Jari

#### **Keywords:**

Heart failure;

Anxiety;

5-finger hypnosis therapy

### **ABSTRAK**

Gagal jantung adalah abnormalitas dari struktur jantung atau fungsi yang menyebabkan ketidakmampuan darah secara adekuat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan oksigen pada jaringan tubuh sehingga tidak terpenuhi dengan baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas terapi hipnosis 5 jari dalam mengurangi ansietas pada pasien gagal jantung kongestif. Desain penelitian ini menggunakan study kasus deskriptif yang memberikan suatu kasus tertentu agar menilai penelitian dan menjelaskan secara terperinci. Lokasi penelitian dilakukan di ruangan ICVCU RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah. Berdasarkan analisa data yang diperoleh melalui pengkajian, ditemukan keluhan utama pasien yaitu sesak nafas dan ascites. Dengan diagnosis keperawatan yaitu Ansietas. Perencanaan dan pelaksanaan terapi dilakukan dengan baik, terdapat adanya perubahan sebelum dan sesudah dilakukan terapi. Terapi hipnosis 5 jari efektif dalam mengurangi ansietas pada pasien gagal jantung kongestif, sesuai dengan tahapan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnose keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi.

### **ABSTRACT**

Congestive heart failure is an abnormality in the structure or function of the heart that results in the inability of the blood to adequately meet the nutrient and oxygen needs of the body's tissues, so that they are not properly met. The aim of this study was to determine the effectiveness of 5-finger hypnosis therapy in reducing anxiety in patients with heart failure. This research design uses a descriptive case study where a specific case is used to evaluate and explain the research in detail. The research site was the ICVCU room of Undata Hospital, Central Sulawesi Province. Based on the data analysis obtained through the assessment, the patient's main complaints were found to be shortness of breath and ascites. With a nursing diagnosis of anxiety. Planning and implementation of therapy is well done, there are changes before and after therapy. 5-finger hypnosis therapy is effective in reducing anxiety in patients with congestive heart failure, in accordance with the stages of nursing care which include assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation and evaluation.

**DOI: 10.56338/jks.v7i12.4515**

## PENDAHULUAN

Gagal jantung merupakan suatu keadaan dimana jantung tidak mampu memompa darah secara adekuat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan oksigen pada jaringan tubuh baik saat beraktivitas maupun saat istirahat (Tazkirah et al., 2023). Gagal jantung kongestif adalah keadaan ketika jantung tidak mampu lagi memompakan Darah secukupnya dalam memenuhi kebutuhan sirkulasi tubuh untuk keperluan metabolisme jaringan tubuh pada kondisi tertentu, sedangkan tekanan pengisian ke dalam jantung masih cukup tinggi (Ramadhani & Tandiayu, 2022).

Penyakit Kardiovaskuler merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia. Diperkirakan 17,9 juta orang meninggal akibat penyakit kardiovaskuler pada tahun 2019, yang mewakili 32% dari seluruh kematian global. Dari jumlah tersebut, 38% disebabkan oleh penyakit gagal jantung (World Health Organization, 2021). Prevalensi gagal jantung kongestif di Indonesia yang didiagnosis dokter adalah sebesar 1,5% atau sekitar 1.017.290 penduduk. Estimasi jumlah penderita penyakit gagal jantung di Provinsi Sulawesi Tengah berdasarkan diagnosis dokter sebesar 1,92% atau di perkirakan sekitar 21.904 orang (Risksdas, 2018). Berdasarkan data dari Rekam Medik RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah diperoleh Gagal jantung Kongestif pada tahun 2021 yaitu sejumlah 177 kasus dan di tahun 2022 kasus Gagal jantung kongestif meningkat menjadi 338 serta di tahun 2023 gagal jantung kongestif terus meningkat dengan jumlah 384 kasus (Rekam Medik, 2024).

Salah satu diagnosa keperawatan gagal jantung adalah ansietas. Ansietas adalah kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibatantisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan Tindakan untuk menghadapi ancaman. Adapun tanda dan gejala yang dapat di alami seperti, gelisah,bingung pusing, palpitasi, sulit tidur, anoreksia, tekanan darah meningkat, frekuensi napas meningkat, frekuensi nadi meningkat, diaphoresis, sering berkemih dan kontak mata buruk (TIM Pokja SDKI DPP PPNI, 2018).

Klien yang mengalami ansietas dapat diatasi dengan menggunakan teknik relaksi, distraksi, kegiatan spiritual dan hipnoterapi. Salah satu terapi yang bisa di lakukan yaitu hipnosis 5 jari yang mampu untuk menurunkan kecemasan pada klien. Terapi hipnosis 5 jari sendiri merupakan suatu terapi dengan menggunakan 5 jari tangan, 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 & Yuliana, 2021).

Penelitian yang di lakukan Riyana et al., (2023) sebelumnya tingkat ansietas dengan skor 21 termasuk dalam tingkat ansietas sedang. Setelah dilakukan penerapan terapi hipnosis lima jari selama tiga hari didapatkan hasilnya, mengalami perubahan tingkat ansietas yaitu mengalami penurunan skor menjadi 4 yang artinya tidak terdapat kecemasan. Penelitian yang di lakukan oleh Oktaviano & Rahmad, (2024) Menunjukkan adanya penurunan kecemasan setelah di lakukan Penerapan Hipnosis lima jari di Instalasi Gawat Darurat menunjukkan bahwa kecemasan sebelum dan setelah mendapatkan penerapan hypnosis lima jari selama 2 kali didapatkan penurunan hasil nilai skor 34 yang artinya kecemasan ringan.

Berdasarkan uraian diatas, maka merasa penting untuk menganalisis efektivitas terapi hipnosis 5 jari dalam mengurangi ansietas pada pasien gagal jantung kongestif di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah.

## METODE

Studi kasus deskriptif adalah jenis studi yang memberikan suatu kasus tertentu, dan membutuhkan peneliti agar menilai penelitian untuk menggunakan teori deskriptif dan menjelaskan desain penelitian secara terperinci (AIPVIKI, 2023).

## HASIL

Setelah diberikan terapi hipnosis 5 jari pada Tn.I pada tanggal 4 Agustus 2024 selama 2 kali pertemuan, skor pada pertemuan pertama sebelum dilakukan terapi yaitu 22 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan terapi menjadi 17 (kecemasan sedang). Sedangkan pada pertemuan kedua skor sebelum dilakukan terapi yaitu 17 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan terapi berkurang menjadi 13 (kecemasan ringan).

## Pengkajian

Pengkajian ini dilakukan pada hari minggu tanggal 4 Agustus 2024 pada pukul 09.30 WITA pada Tn.I dengan kasus congestive heart failure dengan masalah ansietas di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah. Pasien Tn.I berjenis kelamin laki-laki, beragama Hindu, berusia 52 tahun, suku Mandar, pendidikan terakhir SMA. Riwayat penyakit keluhan utama pasien saat masuk rumah sakit, sekitar pukul 08.20 WITA pasien mengatakan sesak napas dan perutnya membesar sejak 3 bulan yang lalu, pasien mengatakan cemas dengan kondisinya saat ini, pasien nampak gelisah, wajah tampak pucat, terpasang O<sub>2</sub> nasal kanul 4 lpm, skala likert HRS-A dengan skor 22 masuk dalam ansietas sedang, TTV TD 150/100 MmHg, nadi 80x/menit, suhu 36,6°C, respirasi 24x/menit. Riwayat penyakit dahulu keluarga pasien mengatakan pasien tidak mempunyai riwayat penyakit terdahulu seperti penyakit yang dialaminya sekarang, riwayat penyakit keluarga pasien mengatakan tidak ada penyakit keluarga.

Survey primer, airway dan control cervical paten, suara napas normal dan tidak ada cedera servikal. Breathing, frekuensi napas 24x/menit, saturasi oksigen 24x/menit, irama pernapasan teratur, pengembangan dada simetris kanan dan kiri, suara napas vesikuler, tidak ada pembengkakan 39 pada vena jugularis, dan tidak ada luka maupun memar di tubuh. Circulation, Tekanan darah 150/100 MmHg, suhu 36,5°C, nadi 80x/menit, edema pada wajah, abdomen dan ekstremitas bawah, tidak tampak pengeluaran keringat berlebih, bibir tampak kering, kulit teraba hangat. Disability, tingkat kesadaran composmentis, refleks cahaya positif, pupil isokor. Exposure, tidak ada cedera tambahan. Foley cateter terpasang. Gastric tube tidak ada terpasang. Heart monitor tidak terpasang. Pemeriksaan fisik yang di dapatkan pada pasien yaitu pemeriksaan umum baik, tekanan darah 150/100 MmHg, nadi 80x/menit, suhu 36,6°C, respirasi 24x/menit. Pada pemeriksaan kepala rambut tampak beruban, tidak ada nyeri tekan dan tidak benjolan. Wajah tampak gelisah, tampak pucat, tampak adanya edema, tidak ada nyeri tekan. Mata tampak tidak ada lesi, tampak edema, penglihatan normal, dan tidak ada nyeri tekan. Telinga tidak ada lesi dan tidak ada nyeri tekan. Leher tidak ada nyeri tekan, tidak ada lesi dan tidak ada benjolan. Mulut mukosa bibir tampak kering dan tidak lesi. Dada tampak pengembangan dada simetris kanan dan kiri. Abdomen tampak ada pembesaran pada abdomen dan terdapat nyeri tekan. Ekstremitas atas tampak kedua tangan normal jari-jari lengkap 10, tidak ada nyeri tekan, terpasang infus cairan RL 20 tpm ditangan sebelah kanan. Ekstremitas bawah tampak kedua kaki edema, jari-jari lengkap 10 dan tidak ada nyeri tekan.

Pemeriksaan AMPLE, pasien tidak memiliki alergi baik dari makanan maupun obat-obatan, pasien tidak ada mengonsumsi obat tertentu 40 sebelum masuk rumah sakit, perut membesar sejak tiga bulan yang lalu, pasien makanan terakhir dengan bubur dan minum air putih, Events pasien masuk dengan keluhan sesak napas dan perut membesar, saat dilakukan pengkajian pasien masih merespon dengan baik, keluarga mengatakan pasien tidak memiliki Riwayat penyakit dahulu.

Beberapa terapi yang diberikan adalah O<sub>2</sub> nasal kanul 4 lpm, terpasang cairan infus RL 20 tpm, injeksi furosemide 2 amp/IV/8 jam, CPG 75 mg 1x1, bisoprolol 25 mg 1x1, ramipril 5 mg 1x1, ISDN 5 mg 3x1.

## Diagnosa Keperawatan

Ansietas berhubungan dengan krisis situasional di tandai dengan data subjektif, Pasien nampak gelisah, wajah tampak pucat, terpasang O<sub>2</sub> nasal kanul 4 lpm, TTV TD : 150/100 MmHg N : 80x/menit S : 36,5°C RR : 24x/menit, Skala likert HRS-A 22 (Kecemasan sedang). Data Objektif, Pasien

mengatakan perutnya membesar sejak 3 bulan yang lalu, pasien mengatakan cemas dengan kondisinya saat ini.

### **Intervensi**

Setelah diagnosa keperawatan ditetapkan, dilanjutkan dengan perencanaan dan intervensi keperawatan. Berdasarkan dari data perencanaan keperawatan pada kasus ini setelah dilakukan Tindakan keperawatan 2 kali pertemuan di harapkan masalah ansietas dapat teratasi dengan kriteria hasil : Perilaku gelisah menurun, frekuensi nadi Membaik, tekanan darah membaik. Intervensi keperawatan yang akan dilakukan yaitu dengan Tindakan Observasi : Identifikasi saat tingkat ansietas berubah, monitor tanda tanda ansietas. Terapeutik : Ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, dengarkan dengan penuh perhatian. Edukasi : Anjurkan keluarga untuk tetap bersama pasien, jika perlu, latih Teknik relaksasi (Hipnosis 5 jari).

### **Implementasi**

Berdasarkan diagnosa keperawatan maka dilakukan implementasi dengan 2 kali pertemuan, pada pertemuan pertama, Mengamati dan menanyakan gejala yang dirasakan pasien Hasil : Pasien mengatakan merasa cemas, pasien nampak gelisah (skala Likert HRS-A 22, kecemasan sedang). Mencatat gejala yang di rasakan pasien dan TTV, Hasil : Pasien mengatakan sulit berkonsentrasi dan tampak gelisah, TD :130/100 mmHg N : 84x/menit S : 36,5°C RR : 24x/menit. Menciptakan lingkungan yang nyaman dan memberikan dukungan positif, Hasil : Pasien mau untuk mengungkapkan yang di pikirkan “Khawatir sekali saya dengan penyakit ku, perutku semakin lama semakin bengkak”. Mendengarkan dengan penuh Perhatian Hasil : Pasien merasa di dengar dan di hargai. Menganjurkan keluarga untuk tetap bersama pasien, jika perlu Hasil : Keluarga selalu menjaga pasien. Melaksanakan terapi Hipnosis 5 jari Hasil : Pasien Terlihat nyaman (Skala Likert HRS-A 17, Kecemasan sedang). Pertemuan Kedua, Mengamati gejala yang di rasakan pasien, Hasil: pasien nampak gelisah (skala Likert HRS-A 17, Kecemasan sedang). Mencatat gejala yang dirasakan pasien dan TTV Hasil : Pasien mengatakan sulit berkonsentrasi, TD :120/90 mmHg N : 82x/menit S : 36,6°C RR : 20x/menit. Menganjurkan keluarga untuk tetap bersama pasien Hasil : Keluarga selalu menjaga pasien di ruangan. Melatih Teknik relaksasi (Hipnosis 5 jari) Hasil : Pasien Terlihat nyaman (Skala Likert HRS-A 13, Kecemasan Ringan).

### **Evaluasi**

Evaluasi yang didapatkan yaitu, S : Pasien mengatakan nyaman setelah di lakukan terapi, pasien mengatakan cemas berkurang, O : Wajah tampak pucat, TTV TD : 115/90 MmHg N : 80x/menit, S : 36,6°C RR : 21x/menit, A : Kecemasan Menurun Skala Likert HRS-A 13 (Kecemasan Ringan), P : Intervensi di pertahankan, Latih teknik relaksasi (terapi hipnosis 5 jari).

### **DISKUSI**

Laporan akhir studi kasus ini penulis mendapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa setelah di lakukan dua kali pertemuan terapi hipnosis 5 jari, terdapat penurunan ringan dalam Tingkat kecemasan pada pasien. Skor kecemasan pada pertemuan pertama sebelum dilakukan terapi hipnosis 5 dengan jumlah skor 22 (kecemasan sedang), setelah dilakukan terapi hipnosis 5 jari jumlah skor menjadi 17(kecemasan sedang). Pada pertemuan kedua sebelum di lakukan terapi hipnosis 5 jari jumlah skornya 17 (Kecemasan sedang) dan setelah di lakukan terapi hipnosis 5 jari terdapat penurunan skor dengan jumlah 13(kecemasan ringan).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Apriyadi, 2022) hasil studi kasus yang dilakukan kepada subjek di dapatkan hasil bahwa terapi hipnosis lima jari terdapat perubahan sebelum dan setelah di lakukan terapi hipnosis lima jari dengan menggunakan pengkajian kuisioner HRS-A.

Pada subjek sebelum diberikan terapi hipnosis lima jari terdapat skor 19 (kecemasan ringan) dan setelah diberikan terapi hipnosis lima jari di dapatkan skor 10 (tidak ada kecemasan).

Menurut asumsi peneliti hasil ini menunjukkan bahwa terapi hipnosis 5 jari memiliki potensi dalam mengurangi kecemasan yang di alami pasien dan sejalan dengan teori dan beberapa penilitian, tetapi mungkin memerlukan lebih banyak waktu atau sesi dalam pelaksanaan terapi hipnosis 5 jari untuk melihat efek yang lebih jelas.

Hipnosis lima jari dapat menurunkan ansietas dengan cara bekerja pada pikiran bawah sadar dengan gelombang alpha dengan bheta. Pikiran bawah sadar seperti Kumpulan tempat penyimpanan emosi, memori serta persepsi terhadap suatu hal. Sifat alam bawah sadar tidak memilih-milih dan tidak dapat menolak apa yang ditanamkan di dalam pikiran bawah sadar (Yuliana, 2024).

### **KETERBATASAN**

Dalam tahap persiapan pelaksanaan studi kasus banyak hal yang perlu dipersiapkan dengan baik dan matang, Adanya keterbatasan waktu dalam penelitian sehingga peneliti mampu mengerjakan dengan baik akan tetapi belum maksimal, serta keterbatasan pasien pada saat melaksanakan penelitian studi kasus di rumah sakit, penulis tidak mudah menemukan pasien yang sesuai dengan kriteria pada studi kasus yang di ambil sehingga membutuhkan beberapa hari untuk mendapatkan pasien yang sesuai dengan studi kasus.

### **KESIMPULAN**

Penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan dua kali pertemuan, mendapatkan hasil bahwa terdapat penurunan dalam tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien, skor pada pertemuan pertama sebelum dilakukan terapi hipnosis 5 jari yaitu 22 (kecemasan sedang) dan setelah di lakukan terapi menjadi 17 (kecemasan sedang). Sedangkan pada pertemuan kedua skor sebelum dilakukannya terapi hipnosis 5 jari yaitu 17 (kecemasan sedang) dan setelah dilakukan terapi berkurang menjadi 13 (kecemasan ringan). Sehingga terapi hipnosis 5 jari dapat efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dengan membantu pasien fokus pada pergerakan jari, merangsang relaksasi, dan memperkuat sugesti positif.

### **SARAN**

Bagi pihak akademi Diharapkan dapat lebih meningkatkan ilmu pengetahuan, keterampilan, serta mempelajari perkembangan metode pembelajaran yang bermanfaat di masa yang akan datang dalam melakukan asuhan keperawatan kepada pasien.

Bagi tempat penelitian Diharapkan hasil studi kasus ini bisa menjadi acuan bagi pihak rumah sakit untuk dapat memberikan pelayanan Kesehatan dan mempertahankan hubungan yang baik antar tim Kesehatan maupun dengan pasien agar dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan yang lebih optimal.

Bagi peneliti Dapat memberikan pengalaman dan wawasan yang luas dalam melakukan penelitian dalam mengimplementasikan berbagai bentuk teori dan konsep yang didapatkan di bangku kuliah ke dalam penelitian ini.

Bagi peneliti lain Diharapkan hasil studi kasus ini bisa dijadikan rujukan maupun referensi dalam penulisan karya tulis ilmiah mengenai efektivitas terapi hipnosis 5 jari dalam mengurangi ansietas pada pasien gagal jantung kongestif

### **DAFTAR PUSTAKA**

AIPVIKI. (2023). Pedoman Karya Tulis Ilmiah Akademi Keperawatan Justitia.

Apriyadi, A. (2022). Penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan ansietas pada pasien hipertensi di kelurahan krapyak semarang [Universitas Widya Husada Semarang]. <http://eprints.uwhs.ac.id/id/eprint/1778>

Mawarti, I., & Yuliana. (2021). Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jambi Medical Journal: Jurnal*

- Kedokteran Dan Kesehatan, 9(3), 297–304. <https://onlinejournal.unja.ac.id/kedokteran/article/view/15480/12108>
- Medik, R. (2024). Mhs Gagal Jantung Kongestif RI 2021-2023.
- Oktaviano, azilla rayna, & Rahmad, muhamad nur. (2024). Penerapan terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensidi instalasi gawat darurat rsud dr.soehadi prijonegoro sragen. Prodi Profesi Ners Program Profesi. <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/6448/1/NAS PUB AZILLA.pdf>
- Ramadhani, N., & Tandiyu, O. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Congestive Heart Failure (CHF) Di Ruang ICU/CCU Rumah Sakit Stella Maris Makassar. 1–140. <https://jurnal.itkeswhs.ac.id/index.php/medika/article/view/696/200>
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas Provinsi Sulawesi Tengah. Kesehatan Provinsi, Sulawesi Tengah, 399.
- Riyana, A., Rahmat, S., & Tasikmalaya, K. P. (2023). Penerapan Hipnosis Lima Jari Terhadap Ansietas Pada Pasien. Jurnal Kesehatan Mahardika, 10(2), 66–71. <https://doi.org/10.54867/jkm.v10i2.164>
- Tazkirah, R., Kamal, A., & Safuni, N. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Acute Decompensated Heart Failure (ADHF): Suatu Studi Kasus. JIM FKep, VII, 26–32. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/viewFile/23553/11431>
- TIM Pokja SDKI PPNI (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Diagnosa Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI
- World Health Organization. (2021). Cardiovascular diseases (CVDs). World Health Organization. [https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))
- Yuliana larisa maria yohanesa, Bessa, kristina oktaviona, & Prabawati, D. (2024). Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Dengan ckd on hd Diruang Medikal Rumah Sakit. Jurnal Kesmas Asclepius, 6(2), 172–177. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jka.v6i2.10841>