

KARYA ILMIAH AKHIR

**LITERATUR REVIEW : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI
HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP ANSIETAS**

Peminatan Keperawatan Jiwa Komunitas



MARIANNE LUSI OKTAVIANI, S. Kep

BP: 1941312009

Pembimbing I

Ns. Feri Fernandes, M.Kep., Sp.Kep. J

NIP. 198212132008121005

Pembimbing II

Ns. Windy Freska, S.Kep, M.Kep

NIP. 198810092019032008

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

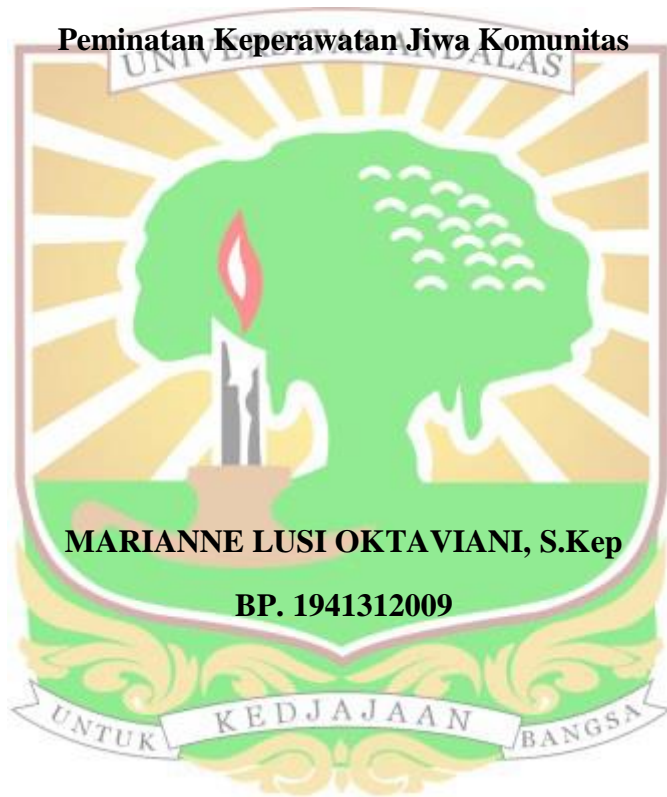
UNIVERSITAS ANDALAS

2020

KARYA ILMIAH AKHIR

***LITERATUR REVIEW* : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI
HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP ANSIETAS**

Peminatan Keperawatan Jiwa Komunitas



**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2020**

KARYA ILMIAH AKHIR

**LITERATUR REVIEW : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI
HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP ANSIETAS**

Peminatan Keperawatan Jiwa Komunitas



**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2020**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
SEPTEMBER 2020**

Nama : Marianne Lusi Oktaviani
BP : 1941312009

***LITERATURE REVIEW* : PENERAPAN TERAPI RELAKSASI
HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP ANSIETAS**

ABSTRAK

Ansietas suatu kondisi dan pengalaman subjektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman/bahaya. Ansietas yang tidak ditangani dengan segera akan menyebabkan gangguan mental emosional. Salah satu penanganan untuk menurunkan ansietas adalah dengan pemberian terapi relaksasi hipnosis lima jari. Tujuan dari karya ilmiah ini adalah untuk menelaah literatur, artikel dan dokumen hasil penelitian yang mengidentifikasi pengaruh pemberian terapi relaksasi hipnotis lima jari terhadap ansietas. Metode yang digunakan berupa *literatur review* dengan cara mencari artikel dari *database*. Penulis menggunakan dua *database* yaitu *Google Scholar* dan Portal Garuda Ristekdikti dengan rentang tahun dari 2010-2020. Artikel dicari dengan menggunakan kata kunci yang sudah ditentukan peneliti dan kemudian artikel di ekstraksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Alat ukur untuk tingkat kecemasan menggunakan kuesioner dengan 14 pertanyaan dan untuk mengukur tingkat ansietas menggunakan skala HARS (*Hamilton Rating Scale For Anxiety*). Hasil studi kasus didapatkan adanya penurunan ansietas pada klien dari ansietas sedang (skor 27) menjadi ansietas ringan (skor 17). Terapi relaksasi hipnotis lima jari berpengaruh secara signifikan dalam mengurangi tanda dan gejala kecemasan pada pasien ansietas. Diharapkan hasil penelitian ini terapi hipnotis lima jari dapat direkomendasikan untuk diterapkan sebagai intervensi keperawatan dan dapat meningkatkan mutu pelayanan keperawatan dalam menangani klien dengan kecemasan.

Kata kunci : Hipnotis lima jari, ansietas dan diabetes mellitus.

Daftar Pustaka : 47 (2008-2020)

Name : Marianne Lusi Oktaviani

BP : 1941312009

**LITERATURE REVIEW: APPLICATION OF RELAXATION THERAPY
FIVE-FINGER HYPNOTIC OF ANSIETAS**

ABSTRACT

Anxiety is a condition and an individual's subjective experience of objects that are not clear and specific due to the anticipation of danger that allows individuals to take action to deal with threats / dangers. Anxiety that is not treated promptly will cause mental emotional disturbances. One of the treatments to reduce anxiety is by providing relaxation therapy five finger hypnosis. The purpose of this scientific work is to review the literature, articles and research documents that identify the effects of giving relaxation therapy five-finger hypnosis against anxiety. The method used is a literature review by searching for articles from the database. The author uses two databases, namely Google Scholar and Portal Garuda Ristekdikti with a span of years from 2010-2020. Articles were searched using keywords that had been determined by the researcher and then the articles were extracted based on inclusion and exclusion criteria. The measuring instrument for the level of anxiety uses a questionnaire with 14 questions and to measure the level of anxiety using the HARS scale (Hamilton Rating Scale For Anxiety). The results of the case study showed that the client's anxiety decreased from moderate anxiety (score 27) to mild anxiety (score 17). Relaxation therapyhypnotic five fingers significant effect in reducing signs and symptoms of anxiety in anxiety patients. It is hoped that the results of this study five finger hypnosis therapy could recommended to apply as nursing intervention and can improve the quality of nursing services in dealing with clients with anxiety.

Keywords : Five finger hypnosis, anxiety and diabetes mellitus

Bibliography : 47 (2008-2020)