

**EFEKTIVITAS TERAPI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP
KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

SKRIPSI

REGINA MARGARET BERHIMPON

20061061



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO
2024**

**EFEKTIVITAS TERAPI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP
KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Katolik De La Salle Manado**

REGINA MARGARET BERHIMPON

20061061



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**EFEKTIVITAS TERAPI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP
KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

Nama : Regina Margaret Berhimpon

Nim : 20061061

Fakultas : Keperawatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyetujui, Manado,

08 Juli 2024

Mengetahui,

Pembimbing I


Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes.

Pembimbing II



Cyntia Th. Lumintang, S.Kep., Ns., M.Kep.

Mengetahui,


Dekan

Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes.

**Ketua Program Studi
Ilmu Keperawatan**


Helly Budiawan., S.Kep., Ns., M.Kes.

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**EFEKTIVITAS TERAPI HIPNOTIS LIMA JARI TERHADAP
KECEMASAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

Yang disusun dan diajukan oleh:

REGINA MARGARET BERHIMPON

20061061

**Telah dipertahankan didepan TIM penguji Ujian Skripsi pada tanggal 08
Juli dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

TIM PENGUJI

Dosen Penguji 1

: (Johanis Kerangan, S. Kep., Ns., M. Kep.)

Dosen Penguji 2

: (Wahyuni Langelo, BSN., M. Kes.)

Dosen Penguji 3

: (Cyntia Th. Lumintang, S. Kep., Ns., M. Kep.)

MENGETAHUI,

Dekan



Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes.

**Ketua Program Studi
Ilmu Keperawatan**

Helly Budiawan., S.Kep., Ns., M.Kes.

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, didalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar Pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah skripsi dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (sarjana) dibatalkan, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

UKADLSM

Manado, 08 Juli 2024

Mahasiswa,



| | |
|---------------|-----------------------------|
| Nama | : Regina Margaret Berhimpon |
| Nim | : 20061061 |
| Program Studi | : Ilmu Keperawatan |
| Fakultas | : Keperawatan UKDLSM |

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yesus Kristus karena kasih dan penyertaanNya kepada saya sehingga saya bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Terapi Relaksasi Hipnotis Lima Jari terhadap Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado”.

Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Johanis Ohoitumur, yang merupakan Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado.
2. Wahyuni Langelo. BSN., M. Kes. selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado dan Dosen Pembimbing I (satu) atas segala bimbingan, arahan, masukan, dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Natalia E. Rakinaung. S. Kep., Ns., MNS. selaku Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
4. Helly Budiawan, S. Kep., Ns., M. Kes. selaku Ketua Program Studi Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
5. Cyntia Th. Lumintang, S. Kep., Ns., M. Kep. selaku Dosen Pembimbing II (dua) atas segala bimbingan, arahan, masukan, dukungan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
7. Seluruh responden yang telah ikut serta dalam penelitian yang telah dilakukan dalam hal ini teman-teman mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
8. Keluarga yang sangat saya cintai, khususnya Papa Pitman Berhimpon, Mama Haslinda Maidangkai, Oma Durtje Landung dan Kakak Rendy Bangonang, yang selalu memberikan dukungan, motivasi, semangat dan senantiasa mendoakan Saya dalam proses penyusunan skripsi ini serta selama Saya menjalankan Pendidikan di Universitas Katolik De La Salle Manado.

9. Seluruh rekan Angkatan 2020 khususnya sahabat Melani Pasang, Pricilia Debeturu, Juliya Tomatala, Kalri Kaunang, Deni Kuamolo, Fano Tameti yang telah mendukung dan terlibat dalam penyusunan skripsi ini.
10. Ucapan terimakasih juga saya sampaikan kepada semua pihak, yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu yang telah membantu saya baik dalam Doa, support, materi, dan dukungan lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Manado, 08 Juli 2024



Regina Margaret Berhimpon

UKADLSM

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| Halaman cover | |
| Lembar Persetujuan | i |
| Lembar Pengesahan | ii |
| Lembar Orisinalitas | iii |
| Kata Pengantar | iv |
| Abstrak | vi |
| <i>Abstract</i> | vii |
| Daftar Isi | viii |
| Daftar Tabel | x |
| Daftar Gambar | xi |
| Daftar Bagan | xii |
| Daftar Lampiran | xiii |
| Daftar Singkatan | xiv |
| BAB I. PENDAHULUAN | |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Tujuan penelitian | 4 |
| 1.3 Pertanyaan penelitian | 4 |
| 1.4 Manfaat penelitian | 5 |
| BAB II. TINJAUAN PUSTAKA | |
| 2.1 Konsep Dasar Kecemasan | 6 |
| 2.2 Hipnotis Lima jari | 11 |
| 2.3 Penelitian Terkait | 16 |
| 2.4 Aplikasi Konsep Teori Dorothea Orem | 20 |
| BAB III. KERANGKA KONSEP | |
| 3.1 Kerangka Konsep | 25 |
| 3.2 Hipotesis | 26 |
| 3.3 Definisi Operasional | 27 |
| BAB IV. METODE PENELITIAN | |
| 4.1 Desain penelitian | 28 |
| 4.2 Tempat dan Waktu Penelitian | 28 |
| 4.3 Populasi dan Sampel | 29 |
| 4.4 Instrumen penelitian | 30 |
| 4.5 Pengumpulan data | 31 |
| 4.6 Analisa Data | 33 |

| | | |
|--------------------------------|---|----|
| 4.7 | Etika penelitian | 34 |
| BAB V. HASIL PENELITIAN | | |
| 5.1 | Hasil Karakteristik Demografi Responden | 36 |
| 5.2 | Hasil Analisa Univariat | 37 |
| 5.3 | Hasil Analisa Bivariat | 38 |
| BAB VI. PEMBAHASAN | | |
| 6.1 | Hasil Analisa Variabel Independen | 39 |
| 6.2 | Hasil Analisa Variabel Dependen | 40 |
| 6.3 | Hasil Analisa Bivariat | 43 |
| 6.4 | Keterbatasan Penelitian | 44 |
| BAB VII. PENUTUP | | |
| 7.1 | Kesimpulan | 45 |
| 7.2 | Saran | 45 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 47 |
| LAMPIRAN | | 51 |

UKADLSM

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Penelitian Terkait | 16 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional | 27 |
| Table 4.1 Desain Penelitian | 28 |
| Tabel 5.1 Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik demografi responden di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado (n = 31) | 36 |
| Tabel 5.2 Distribusi tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari (n = 31) | 37 |
| Tabel 5.3 Efektivitas terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan Mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado | 38 |

UKADLSM

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Rentang Respon Kecemasan | 7 |
| Gambar 2.2 Gerakan Hipnotis Lima Jari 1 | 14 |
| Gambar 2.3 Gerakan Hipnotis Lima Jari 2 | 14 |
| Gambar 2.4 Gerakan Hipnotis Lima Jari 3 | 14 |
| Gambar 2.5 Gerakan Hipnotis Lima Jari 4 | 15 |
| Gambar 2.6 Kerangka Teori Dorothea Orem | 24 |

UKADLSM

DAFTAR BAGAN

| | |
|-----------------------------|----|
| Bagan 3.1 Kerangka Konsep | 25 |
| Bagan 4.1 Pengumpulan Data` | 31 |

UKADLSM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : *Curriculum Vitae*
- Lampiran 2 : Kuesioner
- Lampiran 3 : SOP Terapi Hipnotis Lima Jari
- Lampiran 4 : Lembar Observasi
- Lampiran 5 : *Informed Consent*
- Lampiran 6 : Lembar Revisi Proposal
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Ujian Proposal
- Lampiran 8 : Lembar Persetujuan Penelitian
- Lampiran 9 : Surat Permohonan Izin Pengumpulan Data Penelitian
- Lampiran 10 : Hasil Analisa Statistik
- Lampiran 11 : Lembar Konsultasi Proposal & Skripsi Pembimbing I
- Lampiran 12 : Lembar Konsultasi Proposal & Skripsi Pembimbing II

UKADLSM

DAFTAR SINGKATAN

| | |
|--------|--|
| BPS | : Badan Pusat Statistik |
| GABA | : <i>Gamma-Aminobutyric Acid</i> |
| NE | : <i>Norepinefrin</i> |
| HARS | : <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> |
| SOP | : Standar Operasional Prosedur |
| WHO | : <i>World Health Organization</i> |
| HT | : <i>Hipersensitivitas</i> |
| STIKES | : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan |
| PRODI | : Program Studi |

UKADLSM

1.1. Latar Belakang

UKADLSM