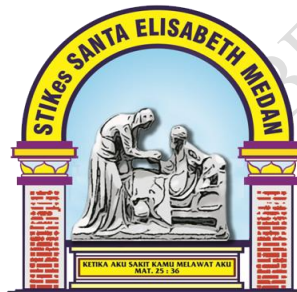


## **SKRIPSI**

# **PENGARUH TERAPI HIPNOSIS DISTRAKSI LIMA JARI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DI RUMAH SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2025**



Oleh:

Petrus Eduard Purba

032022037

**PROGRAM STUDI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2025**



**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS DISTRAKSI LIMA  
JARI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA  
PASIE KANKER PAYUDARA DI RUMAH  
SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN  
TAHUN 2025**



Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Dalam Program Studi Ners Pada Sekolah Tinggi Ilmu  
Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh:

Petrus Eduard Purba

032022037

**PROGRAM STUDI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2025**



LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : PETRUS EDUARD PURBA  
NIM : 032022037  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari terhadap  
Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara  
Dirumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari hasil penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib STIKes Santa Elisabeth Medan.

Dengan, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Peneliti, 18 Desember 2025

(Petrus Eduard Purba)



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



**PROGRAM STUDI NERS AKADEMIK  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
SANTA ELISABETH MEDAN**

**Tanda Persetujuan**

Nama : Petrus Eduard Purba  
Nim : 032022037  
Judul : Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan TAHUN 2025

Menyetujui Untuk Diujikan Pada Ujian Sidang Sarjana Keperawatan  
Medan, 18 Desember 2025

Pembimbing II

Pembimbing I

(Anita Ndruru, S.Kep.,Ns.,M.Kep)

(Dr.Lilis Novitarum, S.Kep.,Ns.,M.Kep)



(Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep)



**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan**

**HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**Telah diuji**

**Pada tanggal 18 Desember 2025**

**PANITIA PENGUJI**

**Ketua : Dr. Lilis Novitarum, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

**Anggota : 1. Anita Ndruru, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

**2. Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi Ners**



**(Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep)**





Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



**PROGRAM STUDI NERS  
STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**

**Tanda Pengesahan**

Nama : Petrus Eduard Purba  
Nim : 032022037  
Judul : Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Dirumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025

Telah Disetujui Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji  
Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Sabtu, 18 Desember 2025 Dan Di Nyatakan LULUS




**TIM PENGUJI :**

Penguji I : Dr. Lilis Novitarum, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Penguji II : Anita Ndruru, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji III : Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep.,Ns.,M.Kep

**TANDA TANGAN**



(Lindawati F.Tampubolon, Ns.,M.Kep)

Mengesahkan  
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Santa Elisabeth Medan



(Mestiana Br. Karo, M.Kep.,DNSc)



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIKA**

Sebagai civitas akademika Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Petrus Eduard Purba  
Nim : 032022037  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan. Hak bebas Royalty Non-eksklusif (*Non-exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "Pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2025"

Dengan hak bebas *Loyalty Non-eksklusif* ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan media/formatkan, mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencatumkan nama saya sebagai penelitian atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 18 Desember 2025

Yang Menyatakan

( Petrus Eduard Purba )



**ABSTRAK**

Petrus Eduard Purba (032022037)

**Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan  
Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth  
Medan Tahun 2025**

(xvii + 69 + Lampiran)

Kanker payudara merupakan penyakit kronis yang tidak hanya menimbulkan dampak fisik, tetapi juga masalah psikologis, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan pada pasien kanker payudara dapat muncul akibat diagnosis penyakit, proses pengobatan, serta ketidakpastian terhadap kondisi kesehatan. Apabila tidak dikelola dengan baik, kecemasan dapat memengaruhi kualitas hidup dan kepatuhan pasien terhadap terapi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan oleh perawat untuk menurunkan kecemasan adalah terapi distraksi lima jari. Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental one-group pretest-posttest. Sampel penelitian terdiri dari pasien kanker payudara yang memenuhi kriteria inklusi dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan sesudah pemberian terapi distraksi lima jari menggunakan instrumen pengukuran kecemasan yang terstandar. Intervensi dilakukan dengan mengarahkan pasien untuk memusatkan perhatian pada setiap jari sambil membayangkan pengalaman atau sugesti positif sesuai dengan prosedur terapi distraksi lima jari. Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan dari mean pre intervensi 15.75 setelah post intervensi menjadi 10.62 pada pasien kanker payudara setelah diberikan terapi distraksi lima jari. Perbandingan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan perubahan yang bermakna, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi distraksi lima jari berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara.

Kata kunci: terapi distraksi lima jari, kecemasan, kanker payudara.

Daftar pustaka:(2020-2025)





**ABSTRACT**

PetrusEduard Purba (03202203)

*The Effect of Five-Finger Hypnosis Distraction Therapy on Anxiety Levels  
in Breast Cancer Patients at Santa Elisabeth Hospital,  
Medan 2025*

(xvii + 69 + Appendix)

Breast cancer is a chronic disease that causes not only physical impacts but also psychological problems, one of which is anxiety. Anxiety in breast cancer patients may arise due to the disease diagnosis, treatment process, and uncertainty regarding health conditions. If not managed properly, anxiety can affect patients' quality of life and adherence to therapy. One non-pharmacological intervention that nurses can implement to reduce anxiety is five-finger distraction therapy. This study employ a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The study sample consists of breast cancer patients who met the inclusion criteria, selected using purposive sampling. Anxiety levels are measured before and after the administration of five-finger distraction therapy using a standardized anxiety measurement instrument. The intervention is carried out by guiding patients to focus their attention on each finger while imagining positive experiences or suggestions according to the five-finger distraction therapy procedure. The results of the analysis show a decrease in anxiety levels among breast cancer patients after receiving five-finger one thousand five hundred seventy distraction therapy. A comparison of anxiety levels before and after the intervention indicate a significant change, leading to the conclusion that five-finger distraction therapy has an effect on reducing anxiety levels in breast cancer patients.

**Keywords :** five-finger distraction therapy, anxiety, breast cancer.

**Bibliography :**(2022-2025)



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini yang berjudul **“Pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara dirumah sakit santa elisabeth medan tahun 2025”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan jenjang S1 Ilmu Keperawatan Program Studi Ners Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Santa Elisabeth Medan. Pada penyusunan skripsi ini tidak semata-mata hasil kerja penulis sendiri, melainkan juga berkat bimbingan dan dorongan dari pihak-pihak yang membantu. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc selaku Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikut serta menyelesaikan Pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ners, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam upaya penyelesaian Pendidikan di Stikes Santa Elisabeth Medan.
3. Dr. Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing I yang telah sabar dan banyak memberi waktu dalam membimbing dan memberikan arahan dengan sangat baik dalam menyusun skripsi sampai pengerjaan skripsi hingga selesai.



4. Anita Nduru, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing dan penguji II saya yang telah sabar dan banyak memberikan waktu dalam membimbing dan memberikan arahan dengan sangat baik dalam penyusunan skripsi ini.
5. Murni Sari Dewi Simanullang S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing III yang telah sabar dan banyak memberikan waktu dalam membimbing dan memberikan arahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi saya hingga selesai.
6. Teristimewa kepada Ibunda saya Rosdewina Siringo-ringo dan seluruh keluarga saya yang selalu memberikan semangat serta dukungan selama proses dalam studi ini.
7. Seluruh Staf dosen dan pegawai STIKes program studi Ners Santa Elisabeth Medan yang telah membimbing, mendidik, memotivasi dan membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Seluruh teman-teman mahasiswa program studi Sarjana STIKes Santa Elisabeth Medan Angkatan ke XVI Tahun 2022 yang memotivasi dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan proposal ini.

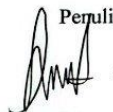
Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih belum sempurna, baik isi maupun teknik penulisan. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberkati dan memberi rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantu penulis. Akhir kata, penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat



bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam profesi keperawatan.

Medan, 18 desember 2025

Penulis



Petrus Eduard Purba



DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL DEPAN.....</b>	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.3.1 Tujuan umum.....	9
1.3.2 Tujuan khusus.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat praktis .....	10
1.4.2 Manfaat teoritis.....	10
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
2.1. Konsep Kecemasan.....	11
2.1.1. Definisi kecemasan .....	11
2.1.2. Penyebab kecemasan.....	11
2.1.3. Tanda dan gejala kecemasan .....	13
2.1.3. Tingkat kecemasan.....	14
2.1.4. Alat ukur tingkat kecemasan .....	15
2.1.5. Kecemasan pasien kanker payudara .....	17
2.2. Konsep Kanker Payudara.....	20
2.2.1. Definisi kanker payudara.....	20
2.2.2. Jenis kanker payudara .....	20
2.2.3. Tanda dan gejala kanker payudara.....	21
2.2.4. Faktor resiko kanker payudara.....	22
2.2.4. Terapi hipnosis distraksi lima jari.....	23
2.3. Konsep Kdistraksi Lima Jari .....	25
2.3.1. Pengertian distraksi lima jari .....	25
2.3.2. Tujuan distraksi lima jari.....	25





2.3.3. Standart operasional prosedur.....	26
2.3.4. Kronologis distraksi lima jari dalam menurunkan kecemasan.....	27
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
3.1. Kerangka Konsep .....	29
3.2. Hipotesis penelitian .....	30
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
4.1. Rancangan Penelitian.....	31
4.2. Populasi dan Sampel.....	31
4.2.1. Populasi .....	31
4.2.2. Sampel.....	32
4.3. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional.....	32
4.3.1. Variabel penelitian .....	32
4.3.2. Definisi operasional .....	33
4.4. Instrumen Penelitian .....	34
4.5. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	35
4.5.1. Lokasi penelitian.....	35
4.5.2. Waktu penelitian.....	35
4.6. Prosedur Pengambilan Data Dan Pengumpulan Data .....	36
4.6.1. Pengambilan data .....	36
4.6.2. Teknik pengumpulan data .....	36
4.6.3. Uji validitas dan reliabilitas.....	38
4.7. Kerangka Operasional.....	39
4.8. Pengolahan Data dan Analisa Data.....	40
4.9 Analisis Data .....	41
4.10. Etika Penelitian.....	43
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
5.1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	45
5.2. Hasil Penelitian.....	47
5.2.1 Tingkat kecemasan <i>pre</i> Intervensi pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.....	48
5.2.2 Nilai kecemasan <i>Post test</i> sesudah dilakukan terapi hipnosis distraksi lima jari pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 .....	49
5.3. Pembahasan .....	50
5.3.1 Tingkat kecemasan pada pasien sebelum intervensi terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025. ....	50
5.3.2 Tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara <i>pre</i> intervensi terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara tahun 2025. ....	53



5.3.3 Pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 .....	55
<b>BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>59</b>
6.1. Simpulan .....	59
6.2. Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>70</b>
1. Usulan Judul Proposal .....	71
2. Surat Permohonan Izin Pengambilan Data Awal .....	72
3. Surat Balasan Pengambilan Data Awal .....	73
4. Surat Kode Etik .....	74
5. Surat Izin Penelitian .....	75
6. Surat Balasan Izin Penelitian .....	76
7. Surat Selesai Penelitian .....	77
8. Bimbingan Skripsi .....	78
9. Bimbingan Revisi Skripsi .....	82
10. Informed Consent .....	86
11. Data Demografi .....	87
12. Kusioner Optimisme .....	88
13. Kusioner Resiliensi .....	89
14. Master Data .....	91
15. Hasil Output SPSS .....	93
16. Dokumentasi .....	96



**DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 2. 1 Literature Review Jurnal Kecemasan pasien kanker payudara.....	18
Tabel 4. 2 Definisi Operasional Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.....	34
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kecemasan pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.....	47
Tabel 5. 4 Hasil Pre Intervensi Terapi Hipnosis Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 (n=12).....	48
Tabel 5. 5 Hasil Post Test Intervensi Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 .....	49
Tabel 5. 6 Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.....	49



**DAFTAR BAGAN**

Halaman:

Bagan 3. 1 Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Hipnosis Dsitraksi Lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 .....	29
Bagan 4. 2 Kerangka Operasional Pengaruh Terapi Hipnosis Dsitraksi Lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 .....	39



## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kecemasan adalah bentuk reaksi emosional umumnya muncul berupa sifat manusia yang holistik dan psikologis, kedua dimensi tersebut berkaitan satu dengan yang lainnya serta dapat dilihat dalam bentuk psikologis seperti, perasaan tidak menyenangkan, perasaan cemas, bingung, sedih, khawatir, serta suatu perasaan akan dibayangi datangnya kematian (Sumarni et al., 2021). Kecemasan adalah suatu penyebab morbiditas dan mortalitas yang sering pada pasien yang terdiagnosa kanker payudara, dimana faktor pemicu terjadinya cemas tersebut adalah perasaan stres terhadap perubahan yang dialami pasien tersebut dalam kondisi cemas tersebut dapat mempengaruhi proses pengobatan, dimana proses pengobatan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan pada pasien yang terdiagnosa kanker payudara (Dewi et al., 2022).

Proses pengobatan pada pasien kanker payudara dapat dilihat dari ketergantungan kondisi dan tingkat kecemasan pada pasien itu sendiri, kondisi cemas tersebut dapat berasal dari kurangnya pendampingan keluarga, motivasi diri, serta sulitnya membuat keputusan dalam tindakan yang dilakukan seperti kemoterapi dan pengobatan dalam kurun waktu tertentu, kecemasan tersebut sangat penting untuk diatasi karena menimbulkan respon emosional yang tidak dapat dikontrol (Akili et al., 2025).

Perasaan emosional pada pasien yang terdiagnosa kanker payudara dapat dilihat dalam setiap proses yang dilalui, seperti pada saat pelaksanaan kemoterapi, pasien mengalami rambut rontok, mual muntah, dan kelelahan. Efek dan perubahan





yang diterima dalam proses pengobatan tersebut selalu berada dalam pikiran pasien tersebut sehingga berakibat fatal pada kondisi perasaan kecemasan pada dirinya (Novitasari et al., 2024).

Gangguan kecemasan merupakan suatu kondisi ketidak normalan emosional seperti perasaan ketidaknyamanan seperti mengkhawatirkan suatu objek dengan alasan ketidakpastian dan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh sesuatu yang belum jelas, efek yang timbul secara tidak langsung akibat dari kecemasan adalah peningkatan kolestrol hal tersebut dibuktikan hasil pemeriksaan terhadap pasien yang mengalami kondisi kecemasan. Gangguan kecemasan emosional mencakup kegelisahan pada suatu objek atau suatu alasan ketidakpastian dan ketidaknyamanan yang tidak jelas bahkan tidak ada yang khusus, gangguan kecemasan tersebut dapat mengganggu sistem kardiovaskuler, metabolik dan sistem pernapasan (Nuralita et al., 2024).

Pasien yang terdiagnosa kanker payudara mengalami kecemasan berupa memikirkan dampak pengobatan (84,2%), ketidakberdayaan seperti gangguan emosi menangis (68%), martabat diri menurun akan pemikiran putus asa untuk melanjutkan kehidupan (80%), merasa malu (72%), mengalami stres (64%), dan reaksi marah berupa tidak suka melakukan pengobatan (64%) (Ummah, 2019). Reaksi tersebut diakibatkan oleh rasa ketidaknyamanan yang timbul karena pertumbuhan sel yang abnormal yang terjadi didalam payudara (Ardiani, 2023).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Elis Suryani Dkk (2020) dipurwekarto jawa tengah terdapat 8 dari 10 pasien merasakan kecemasan tinggi setelah didiagnosis penyakit kanker payudara. Serta penelitian dengan judul



“hubungan kecemasan dengan judul Cancaer Related Fatigue yang diteliti terhadap pasien kanker payudara dengan 30 pasien sebagai responden dengan klasifikasi kecemasan ringan, sedang dan berat ditemukan hasil pada klasifikasi berat dengan skor 60-80 dengan frekuensi 30 dan presentasi 100% (Novita Sari 2024).

Skala kecemasan yang dapat dilihat dalam hasil yang diteliti oleh Akili.et.al (2025) judul penelitian “Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan kemoterapi pada pasien kanker payudara” dengan total 18 responden ditemukan 11 atau sekitar 61,11% diantaranya mengalami cemas menjalani akibat kemoterapi. Hal ini juga disukung penelitian yang dilakukan oleh surbakti Dkk tentang tingkat kecemasan dan didapatkan hasil kecemasan ringan (42,4%), kecemasan sedang (30,3%), kecemasan berat (27.3%) sehingga dapat disimpulkan setiap pasien yang terdiagnosa kanker payudara mengalami kecemasan.

Menurut WHO yang diliris oleh IARC (*Agency For Research on Cancer*) tahun 2024 menyatakan bahwa penyakit kanker payudara adalah satu dari lima kelas kanker dengan kasus terbanyak seluruh dunia dan secara global penyumbang dengan prevelensi 11,6% adalah kanker payudara sedangkan Pada tahun 2022 data yang diperoleh dari tercatat 408.661 kasus kanker di Indonesia dengan terdiagnosa mengalami kanker payudara pada golongan perempuan dengan angka kematian sebanyak 50% dari kasus kanker yang ada. Sedangkan hasil data pemeriksaan yang diperoleh oleh Kemenkes RI Tahun 2021 tentang pemeriksaan dini kanker payudara didapatkan hasil sebanyak 26.550 mengalami tanda penyakit kanker payudara seperti ditemukan adanya benjolan didaerah payudara dan sebanyak 4.685 pasien dicurigai mengalami kanker payudara.



Kanker payudara adalah penyakit yang umum ditemukan pada 10 jenis kanker yang ada, serta kanker payudara merupakan penyebab kematian terbanyak yang dialami oleh kaum perempuan di dunia (Alkabban & Ferguson, 2024). Data pada tahun 2020 menunjukkan 2,3 juta kasus kanker payudara dengan kematian berkisar 685.000 orang akibat kanker payudara dengan tingkatan berkisar 40 orang dari 100.000 di negara Asia dan Afrika, sedangkan Negara Australia, Amerika Utara dan Afrika berkisar 80 orang dari 100.000 pasien kanker payudara yang ada (Arnold et al., 2022) sedangkan data dari Global Cancer Observatory (*GLOBOCAN*) pada tahun 2020 mencatat 65,858 penyakit kanker payudara terjadi pada perempuan, *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2020 mengatakan kasus kanker payudara di Indonesia dengan mortalitas terdapat peringkat pertama dengan kisaran 16,7% atau sebanyak 58,256 jiwa dengan angka mortalitas 11% atau sama dengan 26.692 jiwa (Nurpeni et al., 2020).

Bagian utama dari payudara ialah kelenjar lobulus (kelenjar susu) serta duktus (saluran yang menghubungkan kelenjar susu dengan puting susu). Secara garis besar, kanker payudara dapat dilihat dari munculnya seperti sebuah lapisan di epitel duktus (di dalam duktus) atau tanda lain seperti invasif (dapat timbul dengan menyerang melalui dinding duktus). Metastatik ialah penyakit kanker payudara yang sudah menyebar serta menyerang organ lain dengan titik lokasi yang umumnya ditemukan di daerah tulang, hati, paru-paru serta bagian otak (Lewis, 2014).

Derajat pertumbuhan sel kanker payudara dapat berkisar antara lambat ataupun cepat. Penyebab yang dapat mempengaruhi prognosis dari kanker payudara ialah ukuran tumor, keterlibatan dari kelenjar pada aksila/ketiak (semakin banyak



jumlah kelenjar yang terlibat maka semakin buruk prognosisnya), identifikasi perbedaan tumor, status estrogen dan progesteron, serta status reseptor pertumbuhan epidermal pada manusia (HER2) ialah protein yang membantu untuk mengatur pertumbuhan sel, protein tersebut dihasilkan secara berlebihan dengan jumlah sekitar 25% pada pasien yang menderita kanker payudara (Lewis, 2014).

Kecemasan atau gangguan cemas berdasarkan teori psikologis (psikoanalitik) di timbulkan oleh adanya ego dalam diri seseorang (pasien) yang memberikan dorongan tidak dapat menerima apa yang terjadi pada dirinya, serta muncul dalam benak pasien “Mengapa saya mengalami penyakit ini, mengapa tidak orang lain”. Ego yang tidak dapat menerima inilah yang menimbulkan rasa cemas (Maria, 2024).

Kecemasan yang dialami pasien merupakan reaksi terhadap ancaman yang diterima oleh sistem saraf pusat berupa persepsi mengancam diri baik yang sedang dialami atau pengalaman sebelumnya atau bahkan pengaruh keturunan. Persepsi yang diterima oleh panca indra di proses oleh sistem saraf pusat lalu dikirimkan sinyal ke kelenjar hipofisis (kelenjar yang mengatur fungsi tubuh) untuk mengeluarkan hormon yang memengaruhi kelenjar adrenal yang kemudian memicu saraf otonom melalui hormon yang lain.

Aspek psikologis adalah faktor yang dapat memicu adanya penyakit kanker payudara. Jika seseorang dalam kondisi stres maka memicu sel-sel kanker yang berada dalam tubuh untuk semakin berkembang. Stres yang dimaksud seperti kebiasaan menyimpan masalah sendiri, pola pikir negatif, dan kondisi stress berat. Akhirnya masalah tersebut jika disimpan sendiri termasuk kebiasaan berpikir negatif dan



tidak menerima kenyataan yang dipikirkan sendiri sehingga mengganggu keseimbangan hormon dalam tubuh. Kondisi tersebut menyebabkan peningkatan yang tinggi terhadap hormon adrenalin, kortisol, dan norepinefrin. Hormon tersebut sangat banyak dijumpai dalam didalam tubuh sehingga dapat mematikan fungsi-fungsi yang ada didalam tubuh dan dapat juga mengganggu respons sistem imun terhadap mutasi genetik pada bagian sel didalam tubuh, terutama histamin yang dapat menginduksi proliferasi sel tumor dan pertumbuhan tumor. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kadar hormon kortisol/stres yang dapat menurunkan daya tahan tubuh serta berakibat sel sel kanker terus berkembang biak dengan sangat cepat, hal ini diakibatkan diperberatnya kondisi tersebut membuat seseorang malas bergerak/berolahraga dan cenderung mengonsumsi makanan tidak sehat (Novitarum, 2023).

Kecemasan dan depresi sangat sering terjadi pada pasien kanker payudara, hal ini disebabkan neoplasma ganas dari parenkim kondisi sel kehilangan kendali sehingga berakibat memburuknya pertumbuhan sel abnormal yang cepat dan tak terkendali yang menyerang area payudara (Dewi et al., 2022). Pertumbuhan sel abnormal tersebut yang mengakibatkan pasien mengalami kecemasan yang tinggi, kecemasan tersebut disebabkan perasaan tentang kematian, efek samping pengobatan, rasa ketidakpastian terhadap masa depan. kondisi tersebut sangat berdampak negatif pada kualitas hidup dan kepatuhan setiap proses pengobatan dan penyembuhan pasien (Nurdin, dkk., 2024). Proses pengobatan dan kelangsungan hidup sangat mempengaruhi pada kesejahteraan fungsi dan produktivitas seseorang. Penelitian yang dilakukan terhadap 401 pasien di Negara Cina menunjukkan bahwa





terdapat, 36% diantaranya menunjukkan prevelensi kecemasan saat di diagnosa kanker payudara (Li, 2022).

Penanganan menurunkan kecemasan yang diderita oleh pasien kanker payudara ialah melalui terapi komplementer berbasis Mind and Body yang bertujuan untuk mengintegrasikan masalah dimensi fisik, mental dan spritual serta bertujuan untuk dapat mengurangi stres dan kecemasan, terapi komplementer tersebut dapat berupa terapi komplementer mindfulness/kesadaran (Sriati, 2022), terapi komplementer meditasi (Wahyuni, 2023), terapi komplementer hipnosis, terapi komplementer yoga (Anggrani, 2024), tai chi, qigong, guided imagery, dan afirmasi yang bertujuan untuk meningkatkan kekebalan dan menurunkan tingkat stres (Meiranti, dkk, 2024).

Salah satu penanggulangan yang tidak melibatkan obat-obatan pada kondisi pasien kanker dengan pendekatan non farmakologis dengan teknik distraksi lima jari atau five finger technique yang juga dikenal dengan hipnosis lima jari (Pokhrel, 2024). Teknik ini dapat mengalihkan perhatian pasien yang mengalami kanker payudara untuk mengalihkan fokus terhadap konsentrasi gerakan serta sensasi yang dilakukan di jari-jari tangan serta mengkombinasikan dengan distraksi nafas dalam yang dapat diajarkan kepada pasien dengan mandiri (Nurdin & Peristiowati, 2024).

Kecemasan tersebut diatasi dengan penerapan five finger technigue yang bertujuan untuk mengatasi ketergantungan pasien terhadap penanganan secara farmakologi yang berkelanjutan seperti obat anti cemas ( anxiolytic ). *Five finger* tersebut merupakan bagian dari salah satu upaya yang dapat diimplementasikan oleh tenaga kesehatan (perawat) sebagai salah satu bentuk upaya dalam mengatasi



kecemasan yang dialami oleh pasien. Penggabungan antara tarik nafas dalam dengan *five finger* adalah bertujuan untuk mengatasi kecemasan dengan menyentuk akar permasalahan kondisi pikiran dibawah kesadaran, oleh karena itu penerapan *five finger* terhadap kecemasan pasien kanker payudara sangat perlu dilakukan sebagai salah satu upaya dalam proses dalam penyembuhanya. Pendekatan pengolahan kecemasan yang tidak melibatkan obat-obatan tetapi berfokus pada teknik dan strategi yang dapat membantu pikiran dan tubuh untuk direlaksasikan. Teknik distraksi lima jari bertujuan untuk menenangkan sistem saraf otonom, menurunkan respon stress tubuh, dan menciptakan perasaan tenang serta kenyamanan pasien, dalam konteks ini. Terapi distraksi lima jari tersebut berfungsi untuk membawa pasien kedalam keadaan relaksasi mendalam dalam mengurangi kecemasan, menurunkan ketegangan otot, serta menurunkan tanda-tanda vital yang terkait terhadap stress seperti tekanan darah dan denyut nadi (Khadija & Mazdaif, 2025).

Sejalan dengan masalah kesehatan seperti tingkat kecemasan merupakan suatu hal yang penting sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup pasien. Banyak pasien mengalami kejadian kecemasan hal tersebut berdampak negatif terhadap proses pengobatan terkhusus pengobatan kepada pasien kanker payudara selama masa perawatan. Sehubungan latar belakang tersebut maka penulis ingin mengetahui benar atau tidaknya adanya pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2025

## **1.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan urian diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh terapi hipno distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara dirumah Sakit Santa Elisabeth Medan.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara menggunakan terapi Hipnosis distraksi lima jari dirumah Sakit Santa Elisabeth Medan.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan sebelum dilakukan hipnosis, terapi distraksi lima jari.
2. Untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan sesudah dilakukan hipnosis, terapi distraksi lima jari.
3. Untuk menganalisis pengaruh hipnosis terapi distraksi lima jari dalam menurunkan tingkat kecemasan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat teoritis**

Skripsi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keperawatan dan psikologi kesehatan, mengenai efektivitas dari terapi komplementer seperti hipnosis, terapi distraksi lima jari dalam mengurangi kecemasan.



#### **1.4.2 Manfaat praktis**

1. Bagi pasien diharapkan hipnosis terapi distraksi lima jari dapat menjadi salah satu metode efektif dalam mengurangi kecemasan pasien kanker payudara, sehingga meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup selama menjalani perawatan.
2. Bagi tenaga kesehatan (perawat) diharapkan penelitian ini menjadi contoh bagi khususnya perawat, dalam memberikan asuhan keperawatan yang holistik melalui terapi komplementer yang diterapkan dalam praktik klinis secara mandiri.
3. Bagi rumah sakit Santa Elisabeth Medan dapat mempertimbangkan penerapan terapi komplementer sebagai program pelayanan pendukung untuk pasien yang mengalami kanker payudara, guna meningkatkan mutu layanan kesehatan mental emosional.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan sebagai menjadi dasar atau referensi dalam melakukan studi lanjutan mengenai berbagai teknik terapi distraksi dan dampaknya terhadap kondisi psikologis pasien dengan kondisi kronis.

## **BAB 2 TINJAU PUSTAKA**

### **2.1 Konsep Kecemasan**

#### **2.1.1 Defenisi kecemasan**

Kecemasan merupakan suatu prasaan ketidakpastian, perasaan gelisah, takut, atau ketegangan yang dirasakan seseorang dalam respon terhadap suatu objek atau situasi yang tidak diketahui (Swarjana, 2022).

Kecemasan ialah gangguan psikologis yang ditandai dengan kesedihan, kecemasan persisten atau perilaku maladaptif. Witeen mengatakan kecemasan merupakan suatu gangguan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang berlebihan dan cemas, sedangkan Kaplan dan Sadock mengatakan definisi kecemasan sebagai respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. (Junaidin, 2023).

### 2.1.2 Penyebab kecemasan

Menurut Zakiah Darajat (2022), penyebab kecemasan adalah rasa cemas yang timbul akibat perasaan terancam, perasaan berdosa dan bersalah karena keyakinan dan hati nurani akibat dari suatu penyakit yang terlihat seperti faktor fisik, trauma atau konflik dan lingkungan yang tidak baik. Jika dilihat dari segi perspektif beberapa penyebab kecemasan dapat dilihat dari beberapa kategori yaitu *genetic theory*, *biologic theory*, *psychoanalytic theory*, *cognitive behavior theory* dan *socialcultural theoris* (Bachtiar, 2022).

1. *genetic theory* menyebutkan suatu kecemasan karena faktor genetik yang berkontribusi terhadap perkembangan gangguan kecemasan.
2. *biologi theory* juga dihubungkan dengan kecemasan dengan mengevaluasi hubungan antara kecemasan dengan hal hal seperti katekolamin, tindakan



neuroendokrin, neurotransmitter, seperti serotonin, asam aminobutirat, dan kolesistokin serta reaktivitas otonom.

3. *psychoanalytic theory*, sigmund freud dalam teori psikoanalisis mengatakan bahwa kecemasan berasal dari konflik yang tidak dapat diselesaikan serta tidak disadari oleh impuls agresif atau libidinal.
4. *cognitive behavior theory* atau teori kognitif adalah sebuah peristiwa stres atau bahaya yang dapat dirasakan dari pola pikir seseorang yang menyertainya dan memberikan sebuah respon seperti jantung berdebar-debar ataupun perasaan gelisah perasaan yang dianggap jauh lebih bahaya dari yang sebenarnya.
5. *socialcultural theories* atau teori sosol budaya menyatakan kecemasan muncul jika kepribadian seseorang berkembang atau kesan tentang dirinya sendiri negatif atau merasa konsep dirinya rendah.

Menurut Mergaretha (20230, kecemasan yang muncul pada seseorang bukan tanpa sebab atau alasan, ada kecemasan tanpa disadari tetapi sudah dialaminya, terdapat beberapa penyebab kecemasan.

1. Lingkungan

Lingkungan sangat berperan aktif dalam cara berpikir seseorang mengenai dirinya sendiri maupun orang disekitarnya seperti keluarga, sahabat, atau rekan kerja yang tidak memberikanya sebuah rasa kenyamanan terhadap lingkungan sekitarnya.

2. Emosi tertekan

Emosi dapat berefek negatif dan sangat dapat mempengaruhi kondisi perasaannya sendiri hal tersebut dikarenakan oleh tidak dapat menemukan jalan keluar suatu masalah, jika emosi ditekan atau ditahan dalam kurun waktu yang lama dapat berakibat seseorang tidak dapat mengungkapkan apa yang sedang dipirinya ataupun dirasakannya.

3. Fisiologis atau sebab fisik

Tubuh dan pikiran adalah dua hal yang saling terhubung dan saling mempengaruhi apabila orang tersebut berada pada perasaan cemas, misalnya, seseorang mengalami suatu penyakit dalam dirinya maka otomatis timbul rasa cemas perihal penyakit tersebut.

**2.1.3 Tanda dan gejala kecemasan**

Kecemasan sangat berpengaruh terhadap konsep hidup atau coping, seseorang suatu tanda dan gejala juga bervariasi, contoh gejala kecemasan.

1. Rasa khawatir dan gugup
2. Napas terengah-engah
3. Sakit kepala
4. Sulit tidur
5. Gelisah, gemetar, dan rasa takut
6. Sakit perut, seperti kram perut atau keinginan ke toilet yang berulang-ulang
7. Hilang selera makan
8. Ketengan otot
9. Detak jantung yang meningkat
10. Hilang konsentrasi

11. Merasa panik dan tegang

12. Rasa kewalahan, ketakutan, atau tidak bisa mengendalikan situasi

13. Merasa letih dan mudah marah

14. Berusaha menghindari ketakutan

Pola makan, kehilangan nafsu makan atau malah menambah nafsu makan, rasa kwatir dan gugup yang berlebihan, napas terengah-engah, sakit kepala, gelisan, gemetar, dan ras lemas, sulit tidur, kondisi tersebut dapat diakibatkan karna pola pikir dan stres yang berujung pada kondisi kecemasan. (Margaretha, 2023).

#### 2.1.4 Tingkat kecemasan

Ada beberapa tingkat kecemasan menurut Stuard dan Sundeen (2008) dalam Asmaidi terdapat beberapa tingkat kecemasan beserta karakteristiknya antara lain (Lidya, 2021).

##### 1. Kecemasan normal

Merupakan suatu respons tubuh sesuatu kondisi yang dapat dianggap berbahaya bahkan dapat dianggap menjadi suatu ancaman namun hanya bersifat sementara, muncul sesekali ataupun jarang namun hal tersebut juga dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari bahkan dapat mengakibatkan sifat waspada suatu hal tertentu.

##### 2. Kecemasan ringan

Berhubungan dengan perasaan tegang dalam suatu peristiwa sehari-hari yang mengakibatkan kewaspadaan meningkat, persepsi pada lingkungan meningkat sehingga menjadi motivasi positif untuk belajar dan berkreatifitas.



**3. Kecemasan sedang**

Terjadi perubahan respon fisiologis seperti napas pendek, nadi ekstra siastol, dan umumnya tekanan darah meningkat, selain dari respon Fisiologis perubahan koognitif juga terganggu perhatian yang tidak dapat fokus, persepsi menyempit, dan rangsangan dari luar tidak dapat diterima; respon tersebut mengakibatkan perubahan respon perilaku dan emosi.

**4. Kecemasan tahap berat**

Individu lebih sering memikirkan hal yang kecil serta mengabaikan hal yang ada disekitarnya maka hal tersebut mempengaruhi respon Fisiologis seperti nafas pendek nadi dan tekanan darah meningkat hingga berkeringat dan sakit kepala, pengelihatan kabur serta terlihat tegang dan respon koognitif berakibat tdk dapat berpikir berat dan sangat membutuhkan banyaj pengarahen karna lapang persepsi yang sudah menyempit.

**5. Kecemasan tahap Panik / sangat parah**

Dalam kecemasan tahap panik ini terlihat dari respon fisiologis seperti napas pendek, terlihat seperti tercekik dan terasa sakit pada bagian dada serta terlihat pucat. selian respon fisiologis, respon koognitif juga sangat terganggu seperti tidak dapat berpikir logis, persepsi ligkungan menjadu distorsi dan tidak mampu memahami kondisi sehingga mengakibatkan perubahan perilaku seperti emosi, mudah mengamuk atau marah, perasaan takut, berteriak, serta kehilangan kendali kontrol diri.

**2.1.4. Alat ukur tingkat kecemasan**

Alat ukur yang dapat digunakan untuk menilai kecemasan pada pasien kanker payudara (Ernawati Dkk, 2023)

1. *HARS (Hamilton Anxiety scale).*

Alat ukur kecemasan ini terdiri dari 14 pernyataan dengan disertai jawaban yang sudah disesuaikan dengan setiap kondisi yang dkecemasan yang dialami pasien serta pilihan jawaban berupa angka 0 sampai dengan 4 setelah seluruh jawaban sudah tersisi maka ditotal keseluruhan untuk mengetahui perasaan klien.

2. *SAS/SRAS (Zung Self-Rating Anxiety Scale)*

Alat ukur ini juga dapat digunakan untuk menilai kecemasan yang mencakup 20 pertanyaan, dan 15 pernyataan tentang kecemasan, 5 pernyataan tentang penurunan kecemasan, dengan hasil skor 1 sampai 4 dimana 1 itu tidak pernah, 2 kadang-kadang, 3 sebagian waktu, 4 hampir sepanjang waktu (Nursalam 2015).

Selain alat ukur HARS dan SAS terdapat juga alat ukur kecemasan berupa ZUNG dan DASS (Imelisa, 2021).

Alat ukur kecemasan ZUNG

Alat ukur kecemasan tersebut terdiri dari 20 pertanyaan dimana alat ukur ini dirancang untuk mengetahui empat model kecemasan yaitu normal, ringan, depresi sedang, dan depresi berat.

1. Alat ukur DASS

*Depression Anxiety Stress Scale (DASS)* merupakan alat ukur yang paling sering digunakan dalam suatu penilaian alat ukur menilai kecemasan,

depresi, dan stres pada pasien dengan berbagai kondisi termasuk kondisi kronik seperti Hipertensi, Gagal ginjal dan kanker seperti Onkologi Ginekologi dan Kanker Stadium Lanjut.

Penyakit kronik kanker payudara mengalami suatu perubahan kondisi seperti kecemasan yang dapat diukur dengan pengambilan data kuisioner DASS 42, seperti penelitian yang dilakukan oleh Johannes Dkk dengan judul penelitian “Tingkat Depresi, Cemas, dan Stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dengan 62 pasien dengan hasil 23% mengalami depresi, 40% mengalami cemas mengeluh, mengalami stres (Mastan et al., 2024).

Kuisioner Dass memiliki dua bagian ada yang terdiri dari 21 pertanyaan dan ada yang terdiri dari 42 pertanyaan dimana kedua jenis instrumen ini dirancang untuk suatu pelaporan kondisi individu atau *Self Report*, DAS 42 memiliki 14 pertanyaan untuk mengukur depresi, 14 pertanyaan untuk mengukur ansietas dan 14 pertanyaan untuk mengukur stress sehingga dapat disimpulkan instrumen ini menggunakan 3 kategori untuk hasil ukur setiap kondisi.

### **2.1.5 Literature review jurnal kecemasan pasien kanker payudara**

**Tabel 2. 1 Literature Review Jurnal Kecemasan pasien kanker payudara**

JUDUL	TUJUAN	HASIL
<i>Anxiety, depression and perceived stress among breast cancer patients:</i>	Penelitian saat ini bertujuan untuk mengidentifikasi prevalensi dan faktor psikososial terkait	Prevalensi gejala depresi, gejala kecemasan, dan stres yang dirasakan masing-masing adalah 68,6%, 73,3%, dan 78,1%. Kecemasan, depresi, dan stres sedang hingga berat lebih umum terjadi pada pasien penyakit lanjut, pasien yang menjalani operasi,



<i>single institute experience</i>	kecemasan, gangguan depresi, dan stres yang dirasakan di antara pasien kanker payudara di rumah sakit universitas Menoufia	pasien yang sudah menikah, pasien yang tinggal di daerah pedesaan, buta huruf, dan mereka yang tidak memiliki penghasilan yang memuaskan tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik kecuali untuk pengaruh pekerjaan terhadap keadaan kecemasan karena pasien yang menganggur memiliki prevalensi kecemasan sedang hingga berat yang secara signifikan lebih tinggi (100%) daripada pasien yang bekerja $p = 0,003$
<i>Anxiety Levels In Patients Pre-Operative Ca. Mammography Can Be Lowered With Finger-Holding Relaxation Techniques</i>	Untuk mengetahui Efek Distraksi Memegang Jari Teknik Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre-Operation Ca Mammography.	Ada pengaruh teknik distraksi memegang jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pra-operation ca mammae
<i>DESCRIPTION OF ANXIETY LEVEL OF BREAST CANCER PATIENTS AGAINST CHEMOTHERAPY</i>	untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang akan menjalani kemoterapi. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif.	didapatkan data 55 % responden berumur > 50 tahun, 35 % responden mempunyai riwayat keluarga menderita kanker payudara, responden yang menjalani kemoterapi rata – rata mengalami kecemasan dengan skor 43 (ansietas ringan dengan skor maksimal).
<i>The Five-Finger Relaxation Techniques on Anxiety, Stress and Quality of Life in Breast Cancer Patients</i>	penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik distraksi lima jari terhadap kecemasan, stres, dan kualitas hidup pasien kanker payudara.	Hasil menunjukkan perbedaan skor pra dan pasca tes untuk kecemasan ( $p=0,002$ ), stres ( $p=0,040$ ), dan kualitas hidup ( $p=0,043$ ) pada kelompok kontrol, dan skor kecemasan ( $p<0,001$ ), stres ( $p<0,001$ ), kualitas hidup ( $p<0,001$ ) pada kelompok intervensi. Juga, ada perbedaan skor untuk kecemasan ( $p=0,013$ ), stres ( $p=0,044$ ), dan kualitas hidup ( $p<0,001$ ) antar kelompok, di mana kelompok intervensi mendapat skor lebih baik daripada kontrol.
<i>Depression, anxiety and stress among metastatic breast cancer patients on chemotherapy in</i>	Penelitian ini bertujuan untuk menilai tingkat depresi, kecemasan dan stres di antara pasien kanker payudara metastatik (MBC) yang menjalani kemoterapi (CT) di Beijing, Cina.	Insiden depresi, kecemasan dan stres di antara wanita MBC masing-masing adalah 52,3%, 60,2% dan 36,9%. Regresi linier umum menunjukkan bahwa usia, status perkawinan, pendapatan bulanan, fungsi fisik, fungsi emosional, nyeri, dispnea, dan kehilangan nafsu makan dikaitkan dengan depresi. Semua varians menentukan depresi ( $R^2$ ) adalah 35,6%. Status perkawinan, menyalahkan diri sendiri dan pelepasan perilaku adalah prediktor stres dan menyumbang varians stres 35,4% pada wanita MBC.
<i>The Five-Finger Relaxation Techniques on Anxiety, Stress and Quality of Life in Breast Cancer Patients</i>	penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik distraksi lima jari terhadap kecemasan, stres, dan kualitas hidup pasien kanker payudara	Hasil menunjukkan perbedaan skor pra dan pasca tes untuk kecemasan ( $p=0,002$ ), stres ( $p=0,040$ ), dan kualitas hidup ( $p=0,043$ ) pada kelompok kontrol, dan skor kecemasan ( $p<0,001$ ), stres ( $p<0,001$ ), kualitas hidup ( $p<0,001$ ) pada kelompok intervensi. Juga, ada perbedaan skor untuk kecemasan ( $p=0,013$ ), stres ( $p=0,044$ ), dan kualitas hidup ( $p<0,001$ ) antar kelompok, di mana kelompok





		intervensi mendapat skor lebih baik daripada kontrol. Teknik distraksi lima jari menyebabkan distraksi dan kedamaian, yang mengurangi stres dan ketegangan mental yang menyebabkan lebih sedikit kecemasan dan stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien
<i>Effectiveness of Mindfulness-Based Interventions for Reducing Anxiety Among Women With Breast Cancer</i>	penelitian ini untuk mengevaluasi efek MBI dalam mengurangi kecemasan di antara wanita yang telah menjalani intervensi bedah untuk mengangkat kanker payudara.	Hasil penelitian kami menunjukkan bahwa mayoritas (n = 24; 79,6%) wanita yang berpartisipasi dalam program pelatihan kami mengembangkan tingkat kesadaran yang tinggi tentang mindfulness. Kami menemukan perbedaan signifikan secara statistik dalam tingkat kesadaran peserta tentang mindfulness antara evaluasi pra dan pascaprogram ( $\chi^2[29, 30] = 56,143, p < .001$ ), dan perbedaan yang sangat signifikan secara statistik dalam tingkat kecemasan peserta antara evaluasi pra dan pascaprogram ( $\chi^2[29, 30] = 24,178, p < .001$ ). Kami menyimpulkan bahwa menerapkan program pelatihan mindfulness secara signifikan mengurangi tingkat kecemasan peserta..
<i>Effect of Laser Auriculotherapy on Quality of Life, Fatigue, and Anxiety in Women with Advanced Breast Cancer: Randomized Clinical Trial</i>	Tujuan: Untuk mengevaluasi efek aurikuloterapi laser terhadap kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan, kelelahan yang berhubungan dengan kanker, dan kecemasan pada wanita dengan kanker payudara stadium lanjut yang menjalani kemoterapi paliatif	Hasil: Kelompok eksperimen menunjukkan kualitas hidup keseluruhan rata-rata tertinggi, dengan peningkatan signifikan ( $p < 0,000001$ ) antara evaluasi kedua dan ketiga dan peningkatan signifikan dalam kelelahan antara evaluasi kedua dan ketiga ( $p = 0,00001$ ). Sebaliknya, wanita dalam kelompok pura-pura dan kontrol mengalami penurunan dan memburuknya kualitas hidup dan kelelahan mereka. Wanita dalam ketiga kelompok menunjukkan penurunan kecemasan. Perubahan kecemasan pada wanita ini tidak signifikan secara statistik.
<i>Effects of Chemotherapy (Anthracyclin, Cyclophosphamide following Docetaxel Regimen) on Sleep, Anxiety, Depression, and Quality of Life in Patients with Breast Cancer</i>	Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tidur, kecemasan, depresi, dan QoL selama kemoterapi pada pasien dengan kanker payudara untuk memberikan pengobatan yang tepat pada waktu yang tepat	Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa kecemasan, depresi, dan kualitas tidur yang buruk semuanya berdampak negatif pada melaporkan bahwa gangguan tidur dan tekanan psikologis pada saat diagnosis kanker secara signifikan berdampak negatif pada QoL. Oleh karena itu, penting untuk menilai kecemasan, depresi, dan kualitas tidur pada pasien BC sebelum memulai kemoterapi, dan mereka yang memiliki gejala seperti itu harus menerima manajemen yang lebih proaktif.
<i>Group-based trajectory and predictors of anxiety and depression among Chinese breast cancer patients</i>	Tujuan dari penelitian saat ini adalah untuk menyelidiki perubahan kecemasan dan depresi di antara pasien kanker payudara Cina dan untuk	Sekitar 26,3% peserta melaporkan kecemasan tidak ada atau sangat ringan dari waktu ke waktu, 60,7% melaporkan kecemasan tingkat rendah yang stabil, dan 13,0% sisanya menunjukkan tren penurunan yang signifikan dalam skor total GAD. Sementara itu, 10,7% peserta melaporkan tidak ada atau gejala depresi yang sangat ringan dari waktu ke waktu,

mengidentifikasi hubungan kausal antara variabel dasar dan lintasan kecemasan dan depresi

66,0% melaporkan skor total PHQ yang stabil selama periode penelitian, dan 23,3% diklasifikasikan sebagai "kelompok penurunan tingkat tinggi".

## **2.2. Konsep Kanker Payudara**

### **2.2.1 Pengertian kanker payudara**

Kanker payudara merupakan penyakit yang tidak dapat menular dan menjadi salah satu masalah yang ada di dunia. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai dan tingkat prevalensi morbiditas yang terus meningkat yang menyebabkan kematian yang utama terjadi pada wanita (Bachtiar, 2022).

### **2.2.2 Jenis kanker payudara**

Jenis kanker payudara. Secara umum ditemukan 4 jenis kanker payudara yaitu :

#### **1. LCIS, lobular neoplasia (*lobular carcinoma in situ*)**

Lcis, lobular neoplasma adalah jenis kanker payudara yang penyebarannya tidak berasal dari area munculnya kanker dan pertumbuhan jumlah sel jelas terlihat yaitu berada di dalam keaja susu. Pemeriksaan biopsi dilakukan untuk uji klinis payudara dapat ditambah pemeriksaan mamografi dalam setiap tahun serta pengangkatan kanker payudara dapat dilakukan seperti *tamoxifen* atau *prophylactic mastectomy* atau dapat diartikan sebagai pengangkatan payudara (Bachtiar, 2022).

#### **2. DCIS (*Ductal carcinoma in situ*)**

Jenis kanker ini merupakan tipe kanker payudara bersifat non-invasif dan umum terjadi dengan pemeriksaan mamogram sebagai

microcalcifications (penumpukan kalsium dengan jumlah yang kecil), penderita jenis DCIS rata rata bertahan hidup dapat mencapai 100% dengan syarat kanker tersebut tidak menyebar ke jaringan salurann susu dan jaringan lemak pada payudara dan bagian tubuh lainnya (Bachtiar, 2022).

3. ILC (*Infiltrating lobular carcinoma*)

Jenis kanker ini sering dikenal dengan *invasie lobular carcinoma* yang terjadi didalam kelenjar susu atau *lobulus* tetapi dapat menyebar atau *metastatizes* kebagian tubuh jenis kanker ini terjadi 10-15% dari seluruh jenis kanker yang ada (Bachtiar, 2022).

4. IDC (*Infiltrating ductal carcinoma*)

Kanker payudara ini sering disebut *invasif ductal carcinoma* yang terjadi dalam saluran susu payudara menjebol saluran jaringan lemak payudara dan dapat terjadi dibagian tubuh lainnya tipe kanker IDC tersebut paling umum terjadi berkisar 80% dari total seluruh diagnosa kanker payudara (Bachtiar, 2022).

### 2.2.3 Tanda dan gejala kanker payudara

Proses karsinogenesis (proses terjadinya transformasi sel normal menjadi sel kanker) memunculkan gejala setta perubahan pada payudara, seperti munculnya benjolan didaerah payudara, keluar cairan darah ataupun nanah dari putting susu, dan rasa sakit didaerah payudara (Bachtiar, 2022).

Ukuran benjolan yang muncul akibat dari kanker payudara bervariasi dapat berukuran sebesar biji beras, kacang hijau sampai berukuran ampela ayam, jika benjolan tersebut sudah muncul maka puting susu tertarik masuk ke dalam tetapi jika benjolan hanya berada di satu sisi maka terlihat miring atau tidak simetris (Li, 2022).

Jika benjolan tersebut sudah mengeluarkan cairan maka dapat disimpulkan kondisi kanker tersebut sudah keluar ataupun pecah di bagian payudara, hal tersebut dapat mengakibatkan sensasi sakit dan nyeri yang luar biasa yang dirasakan penderita kanker payudara, keluarnya cairan tersebut diakibatkan oleh proses inflamasi atau penekanan jaringan pada daerah kanker payudara yang mendesak daerah kulit sehingga berakibat perfusi jaringan terganggu dan ulkus atau luka mengeluarkan cairan ataupun darah dari puting susu (Li, 2022).

Mengacu terhadap tanda dan gejala yang timbul dirasakan oleh penderita kanker payudara dapat kita ketahui bahwa proses terjadinya penyakit kanker payudara tersebut tidaklah secara spontan atau tiba-tiba, tetapi dimuali munculnya benjolan kecil hingga besar hingga dan sampai mengakibatkan keluarnya cairan ataupun darah karena tekanan benjolan yang semakin besar yang terjadi di daerah kulit (Li, 2022).

#### **2.2.4 Faktor resiko kanker payudara**

Faktor resiko kanker payudara terdapat dua bagian yakni faktor resiko dapat diubah dan tidak dapat diubah.

1. Faktor resiko tidak dapat diubah

Potensi resiko terdiagnosa penyakit kanker payudara yang tidak dapat diubah dapat disebabkan oleh faktor keturunan, dimana keluarga tersebut memiliki riwayat kanker payudara baik riwayat yang diperoleh dari keluarga yang terdiagnosa kanker payudara ataupun kerabat pertama seperti Ibu dan saudara kandungnya (Putra, 2022).

Memiliki hubungan keluarga yang riwayat penyakit kanker payudara adalah suatu faktor predisposisi yang mengakibatkan terjadinya mutasi genetik, resiko kumulatif terjadi pada kanker payudara dengan hasil prevelensi 5 sampai 10 persen bermutasi (BRCA 1) *Breast Cancer 1* dan (BRCA 2) *Breast Cancer 2* dimana kedua gen tersebut berfungsi sebagai pelindung kanker payudara dan ovarium pada perempuan (Anggrani, 2024).

## 2. Faktor resiko yang dapat diubah

Penyintas kanker payudara mengungkapkan resiko yang alami adalah berasal dari pola gaya hidup tidak sehat seperti mengkonsumsi yang tidak sehat, aktivitas yang kurang, hormonal, serta paparan bahan kimia dan polusi udara, trauma fisik dan pola stres (Anggrani, 2024).

### 2.2.5 Terapi hipnosis distraksi lima jari

Hipnosis merupakan suatu kondisi mental seseorang yang sedang mengalami peningkatan seperti fokus perhatian, konsentrasi, dan sugesti. Hipnosis tersebut sering digambarkan sebagai seutau kondisi seperti teridur, tetapi kenyataannya lebih pas sebagai suatu keadaan perhatian yang terfokus, sugestibilitas,

yang sedang meningkat dan fantasi yang jelas. Kondisi orang-orang yang dalam fase terhipnosis sering terlihat seperti mengantuk dan terpinggirkan, padahal sebenarnya mereka dalam fase keadaan hiper kesadaran (Widiyono, 2022).

Terapi hipnosis lima jari merupakan salah satu metode *self hipnosis* yang dapat memberikan efek distraksi yang tinggi, sehingga mampu mengurangi ketegangan dan stres dari pikiran seseorang. Distraksi lima jari diharapkan dapat menekan rasa tegang sehingga timbul perasaan rileks yang diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) mengaktifkan *anteriorpituitary* untuk mensekresi *enkephalin* dan *endorphin* yang berperan sebagai *neotransmitter* yang mempengaruhi suasana hati menjadi rileks dan senang. Disamping itu, *anterior pituitary* sekresi *Adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) menurun, kemudian ACTH dapat mentrol adrenal cortex untuk dapat mengandalkan sekresi kortisol. Menurunnya kadar ACTH dengan kortisol menyebabkan stress dan ketegangan menurun yang akhirnya dapat menurunkan tingkat kecemasan, stress, dan depresi (Syarifah, 2024).

Adapun bagian dari hipnosis lima jari antara lain

1. Pre induksi

Dalam tahap ini kita membantu klien dengan cara menemukan ketenangan yang menyatukan hati dan pikiran, dimana sel-sel tubuh menjadi semakin tenang dari sebelumnya. Kemudian bisa menjalani kehidupan dengan lebih dari sebelumnya (Syarifah, 2024).

2. Induksi

Tahap induksi kita pejamkan mata dan terus nikmati setiap hembusan nafas, semakin menghembuskan nafas, hati dan pikiran menjadi

seribu kali lebih tenang dari sebelumnya. Serta kecemasan mulai berkurang; apapun pikiran yang muncul, dan apapun perasaan yang muncul saat ini; hanya membuat kamu lebih tenang dari sebelumnya (Syarifah, 2024).

### 3. Terminasi

Sekarang dalam kondisi dengan kesadaran yang sudah kembali dan; menjadi sangat segar dan bahagia serta siap ihlas dan bahagia untuk; melanjutkan hidup (Syarifah, 2024).

## 2.3 Konsep Distraksi Lima Jari

### 2.3.1 Pengertian distraksi lima jari

Teknik distraksi lima jari merupakan sebuah teknik pengalihan dengan; menyentuh pada bagian jari jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang; menyenangkan atau disukai. Teknik distraksi lima jari ini suatu proses; menggunakan terfokus pada pikiran serta mengerakkan tubuh menyembuhkan diri; dan memelihara kesehatan melalui komunikasi dalam tubuh meliputi sentuhan,; penciuman, penglihatandan pendegaran (Roslinadewi, 2021).

### 2.3.2 Tujuan distraksi lima jari

Penggunaan hipnosis lima jari merupakan sebuah komunikasi verbal yang; bertujuan untuk membawa gelombang pikiran klien menuju *trance* (gelombang; alpha/teta), teknik relaksasi ini juga dikenal dengan menghipnosis diri yang; bertujuan untuk pemograman diri, menghilangkan kecemasan dengan melibatkan;



saraf parasempatik dan menurunkan peningkatan kerja jantung, pernapasan, kelenjar keringat dan lain lain (Islamaria, 2022).

Adapun tujuan dari rileksasi lima jari ialah sebagai berikut:

1. mengurangi ansietas.
2. memberikan rileksasi.
3. melancarkan sirkulasi darah.
4. mereleksasikan otot-otot tubuh.

Hipnosis lima jari ini bisa diberikan pada pasien pasien cemas, nyeri maupun ketengan dan membutuhkan kondisi rileks, Namun teknik ini tidak disarankan pada pasien yang gangguan jiwa dan gangguan berat (Nurdin & Peristiowati, 2024).

### **2.3.3. Standart operasional prosedur**

Tindakan yang dilakukan dalam keperawatan untuk menurunkan dalam tingkat kecemasan dengan melakukan teknik distraksi lima jari dan prosedur cara melakukannya dengan prosedur dibawah ini (Syarifah, 2023).

1. atur posisi pasien nyaman mungkin
2. minta pasien untuk memejamkan mata dan lakukan teknik nafas dalam secara perlahan sebanyak 3 kali, minta pasien untuk rileks
3. minta pasien untuk menyatukan ibu jari dengan jari telunjuk, sambil membayangkan kondisi dirinya ketika masih dalam kondisi sehat, pasien dipandu untuk membayangkan kegiatan yang biasa dilakukan saat kondisi tubuh sedang sehat selama satu menit.

4. kemudian atur napas kembali dengan melakukan teknik napas dalam dan ubah posisi jari dengan tautkan ibu jari dengan tengah dan minta pasien membayangkan ketika mendapatkan surprise atau barang yang sangat disukai pandu pasien membayangkan momen (kejadian) dan suasana hati yang membayangkan saat menerima hadiah tersebut.
5. atur kembali napas dalam dan pindahkan posisi jari dengan menautkan ibu jari kepada jari manis bayangkan ketika anda berada ditempat yang paling nyaman, tempat yang membayangkan suasana hati saat berada ditempat tersebut dengan memvisualisasikan kondisi tempat yang menyenangkan bagi pasien.
6. sambil mengatur napas dalam kembali, pindahkan posisi ibu jari untuk ditautkan dengan jari kelingking, bayangkan ketika anda mendapat suatu penghargaan (dipuji) oleh orang-orang yang sangat disayangi.
7. tarik napas, lakukan perlahan, lakukan selama 3 kali.
8. buka mata kembali dan buat jadwal terapi pada klien.

#### 2.3.4 Kronologis distraksi lima jari dalam menurunkan kecemasan

Terapi hipnosis lima jari atau sering disebut metode *self hipnosis* memberikan suatu efek atau menimbulkan efek distraksi yang tinggi, sehingga dapat mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. Distraksi lima jari dapat menekan rasa tegang sehingga timbul perasaan rileks dan penghilangan. Perasaan yang diperoleh saat melakukan distraksi lima jari memberikan suatu perasaan rileks dan perasaan tersebut diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) dan CRH mengaktifkan

*anteriorpituitary* untuk mensekresi enkephalin dan endorphin yang berperan sebagai neurotransmitter yang mempengaruhi suasana hati menjadi rileks dan senang. Selain itu *anterior pituitary* sekresi *adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) menurun, kemudian (ACTH) Mengontrol adrenal cortex untuk mengendalikan sekresi kortisol. Menurunnya kadar (ACTH) dan kortisol menyebabkan stress dan ketegangan menurunnya yang akhirnya dapat menurunkan tingkat kecemasan (Anita, 2023).

Dalam suatu kondisi penyakit mengakibatkan terganggunya aspek psikologis seseorang seperti kecemasan yang berkepanjangan sehingga berakibat fatal. Serta dapat mengganggu dalam berbagai aspek kesehatan maka dalam menurunkan kecemasan tersebut perlu menerapkan terapi komplementer yang salah satunya adalah distraksi lima jari dalam menurunkan kecemasan. Dalam terapi distraksi lima jari kita membantu pasien dalam menemukan ketenangannya sehingga sel-sel tubuh semakin tenang dari kondisi sebelumnya, yang dapat kita lakukan adalah menstabilkan pernapasan dengan tarik nafas dalam dilakukan dalam beberapa sesi yang bertujuan merasakan setiap hembusan nafas lalu fokuskan terhadap intruksi dengan anjurkan menutup mata, setelah klien menutup mata pertahankan tetap tarik nafas dalam dan menghembuskan nafas maka hati dan pikiran akan sejalan dan lebih tenang dari sebelumnya (Anita, 2023).

### **BAB 3**

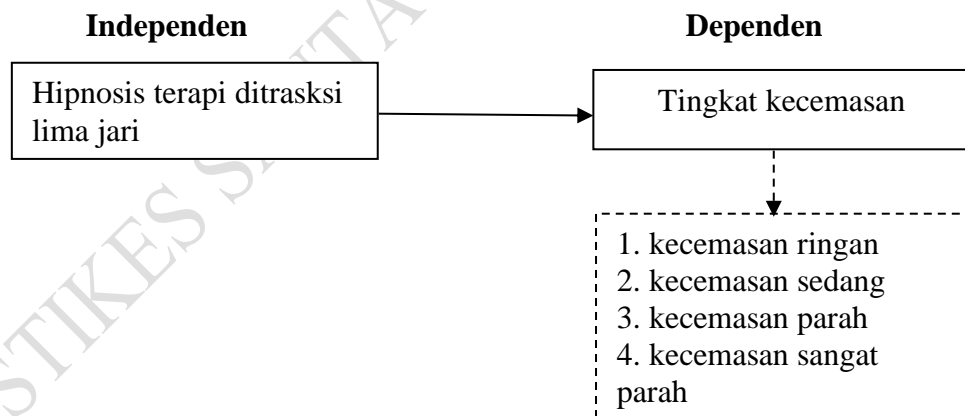
### **KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN**

#### **3.1 Kerangka konsep**

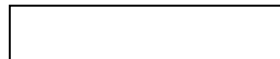


Konsep dalam penelitian ini untuk mencerminkan kebenaran yang diperoleh dalam bentuk teori untuk menjelaskan hubungan antar variabel. Kerangka konsep sangat membantu peneliti dalam menemukan keterkaitan antara teori dengan hasil yang didapatkan dalam penelitian sehingga teori tersebut dapat menjelaskan fenomena yang ditemukan secara sistematis dan logis. Kerangka konsep ini berfungsi sebagai landasan teoritis yang mengorganisasikan dan mengarahkan alur penelitian agar fokus pada variabel yang akan diuji dan hubungannya dengan teori yang ada (Nursalam, 2020).

Kerangka konsep dari penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara” sebagai berikut :

**Bagan 3. 1 Kerangka Konsep “Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025”**



**Keterangan:**

-  = diteliti
-  = tidak diteliti
-  = berhubungan



### **3.2 Hipotesis**

Hipotesis merupakan dugaan awal atau sebuah pernyataan sementara atas masalah atau pertanyaan penelitian yang dibuat sebelum penelitian dilakukan. (nursalam 2020). Hipotesis alternative ( $H_a$ ), terapi hipnosis distraksi lima jari dapat berdampak pada penurunan kecemasan pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.

## BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN

### 4.1 Rancangan Penelitian

Menurut Nursalam (2020), membuat rancangan penelitian sangat berperan sangat penting didalam setiap proses penelitian, oleh karena itu peneliti dalam mengendalikan berbagai faktor yang dapat mempengaruhi setiap keakuratan hasil penelitian. penelitian ini menggunakan metode desain *pre-eksperimental one group pretest – post test design* yaitu desain yang melakukan satu kelompok intervensi tanpa pembandingan.

01	x	02
----	---	----

Ket, 01 : *pre – test* ( pengukuran sebelum dilakukan perlakuan )

X : perlakuan atau intervensi

02 : *pos – test* ( pengukuran sesudah perlakuan )

### 4.2 Populasi dan Sampel

#### 4.2.1 Populasi

Populasi merupakan keseluruhan kumpulan kasus dan dimana peneliti tertarik dalam melakukan penelitian tersebut. Populasi yang dapat diakses berupa sekumpulan kasus yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan serta dapat diakses sebagai sekumpulan subjek untuk penelitian. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang mengalami kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan pada bulan januari sampe bulan juni tahun 2025 dengan jumlah pasien sebanyak 75 orang dengan rata - rata pasien 11 orang perbulanya.

#### **4.2.2 Sampel**

Sampel merupakan bagian dari populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subjek dalam penelitian melalui suatu hasil sampling. Sedangkan hasil sampling merupakan sebuah hasil dari setiap proses menyeleksi porsi dari setiap populasi yang dapat mewakili populasi yang ada. Teknik pengambilan sampling adalah cara – cara yang dapat ditempuh dalam pengambilan sampel, dengan tujuan agar memperoleh sampel yang benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2020).

Teknik sampling digunakan dalam penelitian ini merupakan *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan semua anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut:

1. pasien bersedia sebagai responden
2. pasien yang terdiagnosa kanker payudara
3. pasien yang sedang menjalani rawat inap minimal selama 3 hari
4. pasien yang datang selama bulan november sampai desember

Dengan demikian , seluruh pasien yang menjalani pengobatan atau terapi selama bulan November sampai Desember serta memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai sampel selama penelitian ini dilaksanakan.

### **4.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

#### **4.3.1 Variabel penelitian**

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan perbedaan nilai pada sesuatu, seperti benda atau manusia. Variabel juga merupakan konsep



dari berbagai label abstrak yang didefinisikan sebagai fasilitas untuk pengukuran dalam penelitian (Nursalam, 2020).

**1. Variabel Independen (Bebas)**

Menurut Nursalam (2020), variabel yang mengontrol atau memengaruhi nilai variabel lain disebut sebagai variabel independen. Tindakan stimulus yang dilakukan oleh peneliti mempengaruhi variabel dependen, variabel independen pada penelitian ini adalah terapi hipnosis ditraksi lima jari.

**2. Variabel Dependen (Terikat)**

Menurut Nursalam (2020), Variabel yang terpengaruh oleh variabel lain disebut sebagai variabel respons. Variabel respons ini timbul sebagai hasil dari pengaruh yang diberikan oleh variabel lain melalui manipulasi. Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu tingkat kecemasan.

**4.3.2 Definisi operasional**

Definisi operasional adalah sebagai landasan agar memudahkan pengukuran variabel penelitian, definisi operasional didasarkan pada karakteristik objek yang dapat diamati atau ide abstrak, dengan merujuk pada konsep yang didasarkan oleh ciri – ciri yang diobservasi secara langsung, semua aspek utama merumuskan definisi operasional dengan adanya indikator yang dinilai dengan jelas, hasil pengukuran atau observasi yang dilakukan secara konsisten serta dapat direplikasi oleh peneliti lain dengan hasil yang sama (Nursalam, 2020).



**Tabel 4. 2 Definisi Operasional “Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri Di Asrama Malthilda Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Tahun 2025”**

Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
<b>Independen</b> <b>Terapi hipnosis distraksi lima jari</b>	Teknik distraksi lima jari merupakan sebuah teknik pengalihan dengan menyentuh pada bagian jari jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang menyenangkan atau disukai	Prosedur pelaksanaan terapi hipnosis distraksi lima jari 1. Frekuensi terapi 2. Durasi terapi 3. Tahapan terapi	SOP distraksi lima jari	N O M I N A L	1. dilakukan (2) 2. Tidak dilakukan (1)
<b>Dependen</b> <b>tingkat Kecemasan kanker payudara</b>	Tingkat Kecemasan kanker payudara adalah suatu kondisi yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis sehingga dapat mempengaruhi kelangsungan hidup pasien	Kategori kecemasan (ringan, sedang, parah)	Kuisoner DASS dengan jumlah pernyataan. Sebanyak 42.  0 = tidak pernah 1= kadang-kadang 2=sering 3=sangat sesuai	Numerik / Interval	Normal (0-7) kecemasan ringan (8-9) kecemasan sedang (10-14) kecemasan parah (15-19) kecemasan sangat parah (>20)

#### 4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam mengukur setiap variabel – variabel yang dikaji baik secara sistematis dan

objektif. Dengan instrumen yang tepat, data yang dikumpulkan lebih valid serta relevan dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai (Nursalam,2020).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar kuisioner dengan menggunakan SOP DASS 42. Instrumen ini dipilih karena bersifat praktis, cepat, dan tidak memerlukan alat sebagai tambahan, serta telah terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang tinggi dalam mendeteksi kecemasan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arinda Diah A, Sri kusrohmaniah dalam bahasa Indonesia dengan partisipan *emerging adulthood* (n = 245 ) dengan nilai reliabilitas melalui alfa cronbach berada 0,9 untuk masing – masing dimensi dan nilai validasi konstruk yang dianalisis dengan confirmatory factor analysis memperoleh model fit dengan partisipan *emerging adulthood* memiliki reliabilitas dan validitas yang diterima.

#### **4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **4.5.1 Lokasi**

Penelitian ini dilaksanakan di rumah Sakit Santa Elisabeth Medan yang berlokasi di JL.H. Misbah No. 7, JATI, Kecamatan Medan Maimun, Kota Medan, Sumatera Utara.

##### **4.5.2 Waktu penelitian**

Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan 17 November sampai 09 Desember tahun 2025.

## **4.6 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data**

### **4.6.1 Pengambilan data**

Pengambilan data adalah suatu proses yang sistematis yang dilakukan peneliti dalam memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan dan rumusan masalah yang relevan (Nursalam, 2020). Pengumpulan data dapat dilakukan melalui dengan metode observasi, wawancara, dan studi dokumentasi dengan tujuan data yang diperoleh dapat diukur secara objektif serta akurat. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data primer, yaitu data yang diperoleh secara langsung dari sumber pertama saat berinteraksi langsung antara peneliti dan responden. Dalam penelitian ini, data primer diperoleh saat wawancara langsung kepada responden dalam persetujuan sebagai sampel atau responden, data primer juga diperoleh saat pengisian lembar kuisioner DASS 42 untuk mengukur tingkat kecemasan pada pasien.

### **4.6.2 Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data merupakan suatu metode yang digunakan oleh peneliti dalam memperoleh informasi dari berbagai sumber yang relevan. Pemilihan teknik yang tepat sangat penting karena menentukan suatu keakuratan dan kredibilitas data yang diperoleh. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan wawancara dan berjumpa langsung terhadap responden untuk mengisi kuesioner. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan mengajukan izin kepada responden sebagai pihak yang terkait, dilanjutkan dengan memperkenalkan diri kepada responden serta membangun hubungan saling percaya. selanjutnya, peneliti memberikan lembar (*informat consent*) sebagai partisipasi



persetujuan kepada responden dan menjelaskan serta memberikan perlakuan selama tiga hari berturut – turut selama pasien menjalani perawatan di ruang rawat inap. Setelah responden menyatakan kesediaanya untuk berpartisipasi ,peneliti melanjutkan proses penilaian tingkat kecemasan dengan memberikan kuisioner DASS 42.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dimulai dengan mendatangi perawat yang ada di ruangan rawat inap serta memastikan ada atau tidaknya pasien rawat inap dengan diagnosa kanker payudara, setelah data diterima maka peneliti mendatangi pasien/calon responden untuk dalam melakukan komunikasi yang efektif, memperkenalkan diri, menyampaikan tujuan. Setelah itu peneliti memastikan apakah pasien bersedia sebagai responden, jika bersedia maka peneliti meminta kepada responden untuk menanda tangani informat consen sebagai bukti bersedia sebagai respnden. Setelah pasien sudah bersedia sebagai responden dalam penelitian maka peneliti menjelaskan prosedur dan tujuan penelitian dan menilai kecemasan dengan mengisi lembar kuisioner DASS 42 serta menjelaskan standart prosedur distraksi lima jari terhadap pasien, dan peneliti melakukan intervensi terapi hipnosis dsitraksi lima jari selama 10 menit. Setelah terapi diberikan maka peneliti menyampaikan edukasi kepada pasien dan keluarga atau yang menjaga responden agar terapi dilakukan 2 sampai 3 kali dalam sehari ataupun saat responden sulit untuk beristirahat. Besoknya peneliti kembali mejumpai responden untuk melukan intrevensi dan teteap melakukan edukasi agar dilakukan 2 sampai 3 kali dalam sehari. Hati ketiga peneliti kembali menjumpai responden untuk melakukan intervensi terahir setelah itu peneliti kembali melakukan pengukuran kecemasan

dengan mengisi kuisioner DASS 42 untuk melihat nilai dari kecemasan setelah 3 hari intervensi.

#### **4.6.3 Uji validitas dan reliabilitas**

##### **1. Uji Validitas**

Validitas merupakan pengukuran dan pengamatan yang berarti prinsip keandalan instrumen dalam mengumpulkan data. Instrumen harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Jadi validitas lebih menekankan pada alat ukur atau pengamatan. Sedangkan reliabilitas merupakan kesamaan hasil pengukuran dan pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan (Nursalam, 2020).

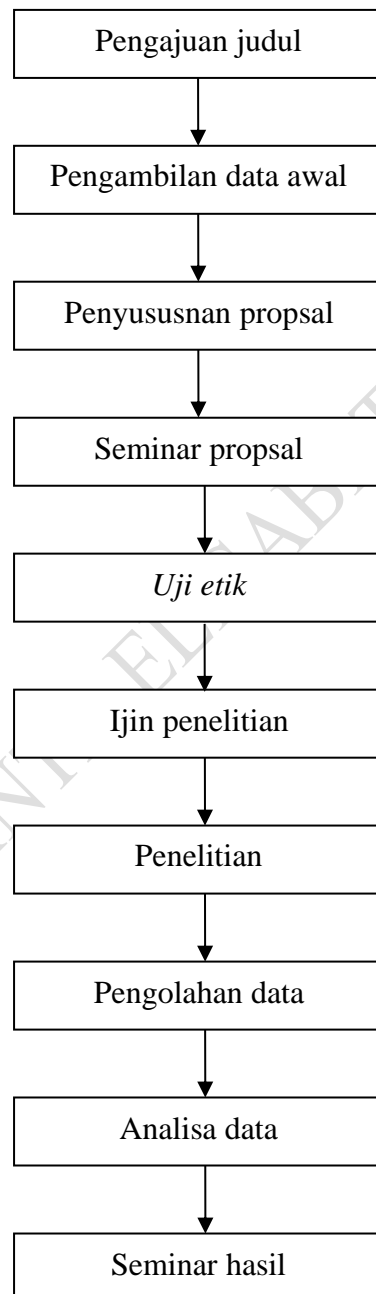
Penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale* 42 item (DASS 42) yang telah diuji dan digunakan dengan hasil nilai  $\alpha = 0,93-0,95$  oleh Rahma Widiya (2020) dengan hasil reliabilitas dan sudah valid. Kuesioner DASS 42 juga telah diuji dan telah digunakan dalam penelitian sebelumnya dengan nilai reliabilitas 0,888 oleh Nasar Ahmad (Nasar et al., 2021)

##### **2. Reliabilitas**

Reliabilitas merupakan kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan (Nursalam, 2020). Uji reliabilitas telah dilakukan dikarenakan kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale* 42 item (DASS 42) yang digunakan telah baku serta telah digunakan oleh peneliti sebelumnya.

#### 4.7 Kerangka Operasional

**Bagan 4.2 Kerangka Operasional “Pengaruh Terapi Hipnosis Ditraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025”**





#### **4.8 Pengolahan Data**

Pengumpulan data adalah proses sistematis untuk mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan penelitian, pertanyaan-pertanyaan, dan hipotesis penelitian (Nursalam, 2020).

Setelah semua data terkumpul, peneliti akan memeriksa apakah semua daftar pertanyaan telah diisi. Kemudian peneliti melakukan :

1. *Editing* : Setelah kuesioner dibagikan kepada responden, peneliti melakukan pengecekan terhadap kelengkapan pengisian kuesioner. Jika terdapat bagian yang belum terisi, responden diminta untuk melengkapinya. Setelah seluruh kuesioner terisi dengan lengkap, peneliti melanjutkan ke tahap pengkodean data.
2. *coding* : Peneliti mengoversvasi atau merubah jawaban responden yang telah diperoleh dalam wujud kalimat atau teks menjadi data numerik yang berhubungan dengan variabel penelitian sebagai kode pada penelitian
3. *scoring* : Pada tahapan ini penulis menghitung skor yang didapatkan oleh setiap responden berdasarkan tanggapan mereka terhadap pertanyaan yg disampaikan oleh peneliti.
4. *Tabulating* : Peneliti memasukkan hasil perhitungan kedalam bentuk tabel dan melihat persentasi dari jawaban pengolahan data dengan menggunakan komputerisasi.

#### **4.9 Analisis Data**

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam mencapai tujuan utama penelitian, yaitu menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian yang mengungkap fenomena. Ini dilakukan melalui berbagai uji statistik, yang merupakan alat yang sering digunakan dalam penelitian kuantitatif (Nursalam, 2022).

##### **1. Analisis Univariat**

Analisis Univariat merupakan suatu bentuk analisis data yang digunakan dalam satu macam variabel. Data tersebut mengacu terhadap jenis data yang dimana setiap observasi atau titik data yang berhubungan dengan variabel. Dengan kata lain, analisis univariat melibatkan satu pengukuran atau pengamatan terhadap satu karakteristik atau atribut dalam setiap individu atau item dalam mengumpulkan data. Menganalisis data yang bersifat univariat merupakan suatu bentuk analisis yang paling sederhana dalam statistik.

##### **2. Analisis Bivariat**

Analisis bivariat merupakan salah satu bentuk analisis yang mengacu pada variabel untuk menentukan hubungan diantara variabel. Data bivariat melibatkan dua jenis data yang berfokus pada pemahaman hubungan atau hubungan antara dua variabel tersebut (Mulyana, 2024).

Dalam penelitian ini, Pengolahan data univariat dapat dilakukan untuk menganalisis serta mendiskripsikan karakteristik dari variabel seperti untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah dilakukan

hipnosis terapi distraksi lima jari. Hasil data tersebut dialisis menggunakan statistik deskriptif seperti nilai rata-rata (mean, median, modus, standard deviasi, dan distribusi frekuensi yang bertujuan untuk menganalisis atau menggambarkan tentang distribusi data dan karakteristik setiap variabel seperti kecemasan pasien kanker payudara. Sedangkan dalam pengolahan data bivariat penelitian ini untuk menguji hubungan atau pengaruh dari variabel independen seperti hipnosis terapi distraksi lima jari dan variabel dependen tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan terhadap terapi tersebut. Uji *paired T (t – test) shapiro wilk* digunakan dengan hasil data berdistribusi normal dengan nilai signifikan pre sebesar 0.213 dan nilai post 0.372 dengan nilai ketetapan signifikan lebih atau diatas dari 0,05, nilai mean pre sebesar 15.75 serta nilai setelah (post) sebesar 10.67 terjadi penurunan sebesar 5.8 setelah intervensi nilai skewnes sebesar 1.47 dengan syarat normalitas data -2 sampai +2, serta sebaran data tidak jauh dari nilai mean dengan ketetapan jumlah responden dibawah dari 50 responden.

Penelitian ini menggunakan analisis data uji *Paired T – Test* dengan hasil uji normalitas data signifikan diatas 0.05. hasil nilai data pre intervensi sebesar 0.213 dan nilai post intervensi 0.372 serta hasil nilai skewnes sebesar 1.47 normalitas skewnes -2 sampai +2. Hasil *P-value* sebesar 0.001 maka hasil statistik menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien

kanker payudara dengan simpulan data berdistribusi normal maka uji *Paired T – Test* digunakan

#### 4.10 Etika Penelitian

Masalah etika pada penelitian yang menggunakan subjek manusia menjadi ilmu sentral yang berkembang saat ini. Pada penelitian ilmu keperawatan, karena hampir 90% subjek yang dipergunakan adalah manusia, maka peneliti harus memahami prinsip etika penelitian (Nursalam, 2020).

Penulis dalam melaksanakan seluruh kegiatan penelitian harus menerapkan sikap ilmiah (*scientific attitude*) serta menggunakan prinsip-prinsip yang terkandung dalam etika penelitian. Tidak semua penelitian memiliki risiko yang dapat merugikan atau membahayakan subjek penelitian, tetapi peneliti tetap berkewajiban untuk mempertimbangkan aspek moralitas dan kemanusiaan subjek penelitian (Syapitri, 2021). Etika penelitian yang diterapkan adalah

a. *Autonomy* (otonomi)

Peneliti menghargai hak pasien dimana pasien berhak menentukan Keputusan tentang dirinya baik mengenai jadwal yang pasien inginkan dan kesediaan pasien setelah diberikan penjelasan tentang rencana penelitian.

b. *Non-maleficence* ( tidak membahayakan)

Peneliti memastikan bahwasanya tindakan yang dilakukan tidak membahayakan, menyakiti, merugikan bahkan memperburuk kondisi pasien.



c. *Justice* ( keadilan )

Peneliti bersikap adil dalam melakukan penelitian dengan tidak membedakan hak dan kewajiban baik secara Ras, Agama, Usia, Jenis kelamin, maupun status sosial.

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



**BAB 5**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**5.1. Gambaran Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan November - Desember 2025 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan yang berlokasi di Jalan Haji Misbah No.7, kelurahan Jati, kecamatan Medan Maimun, Kota Medan, Sumatra Utara. Rumah Sakit Santa Elisabeth merupakan salah satu Rumah Sakit umum yang ada di kota Medan serta tergolong dalam Rumah Sakit tipe B dan telah terakreditasi Paripurna tahun 2016. Rumah Sakit ini didirikan oleh kongregasi Fransiskanes Santa Elisabeth (FSE) pada tahun 1931 serta dikelola oleh suster – suster dari kongregasi FSE. Suster tersebut memiliki kharisma menjadikan pelayanan sebagai penyembuhan yang hadir di dunia dan sebagai kehadiran oleh Allah dengan motto ”Ketika Aku Sakit Kamu Melawat Aku” yang menjadikan visi yang hendak dicapai Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan serta mampu berperan aktif dalam memberikan pelayanan yang berkualitas atas didasari rasa cinta dan kasih dalam persaudaraan dengan misi meningkatkan derajat kesehatan melalui sumber daya manusia yang profesional, sarana dan prasarana yang baik dan memadai selain itu juga memperhatikan masyarakat yang membutuhkan serta dalam kelemahan.

Tujuan dari Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan ialah untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal dengan meningkatkan semangat daya cinta kasih yang sesuai kebijakan dari pemerintah dalam menuju masyarakat sehat. Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan menyediakan beberapa pelayanan medis seperti rawat inap, internis, rawat inap beda, poli klinik, instalansi gawat darurat (IGD), ruang operasi



(OK), ruang kemoterapi *intensive care unit* (ICU), *intensive cardio care unit* (ICCU), *pediatric intensive care unit* (PICU), *neonatal intensive care unit* (NICCU), ruang pemulihan, *medical check up*, Hemodialisa, sarana penunjang seperti radiologi, laboratorium, fisioterapi, ruang praktek dokter, patologi anatomi, dan farmasi. Adapun ruangan yang menjadi tempat penelitian yaitu ruangan rawat inap Maria dan Kemoterapi dengan kriteria inklusi pada penelitian ini adalah pasien yang terdiagnosa penyakit Kanker Payudara.

Sebelum penelitian ini dilakukan terlebih dahulu informat consent atau persetujuan diberikan kepada pasien sebagai persetujuan untuk sampel dalam penelitian ini. Kemudian diberikan pengisian kuisioner Depression Anxiety Stress Scale 42 yang bertujuan untuk mengukur tingkat keparahan depresi, kecemasan, dan stress, namun dalam penelitian ini lebih mengutamakan pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan yang merupakan salah satu penelitian dalam pengukuran DASS 42, setelah didapatkan hasil dari kecemasan yang dialami oleh pasien kanker payudara maka diberikan terapi distraksi lima jari yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara. Setelah terapi diberikan seterusnya dilakukan pengukuran kembali tingkat kecemasan pada pasien setelah dilakukan terapi hipnosis distraksi lima jari untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi tersebut dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dialami pasien kanker payudara tersebut.



## 5.2. Hasil Penelitian

Pada BAB ini, diuraikan hasil penelitian tentang Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Kanker Payudara. Menggunakan metode pengukuran kuisioner DASS 42 Pre dan Post eksperimen yang dilakukan di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan ruang rawat inap Martha dan ruangan Kemoterapi. Hasil penelitian dari pengaruh terapi distraksi lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara. Penelitian ini dimulai pada bulan November sampai Desember tahun 2025. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 12 orang pada pasien kanker payudara dengan masalah kecemasan.

**Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 (n=12). Depkes RI 2009**

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Umur</b>		
26-35 (Dewasa awal)	1	8,3%
46-55 (Lansia awal)	2	16,7%
56-65 (Lansia ahir)	4	33,3%
>65 (Manula)	5	41,7%
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>100%</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	0	0%
Perempuan	12	100%
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>100%</b>

Tabel 5.3 berdasarkan pengolahan data yang dilakukan, responden pada penelitian adalah 12 orang (100%). Dilihat dari kriteria umur, responden berada pada rentan umur 26-35 tahun adalah sebanyak 1 responden (8,3%), responden rentan umur 46-55 adalah 2 responden (16,7%), responden rentan umur 56-65 tahun sebanyak 4 responden (33,3%), responden rentan umur diatas 65 adalah sebanyak 5

responden (41,7%) dan dalam rentan usia 35-35 tidak memiliki responden. Hal ini menunjukkan bahwa responden mayoritas pada rentan lansia atau diatas 65 tahun.

Pada karakteristik jenis kelamin, seluruh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 12 responden (100%) dan tidak ada laki-laki dalam penelitian ini.

#### **5.2.1 Tingkat kecemasan *pre* Intervensi pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan**

**Tabel 5.4 Hasil Pre Intervensi Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 (n=12)**

Variabel	N	Mean	SD	Minimal-maksimal	95%CI
Pre-test	12	15,75	6,181	9-29	12,38 20,29

Berdasarkan Tabel 5.4 hasil pengukuran tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi dengan jumlah 12 responden. Nilai median tingkat kecemasan pada saat pre-test sebesar 15,75 yaitu tergolong dalam kecemasan parah, dengan standart deviasi (SD) 6,228 yang menunjukkan sebaran data skor kecemasan pada responden relatif tinggi sebelum dilakukan intervensi serta nilai terendah adalah 9 (kecemasan sedang) dan nilai kecemasan tertinggi 29 (kecemasan sangat parah), sedangkan hasil analisis interval kepercayaan 95%CI berada pada rentan 12,38 hingga 20,29 hal ini menunjukkan bahwa secara statistik, tingkat kecemasan pasien kanker payudara sebelum dilakukan intervensi terapi hipnosis distraksi lima jari.

#### **5.2.2 Nilai kecemasan *Post test* Sesudah Dilakukan Terapi Hipnosis Distraksi lima Jari pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025**

**Tabel 5.5 Hasil Post Test Intervensi Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025**

Variabel	N	Mean	SD	Minimal- maksimal	95%CI
Post-test	12	10,67	3,939	5-17	8.46 13.38

Berdasarkan tabel 5.5 hasil analisis post test dengan jumlah 12 responden setelah dilakukan intervensi terapi hipnosis distraksi lima jari diperoleh nilai hasil mean tingkat kecemasan sebesar 10.67 (kecemasan sedang) dengan standart deviasi (SD) sebesar 3,872 dengan nilai kecemasan terendah setelah intervensi adalah 5 sedangkan skor tertinggi adalah 17. Hasil analisis interval kepercayaan 95% CI berada pada skor 8,46 sampai 13,38 yang menunjukkan bahwa secara statistik, tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara berada pada skor tersebut.

### 5.2.3 Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.

**Tabel 5.6 Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025**

Intervensi	N	Mean	SD	Min- Max	95%CI	<i>P value</i>
Sebelum	12	15.75	6.181	9-29	12.38- 20.29	0.001
Sesudah	12	10.67	3.939	5-17	8.46- 13.38	

Berdasarkan tabel 5.6 hasil analisis pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan diketahui bahwa jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 12 orang. Pada pengukuran sebelum intervensi, rata-rata (mean) tingkat kecemasan responden adalah 15.75 dengan standar deviasi 6,181, nilai minimum 9 dan maksimum 29. Interval kepercayaan 95% berada pada rentang

12,38–20,29. Setelah diberikan intervensi, rata-rata tingkat kecemasan menurun menjadi 10.67 dengan standar deviasi 3,939, nilai minimum 5 dan maksimum 17, serta interval kepercayaan 95% berada pada rentang 8,46–13,38. Hasil uji statistik menunjukkan nilai  $p$  sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ), yang menandakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan berpengaruh secara signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan responden.

### **5.3. Pembahasan Hasil Penelitian**

#### **5.3.1 Tingkat Kecemasan Pada Pasien sebelum Intervensi Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.**

Berdasarkan hasil data yang didapatkan dari total 12 responden yang mengalami tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi hipnosis distraksi lima jari di rumah sakit santa elisabeth medan tingkat kecemasan dengan skor 8-9 sebanyak 2 (16,6%), sebanyak 5 dengan skor 10-14 sebanyak 5 (41,6%). Sebanyak 2 responden dengan skor 15-19 (16,6%) dan 3 responden dengan skor  $>20$  (25,0%).

Peneliti berasumsi bahwa kejadian kecemasan yang dialami pada pasien kanker payudara diakibatkan efek pengobatan kemoterapi seperti cepat lelah, penurunan nafsu makan, diare, stomatitis (sariawan), serta perubahan pada tubuh rambut rontok, kulit kering serta perubahan pada kuku rapuh seperti berubah warna. Kecemasan dalam kategori sedang dengan hasil kecemasan sangat parah pada pasien yaitu 3 responden (25%) dikarenakan kelemahan pada bagian tubuh seperti tangan sering kebas, kaki gemeteran saat berjalan mengakibatkan adanya

ketergantungan dan tidak dapat melakukan aktivitas seperti biasa bahkan harus dibantu oleh keluarga saat ingin melakukan aktivitas, sebanyak 5 responden (41,6%) mengalami kategori kecemasan sedang diakibatkan karena responden harus mengikuti proses pengobatan kemoterapi dengan siklus yang panjang dan terjadwal dan juga nantinya terjadi perubahan pada tubuhnya seperti perubahan rontok pada bagian rambut kepala, penurunan nafsu makan, terjadinya mual dan muntah, kelemahan pada bagian tertentu dan penurunan kekebalan tubuh seperti yang sudah dijelaskan oleh pihak dokter pada responden yang belum menjalani kemoterapi.

Perasaan Ketakutan dan perasaan tidak sanggup proses serta pengobatan yang dihadapi juga sangat terlihat saat berkomunikasi terhadap responden, pada kategori kecemasan ringan dengan 2 responden (16,6%) dikarenakan responden sudah terbiasa tahap yang panjang pengobatan kemoterapi serta perubahan seperti mual muntah, pusing, kelemahan pada tubuh hanya dirasakan sehari setelah kemoterapi, dan jumlah kecemasan sangat berat sebanyak 2 responden (16,6%) dikarenakan tidak ada pendamping selain cucunya yang masih berusia 10 tahun yang masih pada tahap pendidikan sd dan segala proses pengobatan hanya bisa diterima dan dipikirkan seorang diri. Peneliti berasumsi pada penelitian ini akibat dari kecemasan yang dialami pasien kanker payudara sangat beragam tetapi kecemasan yang paling sering disampaikan adalah proses pengobatan serta efek samping yang dialami pasien selama proses pengobatan kemoterapi. Kecemasan yang terus pasien pikirkan mengganggu pola pikir yang baik dan berpikir secara positif proses pengobatan yang sudah dijalankan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fransisca dkk (2020) tentang pasien kanker payudara *state anxiety* dengan jumlah pasien 39 orang sebagai responden ditemukan hasil 17 orang mengalami kecemasan sedang (43,6%), dan tingkat kecemasan berat sebanyak 22 orang (56,4%), kecemasan tersebut diakibatkan oleh siklus pengobatan kemoterapi (Anjar et al., 2020).

Kepatuhan pengobatan pada kanker payudara mengakibatkan penurunan efektivitas pengobatan sehingga menurunkan kualitas hidup pasien hal tersebut merupakan salah satu faktor psikologis sebagai perasaan khawatir, gelisah, atau takut penilaian tersebut dapat disimpulkan sebagai faktor penyebab kecemasan dengan estimasi kecemasan puncak tinggi berkisar 40% (Rahmadi et al., 2025).

Dukungan keluarga juga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara, penderita kanker akan mengalami tekanan psikologis setelah terdiagnosa kanker payudara dengan pemikiran hanya akan menunggu waktu akan kematian, kecemasan, insomnia, sulit berkonsentrasi, tidak nafsu makan, dan merasa putus asa. Respon psikologis tersebut dapat dipengaruhi dengan memberikan motivasi dan meminimalkan kecemasan selama hospitalisasi, dukungan keluarga yang baik dapat meminimalkan kecemasan kecemasan sehingga pasien dapat merasakan tidak adanya perpisahan dan mendapatkan rasa nyaman selama perawatan. Dari total 60 responden didapatkan bahwa 22 responden (36,7%) memiliki dukungan keluarga, 10 responden (16,7%) memiliki dukungan sangat baik, sebagian besar kecemasan 19 orang (31,7%) mengalami kecemasan berat tidak ada dukungan (Nurpeni, n.d.2025)

Kecemasan dapat diakibatkan karena faktor psikologis konsep pemikiran, setiap proses dan perubahan yang dialami selama proses pengobatan, selain dari proses pengobatan dan dukungan keluarga tersebut perubahan peran dan perubahan dalam status pekerjaan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, peran seorang ibu tidak dapat dijalankan secara semestinya dikarenakan kondisi fisik yang melemah serta perubahan peran dari bekerja menjadi tidak dapat bekerja juga dapat mengakibatkan kecemasan pada pasien tersebut.

### **5.3.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara pre Intervensi Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Tahun 2025.**

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari 12 responden yang mengalami kecemasan sesudah diberikan terapi hipnosis distraksi lima jari di rumah sakit santa elisabeth medan dengan tingkat kecemasan tertinggi dengan kategori sedang dengan skor 10-14, kategori ringan dengan skor 8-9 (ringan) sebanyak 2 responden, serta tidak ada kategori sangat parah ditemukan dari total responden sebelum intervensi dalam kategori sangat parah dari 4 responden (25%) menjadi 0 responden (0%), dan kategori kecemasan sedang dari 6 responden (50,0%) menjadi 7 responden (58.0%),

Peneliti berasumsi penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi hipnosis distraksi lima jari dapat mengalihkan fokus dan perhatian seperti pikiran terhadap penyakitnya serta saat kondisi fokus dialihkan maka hormon endorfin dari pengalihan fokus ini atau hormon yang mengatur kecemasan dapat menurun secara bertahap sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan. Selain dari pengalihan fokus penguatan rasa percaya juga dapat menurunkan kecemasan pada pasien.



kanker payudara Saat pasien dilakukan terapi distraksi lima jari secara tidak langsung juga penguatan coping juga dapat sekaligus diberikan sehingga pasien lebih yakin dan percaya diri untuk menghadapi penyakit yang merupakan menjadi sumber kecemasannya. Terapi ini dilakukan dengan menarik nafas dalam serta responden diminta untuk mengingat kembali hal-hal yang menyenangkan selama hidupnya pengalihan pikiran merasakan lebih santai, tenang dan aman.

Asumsi ini juga didukung oleh penelitian Roslina Dewi dkk (2022) dengan judul penelitian Teknik Relaksasi Lima Jari Tentang Kecemasan, Stres, dan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Payudara dengan mengalihkan fokus ke penyakitnya dan menguatkan coping agar lebih percaya diri untuk menjalani setiap proses penyakitnya. Penelitian melibatkan 30 responden dengan nilai kecemasan dari 24,87 menjadi 14,60 dengan selisih penurunan kecemasan sebanyak 10,27 setelah dilakukan post test.

Asumsi ini didukung oleh Hasil penelitian yang dilakukan oleh Roslinda Dewi dkk (2022) dengan judul penelitian *The Five-Finger Relaxation Techniques on Anxiety, Stress and Quality of Life in Breast Cancer Patients/ Teknik Relaksasi Lima Jari pada Kecemasan, Stres, dan Kualitas Hidup pada Pasien Kanker Payudara* dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata rata kecemasan dari kelompok intervensi 24,53 menjadi 14,60 dengan selisih 10,27 dari hasil perhitungan analisis penurunan kecemasan pada pasien kanker payudara.

Beberapa faktor yang dapat menurunkan kecemasan yang dialami pada pasien kanker payudara adalah setiap perubahan yang terjadi pada fisik terlebih pada bagian kepala yang tidak ditumbuhi rambut dikarenakan efek yang kuat saat



menjalani siklus yang panjang selama pengobatan kemoterapi, selain dari perubahan tersebut kecemasan juga dapat timbul saat terjadi kelemahan pada bagian tubuh yang sering berubah ubah sesuai dengan siklus yang sudah dijalani, pada kebanyakan pasien kanker payudara yang sudah menjalani pengobatan kemoterapi merasakan lemahnya pada bagian tubuh seperti pada lengan dan kaki sehingga sulit melakukan aktivitas yang biasanya dapat dilakukan sebelum sakit serta kesemutan yang sering terjadi pada bagian telapak tangan dan kaki yang menyebabkan sulit untuk berkonsentrasi bahkan sulit untuk beristirahat.

### **5.3.3 Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025**

Hasil statistik nilai mean pre dengan skor 15,75 menjadi 10,67 post intervensi, terjadi penurunan sebanyak 5,1 setelah dilakukan intervensi terapi hipnosis distraksi lima jari di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025, nilai skor mean-min pre intervensi adalah 9 atau kecemasan kategori normal hal ini dikarenakan siklus kemoterapi yang sudah berkepanjangan sehingga membuat pasien sudah terbiasa akan efek proses pengobatan kemoterapi. Sedangkan skor mean-max adalah 29 atau kecemasan dalam kategori sangat parah, diakibatkan ketidak mampuan responden dalam memahami bagaimana cara untuk mengendalikan efek samping yang akan dirasakan selama proses pengobatan kemoterapi. Yaitu dimulai siklus pertama terjadi perubahan dalam citra tubuh seperti bagian ekstermitas atau bagian kuku menguning, rambut rontok, bibir pucat serta penurunan kondisi fisik yang diakibatkan mual dan muntah, rasa pusing serta rasa nyeri dan kebas pada bagian otot dan sendi.

Berdasarkan hasil statistik di atas. Peneliti berasumsi bahwa teknik terapi hipnosis distraksi lima jari dapat menurunkan kecemasan dikarenakan adanya perpaduan akan relaksasi tarik nafas dengan hipnoterapi yang memberikan efek tenang dan mengalihkan fokus pada saat responden di intervensi. Mengingat kembali kejadian-kejadian yang disukai oleh responden dapat memberikan efek yang positif dengan tujuan bahwsanya responden masih dapat mengulangi kejadian indah yang pernah dialami klien, dan meningkatkan akan suatu hal atau kejadian yang pernah dilalui merupakan bagian dari terapi hipnosis distraksi lima jari.

Hasil penelitian didukung oleh penelitian Hesty Juniarti (2020), yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi distraksi lima jari terhadap kecemasan pada pasien kanker payudara dengan hasil skor mean pre intervensi 18,15 dan skor post intervensi 15,92 adanya penurunan sebesar 2,23 dengan *P value* 0,000 maka dapat disimpulkan distraksi lima jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara.

Dari total 14 pertanyaan kecemasan dari lembar kuisioner DASS 42 yang dijawab oleh 12 responden, pilihan pertanyaan ke 7 yang membahas tentang kelemahan pada anggota tubuh dengan skor 3 atau dialami setiap saat menjadi masalah yang paling sering dirasakan oleh pasien kanker payudara yang sedang dalam setiap tahap pengobatan kemoterapi.

Asumsi ini didukung oleh Pei Zhong (2025) yang menemukan hasil penelitian mengenai perubahan yang terjadi selama pasca kemoterapi yang menyebabkan hilangnya disfungsi otot rangka dan mengganggu kemampuan fisik. Kemoterapi berdampak langsung pada sel-sel rangka yang mempromosikan

degradasi protein, menghambat sintesis protein dan memicu peradangan sistemik yang berkontribusi pada atrofi otot. Efektivitas kemoterapi juga berdampak negatif pada jaringan intermuskular sehingga memperburuk pengecilan otot, efek tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidup dan prognosis pengakit (Zhong, 2025).

Selain dari nilai kecemasan, dalam penelitian juga mendapatkan hasil penurunan tingkat depresi dari 12 responden didapatkan scor pre intervensi depresi dengan skor 12-20 (depresi sedang ), setelah dilakukan intervensi menjadi menurun dengan scor depresi 10-13 (depresi ringan ). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa terapi hipnosis distraksi lima jari juga dapat menurunkan tingkat depresi yang dialami pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani proses pengobatan kemoterapi.

Pasien yang terdiagnosa kanker payudara dapat menyebabkan stres psikologis yang sangat signifikan, stres psikologis tersebut memicu terjadinya kecemasan pada pasien kanker payudara. Perubahan hormonal yang meningkat, rasa nyeri, serta gejala fisik juga sangat berperan dalam memicu untuk meningkatkan kecemasan. Hormon kortisol (mengatur stres) dan epinefrin (mengatur respon) cenderung akan meningkat, sementara *GABA (Gamma-Aminobutyric Acid)* Neurotransmitter alami otak terganggu serta serotonin (pengatur mood dan emosi) dan dopamin (mengatur kognitif akan kesenangan) menjadi menurun. Setelah dilakukan terapi hipnosis dsitraksi lima jari pada pasien kanker payudara dengan menarik nafas dalam lalu mengingatkan kembali akan kejadian yang indah dirasakan kondisi psikologis akan lebih tenang dan *GABA*



akan merespon sensasi psikologis yang tenang sehingga hormon serotonin, epinefrin dan dopamin akan bertahap menjadi menurun stres dan kecemasan.

## BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Simpulan

Hasil penelitian dengan 12 orang responden didapatkan hasil dari nilai serta kategori kecemasan *pre intervensi* tertinggi dengan rentang skor 20-29 (dalam kategori kecemasan sangat parah sebanyak 25%). Hasil ..... *post intervensi* yang tertinggi dengan rentang skor 10-14 (dalam kategori kecemasan sedang, 58%).

responden). Berdasarkan Pair t-test didapatkan *p-value* 0,001 ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi hipnosis distraksi lima jari dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.

## **6.2 Saran**

Hasil penelitian dengan 12 responden tentang Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025, maka disarankan kepada:

1. Bagi Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Pelayanan rawat inap dan kemoterapi.

Terapi Hipnosis Distraksi lima jari tetap dilanjutkan dengan intensitas 1x dalam sehari baik dipandu oleh perawat ataupun melakukan edukasi kepada keluarga pasien agar dapat dilakukan dengan dibantu pihak keluarga, meskipun penelitian telah berakhir serta dapat diterapkan untuk mengontrol tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan yang masuk kategori sangat parah dan parah.

2. Bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

Diharapkan Sekolah Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan membuat dan mengintegrasikan SOP Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari ke dalam rencana pembelajaran semester Mata Kuliah Keperawatan Jiwa dan KMB. Serta penelitian yang telah dilaksanakan ini digunakan sebagai sumber informasi serta sumber referensi untuk mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu



Kesehatan Santa Elisabeth Medan mengenai tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara.

3. Bagi peneliti selanjutnya.

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar lebih memahami secara keseluruhan penyebab dari kecemasan yang dialami pasien yang bertujuan untuk memaksimalkan dalam penerapan intervensi terapi hipnosis distraksi lima jari terhadap pasien yang mengalami kecemasan. Selain melakukan pengkajian akan kecemasan pada pasien kanker payudara diharapkan peneliti selanjutnya dapat menemukan intervensi untuk mengatasi masalah akan kondisi penurunan kelenjar saliva yang menyebabkan pasien merasakan seperti mulut terasa kering yang menyebabkan pasien merasa tidak nyaman jika melakukan pemenuhan kebutuhan tubuh melalui sistem pencernaan. Serta dapat menerapkan terapi hipnosis distraksi lima jari dalam menurunkan tingkat depresi yang dialami oleh pasien kanker payudara.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggrani. (2024). Yoga Sebagai Terapi Komplementer Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Dengan Kanker Payudara. 15(4), 822–825.
- Anita, S. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari (M. Nasrudin (Ed.)).
- Anjar, F., Setyani, R., Milliani, C. D., Tetap, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., Rapih, P., Sakit, R., & Rahayu, P. (2020). Issn 2654-6191
- Ardiani, A. I. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada



- Pasien Kanker Payudara Yang Akan Menjalani Kemoterapi. At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam, Viii(I), 1–19.
- Bachtiar, Siti Maryan. (2022). Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Kanker Payudara Dengan Teknik Guided Imagery.
- Depresyon, D. D., Ölçeği, S., Çalışması, G., Shayan, N. A., & Niazi, A. (2021). Depression , Anxiety , And Stress Scales 42 ( Dass-42 ) In Dari-Language : Validity And Reliability Study In Adults ,. 9(3), 356–362.
- Dewi, R., Panduragan, S. L., Umar, N. S., Yulianti, M., & Budhiana, J. (2022). The Five-Finger Relaxation Techniques On Anxiety, Stress And Quality Of Life In Breast Cancer Patients. Malaysian Journal Of Medicine And Health Sciences, 18, 96–100.
- Imelisa, R. (2021). Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial (N. S. K. . Nia Restiana, M.Kep. (Ed.); 1st Ed.). Edu Publisher.
- Islammarida, R. (2022). Modul Praktikum Keperawatan Jiwa 1 ( Penerbit B. Lantera (Ed.); 1st Ed.). Chakra Brahmada Lantera.
- Junaidin. (2023). Psikologi Umum.
- Khadija, S., & Mazdaif, Y. (2025). Implementasi Terapi Hipnosis 5 Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Ca Mammae. Jurnal Penelitian Nusantara, 1, 762–766.
- Li, W. (2022). Group-Based Trajectory And Predictors Of Anxiety And Depression Among Chinese Breast Cancer Patients.
- Margaretha. (2023). Anxiety First Aid.
- Mastan, J. A., Rotty, L. W. A., Haroen, H., Hendratta, C., & Lasut, P. (2024). Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi. Medical Scope Journal, 6(2), 197–202.
- Mulyana. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif (L. Oktavera (Ed.)). Cv Toahar Media.
- Ns, Lldya Maji Lautan, Ns Elisabeth Wahyuni Savitri. (2021). Tingat Kecemasan Perawat Dimasa Adaptasi Kecemasan Baru.
- Nurdin, S., & Peristiowati, Y. (2024). Literatur Review : Pengaruh Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan The Effect Of Five Finger Hypnosis On Decline Anxiety Level : Literature Review Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Muhammadiyah Sidrap Institut Ilmu Kesehatan Strada I. 3(1), 9–20.



- Nurpeni, S. (N.D.). No Title. 1.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis (P. P. Lestari (Ed.); 5th Ed., P. 504).
- Putra, Sitiatava Rizema. (2015). Buku Lengkap Kanker Payudara.
- Rahma Widyana, Sumiharso, R. M. S. (2022). Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sample Indonesian Adult Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sam. January 2020.
- Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2025). Pengaruh Kecemasan Terhadap Kepatuhan Pengobatan Kanker Payudara Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta , Indonesia Universitas Negeri Padang , Indonesia Universitas Sumatera Utara , Indonesia Universitas Islam Negeri Sumatera Utara , Indonesia.
- Roslinadewi. (2021). Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur,Patigue Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara.
- Syarifah. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari (M. Nasrudin (Ed.)).
- Syarifah, A. (2024). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnotis Lima Jari - Google Books.
- Umar, E. (2023). Buku Ajar Manajemen S1 Keperawatan Jilid 1.
- Widiyono. (2022). Buku Ajar Terapi Komplementer Keperawatan ( Penerbit Lembaga Cahkra Brahmanda Lentera (Ed.); Penerbit L).
- Zhong, P. (2025). Mechanisms, Assessment, And Exercise Interventions For Skeletal Muscle Dysfunction Post-Chemotherapy In Breast Cancer: From Inflammation Factors To Clinical Practice.
- Alkabban, F. M., & Ferguson, T. (2024). Breast Cancer. Statpearls Publishing Llc. Retrieved
- Arnold, M., Morgan, E., Rungay, H., Mafra, A., Singh, D., Laversanne, M., ... Soerjomataram, I. (2022). Current And Future Burden Of Breast Cancer: Global Statistics For 2020 And 2040. *The Breast*, 66, 15–23.
- World Health Organization. (2022, February 19). Global Cancer Observatory: Cancer Today 2022. Retrieved January 23, 2024, From International Agency For Research Center.





- Swarjana, I Ketut (2022). Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan Pandemi Covid-19 Akses Layanan Kesehatan. Yogyakarta: Penerbit Angota Ikapi
- Junaidin (2023). Psikologi Umum Yogyakarta : Zahir Publishing
- Anggrani. (2024). Yoga Sebagai Terapi Komplementer Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Dengan Kanker Payudara. 15(4), 822–825.
- Anita, S. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari (M. Nasrudin (Ed.)).
- Anjar, F., Setyani, R., Milliani, C. D., Tetap, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., Rapih, P., Sakit, R., & Rahayu, P. (2020). Issn 2654-6191
- Ardiani, A. I. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Yang Akan Menjalani Kemoterapi. At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam, VIII(I), 1–19.
- Bachtiar, Siti Maryan. (2022). Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Kanker Payudara Dengan Teknik Guided Imagery.
- Depresyon, D. D., Ölçeği, S., Çalışması, G., Shayan, N. A., & Niazi, A. (2021). Depression , Anxiety , And Stress Scales 42 ( Dass-42 ) In Dari-Language : Validity And Reliability Study In Adults ,. 9(3), 356–362.
- Dewi, R., Panduragan, S. L., Umar, N. S., Yulianti, M., & Budhiana, J. (2022). The Five-Finger Relaxation Techniques On Anxiety, Stress And Quality Of Life In Breast Cancer Patients. Malaysian Journal Of Medicine And Health Sciences, 18, 96–100.
- Imelisa, R. (2021). Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial (N. S. K. . Nia Restiana, M. Kep. (Ed.); 1st Ed.). Edu Publisher.
- Islamaria, R. (2022). Modul Praktikum Keperawatan Jiwa 1 ( Penerbit B. Lantera (Ed.); 1st Ed.). Chakra Brahmada Lantera.
- Junaidin. (2023). Psikologi Umum.
- Khadija, S., & Mazdaif, Y. (2025). Implementasi Terapi Hipnosis 5 Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Ca Mammariae. Jurnal Penelitian Nusantara, 1, 762–766.
- Li, W. (2022). Group-Based Trajectory And Predictors Of Anxiety And Depression Among Chinese Breast Cancer Patients.
- Margaretha. (2023). Anxiety First Aid.



- Mastan, J. A., Rotty, L. W. A., Haroen, H., Hendratta, C., & Lasut, P. (2024). Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi. *Medical Scope Journal*, 6(2), 197–202.
- Mulyana. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif* (L. Oktavera (Ed.)). Cv Toahar Media.
- Ns, Lldya Maji Lautan, Ns Elisabeth Wahyuni Savitri. (2021). *Tingkat Kecemasan Perawat Dimasa Adaptasi Kecemasan Baru*.
- Nuridin, S., & Peristiowati, Y. (2024). *Literatur Review : Pengaruh Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan The Effect Of Five Finger Hypnosis On Decline Anxiety Level : Literature Review Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Muhammadiyah Sidrap Institut Ilmu Kesehatan Strada I*. 3(1), 9–20.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (P. P. Lestari (Ed.); 5th Ed., P. 504).
- Putra, Sitiatawa Rizema. (2015). *Buku Lengkap Kanker Payudara*.
- Rahma Widyana, Sumiharso, R. M. S. (2022). *Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sample Indonesian Adult Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sam*. January 2020.
- Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2025). *Pengaruh Kecemasan Terhadap Kepatuhan Pengobatan Kanker Payudara Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta , Indonesia Universitas Negeri Padang , Indonesia Universitas Sumatera Utara , Indonesia Universitas Islam Negeri Sumatera Utara , Indonesia*.
- Roslinadewi. (2021). *Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur,Patigue Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara*.
- Syarifah. (2023). *Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari* (M. Nasrudin (Ed.)).
- Syarifah, A. (2024). *Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnotis Lima Jari* - Google Books.
- Umar, E. (2023). *Buku Ajar Manajemen S1 Keperawatan Jilid 1*.
- Widiyono. (2022). *Buku Ajar Terapi Komplementer Keperawatan* ( Penerbit Lembaga Cahkra Brahmanda Lentera (Ed.); Penerbit L).



- Zhong, P. (2025). Mechanisms, Assessment, And Exercise Interventions For Skeletal Muscle Dysfunction Post-Chemotherapy In Breast Cancer: From Inflammation Factors To Clinical Practice.
- Anggrani. (2024). Yoga Sebagai Terapi Komplementer Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Dengan Kanker Payudara. 15(4), 822–825.
- Anita, S. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari (M. Nasrudin (Ed.)).
- Anjar, F., Setyani, R., Milliani, C. D., Tetap, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., Rapih, P., Sakit, R., & Rahayu, P. (2020). Issn 2654-6191 (Print). 2(2), 170–176.
- Ardiani, A. I. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Yang Akan Menjalani Kemoterapi. At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam, VIII(I), 1–19.
- Bachtiar, Siti Maryan. (2022). Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Kanker Payudara Dengan Teknik Guided Imagery.
- Depresyon, D. D., Ölçeği, S., Çalışması, G., Shayan, N. A., & Niazi, A. (2021). Depression , Anxiety , And Stress Scales 42 ( DASS-42 ) In Dari-Language : Validity And Reliability Study In Adults ,. 9(3), 356–362.
- Dewi, R., Panduragan, S. L., Umar, N. S., Yulianti, M., & Budhiana, J. (2022). The Five-Finger Relaxation Techniques On Anxiety, Stress And Quality Of Life In Breast Cancer Patients. Malaysian Journal Of Medicine And Health Sciences, 18, 96–100.
- Imelisa, R. (2021). Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial (N. S. K. . Nia Restiana, M.Kep. (Ed.); 1st Ed.). Edu Publisher.
- Islamaria, R. (2022). Modul Praktikum Keperawatan Jiwa 1 ( Penerbit B. Lantera (Ed.); 1st Ed.). Chakra Brahmada Lantera.
- Junaidin. (2023). Psikologi Umum.
- Khadija, S., & Mazdaif, Y. (2025). Implementasi Terapi Hipnosis 5 Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Ca Mammæ. Jurnal Penelitian Nusantara, 1, 762–766.
- Li, W. (2022). Group-Based Trajectory And Predictors Of Anxiety And Depression Among Chinese Breast Cancer Patients.
- Margaretha. (2023). Anxiety First Aid.
- Mastan, J. A., Rotty, L. W. A., Haroen, H., Hendratta, C., & Lasut, P. (2024). Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Pasien Kanker Yang Menjalani



- Kemoterapi. Medical Scope Journal, 6(2), 197–202.
- Mulyana. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif (L. Oktavera (Ed.)). Cv Toahar Media.
- Ns, Lldya Maji Lautan, Ns Elisabet Wahyuni Savitri. (2021). Tingat Kecemasan Perawat Dimasa Adaptasi Kecemasan Baru.
- Nuridin, S., & Peristiowati, Y. (2024). Literatur Review : Pengaruh Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan The Effect Of Five Finger Hypnosis On Decline Anxiety Level : Literature Review Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Muhammadiyah Sidrap Institut Ilmu Kesehatan Strada I. 3(1), 9–20.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis (P. P. Lestari (Ed.); 5th Ed., P. 504).
- Putra, Sitiatawa Rizema. (2015). Buku Lengkap Kanker Payudara.
- Rahma Widyana, Sumiharso, R. M. S. (2022). Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sample Indonesian Adult Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sam. January 2020.
- Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2025). Pengaruh Kecemasan Terhadap Kepatuhan Pengobatan Kanker Payudara Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta , Indonesia Universitas Negeri Padang , Indonesia Universitas Sumatera Utara , Indonesia Universitas Islam Negeri Sumatera Utara , Indonesia.
- Roslinadewi. (2021). Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur,Patigue Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara.
- Syarifah. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari (M. Nasrudin (Ed.)).
- Syarifah, A. (2024). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnotis Lima Jari - Google Books.
- Umar, E. (2023). Buku Ajar Manajemen S1 Keperawatan Jilid 1.
- Widiyono. (2022). Buku Ajar Terapi Komplementer Keperawatan ( Penerbit Lembaga Cahkra Brahmanda Lentera (Ed.); Penerbit L).
- Zhong, P. (2025). Mechanisms, Assessment, And Exercise Interventions For Skeletal Muscle Dysfunction Post-Chemotherapy In Breast Cancer: From Inflammation Factors To Clinical Practice.



- Anggrani. (2024). Yoga Sebagai Terapi Komplementer Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Dengan Kanker Payudara. 15(4), 822–825.
- Anita, S. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari (M. Nasrudin (Ed.)).
- Anjar, F., Setyani, R., Milliani, C. D., Tetap, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., Rapih, P., Sakit, R., & Rahayu, P. (2020). Issn 2654-6191
- Ardiani, A. I. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Yang Akan Menjalani Kemoterapi. At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam, VIII(1), 1–19.
- Bachtiar, Siti Maryan. (2022). Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Kanker Payudara Dengan Teknik Guided Imagery.
- Depresyon, D. D., Ölçeği, S., Çalışması, G., Shayan, N. A., & Niazi, A. (2021). Depression , Anxiety , And Stress Scales 42 ( DASS-42 ) In Dari-Language : Validity And Reliability Study In Adults ,. 9(3), 356–362.
- Dewi, R., Panduragan, S. L., Umar, N. S., Yulianti, M., & Budhiana, J. (2022). The Five-Finger Relaxation Techniques On Anxiety, Stress And Quality Of Life In Breast Cancer Patients. Malaysian Journal Of Medicine And Health Sciences, 18, 96–100.
- Imelisa, R. (2021). Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial (N. S. K. . Nia Restiana, M.Kep. (Ed.); 1st Ed.). Edu Publisher.
- Islammarida, R. (2022). Modul Praktikum Keperawatan Jiwa 1 ( Penerbit B. Lantera (Ed.); 1st Ed.). Chakra Brahmada Lantera.
- Junaidin. (2023). Psikologi Umum.
- Khadija, S., & Mazdaif, Y. (2025). Implementasi Terapi Hipnosis 5 Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Ca Mammae. Jurnal Penelitian Nusantara, 1, 762–766.
- Li, W. (2022). Group-Based Trajectory And Predictors Of Anxiety And Depression Among Chinese Breast Cancer Patients.
- Margaretha. (2023). Anxiety First Aid.
- Mastan, J. A., Rotty, L. W. A., Haroen, H., Hendratta, C., & Lasut, P. (2024). Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi. Medical Scope Journal, 6(2), 197–202.
- Mulyana. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif (L. Oktavera (Ed.)). Cv Toahar Media.



- Ns, Lldya Maji Lautan, Ns Elisabet Wahyuni Savitri. (2021). *Tingkat Kecemasan Perawat Dimasa Adaptasi Kecemasan Baru*.
- Nurdin, S., & Peristiowati, Y. (2024). *Literatur Review : Pengaruh Hypnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan The Effect Of Five Finger Hypnosis On Decline Anxiety Level : Literature Review Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Muhammadiyah Sidrap Institut Ilmu Kesehatan Strada I*. 3(1), 9–20.
- Nurpeni, S. (N.D.). *No Title*. 1.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (P. P. Lestari (Ed.); 5th Ed., P. 504).
- Putra, Sitiatava Rizema. (2015). *Buku Lengkap Kanker Payudara*.
- Rahma Widyana, Sumiharso, R. M. S. (2022). *Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sample Indonesian Adult Psychometric Properties Of Internet-Administered Version Of Depression , Anxiety And Stress Scales ( Dass-42 ) In Sam*. January 2020.
- Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2025). *Pengaruh Kecemasan Terhadap Kepatuhan Pengobatan Kanker Payudara Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta , Indonesia Universitas Negeri Padang , Indonesia Universitas Sumatera Utara , Indonesia Universitas Islam Negeri Sumatera Utara , Indonesia*.
- Roslinadewi. (2021). *Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur,Patigue Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara*.
- S2yarifah. (2023). *Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnosis Lima Jari* (M. Nasrudin (Ed.)).
- Syarifah, A. (2024). *Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnotis Lima Jari* - Google Books.
- Umar, E. (2023). *Buku Ajar Manajemen S1 Keperawatan Jilid 1*.
- Widiyono. (2022). *Buku Ajar Terapi Komplementer Keperawatan* ( Penerbit Lembaga Cahkra Brahmanda Lentera (Ed.); Penerbit L).
- Zhong, P. (2025). *Mechanisms, Assessment, And Exercise Interventions For Skeletal Muscle Dysfunction Post-Chemotherapy In Breast Cancer: From Inflammation Factors To Clinical Practice*.



STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



# LAMPIRAN

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN





PENGAJUAN JUDUL PROPOSAL

JUDUL PROPOSAL : Pengaruh Terapi Dietasi Lupa Jari  
Tanahdar Tinggi Kesehatan Pada Pasien  
Kanker Nyeri dan Penyakit Lain Pada Pasien  
Tahun 2018

Nama mahasiswa : Petara Euland Rumbur

NIM : 032022037

Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan

Menyetujui,  
Ketua Program Studi Ners

Lindawati Tarzanipahan S.Kep. Ns., M.Kep

Medan, 11 Agustus 2018

Mahasiswa,

Petara E. Rumbur



YAYASAN SANTA ELISABETH  
RUMAH SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN  
Jl. Haji Miftah No. 7 Telp : (061) 4144737 - 4512455 - 4144249  
Fax : (061) 4143168 Email : rsmeda@yahoo.co.id  
Website : <http://www.rsmeda.id>  
MEDAN - 20152



Medan, 15 Juli 2025

Nomor : 1140/Dir-RSE/K/VII/2025

Kepada Yth,  
Ketua STIKes Santa Elisabeth  
di  
Tempat

*Perihal : Ijin Pengambilan Data Awal Penelitian*

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat dari Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor : 885/STIKes/RSE-Penelitian/VII/2025 perihal : *Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian*, maka bersama ini kami sampaikan permohonan tersebut dapat kami setujui.

Adapun Nama Mahasiswa dan Judul Penelitian adalah sebagai berikut :

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN
1.	Petrus Edzaed Purna	032022037	Pengaruh Hipotesis Terapi Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,  
Rumah Sakit Santa Elisabeth

dr. Eddy Jefferson, Sp.OT (K) Sports Injury  
Direktur

Cc. Arrip



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
SANTA ELISABETH MEDAN**

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang  
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509, Whatsapp : 0813 7678 2565 Medan - 20131  
E-mail: stikes\_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 07 November 2025

Nomor : 1589/STIKes/RSE-Penelitian/XI/2025

Lamp. :-

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.:  
Direktur  
Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan  
di-  
Tempat.

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian studi pada Prodi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Bapak untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini, yaitu:

No	Nama	NIM	Judul
1	Lenny Sastryana Simbolon	032022024	Pengaruh Edukasi <i>Caring Behavior</i> Perawat Terhadap Kepuasan Pasien Di Ruangan Santa Laura Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025
2	Linda Teresia Pasaribu	032022025	Gambaran Status Nutrisi Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025
3	Petrus Eduard Purba	032022037	Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025
4	Putri Diani Situmorang	032022085	Hubungan Spiritualitas Dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025
5	Rencan Eka Siregar	032022087	Gambaran Pelayanan Keperawatan Pasien BPJS Dan Non BPJS Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terimakasih.



Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc  
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip





**STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**  
**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN**

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes\_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN**  
**HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN**

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
**DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION**  
**"ETHICAL EXEMPTION"**  
No. 173/KEPK-SE/PE-DT/XI/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:  
*The research protocol proposed by*

Peneliti Utama : Petrus Eduard Purba  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan  
*Name of the Institution*

Dengan Judul:  
*Title*

**"Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 07 November 2025 sampai dengan tanggal 07 November 2026.

*This declaration of ethics applies during the period November 07, 2025 until November 07, 2026.*



Mestiana Br. Koro, M.Kep. DNSc.



**YAYASAN SANTA ELISABETH**  
**RUMAH SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN**  
JL. Haji Misbah No. 7 Telp : (061) 4144737 – 4512455 – 4144240  
Fax : (061)-4143168 Email : rsemdn@yahoo.co.id  
Website : <http://www.rssemdan.id>  
MEDAN – 20152



TERAKREDITASI PARIPURNA

Medan, 12 November 2025

Nomor : 1917/Dir-RSE/K/XI/2025

Kepada Yth,  
Ketua STIKes Santa Elisabeth  
di  
Tempat

**Perihal : Ijin Penelitian**

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat dari Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor : 1589/STIKes/RSE-Penelitian/XI/2025 perihal : *Permohonan Ijin Penelitian*, maka bersama ini kami sampaikan permohonan tersebut dapat kami setujui.

Adapun Nama – nama Mahasiswa dan Judul Penelitian adalah sebagai berikut :

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN
1.	Lenny Sastryana Simbolon	032022024	Pengaruh Edukasi <i>Caring Behavior</i> Perawat Terhadap Kepuasan Pasien di Ruangan Santa Laura Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.
2.	Linda Teresia Pasaribu	032022025	Gambaran Status Nutrisi Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.
3.	Petrus Eduard Purba	032022037	Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.
4.	Putri Diani Situmorang	032022085	Hubungan Spiritualitas Dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.
5.	Rencan Eka Siregar	032022087	Gambaran Pelayanan Keperawatan Pasien BPJS Dan Non BPJS di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,  
Rumah Sakit Santa Elisabeth

dr. Eddy Jefferson, Sp.OT(K), Sports Injury  
Direktur

Cc. Arsip



**YAYASAN SANTA ELISABETH**  
**RUMAH SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN**  
JL. Haji Misbah No. 7 Telp : (061) 4144737 – 4512455 – 4144240  
Fax : (061)-4143168 Email : rsemdn@yahoo.co.id  
Website : <http://www.rssemdan.id>  
MEDAN – 20152



TERAKREDITASI PARIPURNA

Medan, 10 Desember 2025

Nomor : 2175/Dir-RSE/K/XII/2025

Kepada Yth,  
Ketua STIKes Santa Elisabeth  
di  
Tempat

**Perihal : Selesai Penelitian**

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat dari Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor : 1589/STIKes/RSE-Penelitian/XI/2025 perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**, maka bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melakukan penelitian.

Adapun Nama Mahasiswa, Judul Penelitian dan Tanggal Penelitian adalah sebagai berikut :

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN	TGL. PENELITIAN
1	Petrus Eduard Purba	032022037	Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.	17 November – 09 Desember 2025

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,  
Rumah Sakit Santa Elisabeth

dr. Eddy Jefferson, Sp. OP (K), Sports Injury  
Direktur

Cc. Arsip





Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Petrus edward purba

NIM : 032022037




Judul : Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap  
Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Di  
Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025

Nama Pembimbing I : Dr.Lilis Novitarum S.Kep., Ns., M.Kep

Nama Pembimbing II : Anita Ndruru, S.Kep.,Ns.,M.Kep




No	HARI/ TGL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB 2
1.	Jumat 12.12.	Dr. Lilis	Jurnal Penelitian kefusi / penelitian kefusi / penelitian		



2.		Dr. Hris Kerabatam	Pemeriksaan Lupa 5 hari kemudian Alam 3 hari tentang prosedur alat prosedur kita panti		
3.	Sabtu (3-12)	Dr. Hris Kerabatam	Kembahasan tentang Kematangan Jurnal Kesehatan, Kata Kematangan Kata Kata Panti		
4.	Sabtu (5-12)	Dr. Hris Kerabatam	Kembahasan tentang Kata Kematangan Kata Kematangan Kata Kematangan		





5.	Senin 11.12	Da. hris Kerapuhan	Cara memonitoring dalam home data dalam pemantauan sese orang Memantau data Demersus		
6.	Sabtu 13.12	Harjo Kholan S. G. C. S. D. D. D.	Memantau pemantauan dalam Kontak langsung dalam pemantauan cara memonitoring dalam pemantauan dalam pemantauan dalam pemantauan		
7.	Sabtu	Da. hris Kerapuhan	Ace up		



8.	Senin 15/12	Amfio Nabara Slip. Ke. N. Lar	Membahas tentang Membahas Soma Dron Berani akurisasi		
9.	Senin 15/12	Amfio Nabara Slip. Ke. N. Lar	Membahas tentang Membahas Berani dan hama dan karena lusa		
10	Senin 16/12	Amfio Nabara Slip. Ke. N. Lar	Membahas tentang Membahas data dan Berani data		









3	Senin 24/05/2020	Dr. Wili Wardaharum S.Kep.Ns.M.Kep	Konsep tentang Manajemen Basis I include M.C.G.C. Value dipandang dan in dipandang		
4	Senin 24/05/2020	Amita Ridwan S.Kep.Ns.M.Kep	Konsep tentang Basis I dan Sistematisasi Kesehatan Santa Elisabeth. Serta mencari Pustaka Kesehatan untuk Kesehatan Kesehatan.		
5	Senin 24/05/2020	Dr. Wili Wardaharum S.Kep.Ns.M.Kep	Konsep tentang Basis I dan Basis IV, Mencari Buku dan Literatur dalam Penelitian • Tema dalam Basis I • Penelitian		





1	Senin 20/01/20	Dr. Hest Pemeriksaan S. 20. 01. 19. 60	Revisi feufang Pemeriksaan Karies dan • perawatan / mencegah dokter gigi dan mulut Stek dan Stok • perawatan Dental • perawatan lantai gigi • perawatan tindakan Pemeriksaan Ase Uptan	
---	-------------------	--	---	--



02	Siswa 10/05/2020	Angka Putro Rizki M. L.	Konsep Perawatan Gigi I kelas Konsultasi kedokteran M. S. G. S.	
----	---------------------	----------------------------	--	--





08	08/08/25	Asst. kebidan Skr. nr. 14.60	Bimbingan tentang Pemeriksaan, asuhan keperawatan dan pemberian obat keperawatan	
10	05/08/25	Asst. kebidan Skr. nr. 07.60	Bimbingan tentang Asuhan keperawatan pemeriksaan dan pemberian obat keperawatan	



Buku Revisi Proposal dan Skripsi Final Tahun Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan



REVISI PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Petrus Eduard Purba  
NIM : 032022037  
Judul : Pengaruh Terapi Hipnosis Distraksi Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025  
Nama Penguji I : Dr. Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep  
Nama Penguji II : Anita Ndrara, S.Kep., Ns., M.Kep  
Nama Penguji III : Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep., Ns., M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PENGUJI	PEMBAHASAN	PARAF		
				PENGUJI 1	PENGUJI 2	PENGUJI 3
1	Senin 12/09/2022	Penguji 1	Revisi Proposisi Bab II dan melate kesimpulan			
2	Rabu 13/09/2022	Penguji 3	Revisi bab III dan melate kesimpulan dan kesimpulan data			



3	Jumat 13/08/20	Kelompok 2	Rencana Riset 2 dan Riset literatur Riset Jurnal				
4	Cara 20/08/20	Kelompok 3	Rencana Riset Rencana Rencana				
5	Kamis 20/08/20		Rencana family				



**Kuesioner**  
**Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)**

Keterangan:

0 : Tidak ada atau tidak pernah

1 : Sesuai dengan yang dialami sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang

2 : Sering

3 : Sangat sesuai dengan yang dialami, atau hampir setiap saat.

No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Menjadi marah karena hal-hal kecil/sepele				
2.	Mulut terasa kering				
3.	Tidak dapat melihat hal yang positif dari suatu kejadian				
4.	Merasakan gangguan dalam bernapas (napas cepat, sulit bernapas)				
5.	Merasa sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan				
6.	Cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
7.	Kelemahan pada anggota tubuh				
8.	Kesulitan untuk relaksasi/bersantai				
9.	Cemas yang berlebihan dalam suatu situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir				
10.	Pesimis				
11.	Mudah merasa kesal				
12.	Merasa banyak menghabiskan energi karena cemas				
13.	Merasa sedih dan depresi				
14.	Tidak sabaran				



15.	Kelelahan				
16.	Kehilangan minat pada banyak hal (misal: makan, ambulasi, sosialisasi)				
	Aspek Penilaian	0	1	2	3
17.	Merasa diri tidak layak				
18.	Mudah tersinggung				
19.	Berkeringat (misal: tangan berkeringat) tanpa stimulasi oleh cuaca maupun latihan fisik				
20.	Ketakutan tanpa alasan yang jelas				
21.	Merasa hidup tidak berharga				
22.	Sulit untuk beristirahat				
23.	Kesulitan dalam menelan				
24.	Tidak dapat menikmati hal-hal yang saya lakukan				
25.	Perubahan kegiatan jantung dan denyut nadi tanpa stimulasi oleh latihan fisik				
26.	Merasa hilang harapan dan putus asa				
27.	Mudah marah				
28.	Mudah panik				
29.	Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				
30.	Takut diri terhambat oleh tugas-tugas yang tidak biasa dilakukan				
31.	Sulit untuk antusias pada banyak hal				
32.	Sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				



33.	Berada pada keadaan tegang				
34.	Merasa tidak berharga				
35.	Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang Anda lakukan				
36.	Ketakutan				
37.	Tidak ada harapan untuk masa depan				
38.	Merasa hidup tidak berarti				
No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
39.	Mudah gelisah				
40.	Khawatir dengan situasi saat diri Anda mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri				
41.	Gemetar				
42.	Sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu				

- Skala depresi : 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42.
- Skala kecemasan : 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41.
- Skala stress : 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39.

#### Indikator Kecemasan

Tingkat	Depresi	Kecemasan	Stress
Normal	0-9	0-7	0-14
Ringan	10-13	8-9	15-18
Sedang	14-20	10-14	19-25
Parah	21-27	15-19	26-33
Sangat Parah	>28	>20	>34



### MASTER DATA

PRE TEST																	TOTAL
Resp	Inisial	Umur	P2	P4	P7	P9	P15	P19	P20	P23	P25	P28	P30	P36	P40	P41	
1	Ny.M	58	3	0	3	0	3	2	0	0	0	0	0	0	0	1	12
2	Ny.M	47	3	0	1	0	2	3	0	0	0	0	3	0	0	0	12
3	Ny.A	65	3	0	3	1	3	0	0	1	0	0	1	0	0	2	14
4	Ny.J	33	3	0	3	2	1	1	1	1	0	1	3	1	2	1	20
5	Ny.S	68	3	1	3	1	3	3	3	3	2	0	2	0	2	3	29
6	Ny.R	51	3	2	0	1	3	3	0	3	2	0	3	0	0	3	23
7	Ny.T	76	0	2	3	0	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	9
8	Ny.S	61	0	0	2	1	1	0	0	0	1	2	2	0	0	0	9
9	Ny.O	66	0	1	2	2	2	0	2	0	0	0	2	0	0	0	11
10	Ny.H	66	0	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	17
11	Ny.S	61	3	0	3	1	3	0	2	1	3	0	2	0	3	0	21
12	Ny.M	68	0	0	3	3	0	0	2	0	3	3	2	2	1	0	19

PRE TEST																	TOTAL
Resp	Inisial	Umur	P2	P4	P7	P9	P15	P19	P20	P23	P25	P28	P30	P36	P40	P41	
1	Ny.M	58	3	0	3	0	3	2	0	0	0	0	0	0	0	1	12
2	Ny.M	47	3	0	1	0	2	3	0	0	0	0	3	0	0	0	12
3	Ny.A	65	3	0	3	1	3	0	0	1	0	0	1	0	0	2	14
4	Ny.J	33	3	0	3	2	1	1	1	1	0	1	3	1	2	1	20
5	Ny.S	68	3	1	3	1	3	3	3	3	2	0	2	0	2	3	29
6	Ny.R	51	3	2	0	1	3	3	0	3	2	0	3	0	0	3	23
7	Ny.T	76	0	2	3	0	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	9
8	Ny.S	61	0	0	2	1	1	0	0	0	1	2	2	0	0	0	9
9	Ny.O	66	0	1	2	2	2	0	2	0	0	0	2	0	0	0	11
10	Ny.H	66	0	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	17
11	Ny.S	61	3	0	3	1	3	0	2	1	3	0	2	0	3	0	21
12	Ny.M	68	0	0	3	3	0	0	2	0	3	3	2	2	1	0	19

### NORMALITY DATA

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre	,195	12	,200*	,910	12	,213
Post	,157	12	,200*	,929	12	,372

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction





## HASIL OUTPUT SPSS

### Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper			
Pair 1	Pre - Post	5,417	4,144	1,196	2,784 8,050	4,528	11	,001

### Descriptives

		Statistic	Std. Error
Pre	Mean	15,75	1,784
	95% Confidence Interval for Lower Bound	11,82	
	Mean Upper Bound	19,68	
	5% Trimmed Mean	15,39	
	Median	13,50	
	Variance	38,205	
	Std. Deviation	6,181	
	Minimum	9	
	Maximum	29	
	Range	20	
	Interquartile Range	9	
	Skewness	,940	,637
	Kurtosis	,240	1,232
Post	Mean	10,67	1,137
	95% Confidence Interval for Lower Bound	8,16	
	Mean Upper Bound	13,17	
	5% Trimmed Mean	10,63	
	Median	11,00	
	Variance	15,515	
	Std. Deviation	3,939	
	Minimum	5	
	Maximum	17	
	Range	12	
	Interquartile Range	7	
	Skewness	-,152	,637
	Kurtosis	-1,132	1,232





**Kat\_Usia**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa Awal	1	8,3	8,3	8,3
	Lansia Awal	2	16,7	16,7	25,0
	Lansia Akhir	4	33,3	33,3	58,3
	Manula	5	41,7	41,7	100,0
	Total	12	100,0	100,0	

**Pre**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	2	16,7	16,7	16,7
	11	1	8,3	8,3	25,0
	12	2	16,7	16,7	41,7
	13	1	8,3	8,3	50,0
	14	1	8,3	8,3	58,3
	17	1	8,3	8,3	66,7
	19	1	8,3	8,3	75,0
	21	1	8,3	8,3	83,3
	23	1	8,3	8,3	91,7
	29	1	8,3	8,3	100,0
	Total	12	100,0	100,0	

**Post**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	2	16,7	16,7	16,7
	7	2	16,7	16,7	33,3
	10	1	8,3	8,3	41,7
	11	2	16,7	16,7	58,3
	13	1	8,3	8,3	66,7
	14	3	25,0	25,0	91,7
	17	1	8,3	8,3	100,0
	Total	12	100,0	100,0	



DOKUMENTASI

