BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Kesehatan jiwa menjadi salah satu bagian integral dari kesehatan secara umum yang mempengaruhi produktivitas individu. Kesehatan jiwa dan kesehatan fisik saling terkait sehingga perlu dikelola secara seimbang. Ruang lingkup kesehatan jiwa tidak hanya terbebas dari gangguan jiwa, tetapi juga mencakup kondisi yang baik terhadap emosi, psikologis dan sosial. Tekanan pada emosi secara terus-menerus akan menyebabkan munculnya stres yang kemudian berlanjut menjadi perasaan cemas atau ansietas (Pratiwi, 2020).

Ansietas atau kecemasan merupakan suatu kondisi ketika individu merasa takut terhadap sesuatu yang belum terjadi sebagai antisipasi terhadap ancaman maupun bahaya dimasa depan (Diyah, 2021). Menurut Nanda (2015) ansietas merupakan bentuk respon terhadap stimulus tertentu yang tidak diinginkan oleh siapapun, dimanapun dan kapanpun karena tidak mengenal jenis kelamin, suku dan batas usia, sehingga Ansietas menjadi masalah kesehatan jiwa yang signifikan di dunia.

Organisasi kesehatan dunia menyatakan prevalensi masalah kesehatan jiwa 13% dari keseluruhan penyakit dan diperkirakan meningkat pada tahun 2030 menjadi 25% (WHO, 2017). Bangladesh menduduki peringkat pertama prevalensi ansietas tertinggi didunia mencapai 46,0% dari jumlah populasi. Secara global prevalensi ansietas di Indonesia sebanyak 24.708.000 jiwa atau sekitar 11,6% dari jumlah seluruh populasi. Menurut American Psychological Association (APA) 2019 bahwa tingkat ansietas cenderung meningkat pada wanita dibandingkan pria. Berdasarkan data Kemenkes RI (2021) prevalensi ansietas di Indonesia sepanjang tahun 2020 mencapai 18.373 jiwa (6,8%) dari populasi. Di RSUD Balangan jumlah pasien yang mengalami ansietas sebanyak 30 orang.

Ansietas yang dialami akan menentukan bagaimana mekanisme coping seseorang dalam mengatasi masalah tersebut baik mekanisme coping adaptif atau maladaptif, individu yang memiliki mekanisme coping adaptif akan lebih efektif untuk mengurangi atau meredakan ansietas sebaliknya jika individu menggunakan mekanisme coping maladaptif bisa memperburuk keadaan atau individu tersebut mempunyai potensi untuk terjadinya sakit (Lau, 2019).

Penatalaksanaan ansietas dibedakan menjadi dua yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Obat anti cemas adalah bentuk terapi farmakologis dalam mengatasi ansietas namun dalam pemakaiannya menimbulkan efek ketergantungan. Sedangkan terapi nonfarmakologis terdiri dari tarik napas dalam, distraksi, kegiatan spiritual dan hipnosis lima jari (Stuart, 2016).

Hipnosis lima jari merupakan suatu teknik relaksasi yang membantu individu untuk mengalihkan pikirannya dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan atau disukai sambil menyatukan masing-masing jari tangan secara bergantian (Halim, 2020). Hipnosis lima jari akan membantu individu untuk menerima sugesti yang diberikan saat dalam keadaan rileks sehingga mampu mengubah persepsi stres, ansietas dan tegang yang dirasakan (Dekawaty, 2021).

Stres, ansietas dan ketegangan dipengaruhi oleh dua hormon yaitu *Adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) dan kortisol. Hipnosis lima jari mampu memberikan efek positif berupa perasaan rileks dan damai. Kondisi tersebut akan mempengaruhi produksi hormon yang berperan terhadap masalah ansietas dan ketegangan. Penerapan terapi hipnosis lima jari akan merangsang hipotalamus untuk mensekresikan *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) yang akan mengaktifkan anteriorpituitary. Aktifnya anteriorpituitary akan merangsang neurotransmitter yang mempengaruhi suasana hati menjadi tenang, senang dan rileks yaitu

enkephalin dan endorphen. Selanjutnya anteriorpituitary akan menurunkan produksi ACTH. Menurunnya produksi ACTH akan merangsang adrenal korteks untuk mengontrol sekresi kortisol. Penurunan kadar ACTH dan kortisol inilah yang berperan terhadap penurunan ansietas (Yolanda, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28 Januari 2024 di Poli Jiwa RSUD Datu kandang haji Balangan ditemukan pasien Nn. A yang terdiagnosis *Anxiety Disorder* dan memiliki ayah tiri yang terdiagnosis *Skizofrenia*. Dari hal itu peneliti tertarik untuk mendalami tentang kecemasan pasien.

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengetahui efektivitas terapi hipnosis lima jari dalam mengatasi ansietas. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mawarti, dkk (2021) tentang Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Pada Klien Ansietas di Poli RSJD Provinsi Jambi terdapat pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat ansietas. Karakteristik responden sebelum dilakukan hipnosis lima jari mayoritas mengalami ansietas berat dengan rata-rata 31,75. Setelah dilakukan terapi mayoritas responden berada pada ansietas tingkat ringan dengan rata-rata 16,58. Hasil ini sejalandengan penelitian yang dilakukan oleh Yolanda, dkk (2022) bahwa terapi hipnosis lima jari efektif dalam mengelola ansietas klien.

Berdasarkan pentingnya sebuah metode alternatif mengatasi kecemasan dan penjelasan dari hasil penelitian bahwa terapi Hipnosis lima jari dapat digunakan sebagai terapi dalam mengatasi masalah ansietas. Berdasarkan uraian dan hasil temuan penelitian yang ada, maka peneliti tertarik untuk membuat karya ilmiah yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Kecemasan Dengan Penerapan Hipnosis Lima Jari Di RSUD Datu Kandang Haji Balangan”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang dijelaskan di atas, maka rumusan masalah yang terdapat didalam studi kasus ini adalah “ Bagaimanakah Analisis Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Kecemasan Dengan Penerapan Hipnosis Lima Jari Di RSUD Datu Kandang Haji Balangan”.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Mengalisis Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Kecemasan Dengan Penerapan Hipnosis Lima Jari Di RSUD Datu Kandang Haji Balangan

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1 Menggambarkan pengkajian keperawatan jiwa pada klien Ansietas

1.3.2.2 Menggambarkan diagnosa keperawatan jiwa yang muncul pada klien Ansietas

1.3.2.3 Menggambarkan perencanaan keperawatan jiwa dengan intervensi Hipnosis Lima Jari

1.3.2.4 Menggambarkan implementasi keperawatan jiwa dengan intervensi Hipnosis Lima Jari

1.3.2.5 Menggambarkan evaluasi keperawatan jiwa dengan intervensi Hipnosis Lima Jari

1.3.2.6 Menganalisis Hasil pengaruh Hipnosis Lima jari pada Pasien Ansietas.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Aplikatif

1.4.1.1 Sebagai acuan bagi perawat RS untuk menurunkan kecemasan pasien dalam mencapai derajat kesehatan yang optimal.

1.4.1.2 Sebagai acuan informasi dan acuan bagi pasien dan keluarga dalam menurunkan kecemasan

1.4.2. Manfaat Teoritis

1.4.2.1 Sebagai motivasi dalam meningkatkan pelaksanaan asuhan keperawatan jiwa dengan penerapan Hipnosis Lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan.

1.4.2.2 Sebagai *evidencebase nursing* dalam melaksanakan keperawatan jiwa di rumah sakit khususnya pada pasien kecemasan.

1.5. Penelitian Terkait

1.5.1 Penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Fokus pada 5 Jari Terhadap Kecemasan di Desa Pulisen, Boyolali” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Latihan focus pada 5 jari terhadap tingkat kecemasan. Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan pre dan posttest tanpa kelompok control. Terdapat 30 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar responden tersebut adalah perempuan. Tingkat kecemasan pada penelitian ini sebelum dilakukan intervensi adalah sebanyak 20 orang (66,7%) berada pada kecemasan berat sedangkan setelah intervensi sebanyak 20 orang (66,7%) kecemasan pasien menurun menjadi tidak cemas. Analisis bivariat dengan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti ada hubungan antara Latihan berfokus pada 5 jari dengan tingkat kecemasan. Dapat disimpulkan Ada pengaruh Latihan berfokus pada 5 jari terhadap tingkat kecemasan.

1.5.2 Penelitian Studi Kasus Oleh Yuni Norkhalifah & Mohamad Fatkhul Mubin (2022) yang berjudul “Studi Kasus Pengaruh Hipnosis Lima Jari terhadap Kecemasan pada Penderita Hipertensi” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas

pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi. Metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus pelayanan asuhan dilakukan dalam pengelolaan pasien kecemasan pada hipertensi, meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Pengambilan sampel dalam lingkup komunitas wilayah Puskesmas Mranggen 1 RW 06 Desa Mranggen Kabupaten Demak yang dilakukan pada 3 pasien hipertensi yang mengalami kecemasan yang dikelola selama satu hari. Alat pengumpulan data dengan lembar pengkajian, metode yang digunakan dalam wawancara dan menggunakan kuisisioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS). Hasil studi menunjukkan bahwa ada perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sebelum dilakukan terapi hipnosis lima jari pada ketiga pasien. Terapi hipnosis lima jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi. DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.10390>

- 1.5.3 Penelitian oleh Marianne & Lusi Oktaviani (2020) yang berjudul “Karya Ilmiah Akhir Literatur Review : Penerapan Terapi Relaksasi Hipnosis Lima Jari Terhadap Ansietas” Penelitian ini bertujuan untuk 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 hipnosis lima jari dapat direkomendasikan untuk diterapkan sebagai intervensi keperawatan dan dapat meningkatkan mutu pelayanan keperawatan dalam menangani klien dengan kecemasan.