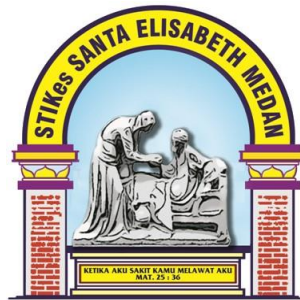


SKRIPSI

PENGARUH RELAKSASI SELF HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2024



Oleh:

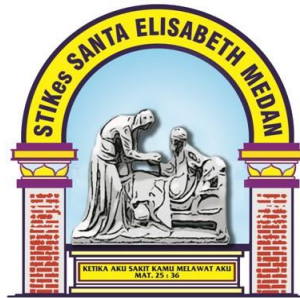
Luhut Pandapotan Harianja
NIM. 042023016

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SANTA ELISABETH MEDAN
2024**



SKRIPSI

**PENGARUH RELAKSASI SELF HIPNOSIS LIMA JARI
TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN YANG
MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH
SAKIT SANTAELISABETH
MEDAN TAHUN 2024**



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

Oleh:

Luhut Pandapotan Harianja
NIM. 042023016

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
SANTA ELISABETH MEDAN
2024**



LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Luhut Pandapotan Harianja
NIM : 042023016
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

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

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



(Luhut Pandapotan Harianja)



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

Tanda Persetujuan

Nama : Luhut Pandapotan Harianja
NIM : 042023016
Judul : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan
Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa
Elisabeth Medan Tahun 2024

Menyetujui Untuk Diujikan Pada Ujian Sidang Jenjang Sarjana Keperawatan
Medan, 8 Juni 2024

Pembimbing II

(Murni Sari Dewi Simanullang.,Ns.,M.Kep)

Pembimbing I

(Friska Sri Handayani Ginting.,Ns.,M.Kep)

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

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



PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Telah diuji

Pada tanggal, 8 Juni 2024

Ketua :

Friska Sri Handayani Ginting, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Anggota :

1. Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep.,Ns.,M.Kep

2. Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep

**Mengetahui
Ketua Program Studi Ners**

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



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

Tanda Pengesahan

Nama : Luhut Pandapotan Harianja
NIM : 042023016
Judul : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada
Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth
Medan Tahun 2024

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Diperhatikan Dihadapan Tim Penguji Sebagai
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Medan, 8 Juni 2024 dan dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Penguji 1 : Friska Sri Handayani Ginting, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Penguji 2 : Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Penguji 3 : Lindawati F.Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

Mengesahkan
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Santa Elisabeth Medan

(Lindawati F.Tampubolon, Ns., M.Kep) (Mestiana Br. Karo, M.Kep.,DNSe)



**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Luhut Pandapotan Harinja
Nim : 042023016
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demikian perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan hak bebas Royalti Non - eksklusif (*Non - exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah Saya yang berjudul: **Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.**

Dengan hak bebas royalti Non - eksklusif ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (data base) merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.
Demikian pernyataan ini saya perbuat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 8 Juni 2024
Yang Menyatakan

(Luhut Pandapotan Harianza)



ABSTRAK

Luhut Pandapotan Harianja, 042023016

Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

Program studi Ners 2024

(xix + 76 + lampiran)

Kecemasan adalah emosi tanpa objek yang spesifik yang dapat dialami oleh semua orang dalam situasi- situasi tertentu. Kecemasan yang di alami oleh pasien yang menjalani kemoterapi diakibatkan oleh efek samping ke fisik ialah seperti mual, muntah, rambut rontok, dan hot flashes, dan juga efek psikologis. Untuk mengatasi kecemasan tersebut, seseorang akan mencoba untuk mengimplementasikan tindakan adaptif atau mekanisme pertahanan, contohnya seperti teknik relaksasi. Salah satu teknik relaksasi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan yaitu terapi *self-hypnosis lima jari*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. Rancangan penelitian yang digunakan adalah pra eksperimental *one-group pretest-posttest design* dengan populasi seluruh pasien yang menjalani kemoterapi yang mengalami kecemasan. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret - Mei 2024. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi yang ditetapkan dengan jumlah sampel 24 orang. Instrumen yang digunakan adalah standar operasional prosedur *self-hypnosis lima jari* dan tingkat kecemasan diukur melalui lembar observasi *Hamilton Rating Scale for Anxiety* yang sudah dimodifikasi oleh Delima Silitonga (2014). Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon signed-rank test* yang dilakukan pada pasien, diperoleh nilai $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Kesimpulannya yaitu berpengaruh terapi *self hypnosis lima jari* terhadap tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024. Saran yang disampaikan adalah pasien dapat melakukan *self hypnosis* untuk mengurangi kecemasan.

Kata Kunci : Terapi relaksasi self hypnosis lima jari, kecemasan
Daftar Pustaka Indonesia (2014-2024)



ABSTRACT

Luhut Pandapotan Harianja, 042023016

The Effect of Five Finger Self Hypnosis Relaxation on Anxiety in Patients Undergoing
Chemotherapy at Santa Elisabeth Hospital Medan 2024

Nursing study program 2024
(xix + 76 + attachments)

Anxiety is an emotion without a specific object that can be experienced by everyone in certain situations. The anxiety experienced by patients undergoing chemotherapy is caused by physical side effects such as nausea, vomiting, hair loss, and hot flashes, as well as psychological effects. To overcome this anxiety, a person will try to implement adaptive actions or defense mechanisms, for example such as relaxation techniques. One of the relaxation techniques used to overcome anxiety is five finger self-hypnosis therapy. The aim of this study was to determine the effect of five finger self-hypnosis relaxation on anxiety in patients undergoing chemotherapy. The research design used is a pre-experimental one-group pretest-posttest design with a population of all patients undergoing chemotherapy who experienced anxiety. This research is carried out in March - May 2024. The sampling technique used is purposive sampling based on the inclusion criteria determined with a sample size of 24 people. The instrument used is the standard operational five-finger self-hypnosis procedure and the level of anxiety was measured using the Hamilton Rating Scale for Anxiety observation sheet which have been modified by Delima Silitonga (2014). Based on the results of the Wilcoxon signed-rank test statistical test carried out on patients, a value of $p = 0.000$ was obtained where $p < 0.05$. The conclusion is that the effect of five-finger self-hypnosis therapy on the anxiety level of patients undergoing chemotherapy. The suggestion given is that patients can do self-hypnosis to reduce anxiety.

Keywords: Five finger self hypnosis relaxation therapy, anxiety
Indonesian Bibliography (2014-2024)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena rahmat karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Adapun judul skripsi ini adalah **“Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024”**. Skripsi ini bertujuan untuk melengkapi tugas dalam menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

Penyusunan skripsi ini telah banyak mendapat bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Mestiana Br Karo, Ns., M.Kep., DNSc selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti serta menyelesaikan pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
2. Dr. Eddy Jeferson Ritonga, Sp.Ort (K) selaku direktur Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan yang telah memberikan izin melakukan penelitian kepada pasien yang sudah menjalani kemoterapi.
3. Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua program studi Ners dan sebagai dosen penguji III saya, yang telah mengizinkan memberikan kesempatan, untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
4. Friska Sri Handayani Ginting, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing I dan Penguji I yang telah sabar dan banyak memberikan waktu, dalam membimbing dan memberikan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing II dan Penguji II yang telah sabar dan banyak memberikan waktu, dalam membimbing dan memberikan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.



6. Seluruh tenaga pengajar dan tenaga kependidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan yang telah membimbing, mendidik dan membantu penulis selama masa pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
7. Teristimewa kepada orangtua tercinta ayahanda Jaihot Harianja dan Ibunda tercinta Sarlina Hasibuan mengucapkan terimakasih yang dalam atas usaha dan pengorbanan yang diberikan sehingga saya dapat menempuh pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
8. Seluruh rekan- rekan sejawat dan seperjuangan Program Studi Ners Kelas 16 yang saling memberikan motivasi dan doa dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan dan penulisan ini masih sangat jauh dari kesempurnaan baik isi maupun tehnik penulisan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak sehingga menjadi bahan masukan peneliti untuk masa yang akan datang, khususnya dalam bidang pengetahuan ilmu keperawatan.

Medan, 8 Juni 2024

Penulis

(Luhut Pandapotan Harianja)



DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN.....	i
LEMBARAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBARAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	viiiiv
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR BAGAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat Praktis.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Kanker.....	8
2.1.1 Defenisi.....	8
2.1.2 Jenis Kanker.....	8
2.1.3 Penatalaksanaan Untuk Kanker.....	9
2.2 Kemoterapi.....	11
2.2.1 Defenisi.....	11
2.2.2 Tujuan.....	11
2.2.3 Cara pemberian kemoterapi.....	12
2.2.4 Obat Kemoterapi Pada Kanker.....	12
2.2.5 Efek samping kemoterapi.....	14
2.3. Kecemasan.....	18
2.3.1 Defenisi.....	18
2.3.2 Penyebab kecemasan.....	19
2.3.3 Tingkat kecemasan.....	20
2.3.4. Alat ukur kecemasan.....	22
2.4. Terapi Self hipnosis lima jari.....	23
2.4.1. Defenisi.....	23
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	26
3.1 Kerangka Konsep.....	26



3.2 Hipotesis Penelitian	27
BAB 4 METODE PENELITIAN	28
4.1 Rancangan Penelitian	28
4.2 Populasi Dan Sampel	28
4.2.1 Populasi	28
4.2.2 Sampel	29
4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional	29
4.3.1 Variabel Penelitian	29
4.3.2 Defenisi Operasional	30
4.4 Instumen Penelitian	31
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	33
4.5.1 Lokasi penelitian	33
4.5.2 Waktu Penelitian	33
4.6 Prosedur Pengambilan Data Dan Pengumpulan Data	33
4.6.1 Pengambilan Data	33
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data	33
4.6.3 Uji validitas dan reliabilitas	35
4.7 Kerangka Operasional	37
4.8 Analisa Data	38
4.9 Etika Penelitian	39
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	41
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian	41
5.2 Hasil Penelitian	42
5.2.1 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sebelum Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	43
5.2.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sesudah Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	44
5.2.3 Pengaruh relaksasi self hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024	44
5.3 Pembahasan	45



5.3.1 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sebelum Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	45
5.3.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sesudah Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	46
5.3.3 Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	48
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN	50
6.1 Simpulan	50
6.2 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	55
Pengajuan Judul.....	56
Usulan Judul	57
Permohonan Pengambilan Data Awal.....	58
Permohonan Izin Penelitian.....	59
Surat Bimbingan Proposal	60
Surat Revisi Proposal	63
Surat Selesai Penelitian.....	65
Lembar Kuesioner.....	66
Lembar SOP	69
Dokumentasi.....	72
Hasil Output Penelitian	73
Master Data Penelitian	76
Lembar Konsul	77



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	30
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024.....	42
Tabel 5.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sebelum Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	44
Tabel 5.3 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sesudah Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024	44
Tabel 5.4 Pengaruh relaksasi self hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024	44



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1. Kerangka Konsep Penelitian “Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.....	26
Bagan 4.2 Kerangka Operasional Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.....	36

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kanker merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan kematian pada penduduk dunia. Kanker adalah penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan dan penyebaran sel yang tidak normal, yang jika tidak dikendalikan dapat menyebabkan kematian (Mori et al., 2018). Menurut Tiala et al (2023), pertumbuhan sel tidak normal dan berkembang secara terus menerus sehingga menyebar ke seluruh jaringan sering disebut sebagai kanker. Penderita kanker tidak hanya menyerang orang dewasa saja, tetapi banyak juga yang menyerang anak-anak. (Marpaung & Sinaga, 2019).

Kecemasan merupakan suatu perasaan kekhawatiran sesuatu yang buruk akan terjadi disertai gejala-gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tangan gemetar (Akkol-Solakoglu & Hevey, 2023). Kecemasan yang berlebihan menimbulkan terjadinya insomnia, berkurangnya rasa percaya diri, dan rendahnya kepatuhan dalam pengobatan (Lv et al., 2023).

Ada beberapa gejala kecemasan antara lain gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, sakit perut, dan sesak napas, serta perubahan perilaku seperti gelisah, bicara cepat, dan reaksi terkejut yang berlebihan. Pasien kanker yang mengalami kecemasan dapat mengalami kesedihan, keputusasaan, pesimisme, perasaan gagal, ketidakpuasan terhadap hidupnya, perasaan rendah diri terhadap kehidupan orang lain, rendahnya harga diri, dan perasaan tidak berdaya.



Perawatan non medis diperlukan karena prosedur ini lebih mudah, murah, aman dan menyenangkan. (Hermanto et al., 2020).

Kanker termasuk kelompok penyakit tidak menular yang merupakan penyebab kematian tertinggi kedua, dengan prevalensi kejadian 400.000 kasus baru (International Agency for Research on Cancer, World Health Organization, n.d). Setiap tahun, diperkirakan 56,8 juta orang, termasuk 25,7 juta pada tahun terakhir kehidupan, membutuhkan perawatan paliatif. Perawatan paliatif diperlukan untuk berbagai macam penyakit salah satunya kanker (34%) (World Health Organization, 2020). Penyakit kanker merupakan masalah kesehatan global karena semakin meningkatnya kasus baru dan kematian yang terjadi tidak hanya di Indonesia tetapi diseluruh dunia. Dilaporkan terjadi 18,1 juta kasus baru dan 9,6 juta kasus kematian disebabkan oleh kanker diseluruh dunia pada tahun 2018 (Bray et al., 2018). Tahun 2013 jumlah kasus kanker di Indonesia berjumlah 1,4 per 1000 penduduk dan terjadi peningkatan pada tahun 2018 menjadi 1,7 per 1000 penduduk (Kemenkes, 2019). Jenis kanker yang di derita di Indonesia bahkan dunia di tahun 2020 bervariasi. Kanker payudara mempunyai jumlah penderita terbanyak yaitu 11,7%, diikuti kanker paru-paru (11,4%), kanker usus besar atau dubur (10%), kanker prostat (7,3%), kanker perut (5,6%), kanker hati (4,7%), kanker serviks (3,1%) dan kanker lainnya memiliki jumlah pasien terbesar (46%). Kanker payudara menelan 65.858 jiwa di Indonesia, disusul kanker serviks 36.633 jiwa, kanker paru-paru 34.783 jiwa, kanker usus besar atau rektum 34.189 jiwa, kanker hati 21.392 jiwa, kanker nasofaring 19.943 jiwa, kanker getah bening



16.125 jiwa, dan kanker serviks. Ada 14.979 kasus kanker darah, 14.896 kasus kanker rahim, 13,53 kasus kanker prostat, 13.114 kasus kanker tiroid, dan sisanya kanker berbeda (Syarief, 2021). Menurut (Lihawa and Zainuddin 2022) dilakukan di Amerika Serikat pada 107 pasien menunjukkan bahwa 39 % pasien mengalami gangguan pengobatan sudah menjalani kemoterapi, 28 % diantaranya mengalami kecemasan ringan hingga berat, penelitian lain yang dilakukan di Turki melibatkan 218 pasien usia 18 > yang menerima kemoterapi menunjukkan bahwa 78 (35,8%) pasien mengalami kecemasan ringan hingga berat. Berdasarkan data yang diambil dari (Rekam Medis Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan) jumlah pasien yang sedang menjalani kemoterapi dari bulan Januari sampai Desember tahun 2023 sebanyak 285 orang dan hasil survey awal yang dilakukan peneliti di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan dengan cara mewawancarai pasien sebanyak 10 orang, ditemukan pasien dengan kecemasan berat 3 orang (30%) dengan tanda dan gejala didapati pasien sering bertanya kepada perawat mengenai kemoterapi dan pasien mengakui takut saat akan dilakukan kemoterapi, pasien dengan kecemasan sedang 2 orang (20%) dengan tanda dan gejala pasien merasa khawatir pada saat akan dilakukan kemoterapi tetapi tidak merasa takut dan pasien dengan kecemasan ringan sebanyak 5 orang (50%) dengan tanda dan gejala pasien tidak merasa khawatir pada saat akan menjalani kemoterapi.

Chien et al., (2020) menyatakan faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam menjalani tindakan kemoterapi yaitu faktor ekstrinsik dan ekstrinsik. Cemas atau dalam dunia medis dikenal sebagai ansietas ini diakibatkan oleh rasa khawatir yang berlebihan, atau takut akan keadaan yang sama sekali belum terjadi.

Jika di rumah sakit, ansietas dapat diakibatkan karena seseorang tidak siap mendengar hasil pemeriksaan, atau ketika akan menjalani kemoterapi. Pengobatan yang bisa dilakukan oleh pasien kanker adalah kemoterapi, kemoterapi dapat membunuh fungsi jaringan kanker yang menyebar ke seluruh tubuh . efek samping ke fisik ialah seperti mual, muntah, rambut rontok, dan hot flashes, dan juga efek psikologis yang sering terjadi pada orang yang menjalani kemoterapi adalah kecemasan. (Hermanto et al., 2020).

Untuk mengatasi kecemasan yang menjalani kemoterapi secara farmakologi adalah pemberian obat anti cemas (anxiolytic) dapat membantu menurunkan cemas tetapi memiliki efek ketergantungan, sedangkan terapi non farmakologi seperti psikoterapi, terapi tertawa, terapi kognitif, relaksasi tarik nafas dalam, dan salah satunya adalah dengan self hypnosis 5 jari (Harisandy et al., 2022). Teknik Lima Jari adalah bagian dari self-hipnosis, yang dilakukan dengan menggunakan kekuatan pikiran menggerakkan tubuh untuk menyembuhkan dan menjaga kesehatan atau relaksasi dengan berkomunikasi dengan tubuh, yang melibatkan semua indera, termasuk sentuhan, penciuman, penglihatan, pendengaran. Teknik ini berguna untuk mengatasi kecemasan pasien karena melalui imajinasi yang dipandu, teknik ini menciptakan gambaran yang dirasakan oleh indra berbeda sebagai rangsangan, sehingga saat membayangkan sesuatu yang indah, tampak tenang. Ketegangan otot dan nyeri berkurang dengan makan, membuat tubuh rileks dan merasa nyaman (Wijayanti et al., 2019.).

Self hipnosis 5 jari adalah sebuah teknik pengalihan pemikiran seseorang dengan cara menyentuh pada jari-jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang

menyenangkan atau yang disukai (Dewi et al., 2022). Self hipnosis lima jari salah satu bentuk self hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. Self hipnosis lima jari mempengaruhi system limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormone-hormone yang dapat memacu timbulnya stress. Pasien kemoterapi yang diberikan self hipnosis lima jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap system tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan tenang Wang et al (2022). Menurut Brugnoli et al., (2018) Hipnosis lima jari juga dapat mempengaruhi pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot dan kordinasi tubuh, memperkuat ingatan, meningkatkan produktivitas suhu tubuh dan mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress. Hasil penelitian Harisandy et al., (2023) pada pasien kanker di Ruang Kandungan RSUD Dr. Soetomo Surabaya didapatkan 26 pasien (57,77%) mengalami penurunan kecemasan setelah diberikan hipnosis lima jari.

Berdasarkan dari permasalahan yang telah diuraikan, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang menyangkut “Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024”.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.



1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.

1.3.2. Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalan Kemoteapi sebelum dilakukan relaksasi self hipnosis Lima Jari kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.
2. Mengidentifikasi Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalan Kemoteapi setelah dilakukan relaksasi self hipnosis Lima Jari kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.
3. Menganalisa Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah pengetahuan tentang Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.

1.4.1. Manfaat Praktis

1. Bagi Rumah Sakit



Menambah pengetahuan dan wawasan tentang Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.

2. Bagi Responden

Diharapkan dapat menambah pengetahuan klien untuk mengurangi kecemasan yang dialami klien dalam proses kemoterapi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya tentang Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kanker

2.1.1 Defenisi

Kanker adalah proses yang penyakit yang dimulai ketika sel abnormal diubah oleh mutasi genetic sel DNA (Brunner & Suddarth's, 2019).

2.1.2 Jenis Kanker

Menurut YKI (Yayasan Kanker Indonesia), jenis-jenis kanker ada beberapa macam, yaitu :

- a) Kanker leher rahim (kanker serviks)
- b) Kanker payudara
- c) Penyakit Trofoblas ganas
- d) Kanker kulit
- e) Kanker nasofaring
- f) Kanker paru
- g) Kanker hati
- h) Kanker kelenjar getah bening (Limfoma Malignum)



- i) Kanker usus besar
- j) Kanker darah (Leukemia)

2.1.3 Penatalaksanaan Untuk Kanker

Penatalaksanaan yang dipilih tergantung dari jenis, lokasi, dan stadium kanker, kondisi pasien, pilihan pasien, dan ketersediaan sarana. Beberapa pengobatan untuk kanker adalah:

1. Operasi/pembedahan

Pembedahan merupakan prosedur pengobatan kanker paling tua, dan paling besar kemungkinannya untuk sembuh, khususnya untuk jenis kanker tertentu yang belum menyebar ke bagian tubuh lainnya.

2. Kemoterapi

Kemoterapi telah digunakan untuk pengobatan kanker sejak tahun 1950- an. Obat penghancur sel kanker ini diberikan dalam tablet/pil, suntikan, atau infus. Jadwal pemberiannya ada yang setiap hari, seminggu sekali, atau bahkan sebulan sekali.

3. Radiasi

Untuk beberapa jenis kanker seperti kanker di daerah leher dan kepala, kelenjar, paru-paru, dan penyakit Hodgkin, radiasi merupakan pilihan pengobatan yang paling utama. Tetapi radiasi juga biasa diberikan pada kanker-kanker jenis lainnya, baik sebagai terapi tunggal maupun terapi kombinasi dengan pembedahan maupun kemoterapi.

Terapi yang efeknya bersifat lokal ini diberikan secara eksternal atau secara internal. Secara eksternal menggunakan alat tertentu untuk menembakkan gelombang radioaktif kearah sel-sel kanker (disinar), sedangkan internal dalam bentuk implant radioaktif yang disisipkan di area kanker, atau berupa telan/suntik.

4. Immunoterapi

Immunoterapi yang disebut juga terapi biologis merupakan jenis pengobatan kanker yang relatif baru. Sekalipun demikian diperkirakan akan segera maju pesat dan menjadi andalan para dokter dalam upaya penyembuhan kanker secara total. Tidak beda dengan imunisasi pada umumnya, immunoterapi bertujuan untuk meningkatkan kekebalan tubuh, guna melawan sel-sel kanker. Di Indonesia immunoterapi kadang diberikan bersama-sama dengan jenis pengobatan lain untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal.

5. Terapi gen

Terapi gen dilakukan dengan beberapa cara mengganti gen yang rusak atau hilang, menghentikan kerja gen yang bertanggung jawab terhadap pembentukan sel kanker, menambahkan gen yang membuat sel kanker lebih muda dideteksi dan dihancurkan oleh sistem kekebalan tubuh, kemoterapi, maupun radioterapi, menghentikan kerja gen yang memicu pembuatan pembuluh darah baru di jaringan kanker sehingga sel-sel kanker lainnya mati (Junaidi, 2007).

2.2 Kemoterapi

2.2.1 Defenisi

Kemoterapi adalah penggunaan preparat antineoplastik sebagai upaya untuk membunuh sel-sel tumor dengan mengganggu fungsi dan reproduksi seluler (Kolin, 2016). Kemoterapi merupakan pengobatan kanker dengan zat atau obat yang berguna untuk membunuh sel kanker. Obat yang diberikan disebut sistostatika yang berarti penghambat proliferasi sel. Kemoterapi dapat diberikan sebagai obat tunggal maupun kombinasi beberapa obat, baik secara intravena ataupun peroral (Shinta & Surarso, 2019).

2.2.2 Tujuan

Hinta & Surarso (2019) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa tujuan pemberian kemoterapi dibagi menjadi 3 yaitu penyembuhan, kontrol, dan paliatif adalah:

1. Penyembuhan

Pemberian kemoterapi ini untuk menyembuhkan kanker. Pengobatan dengan tujuan ini biasanya jarang tercapai dikarenakan pasien membutuhkan waktu lama bagi pasien agar sembuh dari penyakit kanker.

2. Kontrol

Tujuan pemberian kemoterapi ini yaitu untuk mengontrol kanker. Kemoterapi yang diberikan memperkecil ukuran sel tumor dan atau menghambat proliferasi dan metastasis sel kanker.

3. Paliatif

Pemberian kemoterapi ini bertujuan untuk mengurangi gejala klinis yang ditimbulkan oleh kanker. Kemoterapi yang bertujuan ini digunakan bukan untuk mengobati penyakit kanker itu sendiri, tetapi untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.

2.2.3 Cara pemberian kemoterapi

Menurut Shinta & Surarso (2019) cara pemberian kemoterapi yang diberikan pada pasien kanker adalah:

1. Kemoterapi adjuvant

Pemberian kemoterapi yang diberikan setelah pasien dilakukan terapi definitif berupa radioterapi atau operatif. Tujuannya untuk mengatasi kemungkinan metastasis jauh dan meningkatkan kontrol lokal.

2. Kemoterapi neoadjuvant

Kemoterapi yang diberikan sebelum tindakan terapi definitif. Tujuan pemberian kemoterapi neoadjuvan untuk mengecilkan massa tumor sehingga menjadi lebih sensitif terhadap terapi definitif. Banyak dipakai pada kankerkepala dan leher.

2.2.4 Obat Kemoterapi Pada Kanker

Junaidi (2018), obat kemoterapi yang digunakan untuk pasien kanker adalah :

1. *Alkylating agent*

Memengaruhi molekul DNA, yaitu mengubah struktur atau fungsinya sehingga tidak dapat berkembang biak. Obat ini biasanya digunakan dalam kasus leukimia, lymphoma. Efek samping dari obat ini adalah mual, muntah, rambut rontok, iritasi kandung kemih, jumlah sel darah putih, merah, trombosit menurun, jumlah sperma pada laki-laki berkurang (pada pria mungkin akan terjadi kemandulan).

2. Antimetabolit

Sekumpulan obat yang mempengaruhi sintesis (pembuatan) DNA atau RNA dan mencegah perkembangbiakan sel.

3. Mintrosureas

Obat yang mencegah produksi enzim-enzim yang diperlukan untuk perbaikan DNA.

4. Antibiotic antitumor

Obat yang mempengaruhi DNA dan mencegah tumor berkembangbiak dengan cara kimiawi mencegah produksi enzim-enzim serta mengubah membrane sel.

5. Inhibitor mitotic

Cara kerjanya mencegah produksi enzim-enzim yang menggantikan sintesis protein yang diperlukan untuk reproduksi sel.

6. Kortikosteroid

Untuk membunuh sel-sel kanker atau memperlambat pertumbuhannya. Obat ini sering diperlukan bersama- sama dengan lainnya untuk meningkatkan efektivitasnya.

7. Imunoterapi

Untuk merangsang sistem kekebalan tubuh agar menjadi lebih efektif dalam mengidentifikasi dan menyerang sel kanker.

2.2.5 Efek samping kemoterapi

Beberapa efek samping dari kemoterapi adalah :

1. Sumsum tulang belakang

Efek samping pada sumsum tulang biasanya terdeteksi sekitar 7-10 hari dalam penurunan jumlah sel-sel darah putih, sel darah merah, dan trombosit. Namun biasanya sekitar satu minggu kemudian jumlah sel darah dalam sirkulasi akan kembali normal.

2. Infeksi

Terjadi karena turunnya sel darah putih yang fungsi utamanya melawan infeksi. Tanda dan gejala infeksi panas, sakit tenggorokan, batuk, gangguan saluran pernapasan, rasa panas saat kencing, menggigil dan luka yang memerah, bengkak, dan rasa hangat.



Untuk menghindari infeksi dapat dilakukan hal-hal sebagai berikut:

- a. Menjaga tangan selalu bersih, yaitu dengan sering mencuci tangan dan mengeringkannya dengan baik.
- b. Menjauhkan diri dari kumpulan orang yang sedang mengalami batuk pilek atau sakit infeksi lainnya
- c. Minum air atau cairan sebanyak-banyaknya
- d. Menjaga agar mulut, gigi, dan gusi sebersih mungkin
- e. Jika ada tanda infeksi seperti batuk, pilek, panas, menggigil

3. Anemia

- a. Minum air dalam jumlah besar
- b. Untuk mencegah pusing, jangan cepat-cepat berdiri dari posisi duduk atau posisi tidur. Jika pusing, tarik nafas sedalam-dalam sampai tidak pusing lagi.
- c. Cukup beristirahat

4. Perdarahan

Turunnya trombosit dapat menyebabkan rentannya seseorang mengalami perdarahan, perdarahan gusi, mudah luka, mimisan.

Beberapa tindakan untuk mencegah perdarahan yaitu:

- a. Segeralah ke dokter bila terjadi mimisan, sakit kepala, ada luka yang sukar sembuh atau cenderung membesar.
- b. Beritahukan dokter jika anda sedang mendapatkan pengobatan kemoterapi.



- c. Berhati-hatilah saat menggosok gigi, dan pakailah sikat gigi yang lembut.
- d. Berhati-hatilah saat mencukur kumis, jenggot.
- e. Rambut rontok

Untuk mencegah kerontokan yang lebih parah, perlu dilakukan hal-hal berikut:

- a. Cuci dan keringkan rambut dengan lembut
- b. Gunakan produk-produk yang dibuat untuk rambut yang lebih rusak.
- c. Jangan memakai alat pengering rambut yang panas.
- d. Potonglah rambut menjadi lebih pendek.
- e. Jika perlu pakai rambut palsu.

5. Kulit dan kuku

Kadang kala ada keluhan seperti kulit yang gatal dan kering.

Untuk mencegahnya:

- a. Mandilah dengan air hangat dan sabun pelembab. Setelah mandigunakan losion seperlunya.
- b. Setiap kali selesai mencuci tangan, olesi kulit dengan losion kulit atau pelembab.
- c. Hindari produk-produk yang mengandung alkohol

6. Rambut rontok

Untuk mencegah kerontokan yang lebih parah, perlu dilakukan hal-hal berikut:



- a. Cuci dan keringkan rambut dengan lembut
- b. Gunakan produk-produk yang dibuat untuk rambut yang lebih rusak.
- c. Jangan memakai alat pengering rambut yang panas.
- d. Potonglah rambut menjadi lebih pendek
- e. Jika perlu pakai rambut palsu.

7. Mual dan muntah

8. Dehidrasi

Beberapa hal yang dilakukan untuk mencegah dehidrasi yaitu:

- a. Pastikan asupan nutrisi dan sudah minum cairan cukup banyak sebelum kemoterapi atau radiasi dilakukan.
- b. Usahakan untuk terus minum atau cairan sebanyak mungkin
- c. Hindari perut dalam kosong karena ini sering kali dapat membantumengurangi kenyamanan.

9. Sembelit/konstipasi

Sulit buang air besar atau konstipasi dapat terjadi pada pasien yang mendapatkan kemoterapi. Berikut cara mencegah konstipasi adalah:

- a. Tingkatkan asupan air minum
- b. Konsumsi makanan dengan kadar serat tinggi.

10. Diare

Cobalah secara perlahan-lahan diminum jus buah atau jus sayuran yang cukup baik misalnya jus wortel, bayam, atau sup

dalam jumlah sedikit. Jangan minum yang panas atau dingin.

11. Gangguan sistem saraf

Gejala dan tanda gangguan sistem saraf diantara lain kelelahan, perubahan kepribadian, rasa mengantuk, gangguan pendengaran di telinga.

12. Rasa lelah

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi rasa lelah yaitu:

- a. Berusaha untuk rileks dengan melakukan tindakan santai seperti menonton, mendengarkan musik, berdiskusi dengan teman, olahraga.
- b. Tidur yang cukup
- c. Suplailah tubuh dengan makanan yang bergizi baik.

2.3. Kecemasan

2.3.1 Defenisi

Kecemasan adalah respon atau tanggapan psikologis terhadap suatu ancaman yang sumbernya tidak diketahui, internal, samar-samar, atau konfliktual, yang dapat berkembang menjadi suatu gangguan dan menetap pada individu. (Novita & Muchtar, 2021)

Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respon otonom (sumber tidak diketahui oleh individu) sehingga individu akan meningkatkan kewaspadaan untuk mengantisipasi Bugis (2020).

Kecemasan merupakan suatu perasaan kekhawatiran sesuatu yang buruk akan terjadi disertai gejala-gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tangan gemetar (Akkol-Solakoglu & Hevey, 2023). Kecemasan yang berlebihan menimbulkan terjadinya insomnia, berkurangnya rasa percaya diri, dan rendahnya kepatuhan dalam pengobatan (Lv et al., 2023).

2.3.2 Penyebab kecemasan

Menurut bugis (2020), terdapat beberapa faktor penyebab terjadinya kecemasan, yaitu :Faktor biologis/fisiologis, berupa ancaman terhadap kebutuhan sehari-hari seperti kekurangan makanan, minuman, perlindungan dan keamanan Otak mengandung reseptor benzodiazepin spesifik yang meningkatkan efek penghambatan neuromodulator asam gamma-aminobutyric (GABA), yang memainkan peran penting dalam mekanisme kecemasan. Selain itu, riwayat kecemasan keluarga berpengaruh sebagai faktor predisposisi kecemasan. Faktor psikososial, yaitu ancaman terhadap citra diri, kehilangan barang berharga/orang dan perubahan status sosial/ekonomi. Faktor perkembangan, ancaman menurut usia perkembangan, yaitu anak usia dini, remaja dan dewasa

Sedangkan Penyebab terjadinya ansietas menurut (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2018) adalah:

1. Krisis situasional
2. Kebutuhan tidak terpenuhi
3. Krisis maturasional

4. Ancaman terhadap konsep diri
5. Ancaman terhadap kematian
6. Kekhawatiran mengalami kegagalan
7. Disfungsi sistem keluarga
8. Hubungan orang tua-anak tidak memuaskan
9. Faktor keturunan (temperamen mudah teragitasi sejak lahir)
10. Penyalahgunaan zat
11. Terpapar bahaya lingkungan (misal. Toksin, polutan,dll)
12. Kurang terpapar informasi

2.3.3 Tingkat kecemasan

Setiap orang pasti mengalami kecemasan sampai batas tertentu, menurut Peplau (Muyasaroh et al. 2020) mengidentifikasiempat tingkat kecemasan yaitu :

1. Kecemasan ringan

Kecemasan ini berkaitan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat mendorong pembelajaran,yang mengarah pada pertumbuhan dan kreativitas. Tanda dan gejala meliputi: peningkatan persepsi dan perhatian, kewaspadaan, kesadaran akan rangsangan internal dan eksternal, kemampuan menangani masalah secara efektif, dan kemampuan belajar yang nyata. Perubahan fisiologis ditandai dengan kegelisahan,gangguan tidur, hipersensitivitas terhadap suara, tanda-tanda vital normal dan pupil.

2. Kecemasan sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk fokus pada hal-hal

penting dan mengabaikan orang lain, memungkinkan orang mengalami perhatian selektif tetapi dapat melakukan sesuatu dengan lebih terkontrol. Reaksi fisiologis: sering sesak napas, peningkatan denyut nadi dan tekanan darah, mulut kering, gelisah, sembelit. Meskipun respons kognitif, yaitu bidang perseptual, menyempit, rangsangan eksternal tidak dapat diterima dengan memusatkan perhatian pada perhatian.

3. Kecemasan berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, orang cenderung fokus pada sesuatu yang detail dan spesifik dan tidak bisa memikirkan hal lain. Tujuan dari setiap perilaku adalah untuk meredakan ketegangan. Tanda dan gejala kecemasan berat meliputi: persepsi yang sangat buruk, perhatian terhadap detail, rentang perhatian yang sangat terbatas, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi atau memecahkan masalah, dan ketidakmampuan untuk belajar secara efektif. Pada tingkat ini, seseorang mengalami sakit kepala, pusing, mual, tremor, insomnia, jantung berdebar, takikardia, hiperventilasi, sering buang air kecil dan buang air besar, serta diare. Secara emosional, individu mengalami ketakutan dan semua perhatian terfokus padanya.

4. Panik

Tingkat kecemasan panik dikaitkan dengan sesak napas, ketakutan, dan ketakutan. Orang yang mengalami kepanikan karena kehilangan kendali tidak bisa berbuat apa-apa meski dengan petunjuk. Kepanikan menyebabkan peningkatan aktivitas motorik, penurunan kemampuan

berkomunikasi dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, hilangnya pemikiran rasional. Kecemasan ini tidak sesuai dengan kehidupan, dan jika berlanjut dalam waktu lama, dapat menyebabkan kelelahan yang ekstrim bahkan kematian. Tanda dan gejala tingkat panik tidak mampu memusatkan perhatian pada kejadian tersebut.

2.3.4. Alat ukur kecemasan

Penelitian menggunakan beberapa alat untuk mengukur kecemasan (Misgiyanto dan Dwi Susilawati, 2019) yaitu :

1. Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)

HARS merupakan kuesioner yang mengukur skala kecemasan yang masih digunakan sampai saat ini. Kuesioner terdiri dari 14 item. Setiap titik terdiri dari 0 (tidak terdapat) sampai 4 skor (terdapat). Jika skor total <17 tingkat kecemasan ringan, 18-2 tingkat kecemasan sedang dan 25-30 tingkat stres berat.

2. Taylor Manifest Anxiety Scale (T-MAS)

T-MAS adalah kuesioner yang dirancang untuk mengukur skala kecemasan individu (Oxford Index, 2017). T-MAS terdiri dari 38 pertanyaan yang terdiri dari kebiasaan dan emosi yang dialami. Setiap item terdiri dari kata “ya” dan “tidak”.

3. Depression Anxiety Stress Scale (DASS)

DASS terdiri dari pertanyaan yang berkaitan dengan tanda dan gejala depresi, kecemasan dan stres. . Ada dua jenis kuesioner DASS yaitu DASS 42 dan DASS 21. DASS 42 terdiri atas 42 pertanyaan

sedangkan DASS 21 terdiri dari 21 pertanyaan dengan 7 pertanyaan untuk setiap gangguan (depresi, kecemasan dan stres). Setiap item berkisar dari 0 (tidak pernah terjadi minggu lalu) hingga 3 (sering terjadi minggu lalu).

4. Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS)

Kuesioner SAS terdiri dari 20 pertanyaan yang berkaitan dengan gejala kecemasan. Setiap pertanyaan memiliki peringkat 4 penilaian yang terdiri dari 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (kadang-kadang), dan 4 (sering). Berdasarkan skor yang diperoleh, tingkat kecemasan diklasifikasikan menjadi 20-0 (tidak ada kecemasan), 1-60 (kecemasan ringan), 61-80 (kecemasan sedang) dan 81-100 (kecemasan berat).

5. Anxiety Visual Analog Scale (Anxiety VAS)

Alat untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan garis horizontal berbentuk skala panjang 10 cm atau 100 mm. Penilaiannya yaitu ujung sebelah kiri mengidentifikasikan “tidak ada kecemasan” dan kecemasan yang dialami ujung kanan luar biasa.

2.4. Terapi Self hipnosis lima jari

2.4.1. Defenisi

Self Hipnosis lima jari didefinisikan sebagai sesuatu metode ketenangan yang memakai pola pikir. Metode ini umumnya diawali dengan cara relaksasi yakni memohon pada klien guna sedikit demi sedikit menutup matanya serta menarik napas dalam dengan pelan-pelan untuk merasakan relaksasinya. Penderita setelah itu diminta untuk mengosongkan pikirannya, hingga beban pikiran yang sedang

dirasakan hilang serta penderita bisa berkonsentrasi pada gambaran yang mereka pikirkan, kemudian dimulailah terapi kepada penderita, guna memenuhi pikirannya dengan gambaran yang menggembirakan serta bisa dinikmati (Dekawaty, 2021).

1. Tujuan

Teknik lima jari tersebut bertujuan guna:

- a. Menghilangkan kecemasan.
- b. Membagikan ketenangan,
- c. Memudahkan aliran peredaran darah.
- d. Relaksasi otot tubuh.

2. Tahapan-tahapan ketika melaksanakan teknik bipnotis lima jari berlandaskan (Smeltzer & Bare. 2019) yakni di antaranya:

- a. Instruksikan klien guna menata posisi senyaman mungkin.
- b. Putar musik kedamaian.
- c. Tuntun pasien untuk melaksanakan relaksasi napas dalam dengan cara menghirup udara melewati hidung, tahan sepanjang tiga detik kemudian hembuskan melewati mulut. Jalani sepanjang satu menit dengan menutup mata.
- d. Tautkan ibu jari dengan telunjuk dan bayangkan ketika Anda terletak di posisi sehat.
- e. Tautkan ibu jari dengan jari tengah dan gambarkan orang-orang yang Anda cintai.
- f. Tautkan ibu jari dengan jari manis dan gambarkan ketika Anda memperoleh pujian atau penghargaan.



- g. Tautkan ibu jari dengan kelingking dan khayalkan Anda terletak di tempat yang indah dan ingin didatangi.
- h. Dalam ketukan ketiga, Anda akan terbangun dalam keadaan yang amat bugar, lebih bugar dari dulunya. Satu...dua...tiga... bangun sertabuka mata Anda.
- i. Matikan tape recorder.

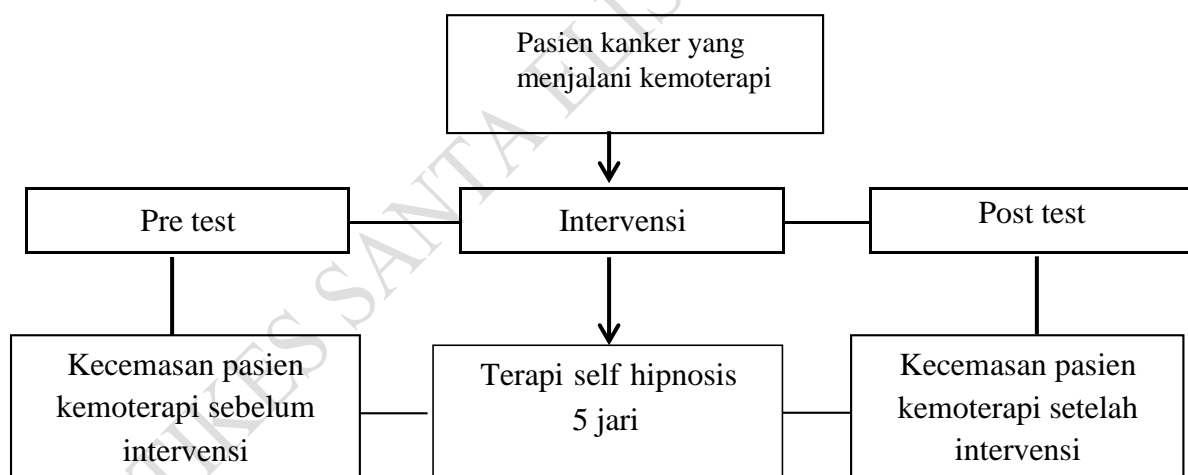
BAB 3

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

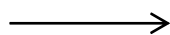
3.1 Kerangka Konsep

Menurut Nursalam (2020), tahap yang penting dalam suatu penelitian adalah menyusun kerangka konsep. Konsep adalah abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antarvariabel (baik variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti). Kerangka konsep akan membantu peneliti menghubungkan hasil penemuan dengan teori.

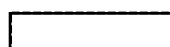
Bagan 3.1. Kerangka Konsep Penelitian “Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024”



Keterangan :



: Pengaruh



: Diteliti



3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis disusun sebelum penelitian dilaksanakan karena hipotesis akan bisa memberikan petunjuk pada tahap pengumpulan, analisis dan interpretasi data.

Hipotesis adalah suatu pernyataan dalam penelitian (Nursalam, 2020).

Ha : Ada Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.

BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Perencanaan penelitian sangat penting dalam pekerjaan penelitian, karena memungkinkan untuk mengendalikan secara maksimal beberapa faktor yang mempengaruhi keakuratan hasil (Nursalam,2020). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *Pra-Eksperimental* .Salah satu jenis desain pra eksperimental adalah *one-group pretest-posttest design* yaitu suatu kelompok sebelum dilakukan intervensi, dilakukan pre-tes, kemudian setelah perlakuan, dilakukan pengukuran kembali untuk mengetahui akibat dari perlakuan (Nursalam,2020).

4.2 Populasi Dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi adalah suatu obyek/subyek dengan jumlah dan ciri-ciri tertentu yang ditetapkan peneliti untuk penelitiannya dan dari situlah diambil kesimpulan (Syahrini, 2020). Populasi yang diteliti adalah seluruh pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan pada bulan januari – desember 2023. Populasi pasien yang sedang menjalani kemoterapi 285 pasien dengan rata-rata 24 pasien per bulannya (Rekam Medis RSE 2023).

4.2.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah karakteristik populasi. Semakin banyak sampel yang dekat dengan populasi, semakin kecil kemungkinan kesalahan generalisasi, dan sebaliknya (Sugiyono, 2018), teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yang merupakan suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2023, sehingga sampel yang diambil untuk penelitian ini adalah 24 pasien.

Kriteria Inklusi :

1. Pasien yang mengalami kecemasan
2. Pasien yang sadar penuh
3. Pasien yang mampu mengikuti arahan dari peneliti

4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

4.3.1 Variabel Penelitian

1. Variabel independen

Variabel independen adalah intervensi yang dimanipulasi atau bervariasi oleh peneliti untuk menciptakan efek pada variabel dependen (Grove, 2019). Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self-hypnosis 5 jari*.

2. Variabel dependen

Variabel dependen adalah hasil yang peneliti ingin prediksi atau jelaskan (Grove, 2019). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan pasien yang sedang menjalani kemoterapi.

4.3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional berasal dari seperangkat prosedur atau tindakan progresif yang dilakukan peneliti untuk menerima kesan sensorik yang menunjukkan adanya atau tingkat eksistensi suatu variabel (Grove, 2019).

Tabel 4.1 Definisi Operasional Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Independen Self-hipnosis 5 jari	Teknik relaksasi yang menggunakan kekuatan pikiran, teknik inidiawali dengan Proses relaksasi umum yaitu Meminta klien Menutup mata secara perlahan dan menarik napas dalam dan perlahan untuk menimbulkan relaksasi.	<i>Hypnotic Induction Profile</i>	SOP	Nomin al	-
	digunakan untuk mengatasi kecemasan pasien yang sedang menjalani kemoterapi				
Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Dependen Kecemasan	Kecemasan adalah suatu perasaan takut	1. Cemas, khawatir, firasat buruk, takut	Kuesioner terdiri dari 14	Rasio	Total skor kecemasan

yang tidak jelas dan menyebar yang meliputi gejala perilaku, emosional, kognitif dan fisik pada pasien, keluarga dan perawat	akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung. 2. Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut. 3. Takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang. 4. Gangguan pola tidur, mimpi- mimpi yang menegangkan. 5. Gangguan konsentrasi dan daya ingat. 6. Keluhan-keluhan somatik, misalnya rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdenging, jantung berdebar-debar, sesak napas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan, dan sakit kepala.	pernyataan yang menyatakan jawaban 3=selalu 2=sering 1=kadang-kadang 0=tidak pernah	0-42 dengan penjelasan tidak ada kecemasan (0-8), kecemasan ringan (9-23), tingkat kecemasan sedang (24-32), tingkat kecemasan berat (33-35), dan panik (36-42).
--	--	---	--

4.4 Instrumen Penelitian

Menurut, (Nursalam, 2020) instrumen penelitian adalah perangkat yang dipilih untuk mengukur variabel tertentu. Instrumen yang dapat digunakan antara lain pengukuran biofisiologi, observasi, wawancara, angket dan skala. Instrumen yang digunakan pada variabel independen adalah buku SOP tentang *self-hypnosis* dari *Textbook of Psychiatry* dan pada variabel dependen adalah kuesioner kecemasan pasien post kemoterapi yang di adopsi dan dimodifikasi dari Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) (Silitonga et al., 2014).

Instrumen kecemasan pada pasien kemoterapi memiliki 14 pertanyaan untuk masing-masing komponen post kemoterapi. Kuesioner disusun dalam

pernyataan tertutup dengan menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang kejadian dan gejala sosial. Setiap jawaban dihubungkan dalam bentuk pernyataan atau dukungan sikap yang digunakan dengan kata-kata sebagai berikut. Skala likert terdiri dari komponen tidak pernah dengan skor 0, kadang-kadang dengan skor 1, sering dengan skor 2, selalu dengan skor 3. Nilai tertinggi kuesioner ini 42 dan nilai terendah 0. Dalam menentukan interval kelas pada penelitian ini digunakan rumus

$$P = \frac{\text{rentang kelas}}{\text{banyak kelas}}$$

$$P = \frac{\text{nilai tertinggi} - \text{nilai terendah}}{\text{banyak kelas}}$$

$$P = \frac{42 - 0}{5}$$

$$P = \frac{42}{5}$$

$$p = 8$$

Kuesioner mengenai tingkat kecemasan diukur melalui 14 pertanyaan, dengan skor tertinggi 42 dan skor terendah 0, sehingga rentangnya adalah 42. Rentang ini dibagi menjadi Kategori kecemasan meliputi tidak ada kecemasan, kecemasan ringan, sedang, berat, dan panik (sangat berat), sehingga panjang kelasnya adalah 8. Hasil pengukuran dijelaskan sebagai berikut: tidak ada kecemasan (0-8), kecemasan ringan (9-23), tingkat kecemasan sedang (24-32), tingkat kecemasan berat (33-35), dan panik (36-42).

4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

4.5.1 Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan, Jalan Haji Misbah no. 7 Medan. Penulis memilih tempat ini karena rumah sakit ini merupakan lahan praktik klinik bagi penulis dan merupakan lahan yang dapat memenuhi sampel yang diteliti.

4.5.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada 6 – 22 Mei 2024.

4.6 Prosedur Pengambilan Data Dan Pengumpulan Data

4.6.1 Pengambilan Data

Pengumpulan data adalah proses perolehan subjek dan pengumpulan data untuk suatu penelitian. Langkah-langkah aktual untuk mengumpulkan data sangat spesifik untuk setiap studi dan bergantung pada teknik desain dan pengukuran penelitian (Grove, 2019). Pengambilan data pada penelitian ini diperoleh dari:

1. Data primer yaitu data yang diperoleh langsung oleh peneliti dari subjek penelitian melalui kuesioner
2. Data sekunder yaitu data yang diambil di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.

4.6.2 Teknik Pengumpulan Data

Pengukuran teknik observasional melibatkan interaksi antara subjek dan peneliti, dimana peneliti memiliki kesempatan untuk melihat subjek setelah dilakukan perlakuan (Grove, 2019). Teknik pengumpulan data yang digunakan penulis adalah teknik observasi.

Pada proses pengumpulan data dalam penelitian ini, penulis membagi proses menjadi tiga bagian dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pre Intervensi : Penulis terlebih dahulu berkomunikasi dengan memberi penjelasan kepada responden di ruang kemoterapi lalu meminta waktu kesediaan responden jika responden bersedia selanjutnya memberikan lembaran persetujuan atau inform consent pada responden untuk ditandatangani, selanjutnya penulis mengobservasi dengan menyebarkan kusioner kecemasan untuk mengetahui tingkat kecemasan responden, setelah responden selesai mengisi kusioner, selanjutnya peneliti menghitung skor kecemasan responden lalu mengkategorikan kecemasan ringan, sedang, berat, dan panik sesuai dengan skor kecemasan responden.
2. Intervensi : Setelah selesai mengkategorikan kecemasan, selanjutnya peneliti memberikan intervensi relaksasi self hypnosis lima jari kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi, intervensi dilakukan selama 15 menit, setelah selesai selanjutnya responden diberikan istirahat selama 10 menit.
3. Post Intervensi : Setelah dilakukan teknik relaksasi self hypnosis,

kemudian peneliti mengobservasi kembali kecemasan responden dengan memberikan kembali kusioner kecemasan, setelah responden selesai mengisi kusioner, selanjutnya penulis menghitung skor kecemasan lalu mengamati apakah ada pengaruh teknik relaksasi self hypnosis terhadap tingkat kecemasan responden.

4.6.3 Uji validitas dan reliabilitas

1. Uji validitas

Menurut Nursalam (2020), validitas menunjukkan ketetapan pengukuran suatu instrumen, artinya suatu instrumen dikatakan valid apabila instrumen tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur. Sedangkan reliabilitas menunjukkan konsistensi suatu instrumen dalam pengukuran, artinya suatu instrumen dikatakan reliabel apabila menghasilkan data yang sama meskipun digunakan dalam beberapa kali pengukuran. Dalam penelitian ini penulis menggunakan kuesioner yaitu kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) yang sudah dimodifikasi oleh Delima Silitonga (2014) dan nilai valid instrumen ini 0,802 dan peneliti tidak melakukan uji validitas karena kuesioner sudah valid dan baku.

2. Uji reliabilitas

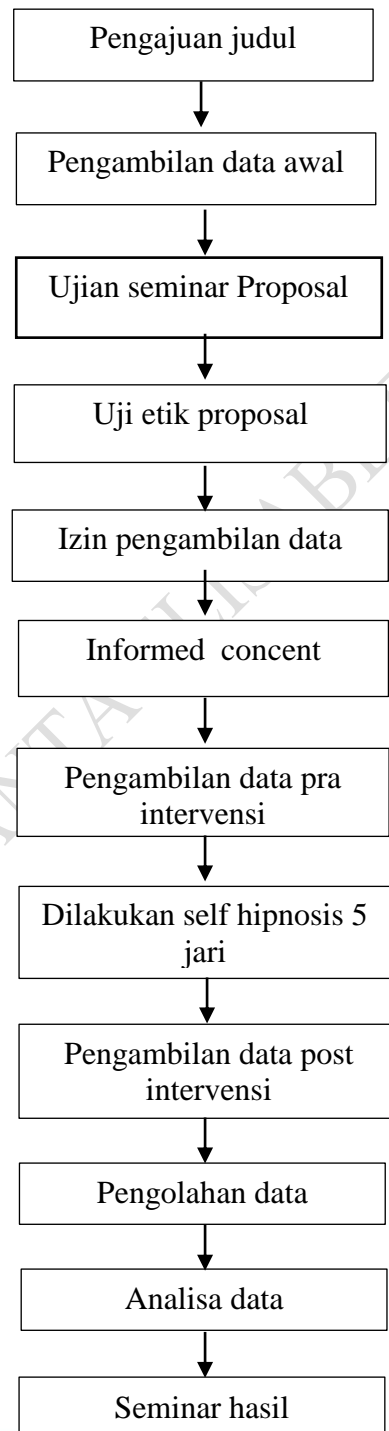
Menurut Nursalam (2020) Reliabilitas mengacu pada keakuratan dan konsistensi informasi yang diperoleh dalam sebuah penelitian dalam mengukur atribut target. Uji reliabilitas juga menyangkut akurasi suatu ukuran. Suatu instrumen dapat reliabilitas sejauh pengukurannya



mencerminkan skor yang sebenarnya, yaitu sejauh tidak ada kesalahan pengukuran dari skor yang sebenarnya, yaitu sejauh tidak ada kesalahan pengukuran dari skor yang diperoleh. Ukuran yang reliabel memaksimalkan komponen skor yang sebenarnya dan meminimalkan komponen kesalahan. Peneliti tidak melakukan uji reliabilitas dan validitas kuesioner kecemasan karena menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas peneliti sebelumnya dengan hasil *Cronbach Alpha* 0,802 dan yang menyatakan bahwa semua pernyataan valid dan dapat digunakan.

4.7 Kerangka Operasional

Bagan 4.2 Kerangka Operasional Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024



4.8 Analisa Data

Nursalam (2020), setelah seluruh data yang dibutuhkan telah terkumpul maka akan dilakukan pengelolaan data dengan cara perhitungan statistic untuk , beberapa tahapan yaitu:

1. *Edting* : memeriksa apakah semua data terpenuhi dan melengkapi data.
2. *Coding* : memberikan kode/angka pada masing – masing lembar kuesioner.
3. *Scoring* : menghitung skor yang diperoleh setiap responden berdasarkan jawaban atas pertanyaan yang diajukan peneliti.
4. *Tabulating* : data yang telah terkumpul ditabulasi dalam bentuk tabel dan melihat presentasi jawaban dari jawaban pengolahan data.

Dalam penelitian ini terdapat analisa univariat yang bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel independen dan dependen maka dilakukan analisa inferensial (uji signifikan), yaitu uji yang digunakan harus sesuai dengan rancangan penelitian. Analisa data yang digunakan dalam skripsi ini adalah analisa inivariat dan analisa bivariat. Analisa univariat bertujuan untuk medeskripsikan karakteristk setiap variabel penelitian. Pada penelitian ini Variabel independennya adalah terapi relaksasi self hipnosis dan variabel dependennya adalah tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi.

Analisa bivariat dilakukan pada kedua variabel yang diduga memiliki hubungan (Nursalam, 2020). Skala data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data interval. Data yang diperoleh adalah data *pre test* dan *post*

test serta dianalisis menggunakan uji *Paired Test* menggunakan SPSS 16.0 dengan nilai kesalahan α 0,05. Digunakan uji *Paired t Test* ini apabila sampel yang digunakan saling berhubungan, artinya satu sampel menghasilkan dua data. Rancangan ini paling umum di kenal dengan rancangan *pre-post*, artinya membandingkan rata-rata nilai *pre test* dan rata-rata nilai *post test* dari satu sampel. Peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan uji *Paired t Test*, akan tetapi hasil data tidak berdistribusi dengan normal, sehingga uji *Paired t Test* tidak bisa digunakan. Pada akhirnya peneliti menggunakan uji non- parametrik data yang berpasangan (*Wilcoxon*).

4.9 Etika Penelitian

Pada penelitian ilmu keperawatan, masalah etika keperawatan menjadi isu yang berkembang saat ini. Hal ini disebabkan karena pada penelitian subjek yang digunakan adalah manusia, sehingga peneliti harus memahami prinsip-prinsip etika penelitian (Nursalam, 2020). Terdapat 3 prinsip etika dalam penelitian, yaitu *beneficence* (berbuat baik), *respect for human dignity* (menghormati martabat manusia), dan *justice* (keadilan).

Berikut prinsip-prinsip etik dalam penelitian/pengumpulan data, yaitu:

3. *Respect for person* : peneliti menghargai keputusan subjek untuk ikut atau tidak menjadi responden dan memperlakukan secara manusiawi. Peneliti juga harus memberikan penjelasan secara lengkap tentang tujuan secara rinci dan bertanggung jawab jika terjadi sesuatu terhadap subjek. Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian



yang dilaksanakan, mempunyai hak untuk berpartisipasi atau menolak menjadi responden.

4. *The principle of justice* : subjek harus diperlakukan dengan adil sebelum, selama, dan setelah keikutsertaan dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi. Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan.
5. *The principle of benefience* : penelitian dilakukan tanpa menimbulkan penderitaan kepada subjek. Subjek penelitian harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan. Peneliti harus mempertimbangkan resiko dan keuntungan yang dapat berakibat pada subjek penelitian.

BAB 5**HASIL DAN PEMBAHASAN****5.1 Gambaran Lokasi Penelitian**

Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan merupakan rumah sakit swasta yang berada di jalan Haji Misbah No. 7 Medan. Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan merupakan Rumah Sakit Tipe B dan telah terakreditasi Paripurna Tahun 2016. Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan ini dibangun pada tanggal 11 Februari 1929 dan diresmikan pada tanggal 17 November 1930. Rumah Sakit Santa Elisabeth di kelola oleh Suster-Suster Kongregasi Fransiskanes Santa Elisabeth sebagai wujud pelayanan para Suster FSE yang memiliki kharisma menjadi penyembuh dan sebagai tanda kehadiran Allah. Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan memiliki motto “Ketika Aku Sakit Kamu Melawat Aku (Matius 25 : 36)”.

Visi Rumah Sakit Santa Elisabeth adalah menjadikan Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan mampu berperan aktif dalam memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas tinggi atas dasar cinta kasih dan persaudaraan. Misi Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan adalah memberikan pelayanan kesehatan yang aman dan berkualitas atas dasar kasih, serta meningkatkan sarana dan prasarana yang memadai dengan tetap memperhatikan masyarakat lemah. Tujuan Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan adalah mewujudkan secara nyata Kharisma Kongregasi Fransiskanes Santa Elisabeth dalam bentuk pelayanan kesehatan kepada masyarakat umum tanpa membedakan suku, bangsa, agama, ras dan golongan dan memberikan pelayanan kesehatan secara menyeluruh (holistik) bagi orang-orang sakit dan menderita serta membutuhkan pertolongan.



Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan menyediakan beberapa pelayanan kesehatan seperti unit pelayanan medis dari pelayanan keperawatan, baik rawat inap maupun rawat jalan meliputi poli umum, poli klinis spesialis, poli gigi, MCU (Medical Check Up), IGD (Instalansi Gawat Darurat), OK (Kamar Operasi), radiologi, fisioterapi, laboratorium dan farmasi. Rawat Inap adalah suatu prosedur dimana pasien diterima dan dirawat dalam suatu ruangan terkait pengobatan yang hendak dijalaninya dalam proses penyembuhan dan rehabilitas. Rawat Jalan adalah suatu tindakan individu mengunjungi suatu rumah sakit terkait dalam upaya untuk mencari pengobatan yang dapat diselesaikan dalam tempo waktu beberapa jam.

5.2 Hasil Penelitian

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024 (n=24)

	F	%
Usia		
Dewasa akhir (36-45 tahun)	1	4,2
Lansia awal (46-55 tahun)	18	75,0
Lansia Akhir (56-65 tahun)	5	20,8
Total	24	100
Jenis Kelamin		
Perempuan	16	66,7
Laki-laki	8	33,2
Total	24	100
Pendidikan		
SMP	4	16,7
SMA	8	33,2
S1	12	50
Total	24	100
TD		
Normal	10	41,7
Pre Hipertensi	2	8,3
Hipertensi Derajat 1	8	33,3
Hipertensi Derajat 2	4	16,7
Total	24	100
Siklus Kemoterapi		

Siklus 1	7	29,2
Siklus 2	9	37,5
Siklus 3	3	12,5
Siklus 4	2	8,3
Siklus 6	1	4,2
Siklus 7	1	4,2
Siklus 9	1	4,2
Total	24	100

Berdasarkan table 5.1 diatas data demografi responden berdasarkan kategori usia, paling tinggi adalah lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 18 orang (75,9%), lansia akhir (56-65 tahun) sebanyak 5 orang (20,8%) dan dewasa akhir (36-45 tahun) sebanyak 1 orang (4,2%) . Berdasarkan data demografi responden kategori jenis kelamin paling tinggi berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 16 orang (66,7%) dan paling rendah pada kategori laki-laki dengan jumlah 8 orang (33,2%). Berdasarkan data demografi responden kategori pendidikan, paling tinggi adalah S1 sebanyak 12 orang (50%), SMA sebanyak 8 orang (33,3%), SMP sebanyak 4 orang (16,7%).

Berdasarkan data tekanan darah pada responden, paling tinggi adalah pada hipertensi normal sebanyak 10 (41,7%), hipertensi derajat 1 sebanyak 8 orang (33,3%), hipertensi derajat 2 sebanyak 4 orang (16,7%), dan pre hipertensi sebanyak 2 orang (8,3%). Berdasarkan data siklus kemoterapi, siklus kemoterapi yang paling tertinggi adalah siklus kemoterapi siklus 2 sebanyak 9 orang (37,5%), siklus 1 sebanyak 7 orang (29,2), siklus 3 sebanyak 3 orang (12,5%), siklus 4 sebanyak 2 orang (8,3%), siklus 6 sebanyak 1 orang (4,2%), siklus 7 sebanyak 1 orang (4,2%), dan siklus 8 sebanyak 1 orang (4,2%).

5.2.1 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sebelum Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

Tabel 5.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sebelum Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024 (n=24)

Tingkat Kecemasan	F	%
Cemas Ringan	16	66,7
Cemas Sedang	7	29,2
Cemas Berat	1	4,2
Total	24	100

Berdasarkan tabel 5.2 dapat dilihat bahwa dari 24 responden yang mengalami tingkat kecemasan sebelum diberikan relaksasi self hipnoris lima jari di rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tingkat kecemasannya tertinggi yaitu cemas ringan sebanyak 16 responden (66,6%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 7 responden (29,2%), dan tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (4,2%).

5.2.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sesudah Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

Tabel 5.3 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sesudah Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024 (n=24)

Tingkat Kecemasan	F	%
Tidak Ada Kecemasan	10	41,7
Cemas Ringan	14	58,3
Total	24	100

Berdasarkan tabel 5.3 dapat dilihat bahwa dari 24 responden yang mengalami tingkat kecemasan sesudah diberikan relaksasi self hipnosis lima jari di rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tingkat kecemasannya tertinggi yaitu tidak ada tingkat cemas sebanyak 10 responden (41,7%), tingkat kecemasan ringan sebanyak 14 responden (58,3%).

5.2.3 Pengaruh relaksasi self hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien

yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024

Tabel 5.4 Pengaruh relaksasi self hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024 (n=24)

	N	Mean	<i>p Value</i>
Pre Intervensi	24	2,38	0,000
Post Intervensi	24	1,58	0,000
Total	24		

Berdasarkan Tabel 5.3. Pengaruh relaksasi self hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024, diperoleh hasil bahwa terdapat perubahan pada Tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi self hipnosis lima jari . Hasil uji statistic *Wilcoxon* menunjukkan bahwa *p Value (asympt.sig. (2-tailed))* yang didapatkan sebesar = 0.000 yang berarti H_0 diterima dan ada pengaruh relaksasi self hipnotis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024.

5.3 Pembahasan

5.3.1 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sebelum Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari 24 responden yang mengalami tingkat kecemasan sebelum diberikan relaksasi self hipnosis lima jari di rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tingkat kecemasannya tertinggi yaitu cemas ringan sebanyak 16 responden (66,6%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 7 responden (29,2%), dan tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (4,2%).

Peneliti berasumsi bahwa pasien dengan kecemasan berat sebanyak 1 responden (4,2%) diakibatkan karena responden baru pertama menjalani

kemoterapi dan pasien mengatakan sangat takut pada saat pasien dilakukan tindakan infus, dan pasien juga mengatakan bahwa obatnya terasa panas ditangan pasien saat proses kemoterapi sedang berjalan, selain itu pasien juga mengatakan cemas terhadap efek samping kemoterapi yang akan muncul seperti kebotakan dan mual muntah, dan tingkat kecemasan sedang sebanyak 7 responden (29,2%) diakibatkan karena pasien kurang paham terhadap efek samping dari kemoterapi, dan kecemasan ringan sebanyak 16 responden (66,6%) diakibatkan karena pasien sudah menjalani kemoterapi lebih dari 1 kali dan sebagian responden sudah mengetahui efek kemoterapi sebelum pasien menjalani kemoterapi, sehingga pasien dapat mengontrol diri dengan berpikir positif. Peneliti berasumsi pada penelitian ini menunjukkan bahwa efek samping kemoterapi adalah salah satu faktor pencetus terjadinya kecemasan. Kecemasan membuat responden berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berfikir tentang hal lain.

Dari hasil penelitian Pratiwi, Widiyanti dan Solehati (2020) menunjukkan bahwa 45,4% pasien yang menjalani kemoterapi mengalami cemas karena faktor integritas fisik dan 48,5% mengalami cemas karena faktor efek samping kemoterapi.

Menurut Nisman (2019) pasien kanker yang menjalani kemoterapi seringkali mengalami kecemasan, hal ini disebabkan oleh karena efek samping yang dapat ditimbulkan pasca pemberian kemoterapi. Dengan pemberian penjelasan terkait dengan tujuan kemoterapi, dampak dan efek samping kemoterapi, dan dampak yang terjadi bila tindakan tidak dilakukan akan meningkatkan pengetahuan pasien tentang tindakan kemoterapi yang akan

dijalani. Dengan adanya peningkatan pengetahuan pasien maka akan meningkatkan pemahaman pasien terkait dengan tindakan yang akan dilakukan, dan hal ini juga akan mempengaruhi perilaku pasien terkait tindakan yang akan dilakukan.

5.3.2 Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Sesudah Intervensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari 24 responden yang mengalami tingkat kecemasan sesudah diberikan relaksasi self hipnosis lima jari di rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tingkat kecemasannya tertinggi yaitu tidak ada tingkat cemas sebanyak 10 responden (41,7%), tingkat kecemasan ringan sebanyak 14 responden (58,3%).

Peneliti berasumsi bahwa setelah dilakukan intervensi, kecemasan pasien menjadi berkurang. Hal ini dibuktikan dengan pasien yang tidak ada tingkat kecemasan sebanyak 14 responden (58,3%) yang dimana pasien sudah merasa tenang dan dapat berpikir positif terhadap kemoterapi, dan tidak ada kecemasan sebanyak 10 responden (41,7%). Hal ini terjadi karena disaat melakukan terapi hipnosis lima jari pasien lebih rileks dan mengfokuskan pikiran untuk melakukan terapi. Terapi ini dilakukan dengan cara responden diminta untuk mengingat hal-hal yang menyenangkan selama hidupnya, menarik nafas dalam, menyatukan jari-jari tangan dan di iringi dengan musik sehingga responden merasa rileks, tenang, nyaman dan damai.

Asumsi ini didukung oleh Wang et al (2022) menyatakan bahwa self hipnosis lima jari salah satu bentuk self hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari

pikiran seseorang. Self hipnosis lima jari mempengaruhi system limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormone-hormone yang dapat memacu timbulnya stress. Pasien kemoterapi yang diberikan self hipnosis lima jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap system tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan tenang.

Menurut Brugnoli et al., (2019) Hipnosis lima jari juga dapat mempengaruhi pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot dan kordinasi tubuh, memperkuat ingatan, meningkatkan produktivitas suhu tubuh dan mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress.

5.3.3 Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

Penulis mengemukakan menggunakan Uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* dan uji statistik menggunakan Uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa p value (*asympt.sig. (2-tailed)*) = 0,000 < 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pre dan post relaksasi self hipnotis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024.

Menurut asumsi peneliti bahwa ada pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi karena dengan melakukan terapi tersebut responden mampu menemukan ketenangan dan keheningan batin yang dalam. Dibuktikan dengan pasien yang tadinya mengalami kecemasan berat sebanyak 1 responden (4,2 %) turun menjadi kecemasan ringan dan pasien yang

mengalami kecemasan sedang sebanyak 7 responden (29,2%) turun menjadi tidak ada kecemasan dan kecemasan ringan sebanyak 16 responden (66,6%) turun menjadi tidak ada kecemasan, menurut peneliti setelah dilakukan terapi relaksasi self hypnosis lima jari, pasien dapat menerima efek samping dari kemoterapi yang dialami oleh pasien, dikarenakan responden mengalami sebuah perasaan damai, tenang, rileks, dan perasaan lega. Responden senang melakukan terapi hipnosis lima jari sambil mendengarkan musik yang tenang dan damai. Hal tersebut membuat mereka menjadi *relaks, enjoy life*, lebih ceria menghadapi masalah, dan menerima setiap perubahan dengan positif.

Asumsi ini didukung oleh Jek Amidos Pardede (2020), menyatakan bahwa terdapat pengaruh hipnosis lima jari terhadap perubahan Tingkat kecemasan pada pasien kanker. Setelah diberikan terapi terdapat 17 orang yang mengalami perubahan kecemasan dari 45 responden.

Asumsi ini didukung oleh Saswati et al. (2020), menyatakan bahwa adanya pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan klien kanker. Dengan adanya pemberian stimulus yang lebih positif sehingga terjadi penurunan persepsi negatif yang ditimbulkan karena pemberian stimulus yang lebih positif melalui hipnosis lima jari sehingga berdampak pada penurunan tingkat kecemasan.

BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kecemasan dari 24 responden sebelum diberikan intervensi, tingkat kecemasan tertinggi yaitu cemas ringan sebanyak 16 responden (66,6%), tingkat kecemasan sedang sebanyak 7 responden (29,2%), dan tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (4,2%).
2. Tingkat kecemasan dari 24 responden sesudah diberikan intervensi, tingkat kecemasan tertinggi yaitu tingkat kecemasan ringan sebanyak 14 responden (58,3%), tidak ada tingkat kecemasan sebanyak 10 responden (41,7%)
3. Terdapat pengaruh self hypnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien dengan nilai $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pre dan post relaksasi self hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit santa elisabeth medan tahun 2024.

6.2 Saran

1. Bagi Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi agar pasien yang mengalami kecemasan dapat melakukan self hypnosis lima jari untuk mengurangi kecemasan.

2. Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi tambahan keperawatan tentang pengaruh *self-hypnosis lima jari* terhadap tingkat kecemasan dapat dimasukkan kedalam materi berbagai referensi dan intervensi tentang keperawatan nonfarmakologi.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian dapat dijadikan pedoman dalam melakukan *self- hypnosis lima jari* sebagai salah satu terapi dalam mengurangi kecemasan

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk memberikan terapi relaksasi self hypnosis lima jari kepada pasien yang lainnya yang mengalami kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisy, Rohadatul. 2020. "Insomnia Pada Penderita Kanker Payudara Yang Sedang Menjalani Kemoterapi." *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan* 5(1). doi:10.35728/jmkik.v5i1.126.
- Amelia, Weny, Lola Despitassari, and Fitria Alisa. 2021. "Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Pada Saat Pandemi Covid-19 Di RSUP Dr. M.Djamil Padang." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6(2). doi:10.30651/jkm.v6i2.8234.
- Ayu, Ida, Made Wulandari, and Fakultas Kesehatan. 2022. *PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN SECTIO CAESAREA*.
- Daawi, Muhammad Mujib, and Walda Isna Nisa. 2021. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Stres Dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi." *Psikodinamika - Jurnal Literasi Psikologi* 1(1): 67–75. doi:10.36636/psikodinamika.v1i1.556.
- Hafsah, Listyana. 2022. "GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU." *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)* 5(1): 21–28. doi:10.33369/jvk.v5i1.22338.
- Harisandy, Alvian. 2023. "Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Pada Pasien Kanker Kolorektal." *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)* 8(1): 32. doi:10.32419/jppni.v8i1.374.
- Isran, Tuti Nuraini, Yati Afiyanti, and Agung Waluyo. 2023. "Implementasi

Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi.” *Journal of Telenursing (JOTING)* 5(2): 2143–51.

Ley 25.632. 2002. “濟無No Title No Title No Title.”

Lihawa, Liska, and Ricky Zainuddin. 2022. “Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Masa Pandemi Covid-19: Literature Review.” *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* 11(1): 96. doi:10.36565/jab.v11i1.457.

Nowva, Zulfatun. 2023. “Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Rusunawa Unissula.”

Nurlina, Nurlina, Yuliana Syam, and Ariyanti Saleh. 2021. “Terapi Musik Efektif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker.” *Jurnal Keperawatan Silampari* 4(2): 634–42. doi:10.31539/jks.v4i2.1938.

Rahayu, Fitriani, and Halimah Tussyadiah. 2021. “Pengaruh Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Hibrida Rsu Sembiring Delitua Tahun 2021 the Effect of Five Finger Relaxation Techniques on Reducing Anxiety Level of Pre- Sectio Caesar.” : 70–76.

Simpson, Carra A. et al. 2021. “The Gut Microbiota in Anxiety and Depression – A Systematic Review.” *Clinical Psychology Review* 83. doi:10.1016/j.cpr.2020.101943.

Sulistyarini, Wahyu Dewi, Erny Nury Nainggolan, and Siti Mukaromah. 2022. “Ketahanan Diri Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Pengobatan

Kemoterapi : Literature Review.” *Jurnal Keperawatan Wiyata* 3(1): 32.

doi:10.35728/jkw.v3i1.542.

Zainuddin, Ricky. “KANKER.”

(Sulistyarini, Nainggolan, and Mukaromah 2022)(Aisy 2020)(Amelia, Despitassari, and Alisa 2021)(Hafsah 2022)(Ley 25.632 2002)(Lihawa and Zainuddin 2022)(Nowva 2023)(Zainuddin n.d.)(Nurlina, Syam, and Saleh 2021)(Simpson et al. 2021)(Amelia, Despitassari, and Alisa 2021)(Ayu, Wulandari, and Kesehatan 2022)(Sulistyarini, Nainggolan, and Mukaromah 2022)(Daawi and Nisa 2021) Morisson, P. (2009). *Caring & commucation* (2 ed.).

Nursalam. (2020). *METODOLOGI PENELITIAN ILMU KEPERAWATN* (PENI PUJI LETARI (ed.); 5 ed.).

Silitonga, L. D., Keperawatan, F., & Utara, U. S. (2014). *Tingkat kecemasan pasien kanker dalam menjalani kemoterapi di rsup haji adam malik medan.*

Amalia Yunia Rahmawati. (2020). 済無No Title No Title No Title (Nomor July).

Aziz, M. F., Andrijono, & Abdul Bari Saifuddin. (2014). *Onkologi Ginekologi.*

Goodwin, G. (2023). *Creativity and anxiety : making , meaning , experience.*

Hafsah, L. (2022). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD Dr. M. YUNUS

BENGKULU. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(1), 21–28.

<https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22338> (Isran et al. 2023)



LAMPIRAN



PENGAJUAN JUDUL PROPOSAL

JUDUL PROPOSAL : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada
Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan
Tahun 2023

Nama mahasiswa : Luhut Pandapotan Harianja

N.I.M : 042023016

Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan

Medan, 30 November 2023

Menyetujui,
Ketua Program Studi Ners


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

Mahasiswa




Luhut Pandapotan Harianja



USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : Luhut Pandapotan Harianja
2. NIM : 042023016
3. Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan
4. Judul : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

5. Tim Pembimbing :


Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing I	Friska Sri Handayani Br Ginting S.Kep.Ns,M.Kep	
Pembimbing II	Murni Sari Dewi Simanullang S.Kep.Ns,M.Kep	

6. Rekomendasi :

- a. Dapat diterima Judul : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.
yang tercantum dalam usulan judul Skripsi di atas
- b. Lokasi Penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif
- c. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah
- d. Tim Pembimbing dan Mahasiswa diwajibkan menggunakan Buku Panduan Penulisan Proposal Penelitian dan Skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini

Medan, 12 Feb 2024

Ketua Program Studi Ners



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



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN

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

Medan, 25 November 2023

Nomor : 1599/STIKes/RSE-Penelitian/XI/2023
Lamp. : 1 (satu) lembar
Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian

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

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Program Transfer STIKes Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Bapak untuk memberikan ijin pengambilan data awal bagi mahasiswa tersebut. Adapun nama mahasiswa dan judul proposal terlampir.

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



Hormat kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan

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

Tembusan:

1. Ka/CI Ruangan:.....
1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip



Dipindai dengan CamScanner



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
SANTA ELISABETH MEDAN**

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

Medan, 06 Mei 2024

Nomor: 0730/STIKes/RSE-Penelitian/V/2024

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	N A M A	NIM	JUDUL PENELITIAN
1.	Luhut Pandapotan Harianja	042023016	Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024

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



Hormat kami,
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Mesdiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:



1. Mahasiswa Yang Bersangkutan
2. Arsip



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

PROPOSAL

Nama Mahasiswa : LUHUT PANDAPOTAN HARIANJA
NIM : 042023016
Judul : PENGARUH RELAKSASI SELF HIPHISIS LIMA JARI TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2021
Nama Pembimbing I : FRISKA SRI HANDAYANI GINTING SKep.Ns.MKep
Nama Pembimbing II : MURNI SARI DEWI SIMANULLANG SKep.Ns.MKep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB II
	24/ oktober 2023	Friska Ginting	Pembahasan judul dan jurnal.		
	30/ November 2023	Friska Ginting	Pembahasan judul sesuai dengan msk. lanjut ke bab 1		
	02/ Desember 2023	Friska Ginting	Pembahasan pada bab 1, 2 dan 3 dan saran perbaikan pada bab 1 sesuai msk dan pada bab 3.		



08/ Desember 2023	Friska Ginting	Pembahasan bab 1, 2 dan bab 3. Penambahan skema di bab 1 dan penambahan kerangka konsep bab 3. Tambahkan kuesioner kecemasan dan sap teknik self hipnosis.		
05/ Februari 2024	Friska Ginting	Pembahasan bab 3 dan bab 4. lanjut buat daftar isi, kata pengantar, daftar pustaka.		
13/ Februari 2024	Friska Ginting	See next page		
30/ Oktober 2023	Murni Simanungkal	Konsul mengenai judul dan jurnal referensi.		
26/ Januari 2024	Murni Simanungkal	Pembahasan bab 1, 2 dan bab 3. Perbaiki pada bab 1 dan bab 3		
05/ Februari	Murni Simanungkal	Pembahasan bab 3 dan bab 4. Perbaiki pada bab 4.		





Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

05/ Februari 2024	Murni Simanungkalang	Pembahasan bab 1. Lanjutkan buat daftar isi. kata pengantar, daftar pustaka.		fers
13/ Februari 2024	Murni Simanungkalang	Lampiran. Ara Uraian		fers







REVISI PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Luhut Pandapotan Harianja
NIM : 042023016
Judul : Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari
Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani
Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan
Tahun 2024
Nama Pembimbing I : Friska Sri Handayani Ginting, S.Kep., Ns., M.Kep
Nama Pembimbing II : Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep., Ns., M.Kep
Nama Pembimbing III : Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF		
				PEMB I	PEMB II	PEMB III
1.	Jumat 5/April/2024	Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep.Ns. M.Kep	Perbaiki Bab 3			
2	Sabtu 6/April/2024	Murni Sari Dewi Simanullang, S.Kep Ns. M.Kep	ACC			



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

3.	Jumat 5/April/2024	Friska Sri Handayani Ginting S.Kep. Ns. M.Kep	Perbaikan pada Bab 1			
4.	Jumat 19/April/2024	Lindawati F. Tampubolon ..Skp. Ns. M.Kep	Perbaikan pada Bab 3 definisi operasional. Ade			
5.	Selasa 23/April/2024	Friska Sri Handayani Ginting S.Kep. Ns. M.Kep				



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



Medan, 28 Juni 2024

Nomor : 1383/Dir-RSE/K/VI/2024

Kepada Yth,
Ketua STIKes Santa Elisabeth
di
Tempat

Perihal : Selesai Penelitian

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat dari Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor : 0730/STIKes/RSE-Penelitian/V/2024 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	Luhut Pandapotan Harianja	042023016	Pengaruh Relaksasi Self Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024.	6 - 22 Mei 2024

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

KUISIONER

Petunjuk Dengan Cermat.

Petunjuk pengisian:

1. Mohon bantuan dan kesedia Bapak/Ibu/Saudara/i untuk menjawab semua pertanyaan yang ada.
2. Berikan tanda ceklis (✓) pada setiap kolom jawaban yang tersedia di bawah ini sesuai dengan kondisi dan situasi yang anda alami

A. Data demografi

.Nama (inisial) :

Umur :

Jenis kelamin : () Perempuan () Laki-laki

Pendidikan :

Tekanan darah :

Siklus kemoterapi :

Keterangan jawaban

TP : Tidak Pernah

KK : Kadang-kadang

SRG : Sering

S : Selalu

Kusioner kemoterapi

NO	Pertanyaan	TP	KK	SRG	S
1	Saya merasa cemas setelah menjalani kemoterapi akan mengalami mual dan muntah				
2	Saya merasa tegang saat akan menjalani kemoterapi				
3	Saya merasa ketakutan setelah kemoterapi rambut saya rontok				
4	Saya sulit tidur setiap akan menjalani kemoterapi				
5	Saya sulit konsentrasi menjelang kemoterapi				
6	Badan saya terasa Nyeri saat akan menjalani kemoterapi				
7	Saya merasa tertekan setiap memikirkan efek samping kemoterapi				
8	Saat akan menjalani kemoterapi saya sering mengalami telinga berdenging, pandangan kabur, badan terasa ditusuk-tusuk				



9	Jantung saya bedebat-debat saat mengingat kemoterapi yang akan berlangsung				
10	Saya merasa nafas sesak dan tercekik saat memikirkan kemoterapi yang akan saya jalani				
11	Berat badan saya turun setiap akan menjalani kemoterapi				
12	Saya buang air kecil lebih sering dari biasanya menjelang kemoterapi				
13	Saya berkeringat banyak sebelum menjalani kemoterapi				
14	Saya merasa Gemetaran saat akan kemoterapi				

**SOP HIPNOSIS 5 JARI
(RELAKSASI 5 JARI)**

		HIPNOSIS 5 JARI (RELAKSASI 5 JARI)		
PROSEDUR TETAP		NO DOKUMEN:	NO. REVISI:	HAL AMA N:
		TANGGAL TERBIT:	DITETAPKAN OLEH :	
1.	PENGERTIAN	Relaksasi adalah suatu kegiatan yang ditujukan untuk menghilangkan ketegangan otot-otot tubuh maupu pikiran sehingga memberikan rasa nyaman. Sedangkan relaksasi lima jari adalah salah satu teknik relaksasi dengan metode pembayangan atau imajinasi yang menggunakan 5 jari sebagai alat bantu.		
2.	TUJUAN	a. Mengurangi ansietas b. Memberikan relaksasi c. Melancarkan sirkulasi darah d. Merelaksasikan otot-otot tubuh		
3.	INDIKASI	Terapi ini diindikasikan bagi klien dengan cemas, nyeri ataupun ketegangan yang membutuhkan kondisi rileks.		
4.	KONTRAINDIKASI	a. Klien dengan depresi berat b. Klien dengan gangguan jiwa		
5.	PERSIAPAN PASIEN	a. Kontrak waktu, topik dan tempat dengan klien b. Pasien diberi penjelasan tentang hal-hal yang akandilakukuan c. Jaga <i>prifacy</i> pasien d. posisi pasien diatur sesuai kebutuhan		
6.	PERSIAPAN ALAT	a. Persiapan alat berupa tape recorder atau semacamnya yang bisa digunakan untuk memutar musik relaksasi. b. Modifikasi lingkungan senyaman mungkin bagi klien termasuk pengontrolan suasana ruangan agar jauh terhindar dari kebisingan saat mempraktekkan teknik relaksasi lima jari..		

7.	CARA KERJA	<ol style="list-style-type: none">1. Anjurkan klien untuk mengatur posisi senyaman mungkin2. Mainkan musik relaksasi.3. Instruksikan klien melakukan relaksasi nafas dalam terlebih dahulu (kurang lebih satu menit saja) dengan menutup mata.4. Tuntun klien melakukan relaksasi lima jari dengan kalimat berikut (langkah 4-13).5. Bayangkan bahwa anda berada di suatu tempat yang paling indah yang pernah anda kunjungi (sambil menyentuh ibu jari dan jari telunjuk).
		<ol style="list-style-type: none">6. Rasakan suasana dan udara yang ada di tempat tersebut, nikmati keindahannya, dengarkan kicauan burung-burung yang bernyanyi riang, ucapkan dalam hati “betapa merdunya....7. Bayangkan bahwa di tempat itu orang-orang yang anda cintai berada di samping anda (sambil menyentuhkan ujung jari tengah ke ujung ibu jari).8. Nikmati kebahagiaan yang anda rasakan, ucapkan dalam hati “betapa bahagianya saya saat ini”9. Bayangkan bahwa orang yang anda cintai tersebut memberikan pujian yang paling indah untuk anda (sambil menyentuhkan ujung jari manis ke ujung ibu jari).10. Rasakan betapa bahagianya anda, nikmati kebahagiaan itu sambil tersenyum. Katakan lagi dalam hati “betapa bahagianya saya saat ini”.11. Bayangkan bahwa orang yang anda cintai juga memberikan hadiah yang anda dambakan selama ini (sambil menyentuhkan ujung jari kelingking dengan ujung ibu jari).12. Rasakan betapa bahagianya anda saat ini... dan ucapkan lagi dalam hati sambil tersenyum “saya semakin bahagia...saya sangat bahagia”13. Baiklah, saya akan memberikan anda waktu untuk beristirahat dan terus menikmati kebahagiaan, ketenangan dan kenyamanan tersebut selama 5 menit (tunggu sampai 5 menit).14. Bagus sekali, kini anda benar-benar telah menikmati suasana rileks, nyaman, tenang dan penuh kebahagiaan. Saatnya anda bangun dalam kondisi yang sangat segar. Saya akan menghitung maju dari 1-. Pada hitungan ketiga, anda akan terbangun dalam kondisi yang sangat segar, lebih segar dari sebelumnya. Satu...dua...lebih segar dari sebelumnya...tiga... bangun dan buka mata anda.



		<ul style="list-style-type: none">15. Bila klien ingin melanjutkan untuk tidur, biarkan klien beristirahat sampai klien memutuskan sendiri untuk terbangun.16. Matikan tape recorder17. Tanyakan perasaan klien setelah melakukan relaksasi lima jari.18. Dokumentasikan hasil intervensi pada catatan keperawatan klien.
8.	HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN	<ul style="list-style-type: none">a. Gunakan komunikasi yang terapeutikb. Bekerja dengan hati-hati dan sopan dan asertifc. Tidak ragu dan tergesa-gesad. Perhatikan respon klien

SUMBER : PSIK UNIVERSITAS JEMBER

DOKUMENTASI



OUTPUT DATA

Kat_Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	36-45 Tahun	19	79.2	79.2	79.2
	46-55 Tahun	5	20.8	20.8	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Jenis kelamin responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	16	66.7	66.7	66.7
	Laki-laki	8	33.3	33.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	4	16.7	16.7	16.7
	SMA	8	33.3	33.3	50.0
	S1	12	50.0	50.0	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Kategori Tekanan Darah Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	10	41.7	41.7	41.7
	Pre Hipertensi	2	8.3	8.3	50.0
	Hipertensi Derajat 1	8	33.3	33.3	83.3
	Hipertensi Derajat 2	4	16.7	16.7	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Siklus Kemoterapi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	7	29.2	29.2	29.2
	2	9	37.5	37.5	66.7
	3	3	12.5	12.5	79.2
	4	2	8.3	8.3	87.5
	6	1	4.2	4.2	91.7
	7	1	4.2	4.2	95.8
	8	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Kategori Pre Eksperimen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cemas Ringan	16	66.7	66.7	66.7
	Cemas Sedang	7	29.2	29.2	95.8
	Cemas Berat	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Kategori Post Eksperimen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada Cemas	10	41.7	41.7	41.7
	Cemas Ringan	14	58.3	58.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kategori Pre Eksperimen	.409	24	.000	.654	24	.000
Kategori Post Eksperimen	.379	24	.000	.629	24	.000

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	Kategori Pre Eksperimen - Kategori Post Eksperimen	.792	.721	.147	.487 1.096	5.379	23	.000

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kategori Pre Eksperimen - Kategori Post Eksperimen	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	15 ^b	8.00	120.00
	Ties	9 ^c		
	Total	24		

- a. Kategori Pre Eksperimen < Kategori Post Eksperimen
b. Kategori Pre Eksperimen > Kategori Post Eksperimen
c. Kategori Pre Eksperimen = Kategori Post Eksperimen

Test Statistics^a

Kategori Pre Eksperimen - Kategori Post Eksperimen	
Z	-3.578 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.



MASTER DATA

No	Inisial	Umr	JK	Pendidikan	Sistol	Diastol	Sikhs	PRE EKSPERIMEN														SKOR	POST EKSPERIMEN														SKOR
								P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	
1	NyS	56	1	4	130	90	6	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	19	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	6
2	TnD	51	2	2	120	90	4	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	20	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	10
3	TnL	49	2	4	140	100	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	15
4	NyJ	47	1	3	86	60	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	25	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	7
5	NyL	45	1	4	130	80	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	3	1	3	23	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	8
6	TnM	54	2	3	120	70	7	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	3	1	2	2	22	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
7	TnH	54	2	2	140	90	3	2	1	2	1	1	0	1	0	2	1	3	2	3	2	21	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	10
8	TnJ	49	2	4	120	90	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	3	3	2	1	22	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	17	
9	NyS	57	1	4	130	90	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	3	2	2	25	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	7
10	NyE	51	1	4	120	70	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	3	2	23	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	7
11	NyA	46	1	4	110	60	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	23	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	16	
12	TnB	58	2	2	140	100	3	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	21	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	16
13	TnJ	49	2	2	130	70	1	3	3	3	2	2	1	2	1	2	1	3	3	3	3	32	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	21
14	NyR	53	1	3	140	90	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	22	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
15	NyR	58	1	4	140	80	2	3	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	22	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	7
16	NyC	50	1	3	100	70	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	33	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	17
17	NyS	57	1	4	140	100	8	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
18	NyA	54	1	4	90	80	4	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	20	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	8
19	NyE	51	1	3	110	60	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	21	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	7
20	NyA	50	1	3	100	70	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	3	2	2	24	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	10
21	NyB	46	1	4	100	70	2	2	1	3	1	1	1	2	1	2	1	2	3	3	3	26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
22	TnS	55	2	4	120	90	1	2	2	3	2	3	1	2	1	2	1	2	3	3	2	29	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	17
23	NyK	48	1	3	130	100	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	21	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	12
24	NyR	48	1	3	100	60	1	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	3	28	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	8