

ABSTRAK

Restiya Dwi Yuliani (2025). Penerapan Hipnosis Lima Jari dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga, Pekanbaru. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Kemenkes Poltekkes Riau. Pembimbing (I) Dr. Ns. Dewi Sartika, M. Kep (II) Husnan, S. Kp., MKM

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang sering kali disertai dengan keluhan psikologis seperti kecemasan. Kecemasan yang tidak diatasi dengan baik dapat mempengaruhi kondisi tekanan darah dan kualitas hidup pasien secara signifikan, baik secara fisik maupun emosional. Salah satu teknik non-farmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi adalah terapi hipnosis lima jari. Tujuan dari karya tulis ilmiah ini adalah mendeskripsikan penerapan hipnosis lima jari dalam menurunkan kecemasan pada pasien dengan hipertensi. Metode yang digunakan peneliti adalah deskriptif dengan studi kasus yang dilakukan dengan dua subjek. Studi kasus ini dilakukan dengan penerapan hipnosis lima jari dan post test menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga dengan durasi 10 menit setiap sesi. Hasil studi kasus ini menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan pada kedua subjek. Subjek I mengalami penurunan skor kecemasan dari 22 (kecemasan sedang) menjadi 12 (tidak ada kecemasan), sedangkan subjek II dari 26 (kecemasan sedang) menjadi 16 (kecemasan ringan). Dapat disimpulkan bahwa hipnosis lima jari dapat menurunkan skor kecemasan pada pasien dengan hipertensi dan disarankan kepada subjek dapat dilakukan penerapan hipnosis lima jari ini secara mandiri.

Kata Kunci : Hipertensi, Hipnosis Lima Jari, Kecemasan

ABSTRACT

Restiya Dwi Yuliani (2025). The Application of Five-Finger Hypnosis in Reducing Anxiety in Patients with Hypertension in the Working Area of Simpang Tiga Health Center, Pekanbaru. Case Study Scientific Paper, Diploma III Nursing Study Program, Department of Nursing, Ministry of Health Poltekkes Riau. Advisor (I) Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep (II) Husnan, S.Kp., MKM.

Hypertension is one of the most common cardiovascular diseases and is often accompanied by psychological complaints such as anxiety. Anxiety that is not properly managed can significantly affect blood pressure levels and the overall quality of life of patients, both physically and emotionally. One non-pharmacological technique that can be applied to reduce anxiety in patients with hypertension is the five-finger hypnosis therapy. The purpose of this scientific paper is to describe the implementation of five-finger hypnosis in reducing anxiety in hypertensive patients. The research method used is descriptive with a case study approach involving two subjects. This case study was conducted through the application of five-finger hypnosis and a post-test using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire. The intervention was carried out for three consecutive days, with each session lasting 10 minutes, in the working area of Simpang Tiga Public Health Center. The results of the case study showed a decrease in anxiety scores in both subjects. Subject 1 experienced a reduction in anxiety score from 22 (moderate anxiety) to 12 (no anxiety), while Subject 2 showed a decrease from 26 (moderate anxiety) to 16 (mild anxiety). It can be concluded that five-finger hypnosis is effective in reducing anxiety levels in patients with hypertension. It is recommended that subjects continue to practice this technique independently as part of their daily anxiety management routine.

Keywords: Blood Pressure, Five Finger Hypnosis, Hypertension