



**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS PELAPIS**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk
Menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan**

OLEH :

PUJI LESTARI

NIM : 821213013

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

2023



**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS PELAPIS**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk
Menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan**

OLEH :

PUJI LESTARI

NIM : 821213013

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Diterima dan disetujui proposal penelitian dengan judul:

**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS PELAPIS**

Pembimbing I

Dr. Ns, Wahyu Kirana, M. Kep. Sp. Jiwa

NIDN: 1106097501

Pembimbing II

Ns, Lintang Sari, M. Kep

NIDN: 50211820

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS PELAPIS**

Disusun oleh:

Puji Lestari

NIM : 821213013

Telah di pertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 26 Juni 2023

Penguji I

Penguji II

Dr. Ns, Florensa, M. Kep. Sp. J
NIDN: 1114057801
Penguji III

Ns, Dwin Seprian, M. Kep
NIDN: 1105099302
Penguji IV

Dr. Ns, Wahyu Kirana, M. Kep. Sp. Jiwa
NIDN: 1106097501

Ns, Lintang Sari, M. Kep
NIDN: 50211820

Skripsi ini telah di terima sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar

Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Ketua
STIKES YARSI Pontianak

Ketua Program Studi
Pendidikan Profesi Ners

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep
NIDN: 1123058801

Ns. Nurpratiwi, M.Kep
NIDN: 1110118703

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Puji Lestari

NIM : 821213013

Judul Skripsi : **Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh berasal dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum/ tidak dipublikasikan dan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan serta dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pontianak, Juni 2023

Puji Lestari
821213013

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karena berkat rahmat dan hidayah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penyusunan penelitian dengan judul: “Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis”.

Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep. selaku Ketua STIKes YARSI Pontianak.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep. selaku ketua program studi Ners Keperawatan Stikes Yarsi Pontianak
3. Ibu Dr. Ns. Florensa, M. Kep., Sp. Kep. Jiwa selaku dosen penguji 1 telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, motivasi serta arahan dalam proses penyusunan proposal penelitian ini selesai.
4. Bapak Ns. Dwin Seprian, M. Kep. selaku dosen penguji 2 telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, motivasi serta arahan dalam proses penyusunan proposal penelitian ini selesai.
5. Ibu Dr. Ns. Wahyu Kirana, M. Kep. Sp. Jiwa selaku dosen pembimbing I dan penguji 3 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, motivasi serta arahan dalam proses penyusunan proposal penelitian ini selesai.
6. Ibu Ns. Lintang Sari, M. Kep. selaku dosen pembimbing II dan penguji 4 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, motivasi serta arahan dalam proses penyusunan proposal penelitian ini selesai.
7. Seluruh Staf dan Dosen yang telah banyak membantu kelancaran penyelesaian proposal penelitian di STIKes Yarsi Pontianak.
8. Rekan-rekan yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu dan telah banyak membantu baik secara moril maupun spiritual sehingga proposal penelitian ini dapat diselesaikan.

Penulis merasakan dalam penyusunan penelitian ini begitu banyak hambatan, namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak maka penulis dapat menyelesaikan sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan penulis. Kritik dan saran sangat penulis harapkan agar penyusunan proposal penelitian ini lebih baik lagi dimasa yang akan datang.

Penulis berharap semoga amal baik yang telah diberikan oleh semua pihak akan mendapatkan balasan dari Allah Subhana Wa Ta'ala dan semoga proposal penelitian ini bermanfaat bagi kita semua. Amin ya Robbal Alamin.

Pontianak, Juni 2023

Penulis

**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS PELAPIS**

Puji Lestari¹, Wahyu Kirana², Lintang Sari³

¹Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

²⁻³Dosen STIKes YARSI Pontianak

Email : lpuji18085@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang masih menjadi permasalahan kesehatan di dunia maupun di Indonesia. Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu cara non farmakologis yang dapat digunakan berupa terapi hipnosis lima jari. Penelitian ini bertujuan untuk pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian *quasy experimental* dengan pendekatan *pretest posttest without control group*. Jumlah sampel sebesar 33 orang. Uji statistik yang digunakan berupa *wilcoxon test*.

Hasil : Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis dengan masing-masing nilai $p=0,000$.

Kesimpulan : Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipnosis lima jari dapat berpengaruh terapi terhadap tingkat kecemasan dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis. Diharapkan terapi hipnosis lima jari dapat dijadikan terapi yang digunakan oleh tenaga kesehatan sebagai terapi pendamping dalam mengontrol tekanan darah dan menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipnosis lima jari, Kecemasan, Hipertensi

**EFFECTS OF FIVE-FINGER HYPNOSIS THERAPY ON THE LEVEL
OF ANXIETY AND BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE
PATIENTS AT PELAPIS PUSKESMAS REGION**

Puji Lestari¹, Wahyu Kirana², Lintang Sari³

¹Student STIKes YARSI Pontianak

²⁻³Lecturer STIKes YARSI Pontianak

Email : lpuji18085@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the cardiovascular diseases that is still a health problem in the world and in Indonesia. Handling hypertension can be done by pharmacological and non-pharmacological means. One of the non-pharmacological methods that can be used is five-finger hypnosis therapy. This study aims to the effect of five-finger hypnosis therapy on anxiety levels and blood pressure in hypertensive patients in the Pelapis Health Centre Region.

Method: This type of research is quantitative research using experimental methods with a quasy experimental research design with a pretest posttest without control group approach. The sample size was 33 people. The statistical test used was wilcoxon test.

Results: The results showed that there was an effect of five-finger hypnosis therapy on the level of anxiety and blood pressure in hypertensive patients in the Pelapis Health Centre Region with each p value = 0.000.

Conclusion: In this study it can be concluded that five-finger hypnosis can have a therapeutic effect on the level of anxiety and blood pressure in hypertensive patients in the Pelapis Health Centre Region. It is hoped that five-finger hypnosis therapy can be used as a therapy used by health workers as a companion therapy in controlling blood pressure and reducing anxiety in hypertensive patients.

Keywords: Five-finger hypnosis, Anxiety, Hypertension

DAFTAR ISI

Halaman Judul	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Konsep Hipertensi	12
1. Definisi Hipertensi	12
2. Klasifikasi	13
3. Patofisiologi	14
4. Manifestasi klinis	15
5. Komplikasi	16
6. Pemeriksaan Penunjang	16
7. Diagnosa Hipertensi	16
8. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi	17
B. Konsep Kecemasan	24

1. Definisi kecemasan	25
2. Klasifikasi Kecemasan	25
3. Manifestasi klinis	28
4. Rentang Respon	30
5. Jenis-jenis Kecemasan.....	30
6. Faktor Predisposisi.....	31
7. Faktor Presipitasi	33
8. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan	35
9. Sumber koping.....	36
10. Mekanisme Koping.....	36
11. Instrumen penilaian kecemasan	37
C. Konsep Hipnosis Lima Jari	40
1. Definisi hipnosis	40
2. Prinsip Kerja Hipnosis.....	40
3. Gelombang Otak dan Hipnosis	42
4. Definisi Hipnosis Lima Jari	43
5. Indikasi Terapi Hipnosis Lima Jari.....	44
6. Kontraindikasi Terapi Hipnosis Lima Jari.....	44
7. Manfaat Terapi Hipnosis Lima Jari.....	44
8. Langkah-Langkah Hipnosis Lima Jari	45
9. Mekanisme Hipnosis Lima Jari Dalam Menurunkan Kecemasan...46	
D. Kerangka Teori	49
BAB III	50
KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS PENELITIAN DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	50
A. Kerangka Konsep Penelitian.....	50
B. Hipotesis	50
C. Definisi Operasional.....	51
BAB IV	53
METODE PENELITIAN	53
A. Desain Penelitian	53
B. Populasi, Sampel dan Sampling.....	53
C. Variabel Penelitian.....	54
D. Tempat Penelitian	54

E. Waktu Penelitian.....	55
F. Instrumen Penelitian.....	55
G. Uji Validitas dan Reabilitas.....	55
H. Prosedur Pengumpulan Data	56
I. Analisa Data.....	59
J. Etika Penelitian	60
BAB V.....	63
HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. HASIL PENELITIAN	63
B. PEMBAHASAN	67
C. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB VI.....	75
KESIMPULAN DAN SARAN	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	83
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	131

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC 8.....	13
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi Menurut Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia	14
Tabel 2. 3 SOP Hipnosis lima jari.....	45
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	51
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Puskesmas Pelapis Tahun 2023 (n=33).....	63
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan dan Riwayat Penyakit Hipertensi Pada Keluarga di Wilayah Puskesmas Pelapis Tahun 2023 (n=33).....	63
Tabel 5. 3 Distribusi Tekanan Darah di Wilayah Puskesmas Pelapis Tahun 2023 (n=33).....	64
Tabel 5. 4 Distribusi Tekanan Darah di Wilayah Puskesmas Pelapis Tahun 2023 (n=33).....	65
Tabel 5. 5 Uji Normalitas Data	65
Tabel 5. 6 Hasil Uji Bivariat Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di wilayah puskesmas pelapis Tahun 2023 (n=33).....	66
Tabel 5. 7 Hasil Uji Bivariat Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis Tahun 2023 (n=33).....	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Rentang Respon Cemas.....	30
Gambar 2. 2 Model Pikiran Manusia	41
Gambar 2. 3 Proses Kerja Hipnosis	42

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori Penelitian.....	49
Skema 3. 1 Kerangka Konseptual	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Modul Hipnosis Lima Jari
- Lampiran 6 SOP Pemeriksaan Tekanan Darah
- Lampiran 7 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 8 Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 9 Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 10 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 11 Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian
- Lampiran 12 Surat Keterangan Uji Kalibrasi
- Lampiran 13 Surat Pemberian Izin Penelitian
- Lampiran 14 Lembar Penjelasan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 15 Analisa Data