

PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI DUSUN NGRENDENG KABUPATEN SRAGEN

Fransiska Falda Bachrani¹. Tri Susilowati²

fransiskaaja2@gmail.com

Program Studi D III Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Data yang diperoleh dari Jawa Tengah, rata-rata pasien DM 40% dari yang berusia 40-69 orang yang menderita DM, orang yang mengalami DM rata rata mempunyai rasa cemas akan penyakitnya. kecemasan adalah suatu perasaan tidak santai yang samar-samar karena ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai suatu respons penyebab tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu. Penatalaksanaan kecemasan yang bisa dilakukan yaitu terapi hipnotis lima jari. **Tujuan :** Mendeskripsikan hasil penerapan hypnosis lima jari pada kesemasan pasien diabetes mellitus. **Metode :** Metode studi ini menggunakan metode HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) Skala HARS merupakan pengukuran cemas yang didasarkan pada munculnya symptom pada individu yang mengalami cemas. Menurut skala HARS terdapat 14 *syptoms* yang nampak pada individu yang mengalami cemas. Setiap item yang diobservasi diberi 5 tingkatan skor (skala likert) antara 0 (No Present) sampai dengan 4 (severe). **Hasil :** Setelah dilakukan hypnosis pada Ny. E dan Ny. R yang awalnya skor 27 menjadi 20 dan skor 25 menjadi 18. **Kesimpulan :** Penerapan terapi hypnosis lima jari dapat menurunkan kecemasan pada pasien Diabetes Mellitus.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, HARS, hipnosis