

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

Berhimpon Regina¹, Langelo Wahyuni², Lumintang Cyntia³

Universitas Katolik De La Salle Manado

Email: 20061061@unikadelasalle.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Kecemasan merupakan gangguan mental paling umum yang terjadi saat ini hingga menjadi penyakit peringkat keempat didunia, sekitar 61,3% mahasiswa tingkat akhir di Indonesia mengalami kecemasan. Salah satu penyebab munculnya kecemasan akibat proses penyusunan tugas akhir. Selain penggunaan obat-obatan medis terdapat salah satu teknik non farmakologis yakni terapi hipnotis lima jari yang diperlukan untuk mengurangi kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Terapi Hipnotis Lima Jari terhadap Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.

Metode: Penelitian dilaksanakan di Universitas Katolik De La Salle Manado. Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan dengan jumlah sampel 31 mahasiswa, menggunakan metode kuantitatif *one group pretest - posttest design* dengan teknik pengambilan sampel *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*, serta menggunakan *instrument* penelitian kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale*.

Hasil: Berdasarkan uji statistic *Wilcoxon* menunjukkan *mean rank* 16,00 dengan *p value* $0.000 < 0.05$

Kesimpulan: Terapi Hipnotis Lima Jari Efektif terhadap Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado

Kata kunci : Kecemasan, Hipnotis Lima Jari

Kepustakaan : 7 buku dan 22 jurnal (Tahun 2019-2024)

THE EFFECTIVENESS OF FIVE-FINGER HYPNOSIS THERAPY ON ANXIETY AMONG FINAL-YEAR STUDENTS OF THE FACULTY OF NURSING UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO

Berhimpon Regina¹, Langelo Wahyuni², Lumintang Cyntia³

Universitas Katolik De La Salle Manado

Email: 20061061@unikadelasalle.ac.id

Abstract

Background: Anxiety is one of the most common mental disorders today, ranking as the fourth most prevalent disease worldwide. In Indonesia, approximately 61.3% of final-year students experience anxiety, often triggered by the process of completing their final projects. In addition to medical treatments, non-pharmacological techniques such as the Five-Finger Hypnosis Therapy can be used to reduce anxiety among final-year nursing students at Universitas Katolik De La Salle Manado.

Objective: This study aimed to determine the effectiveness of Five-Finger Hypnosis Therapy in reducing anxiety among final-year students of the Faculty of Nursing, Universitas Katolik De La Salle Manado.

Method: The study was conducted at Universitas Katolik De La Salle Manado. The population consisted of final-year nursing students, with a sample size of 31 participants. This study used a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design and applied a non-probability purposive sampling technique.

Results: The Wilcoxon test results showed a mean rank of 16.00 with a p-value of 0.000, indicating that the alternative hypothesis (H_a) was accepted and the null hypothesis (H_0) was rejected.

Conclusion: Five-Finger Hypnosis Therapy was effective in reducing anxiety among final-year students of the Faculty of Nursing at Universitas Katolik De La Salle Manado.

Keywords: Anxiety, Five-Finger Hypnosis

References: 7 books and 22 journals (2019–2024)

This translation has been checked and proven
accurate



Rafael H. Y. Sengkey, S.S., M.Pd.

Head of Language Development Office

Universitas Katolik De La Salle Manado

UKADLSM