



**PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI RS PERMATA MEDIKA SEMARANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar diploma tiga

ANISA REGITA CAHYANI

2215001

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**

	FORMULIR	No Dokumen :	WH-FM-10/47
	PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA TULIS ILMIAH	No Revisi :	01
		Tgl berlaku :	01 Maret 2024
		Halaman :	1 dari 1

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul Skripsi : Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Di RS Permata Medika Semarang

Nama Mahasiswa : Anisa Regita Cahyani
NIM : 2215001

Siap di pertahankan di depan tim penguji
Pada Tanggal 25 Juni 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Ns. Wijanarko Heru Pramono, S.Kep, M.H

NIDN: 0631058404

	FORMULIR	No Dokumen:	WH-FM-10/68
	PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH	No Revisi :	01
		Tgl berlaku :	01 Maret 2024
		Halaman :	1 dari 1

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan
Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Di RS
Permata Medika Semarang

Nama Mahasiswa : Anisa Regita Cahyani
NIM : 2215001

Telah pertahankan di depan tim penguji
Pada Tanggal 25 Juni 2025

Menyetujui,

Penguji : Ns. Dwi Nur Aini, S.Kep, M.Kep

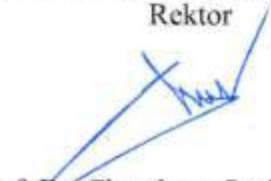
()

Pembimbing : Ns. Wijanarko Heru Pramono, S.Kep, M.H.

()

Mengetahui,

Universitas Widya Husada Semarang
Rektor


Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA
NUPTK: 7836735636130062

Program Studi Keperawatan Program Diploma
Ketua


Ns. Emilia Puspitasari S, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.J
NUPTK: 2134762663230243

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga karya tulis ilmiah dengan judul “Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus” dapat diselesaikan dengan baik. Hasil Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai Tugas Akhir Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Widya Husada Semarang. Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis telah banyak mendapat bantuan, bimbingan, motivasi, serta doa dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Ir. Chandrasa Soekardi, DEA Selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Ns. Emilia PuspitasariS, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.J Selaku Kaprodi Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Widya Husada Semarang.
3. Ns. Wijanarko Heru Pramono, S.Kep, M.H Selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan semangat dalam menyusun karya tulis ilmiah ini.
4. Ns. Dwi Nur Aini, S.Kep, M.Kep Selaku penguji yang telah membimbing dalam karya tulis ilmiah ini.
5. Orang tua saya yang telah memberikan doa, dukungan, materi dan selalu memberikan semangat kepada penulis.
6. Seluruh dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Widya Husada Semarang yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. Teman-teman yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Semoga atas semua yang telah diberikan akan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ilmiah ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karena ini penulis membutuhkan saran dan kritik untuk perbaikan dalam penelitian selanjutnya.

Semarang, 1 November 2024

Penulis

Anisa Regita Cahyani



ABSTRAK

Anisa Regita Cahyani

Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Di RS Permata Medika Semarang

XII + 174 Hal + 6 Tabel + 0 Gambar + 15 Lampiran

Latar Belakang: Diabetes melitus adalah gangguan metabolisme dari distribusi gula oleh tubuh. Penderita DM tidak bisa memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau tubuh tidak mampu menggunakan insulin secara efektif, sehingga terjadi kelebihan gula darah. Hal tersebut dapat menyebabkan gangguan psikologis pada penderita diabetes melitus salah satunya yaitu kecemasan. Terapi nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan meliputi teknik relaksasi tarik napas dalam, teknik distraksi dan hipnosis lima jari. Kecemasan tinggi akan mempengaruhi koordinasi dan gerak reflex, kesulitan mendengarkan, menarik diri dan menurunkan keterlibatan dengan orang lain (hubungan dengan orang lain terganggu). Hipnosis lima jari dapat menjadi intervensi yang efektif dalam menurunkan kecemasan yang dirasakan pada pasien diabetes melitus. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui manfaat penerapan hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus di RS Permata Medika Semarang.

Metode Penelitian: Metode pendekatan penelitian adalah metode deskriptif dalam bentuk pre-post test. Jenis penelitian ini menggunakan asuhan keperawatan dalam penerapan hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus. Dalam penelitian ini jumlah sampel sebanyak 2 pasien di RS Permata Medika Semarang. Penyajian data pada studi kasus ini disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

Hasil: Setelah diberikan penerapan hipnosis lima jari selama 2 kali setiap harinya dalam waktu 3 hari berturut-turut terjadi penurunan Pada responden I setelah diberikan intervensi skor awal 23 (kecemasan sedang) menurun menjadi 14 (kecemasan ringan), sedangkan responden II diberikan intervensi skor awal 26 (kecemasan sedang) menurun menjadi 15 (kecemasan ringan).

Kesimpulan: Ada pengaruh penerapan hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada penderita diabetes melitus di Rumah Sakit Permata Medika Semarang

Kata Kunci: Pasien Diabetes Melitus, Kecemasan, Hipnosis Lima Jari.

Daftar Pustaka: 45 (2017-2024)

ABSTRACT

Anisa Regita Cahyani

Application of Five-Finger Hypnosis to Reduce Anxiety in Diabetes Mellitus Patients at Permata Medika Hospital, Semarang

XII + 174 Pages + 6 Tables + 0 Figures + 15 Appendices

Background: Diabetes mellitus is a metabolic disorder affecting the body's sugar distribution. DM patients cannot produce sufficient insulin or the body cannot use insulin effectively, resulting in excess blood sugar. This can cause psychological disorders in diabetes mellitus patients, one of which is anxiety. Non-pharmacological therapies to reduce anxiety include deep breathing relaxation techniques, distraction techniques, and five-finger hypnosis. High anxiety can affect coordination and reflex movements, difficulty listening, withdrawal, and decreased engagement with others (impaired relationships). Five-finger hypnosis can be an effective intervention in reducing anxiety in diabetes mellitus patients. The purpose of this study was to determine the benefits of applying five-finger hypnosis to reduce anxiety in diabetes mellitus patients at Permata Medika Hospital, Semarang.

Research Methods: The research approach is descriptive, using a pre-post test. This study utilizes nursing care and the application of five-finger hypnosis to reduce anxiety in patients with diabetes mellitus. The sample size for this study was two patients at Permata Medika Hospital, Semarang. Data in this case study is presented in tables and narrative form.

Results: After receiving five-finger hypnosis twice daily for three consecutive days, there was a decrease in anxiety. Respondent I's initial score of 23 (moderate anxiety) decreased to 14 (mild anxiety), while respondent II's initial score of 26 (moderate anxiety) decreased to 15 (mild anxiety) after receiving the intervention.

Conclusion: There is an effect of five-finger hypnosis on reducing anxiety in patients with diabetes mellitus at Permata Medika Hospital, Semarang.

Keywords: Diabetes Mellitus Patients, Anxiety, Five-Finger Hypnosis.

Bibliography: 45 (2017-2024)

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA TULIS ILMIAH	2
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH	3
KATA PENGANTAR.....	4
ABSTRAK	6
ABSTRACT	7
DAFTAR ISI.....	8
DAFTAR TABEL	11
DAFTAR LAMPIRAN	12
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
Latar belakang.....	Error! Bookmark not defined.
Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.
Manfaat	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Pengertian Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Faktor Risiko Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Patofisiologi Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.6 Komplikasi Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.7 Penatalaksanaan Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Pengertian Kecemasan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Etiologi	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Manifestasi Klinis.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Tingkat Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.5 Dampak Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.6 Skala Pengukuran Tingkat Kecemasan ...	Error! Bookmark not defined.

2.2.7	Penatalaksanaan Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.3	Hipnosis Lima Jari	Error! Bookmark not defined.
2.3.1	Pengertian Hipnosis Lima Jari.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.2	Manfaat Hipnosis Lima Jari	Error! Bookmark not defined.
2.3.3	Indikasi Hipnosis Lima Jari	Error! Bookmark not defined.
2.3.4	Prosedur Hipnosis Lima Jari	Error! Bookmark not defined.
2.3.5	Mekanisme Hipnosis Lima Jari Dalam Menurunkan Ansietas	Error! Bookmark not defined.
2.4	Asuhan Keperawatan Pada Pasien Kecemasan/Ansietas	Error! Bookmark not defined.
2.4.1	Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.4.2	Diagnosa Dan Intervensi Keperawatan ...	Error! Bookmark not defined.
BAB III		Error! Bookmark not defined.
METODE STUDI KASUS		Error! Bookmark not defined.
3.1	Rancangan Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
3.2	Subjek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
3.2.1	Kriteria inklusi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2	Kriteria eksklusi.....	Error! Bookmark not defined.
3.3	Fokus Studi.....	Error! Bookmark not defined.
3.4	Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
3.5	Instrumen Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
3.6	Metode Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7	Lokasi Dan Waktu Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
3.8	Analisis Data Dan Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
3.9	Etika Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB IV		Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Hasil Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1	Gambaran subjek studi kasus.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.2	Asuhan Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V		Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.

5.2 Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tanda Dan Gejala Kecemasan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 2 Gejala Dan Tanda Ansietas.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 3 Gejala Dan Tanda Koping Tidak Efektif.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 4 Gejala dan Tanda Gangguan Interaksi Sosial	Error! Bookmark not defined.
defined.	
Tabel 2. 5 Gejala dan Tanda Gangguan Pola Tidur.....	Error! Bookmark not defined.
<u>Tabel 4. 1 Skala kecemasan klien sebelum dan sesudah dilakukan terapi hypnosis lima jari</u>	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR LAMPIRAN

<u>Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden</u>	Error!	Bookmark not defined.
<u>Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden</u>	Error!	Bookmark not defined.
<u>Lampiran 3 Lembar Data Demografi Responden</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 4 Lembar Kuesioner Kecemasan</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 5 SOP Hipnosis Lima Jari</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 7 Surat Persetujuan Judul</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 8 Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan</u>	Error!	Bookmark not defined.
<u>Lampiran 9 Jawaban Permohonan Ijin Studi Pendahuluan</u>	Error!	Bookmark not defined.
<u>Lampiran 10 Surat ijin penelitian</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 11 Surat balasan penelitian</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 12 Dokumentasi</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 13 Lembar Konsultasi</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 14 Hasil Plagiarisme</u>		Error! Bookmark not defined.
<u>Lampiran 15 : Asuhan Keperawatan</u>		Error! Bookmark not defined.