

**HALAMAN JUDUL**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI HIPNOSIS  
LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT ANSIETAS PADA  
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS  
SINGKAWANG TIMUR I**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

Diajukan sebagai persyaratan untuk  
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners

**OLEH :**

**SUSANA LEVEN  
NIM. 891243106**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
STIKES YARSI PONTIANAK  
TAHUN 2025**

## **LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS**

**Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar**

**Nama : Susana Leven**  
**NIM : 8912430106**  
**Tanda Tangan :**

**Tanggal : 22 Agustus 2025**

## **LEMBAR PERSETUJUAN**

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini diajukan oleh :

Nama : Susana Leven

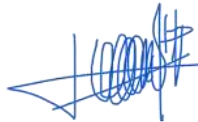
NIM : 891243106

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Upt Puskesmas Singkawang Timur I

Untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

## **PEMBIMBING**



Ns. Hendra Priyatnanto, M.Kep  
NIDN. 1110109102

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 22 Agustus 2025

## **LEMBAR PENGESAHAN**

### **ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT ANSIETAS PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS SINGKAWANG TIMUR I**

**Disusun oleh :**

Susana Leven

NIM. 891243106

Telah Dipertahankan didepan Tim Penguji  
Pada tanggal, 25 Agustus 2025

Penguji I

Penguji II

Dr. Ns. Florensa, M.Kep., Sp.Jiwa  
NIDN. 1114057801

Ns. Yunita Dwi Anggreini, M.Kep  
NIDN. 1112068902

Penguji III

Ns. Hendra Priyatnanto, M. Kep  
NIDN. 1110109102

KIA ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk  
Mendapatkan gelar Ners (Ns.)

Mengetahui  
Pontianak, 25 Agustus 2025

Ketua  
STIKes YARSI Pontianak

Ketua Program Studi  
Pendidikan Profesi Ners

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

Ns. Nurpratiwi, M. Kep  
NIDN. 1110118703

## ABSTRAK

### ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT ANSIETAS PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS SINGKAWANG TIMUR I

Susana Leven<sup>1</sup> , Hendra Priyatnanto<sup>2</sup>

Mahasiswa STIKES Yarsi Pontianak<sup>1)</sup>, Dosen STIKES Yarsi Pontianak<sup>2)</sup>

STIKES YARSI Pontianak

**Pendahuluan:** Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang terjadi karena tekanan darah meningkat hingga melampaui batas normal yaitu 120/80 mmHg. Lama menderita hipertensi merupakan salah satu penyebab munculnya gangguan kecemasan pada pasien hipertensi. Kecemasan atau stres yang dialami oleh penderita hipertensi terutama lansia disebabkan oleh dampak atau masalah yang timbul akibat hipertensi. Tingginya angka kecemasan pada lansia perlu adanya upaya untuk menurunkan kecemasan. Upaya dalam mengatasi kecemasan terbagi menjadi dua kategori yaitu, terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis. Terapi nonfarmakologis, seperti hipnosis lima jari, bertujuan untuk pemrograman diri dan menghilangkan kecemasan dengan melibatkan saraf simpatis, yang dapat menurunkan peningkatan aktivitas jantung, pernapasan, dan tekanan darah.

**Tujuan:** Tujuan dalam karya ilmiah ini adalah untuk menganalisis asuhan keperawatan penerapan terapi hypnosis lima jari terhadap penurunan tingkat ansietas pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas Singkawang Timur I.

**Metode:** Metode dalam karya ilmiah ini adalah studi kasus. **Hasil:** Berdasarkan analisis asuhan keperawatan didapatkan hasil setelah dilakukan terapi hypnosis lima jari selama 3 hari berturut-turut didapatkan penurunan tingkat ansietas pada lansia dengan hipertensi. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan penerapan terapi hypnosis lima jari terbukti efektif dalam mengatasi masalah ansietas pada pasien lansia dengan hipertensi. **Rekomendasi:** Terapi hypnosis lima jari dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi dalam upaya menurunkan tingkat ansietas pada pasien lansia dengan hipertensi.

**Kata Kunci :** Hipnosis Lima Jari, Hipertensi, Lansia, Ansietas

## **ABSTRACT**

### **ANALYSIS OF NURSING CARE ANALYSIS OF THE IMPLEMENTATION OF FIVE-FINGER HYPNOSIS THERAPY TOWARDS REDUCING ANXIETY LEVELS IN ELDERLY HYPERTENSION SUFFERERS AT THE SINGKAWANG TIMUR I PUBLIC HEALTH CENTER**

Susana Leven<sup>1</sup> , Hendra Priyatnanto<sup>2</sup>

*Studen of STIKES Yarsi Pontianak<sup>1)</sup>, Lecturer of STIKES Yarsi Pontianak<sup>2)</sup>*

**Introduction:** Hypertension is a non-communicable disease that occurs when blood pressure increases beyond the normal limit of 120/80 mmHg. Long-term suffering from hypertension is one of the causes of anxiety disorders in hypertension patients. Anxiety or stress experienced by hypertension sufferers, especially the elderly, is caused by the impact or problems that arise due to hypertension. The high level of anxiety in the elderly requires efforts to reduce anxiety. Efforts to overcome anxiety are divided into two categories, pharmacological therapy and non-pharmacological therapy. Non-pharmacological therapies, such as five-finger hypnosis, aim to self-program and relieve anxiety by engaging the sympathetic nervous system, which can reduce increased heart rate, breathing, and blood pressure. **Purpose:** The purpose of this study is to analyze nursing care using five-finger hypnosis to reduce anxiety level in elderly with hypertension at the Singkawang Timur I Community Health Center. **Method:** The method in this study is a case study. **Result:** Based on the analysis of nursing care, the results obtained after carrying out five-finger hypnosis therapy for 3 consecutive days showed a decrease the anxiety level. **conclusion :** It can be concluded that the application of five-finger hypnosis therapy has proven effective in overcoming anxiety level in elderly with hypertension. **Recommendation:** five-finger hypnosis therapy can be used as a non-pharmacological therapy in an effort to reduce the anxiety level in elderly with hypertension..

**Key Words :** Five Finger Hypnosis, Hypertension, Elderly, Anxiety

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan pada ALLAH Subhanahu Wata'Ala Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga karya ilmiah akhir yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Upt Puskesmas Singkawang Timur I” dapat terselesaikan.

Dengan terselesaikan Karya Ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga saya sampaikan kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak.
2. Ibu Ester Tauaru Nauli Nainggolan, S.Kp selaku Kepala UPT Puskesmas Singkawang Timur I beserta Jajaran dan Staf dimana penelitian Ini dilaksanakan
3. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep Selaku Ketua Prodi Ners STIKES Yarsi Pontianak
4. Bapak Ns. Hendra Priyatnanto, M. Kep selaku dosen pembimbing dalam penyusunan KIA ini, yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan masukan dalam penyusunan KIA ini
5. Ibu Dr. Ns. Florensa, M.Kep., Sp.Jiwa, selaku dosen Penguji I karya ilmiah akhir ini yang telah meluangkan segenap waktu disela-sela kesibukannya untuk dapat menguji dan memberikan masukan terhadap penyusunan karya ilmiah akhir ini.
6. Ibu Ns. Yunita Dwi Anggreini, M.Kep, selaku dosen Penguji II karya ilmiah akhir ini yang telah meluangkan segenap waktu disela-sela kesibukannya untuk dapat menguji dan memberikan masukan terhadap penyusunan karya ilmiah akhir ini.
7. Kedua Orang Tua, Suami beserta Keluarga yang telah memberikan banyak bantuan secara materi, doa dan dukungan sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.

8. Petugas dan Kader diwilayah kerja UPT Puskesmas Singkawang Timur I banyak membantu dalam jalannya penelitian.
9. Seluruh dosen di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam menyusun karya ilmiah akhir ini.

Karya ilmiah akhir ini disadari masih banyak kekurangan dan kelemahannya. Untuk itu kritik dan saran dari pembaca sangat diperlukan demi kesempurnaan penelitian ini. Semoga hasil karya ilmiah akhir ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Singkawang, Agustus 2025

Peneliti

## DAFTAR ISI

|                                                                  |             |
|------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                                       | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>                      | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>                                  | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                                   | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                             | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                            | <b>vi</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                                      | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                          | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                        | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                                       | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                     | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                                   | <b>1</b>    |
| <b>A. Latar Belakang .....</b>                                   | <b>1</b>    |
| <b>B. Rumusan Masalah .....</b>                                  | <b>4</b>    |
| <b>C. Tujuan Penulisan .....</b>                                 | <b>4</b>    |
| <b>D. Manfaat Penulisan .....</b>                                | <b>5</b>    |
| <b>E. Keaslian Penelitian .....</b>                              | <b>6</b>    |
| <b>BAB II TINJAUAN TEORITIS .....</b>                            | <b>7</b>    |
| <b>A. Konsep Dasar Hipertensi .....</b>                          | <b>7</b>    |
| 1. Definisi Hipertensi .....                                     | 7           |
| 2. Klasifikasi Hipertensi .....                                  | 8           |
| 3. Tanda dan Gejala .....                                        | 9           |
| 4. Penyebab Hipertensi .....                                     | 10          |
| 5. Komplikasi Hipertensi .....                                   | 13          |
| 6. Pencegahan Hipertensi .....                                   | 14          |
| <b>B. Konsep Dasar Lansia .....</b>                              | <b>14</b>   |
| 1. Definisi Lansia .....                                         | 14          |
| 2. Ciri-Ciri Lansia .....                                        | 15          |
| 3. Karakteristik Lansia .....                                    | 16          |
| 4. Klasifikasi Lansia .....                                      | 17          |
| 5. Masalah Kesehatan Lansia .....                                | 17          |
| <b>C. Konsep Dasar Ansietas .....</b>                            | <b>18</b>   |
| 1. Definisi .....                                                | 18          |
| 2. Etiologi .....                                                | 19          |
| 3. Tingkat Ansietas .....                                        | 20          |
| 4. Rentang Respon .....                                          | 22          |
| 5. Tanda dan Gejala Ansietas .....                               | 23          |
| 6. Alat Ukur Ansietas .....                                      | 23          |
| 7. Penatalaksanaan Ansietas .....                                | 25          |
| <b>D. Konsep Hipnosis Lima Jari .....</b>                        | <b>26</b>   |
| 1. Definisi .....                                                | 26          |
| 2. Indikasi Hipnosis Lima Jari .....                             | 27          |
| 3. Mekanisme .....                                               | 27          |
| 4. Prosedur atau Langkah Tindakan .....                          | 28          |
| <b>E. Konsep Asuhan Keperawatan pada Lansia Hipertensi .....</b> | <b>29</b>   |

|                                                                                                          |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1. Pengkajian.....                                                                                       | 29        |
| 2. Diagnosa Keperawatan .....                                                                            | 30        |
| 3. Intervensi .....                                                                                      | 31        |
| 4. Implementasi.....                                                                                     | 37        |
| 5. Evaluasi.....                                                                                         | 37        |
| <b>BAB III LAPORAN KASUS .....</b>                                                                       | <b>38</b> |
| <b>A. Pengkajian.....</b>                                                                                | <b>38</b> |
| <b>B. Analisa Data .....</b>                                                                             | <b>44</b> |
| <b>C. Diagnosa Keperawatan .....</b>                                                                     | <b>46</b> |
| <b>D. Perencanaan Keperawatan .....</b>                                                                  | <b>47</b> |
| <b>E. Implementasi Keperawatan.....</b>                                                                  | <b>51</b> |
| <b>F. Evaluasi .....</b>                                                                                 | <b>61</b> |
| <b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>                                                                            | <b>67</b> |
| <b>A. Analisis Proses Keperawatan dengan Konsep Teori dan Kasus<br/>    Terkait.....</b>                 | <b>67</b> |
| 1. Pengkajian.....                                                                                       | 67        |
| 2. Diagnosa Keperawatan .....                                                                            | 68        |
| 3. Intervensi Keperawatan .....                                                                          | 69        |
| 4. Implementasi.....                                                                                     | 70        |
| 5. Evaluasi.....                                                                                         | 71        |
| <b>B. Analisis Penerapan Intervensi Berdasarkan <i>Evidence Based<br/>    Nursing Practice</i> .....</b> | <b>72</b> |
| <b>C. Alternatif Pemecahan Masalah atau Solusi yang Dapat<br/>    Dilakukan.....</b>                     | <b>73</b> |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                                                                               | <b>74</b> |
| <b>A. Kesimpulan .....</b>                                                                               | <b>74</b> |
| <b>B. Saran.....</b>                                                                                     | <b>74</b> |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                                                                                    |           |
| <b>LAMPIRAN</b>                                                                                          |           |

## **DAFTAR TABEL**

|           |                                           |    |
|-----------|-------------------------------------------|----|
| Tabel 1.1 | Keaslian Penelitian.....                  | 6  |
| Tabel 2.1 | Klasifikasi Hiepertensi Menurut PDHI..... | 9  |
| Tabel 2.2 | Tanda dan Gejala Ansietas.....            | 23 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|            |                              |    |
|------------|------------------------------|----|
| Gambar 2.1 | Rentang Respon Ansietas..... | 22 |
|------------|------------------------------|----|

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|             |                                                   |
|-------------|---------------------------------------------------|
| Lampiran 1  | Surat Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data |
| Lampiran 2  | Surat Balasan Ijin Pengambilan Data               |
| Lampiran 3  | Surat Keterangan Kelayakan Instrumen Penelitian   |
| Lampiran 4  | Surat Ijin Melakukan Penelitian                   |
| Lampiran 5  | Surat Balasan Ijin Penelitian                     |
| Lampiran 6  | Surat Permohonan Menjadi Responden                |
| Lampiran 7  | Pernyataan Bersedia Menjadi Responden             |
| Lampiran 8  | Standa Operasional Prosedur                       |
| Lampiran 9  | Dokumentasi                                       |
| Lampiran 10 | Lembar Konsultasi                                 |
| Lampiran 11 | Daftar Riwayat Hidup Peneliti                     |