

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. R DENGAN ANSIETAS DAN  
MANAJEMEN KASUS : PENDIDIKAN KESEHATAN TEKNIK  
RELAKSASI NAPAS DALAM DAN HIPNOTIS LIMA JARI  
UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN IBU HAMIL DI  
RW VIII KELURAHAN PARAK GADANG TIMUR  
KOTA PADANG**



**Ns. BUNGA PERMATA WENNY,**  
**M.Kep**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**

**2019**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Nama : RIFKA AULIA RAHMI**

**BP : 1841312089**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. R DENGAN ANSIETAS DAN  
MANAJEMEN KASUS : PENDIDIKAN KESEHATAN TEKNIK  
RELAKSASI NAPAS DALAM DAN HIPNOTIS LIMA JARI  
UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN IBU HAMIL**

**ABSTRAK**

Kehamilan merupakan periode perubahan, penyesuaian, tantangan dan titik balik dari kehidupan keluarga, serta sangat berpengaruh pada setiap aspek kehidupan perempuan. Dalam masa kehamilan terjadi banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikologis. Data menunjukkan angka kejadian kecemasan di Indonesia mencapai 373.000.000. 28,7% diantaranya kecemasan terjadi pada ibu hamil (Depkes RI, 2008). Pada Ibu hamil ditemukan masalah kecemasan sehingga diperlukan asuhan keperawatan yang tepat untuk mengatasinya. Tujuan umum pada karya ilmiah akhir ini adalah mampu memberikan asuhan keperawatan jiwa secara menyeluruh terhadap pasien dengan ansietas dan mampu memberikan manajemen kasus kesehatan jiwa terhadap kelompok resiko. Pelaksanaan asuhan keperawatan dilakukan pada tanggal 12 November – 30 November 2019 dan manajemen kasus kesehatan jiwa kelompok resiko dilakukan pada tanggal 25 November 2019. Hasil asuhan keperawatan terdapat penurunan tingkat kecemasan dari kecemasan sedang (skor 27) menjadi kecemasan ringan (skor 15). Pada penerapan manajemen kasus kesehatan jiwa kelompok resiko dengan pendidikan kesehatan mengontrol ansietas pada Ibu hamil dengan teknik napas dalam dan hipnotis lima jari, didapatkan hasil sebelumnya peserta tidak memahami cara mengatasi ansietas setelah diberikan pendidikan kesehatan, peserta mengetahui cara mengatasi ansietas dengan teknik yang di ajarkan. Di dapatkan hasil adanya penurunan kecemasan setelah diberikan penyuluhan tentang cara mengatasi kecemasan dengan teknik relaksasi. Disarankan kepada perawat CMHN agar dapat mengimplementasikan pengelolaan kasus kesehatan jiwa kelompok resiko dan melakukan kunjungan rumah untuk melakukan pembinaan yang berkelanjutan pada keluarga dengan masalah ansietas.

**KataKunci : Kehamilan, ansietas, napas dalam, hipnotis lima jari**

**PROFESSIONAL STUDY PROGRAM NERS  
NURSING FACULTY  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Name : RIFKA AULIA RAHMI  
BP : 1841312089**

**NURSING CARE IN NY. R WITH ANSIETHAS AND CASE MANAGEMENT:  
EDUCATION HEALTH OF BREATHING RELAXATION TECHNIQUES IN  
AND FIVE HYPNOTIC FINGER TO LOWER ANXIETY  
IN PREGNANCY MOTHER PREGNANT**

**ABSTRACT**

*Pregnancy is a period of change, adjustment, challenges and turning points of family life, and is very influential in every aspect of women's lives. During pregnancy there are many changes, both physically and psychologically. The data shows the incidence of anxiety in Indonesia reached 373,000,000. 28.7% of them anxiety occurs in pregnant women (Department of health, RI, 2008). In pregnant women, anxiety problems are found, so that proper nursing care is needed to overcome them. The general objective of this final scientific work is to be able to provide comprehensive mental nursing care to patients with anxiety and be able to provide mental health case management to risk groups. The implementation of nursing care was carried out on November 12 – 30 November, 2019 and the management of mental health cases for risk groups was carried out on November 25, 2019. The results of nursing care had a decrease in anxiety from moderate anxiety (score 27) to mild anxiety (score 15). In the application of mental health case management of risk groups with health education controlling anxiety in pregnant women with deep breathing techniques and five-finger hypnosis, the results obtained previously participants did not understand how to deal with anxiety after being given health education, participants know how to overcome anxiety with techniques taught. The result was a decrease in anxiety after being counseled about how to overcome anxiety with relaxation techniques. It is recommended to CMHN nurses to be able to implement the management of mental health cases of risk groups and conduct home visits to conduct ongoing coaching for families with anxiety issues.*

**Keywords : Pregnancy, anxiety, deep breathing, five-finger hypnosis**