

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
EFEKTIVITAS HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN RAWAT INAP *TZU CHI*
HOSPITAL



NAMA MAHASISWA

MEGA SELVIANI

(202554105)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
EFEKTIVITAS HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN RAWAT INAP *TZU CHI*
HOSPITAL



NAMA MAHASISWA

MEGA SELVIANI

(202554105)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA
2026

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

EFEKTIVITAS HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN RAWAT INAP *TZU CHI* *HOSPITAL*

Disusun oleh:

Mega Selviani

NPM 202554105

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah Diperiksa, Disetujui dan
Dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Ilmiah Akhir Ners STIKes Panti

Rapih Yogyakarta

Pada Tanggal 20 Juni 2026

Pembimbing,



Cecilia Indri Kurniasari, Ns., M.Kep.Sp.Kep.J

NIK 202250001

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**EFEKTIVITAS HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN RAWAT INAP *TZU CHI*
*HOSPITAL***

Disusun Oleh:
Mega Selviani
NPM 202554105

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Karya Ilmiah Akhir Ners
STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Pada Tanggal 9 Juni 2026



Mengesahkan,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep
NIK. 200110005

Penguji:

Ketua : Yulia Wardani, MAN.

Anggota: Cecilia Indri K., Ns., M.Kep. Sp. Kep. J



HALAMAN MOTO

“Kesuksesan tidak datang dari apa yang diberikan orang lain, tetapi dari usaha, doa, dan ketekunan diri sendiri.”

“Jangan takut berjalan lambat, takutlah jika hanya diam di tempat.”

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Setiap proses yang dijalani dengan sabar akan menghasilkan sesuatu yang indah pada waktunya.”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan Penuh Rasa syukur Kepada Tuhan Yang Maha Esa, karya ilmiah ini saya persembahkan sebagai ungkapan terima kasih dan penghormatan yang mendalam kepada:

Suami tercinta, yang selalu menjadi tempat bersandar, sumber semangat, dan motivasi dalam setiap langkah perjuangan ini.

Mama tercinta dan seluruh keluarga besar, atas doa, kasih sayang, serta dukungan yang tak ternilai sepanjang perjalanan hidup dan pendidikan saya.

Direktur Tzu Chi Hospital, dr. Gunawan Susanto, Sp.BS., beserta jajaran manajemen rumah sakit, atas izin dan kesempatan berharga yang telah diberikan untuk melaksanakan penelitian.

Dokter-dokter spesialis di bidang *Neuroscience* di *Tzu Chi Hospital*, yang telah memberi dukungan serta inspirasi profesional dalam proses penelitian ini.

Teman-teman seperjuangan di Program Studi Keperawatan STIKes Panti Rapih Yogyakarta, yang telah menjadi sahabat, motivator, dan penyemangat selama masa studi.

Pasien di Rawat Inap Tzu Chi Hospital, atas kerja sama dan kebaikannya sebagai responden dan mitra dalam pelaksanaan penelitian ini.

Semoga karya ini membawa manfaat, memberikan kontribusi ilmiah, dan menjadi langkah awal dalam perjalanan pengabdian saya di dunia keperawatan dan pelayanan kesehatan.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan laporan karya ilmiah akhir ners. Penulisan laporan karya ilmiah akhir ners ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Profesi Keperawatan di STIKES Panti Rapih Yogyakarta.

Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, cukup sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan penelitian ini. Oleh sebab itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep selaku Ketua STIKES Panti Rapih.
2. Ibu Cecilia Indri Kurniasari, Ns.,M.Kep.Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing
3. Ibu Yulia Wardani, MAN., selaku dosen penguji
4. Para dosen Pengajar STIKES Panti Rapih yang telah memberikan materi perkuliahan kepada penulis.
5. dr. Gunawan Susanto Sp. BS, selaku Direktur Tzu Chi Hospital yang telah memberikan ijin penelitian kepada penulis.
6. Pasien dirawat inap Tzu Chi Hospital yang telah membantu sebagai responden pada penelitian penulis.
7. Orang Tua (mama) dan suami serta Kakak yang selalu memberi semangat dan doa.
8. Seluruh Teman teman perawat Tzuchi hospital yang telah memberikan dukungan

Semoga laporan ini berguna bagi para pembaca dan mampu memberikan gambaran tentang efektivitas hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien rawat inap tzu chi hospital.

Jakarta,

(Mega Selviani)

INTISARI

Nama : Mega Selviani
NPM : 202554105
Tanggal Ujian : 09 Juni 2026
Pembimbing : Cecilia Indri Kurniasari, Ns.,M.Kep.Sp.Kep.J
Jumlah Pustaka : 27 sumber
Jumlah Halaman : 62 halaman

Kecemasan sering dirasakan oleh pasien sebelum dan setelah operasi, disebabkan oleh ketidakpastian terkait prosedur pembedahan, anestesi, serta kemungkinan komplikasi yang dapat terjadi. Hal ini dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental pasien, sehingga dibutuhkan intervensi perawat untuk membantu mengurangi kecemasan tersebut. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi hipnotis lima jari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi hipnotis lima jari dalam mengurangi tingkat kecemasan pasien, baik sebelum maupun setelah menjalani operasi di ruang rawat inap *Tzu Chi Hospital*.

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan *Evidence Based Nursing* (EBN). Subjek penelitian terdiri dari dua pasien yang mengalami kecemasan dalam menjalani perawatan baik sebelum maupun sesudah tindakan operasi. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan dengan instrumen *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS), sebelum dan setelah terapi hipnotis lima jari yang dilakukan selama tiga hari selama perawatan di rawat inap.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi, pasien pertama memiliki skor HARS 20 (kecemasan ringan) dan pasien kedua memiliki skor HARS 32 (kecemasan berat). Setelah tiga hari terapi, kedua pasien mengalami penurunan kecemasan secara bertahap, yaitu pasien pertama skore HARS 0 dan pasien kedua Skore HARS 3. Terapi hipnotis lima jari membantu pasien merasa lebih rileks, tenang, dan dapat mengontrol kecemasan terkait prosedur operasi serta proses pemulihan.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terapi hipnotis lima jari efektif sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan pasien, baik sebelum maupun setelah operasi di ruang rawat inap.

Kata Kunci: Hipnotis lima Jari, Kecemasan, Pre-Operasi, Post-Operasi, *Evidence Based Nursing*, Pasien Rawat Inap.

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Moto.....	iv
Halaman Persembahan.....	v
Kata pengantar.....	vi
Intisari.....	vii
Daftar isi.....	viii
Daftar tabel.....	x
Daftar gambar.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Kecemasan.....	7
2.2 Hipnotis 5 Jari.....	25
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	35
3.1 Rancangan Studi Kasus.....	35
3.2 Subjek Dalam Studi Kasus.....	35
3.3 Kriteria Sampel.....	35
3.4 Tempat Dan Waktu <i>Eviden Based Nursing</i> (EBN).....	35
3.5 Instrumen Studi Kasus.....	36
3.6 Etika Penerapan <i>Eviden Based Nursing</i> (EBN).....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Hasil dan Pembahasan.....	40
4.2 Efektivitas Hipnotis Lima Jari Dengan Kecemasan.....	43
4.3 Keterbatasan Study Kasus.....	51
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	53

5.1 Simpulan.....	53
5.2 Saran.....	54

Daftar pustaka

Lampiran

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tingkat Respon Kecemasan.....	13
Tabel 2.2 Perbandingan Instrumen Pengukuran Kecemasan.....	23
Table 2.3 Analisa Jurnal Dengan PICO	33
Tabel 4.1 Gambaran Umum Pasien	40
Tabel 4.2 Analisa Penerapan Hipnotis lima Jari	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Kecemasan.....	12
Gambar 2.2 Rentang Respon Kecemasan.....	14
Gambar 2.3 Hipnotis 5 jari 1.....	30
Gambar 2.4 Hipnotis 5 jari 2.....	30
Gambar 2.5 Hipnotis 5 jari 3.....	31
Gambar 2.6 Hipnotis 5 jari 4.....	31

Lampiran 4 : Lembar Masukan Penguji KIAN



LEMBAR MASUKAN PENGUJI UJIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Hari/tanggal : 9 Juni 2026

Jam : 17.00 wib

No.	Nama Penguji	Masukan Penguji
1	Yulia Wardani, MAN	1. Latar belakang bagian angka kecemasan masukkan data di unit atau di TCH 2. Penulisan ide utama runtut 3. Urgensi apa yang harus dilakukan 4. Kenapa jatuh cinta dengan hipnotis 5 jari kenapa tidak pilihan lainnya 5. Samapaikan dilatar belakang kenapa memilih hipnotis 5 jari tidak yg kain 6. Hars alat ukur kevemasan dijabarkan lagi 7. Versi hipnotis apakah ada yang lain, jika ada yang lain dijelaskan 8. Dosis nya berapa kali, apakah cukup 1x sehari, keputusan dosis 1x sehari diambil dari mana 9. Efektiv hipnotisnya berapa menit, 10. Perbaiki tabel 4.1
2	Cecilia Indri Kurniasari, Ns.,M.Kep.Sp.Kep.J	1. Cantumkan instrumen kecemasan kelebihan dan kekurangan, tampilkan kenapa memilih hars kenapa lebih baik

		2. Awal mula hipnotis 5 jari ini apa, menggunakan versi siapa, cantumkan pengembangan dari siapa saja 3. Dilakukan berapa kali, kapan saja 4. Harus menganalisis tindakan operasi apakah mempengaruhi, perbedaan prosedur operasi mempengaruhi 5. 2 ps ini seperti apa setelah diajarkan hipnotis, respon pasien seperti apa 6. Tambahkan analisis tentang respon pasien 7. Perbaiki typo, bahasa asing, penulisan WHO
--	--	--

Tanda Tangan

Notulen: Nurwahyu Safitri, Amd. Kep

Ketua : Yulia Wardani, MAN.

Anggota: Cecilia Indri K., Ns.,M.Kep.Sp.Kep.J

.....

.....

.....