

**EFEKTIVITAS TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI BERBASIS WEBSITE TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PASIEN PREOPERASI BRONKOSKOPI
DI RSUP PERSAHABATAN****Salman Al Farisi^{1*}, Nur Fajariyah², Nita Sukamti³, Satinah⁴**¹⁻³Universitas Nasional⁴RSUP Persahabatan

Email Korespondensi: halo@salmanalfarisi.id

Disubmit: 15 Agustus 2024

Diterima: 12 September 2024

Diterbitkan: 01 Oktober 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i10.16988>**ABSTRACT**

This study is based on the high level of anxiety experienced by preoperative bronchoscopy patients. In 2023, at RSUP Persahabatan, approximately 72% of patients experienced anxiety before undergoing bronchoscopy. Preoperative anxiety can affect the success of the procedure, cause discomfort during the operation, and interfere with the patient's recovery post-surgery. Preoperative anxiety can be managed through various methods, such as deep breathing relaxation techniques, music therapy, aromatherapy, hypnotherapy, and distraction techniques. The five-finger hypnosis therapy delivered through a website is considered a potential non-pharmacological intervention to reduce this anxiety. This study aims to evaluate the effectiveness of the five-finger hypnosis therapy delivered through a website in reducing the anxiety levels of preoperative bronchoscopy patients at RSUP Persahabatan. The research method used is quasi-experimental with a pretest-posttest one-group design. The study involved 30 patients (aged 20-50 years) who were scheduled to undergo bronchoscopy and were selected using purposive sampling. The intervention consisted of five-finger hypnosis therapy delivered through a website by the researcher. The results showed that before the five-finger hypnosis therapy, the average anxiety score was 13.00, with 60% of patients experiencing moderate anxiety. After the therapy, the anxiety level decreased to an average of 10.17, with the percentage of patients experiencing no anxiety increasing to 16.7%. The results of the Paired Sample T-Test showed a p-value of 0.001 ($p < 0.005$), indicating a significant effect of the five-finger hypnosis therapy delivered through a website on reducing the anxiety levels of preoperative bronchoscopy patients. The conclusion of this study is that the five-finger hypnosis therapy delivered through a website is effective in reducing the anxiety levels of preoperative bronchoscopy patients. This study provides benefits for the development of non-pharmacological interventions in managing preoperative anxiety, particularly in the use of web-based technology to enhance the quality of healthcare services.

Keywords: Bronchoscopy, Five-Finger Hypnosis, Non-Pharmacological Intervention, Preoperative Anxiety, Website

ABSTRAK

Penelitian ini didasarkan pada tingginya tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien preoperasi bronkoskopi, pada tahun 2023 di RSUP Persahabatan sekitar 72% mengalami kecemasan saat akan menghadapi operasi bronkoskopi. Kecemasan yang dialami pasien sebelum operasi dapat mempengaruhi keberhasilan prosedur, ketidaknyamanan selama tindakan, dan mengganggu pemulihan pasien setelah operasi. Kecemasan pasien preoperasi dapat diatasi dengan beberapa cara, seperti menggunakan teknik relaksasi napas dalam, terapi musik, aromaterapi, hipnoterapi, dan *distraction techniques*. Terapi hipnosis lima jari berbasis *website* dipandang sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang potensial untuk mengurangi kecemasan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi hipnosis lima jari berbasis *website* dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi di RSUP Persahabatan. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi-experimental* dengan *pretest-posttest one group design*. Responden penelitian 30 pasien (20-50 tahun) yang akan menjalani bronkoskopi dan dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Intervensi berupa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* yang diberikan oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum terapi hipnosis lima jari berbasis *website* menunjukkan skor kecemasan rata-rata 13,00 dengan mayoritas mengalami cemas sedang sebesar 60%. Setelah hipnosis lima jari berbasis *website* tingkat kecemasan menurun menjadi rata-rata 10,17 dengan peningkatan jumlah pasien yang tidak cemas menjadi 16,7%. Hasil Uji *Paired Sample T Test* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,005$) menandakan ada pengaruh signifikan dari terapi hipnosis lima jari berbasis *website* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terapi hipnosis lima jari berbasis *website* efektif dalam menurunkan kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi. Penelitian ini memberikan manfaat bagi pengembangan intervensi nonfarmakologis dalam manajemen kecemasan preoperasi, khususnya dalam penggunaan teknologi berbasis *website* untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan.

Kata Kunci: Bronkoskopi, Hipnosis Lima Jari, Intervensi Nonfarmakologis, Kecemasan Preoperasi, *Website*

PENDAHULUAN

Bronkoskopi adalah prosedur operasi minimal invasif yang sering dianggap tidak nyaman oleh pasien karena efek samping seperti kecemasan, sesak napas, batuk, dan nyeri. Meskipun minimal invasif, prosedur ini tetap bisa menjadi sumber stres yang memicu reaksi fisiologis dan psikologis (Yanny *et al.*, 2019).

Salah satu respons psikologis utama pasien yang akan menjalani operasi bronkoskopi adalah kecemasan. Tingkat kecemasan yang

tinggi dapat berdampak negatif, mempengaruhi kenyamanan selama prosedur, keberhasilan tindakan, hasil keseluruhan, dan pemulihan pasca-operasi (Stuart, 2016). Kecemasan muncul saat seseorang mengalami stres, ditandai oleh perasaan tegang, kekhawatiran, serta disertai reaksi fisik seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah. Kecemasan pada pasien bronkoskopi seringkali menjadi stressor yang signifikan. Data menunjukkan bahwa prevalensi

tingkat kecemasan pada pasien preoperasi di Indonesia meningkat setiap tahun dan DKI Jakarta menjadi provinsi dengan tingkat kecemasan tertinggi.

Menurut *American Psychological Association* (APA) tingkat kecemasan preoperasi bronkoskopi cukup tinggi. Pada tahun 2023, dari 1125 kasus bronkoskopi di RS Persahabatan, 72% pasien mengalami kecemasan. Prevalensi kecemasan preoperasi bervariasi di berbagai negara, dengan Kanada mencapai 89%, Sri Lanka 76,7%, Austria 45,3%, dan Nigeria sekitar 51%. Di Indonesia, penelitian di RSUD dr. Soekarjo Tasikmalaya menunjukkan 71,4% pasien mengalami kecemasan preoperasi (Muyasaroh *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan di RSUD dr. Soekarjo Tasikmalaya menunjukkan bahwa kecemasan preoperasi pada pasien dijumpai sebanyak 71,4% (Rismawan *et al.*, 2019).

Salah satu metode untuk mengurangi kecemasan adalah terapi hipnosis, khususnya terapi hipnosis lima jari. Teknik ini melibatkan penggunaan sugesti dan relaksasi melalui sentuhan pada jari tangan untuk mengalihkan pikiran dari kecemasan. Penelitian menunjukkan bahwa terapi hipnosis lima jari efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi dan pada kelompok lain seperti mahasiswa tingkat akhir dan pasien hipertensi (Halim & Khayati, 2020).

Penelitian Suhadi dan Pratiwi (2020) menunjukkan bahwa pasien preoperasi yang belum menerima terapi hipnosis lima jari sebagian besar mengalami kecemasan berat (40,8%), sementara setelah diberikan terapi, mayoritas mengalami kecemasan ringan (40,8%), mengindikasikan perbedaan yang signifikan. Setiawan dan

Imamah (2023) juga menemukan penurunan kecemasan yang signifikan pada mahasiswa tingkat akhir dengan terapi hipnosis lima jari, dari kecemasan berat menjadi rendah. Penelitian Inayati dan Aini (2023) mendukung temuan ini, di mana terapi hipnosis lima jari berhasil menurunkan kecemasan pasien hipertensi dari kecemasan ringan menjadi tidak cemas.

Dengan kemajuan teknologi, terapi hipnosis lima jari kini dapat dilakukan melalui media online seperti *website*. *Website* dapat menyediakan panduan dalam bentuk audio, video, atau teks yang memudahkan pasien mengakses terapi dari mana saja dan kapan saja. Media ini juga memungkinkan distribusi informasi yang luas, dokumentasi yang bisa diakses kembali, dan pembaruan informasi secara berkala, sehingga teknik hipnosis lima jari bisa diterapkan secara efektif dari pengkajian hingga evaluasi.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan di RSUP Persahabatan didapatkan 50 pasien preoperasi bronkoskopi dan 35 diantaranya mengalami kecemasan. Berdasarkan tingginya prevalensi kecemasan pada pasien preoperasi bronkoskopi, penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas terapi hipnosis lima jari berbasis *website* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi bronkoskopi di RSUP Persahabatan.

KAJIAN PUSTAKA

Bronkoskopi adalah prosedur medis minimal invasif yang menggunakan alat bronkoskop untuk memeriksa saluran udara dan paru-paru. Meskipun prosedur ini penting untuk diagnosis atau pengobatan kondisi tertentu, bronkoskopi sering kali dianggap tidak nyaman oleh pasien karena efek sampingnya,

seperti sesak napas, batuk, dan nyeri. Ketidaknyamanan ini dapat memicu kecemasan pada pasien, terutama sebelum prosedur dilakukan, yang dapat berdampak negatif pada hasil dan pemulihan pascaoperasi (Rasmin *et al.*, 2017).

Kecemasan preoperasi bronkoskopi adalah respons psikologis yang sering terjadi pada pasien yang akan menjalani prosedur bronkoskopi. Kecemasan ini biasanya ditandai oleh perasaan khawatir, tegang, dan pikiran yang gelisah, serta diiringi dengan gejala fisik seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah (Stuart, 2016). Kondisi ini dapat memperburuk pengalaman pasien selama prosedur, mempengaruhi tingkat kenyamanan, serta keberhasilan tindakan medis yang dilakukan. Oleh karena itu, penanganan kecemasan menjadi aspek penting dalam persiapan preoperasi.

Penatalaksanaan nonfarmakologi telah menjadi pendekatan yang semakin diminati untuk mengurangi kecemasan pada pasien preoperasi bronkoskopi. Pendekatan ini mencakup berbagai teknik relaksasi dan intervensi psikologis yang dirancang untuk menurunkan tingkat kecemasan tanpa menggunakan obat-obatan. Salah satu metode yang efektif adalah terapi hipnosis, yang menggunakan teknik sugesti untuk membantu pasien mengalihkan fokus dari kecemasan yang dirasakan, sehingga menciptakan kondisi mental yang lebih tenang sebelum prosedur dimulai.

Terapi hipnosis lima jari berbasis *website* merupakan salah satu inovasi dalam penanganan kecemasan preoperasi. Teknik ini melibatkan penggunaan jari-jari tangan untuk melakukan gerakan yang dikombinasikan dengan sugesti positif, membantu pasien memusatkan perhatian pada hal-hal

yang menenangkan. Penggunaan *website* sebagai media terapi memungkinkan panduan hipnosis dapat diakses dengan mudah oleh pasien dari mana saja dan kapan saja, memberikan fleksibilitas serta meningkatkan efektivitas terapi dalam menurunkan kecemasan (Priyono, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* efektif dalam mengurangi kecemasan pada pasien preoperasi bronkoskopi. Studi-studi yang dilakukan menunjukkan penurunan yang signifikan dalam tingkat kecemasan pasien setelah menerima terapi ini, baik dalam bentuk penurunan gejala psikologis maupun fisik (Suhadi dan Pratiwi, 2020; Setiawan dan Imamah, 2023; Inayati dan Aini, 2023). Hasil-hasil ini menegaskan bahwa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* adalah intervensi yang menjanjikan untuk mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan pengalaman positif pasien preoperasi bronkoskopi.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimen dengan pendekatan *one group pretest posttest* untuk menguji efektivitas terapi hipnosis lima jari berbasis *website* terhadap kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi di RSUP Persahabatan. Populasi penelitian adalah pasien preoperasi bronkoskopi dan sampel dipilih menggunakan metode *purposive sampling* sebanyak 30 responden, dengan kriteria inklusi tertentu seperti kesediaan pasien untuk mengikuti intervensi dan berusia antara 20-50 tahun (Sugiyono, 2018).

Variabel yang diteliti meliputi variabel independen yaitu terapi hipnosis lima jari berbasis *website*, dan variabel dependen yaitu tingkat kecemasan yang diukur

menggunakan kuesioner APAIS (*Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale*) (Rusdiana, 2022).

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini melibatkan data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner APAIS yang dilakukan oleh pasien preoperasi bronkoskopi sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) menerima terapi hipnosis lima jari berbasis *website*. *Pretest* dilakukan sebelum intervensi, dilanjutkan dengan pemberian terapi melalui *website*, dan diakhiri dengan *posttest* untuk mengevaluasi perubahan tingkat kecemasan. Data sekunder diperoleh dari rekam medis pasien yang disediakan oleh RSUP

Persahabatan, memberikan konteks tambahan untuk analisis penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini melibatkan tiga tahap. Pertama, analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel dependen dan independen, khususnya tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi sebelum dan sesudah terapi hipnosis lima jari berbasis *website*. Kedua, dilakukan uji normalitas data untuk memastikan distribusi data normal. Ketiga, analisis bivariat menggunakan uji *Paired Sample T-Test* untuk menguji pengaruh terapi hipnosis lima jari berbasis *website* terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi dan menentukan adanya perbedaan signifikan setelah intervensi.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Uji Normalitas Data

Tingkat Kecemasan	<i>Shapiro Wilk Sig.</i>	α	Keterangan
<i>Pretest</i>	0.121	0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0.140	0,05	Normal

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa uji normalitas distribusi data dilakukan menggunakan Uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah responden penelitian kurang dari 50 orang. Selain itu, terlihat bahwa nilai *Sig.* pada *pretest* dan *posttest* lebih

besar dari batas signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi > nilai *alpha* 5% (0,05) dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis dilanjutkan dengan uji parametrik menggunakan uji *Paired Sample T Test*.

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Pasien Preoperasi Bronkoskopi di RSUP Persahabatan

Variabel	Jumlah (n)	Presentasi (%)
Usia		
<25 Th	2	6,7 %
26-35 Th	11	36,7 %
> 50 Th	17	56,7 %
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	20	66,7 %
Perempuan	10	33,3 %
Operasi Ke		
1	25	83,3 %

2	3	10,0 %
3	2	6,7 %

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat diketahui jumlah responden adalah 30 orang. Berdasarkan tabel usia, persentase responden yang berusia dibawah 25 tahun adalah 2 responden (6,7%), usia 26-35 tahun 11 responden (36,7%), dan usia dibawah 50 tahun sebanyak 17 responden (56,7%). Dari segi jenis

kelamin, mayoritas responden adalah laki-laki yaitu 20 responden (66,7%) dan 10 responden perempuan (33,3%). Sebagian besar baru menjalani operasi pertama kalinya yaitu 25 responden (83,3%), sementara 5 responden (16,7%) sudah pernah menjalani operasi sebelumnya.

Tabel 3. Analisis Tingkat Kecemasan Pasien

Pengukuran	N	Min	Max	Mean	SD
<i>Pretest</i>	30	8	20	13.00	3.029
<i>Posttest</i>	30	6	17	10.17	3.052

Berdasarkan hasil analisis univariat pada Tabel 3, terdapat perbedaan tingkat kecemasan preoperasi bronkoskopi pada saat *pretest*, yang menunjukkan tingkat kecemasan preoperasi bronkoskopi terendah 9, tingkat kecemasan tertinggi 20, dan rata-rata tingkat kecemasan 13,00. Pada *posttest* menunjukkan tingkat kecemasan

preoperasi bronkoskopi terendah 6, tingkat kecemasan tertinggi 17, dan rata-rata tingkat kecemasan 10,17. Karena nilai rata-rata kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi pada *pretest* lebih rendah daripada *posttest* dan terdapat perubahan, sehingga secara deskriptif terdapat perbedaan rata-rata kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi pada *pretest* dan *posttest*.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Skor Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Bronkoskopi *Pretest* dan *Posttest*

Tingkat Kecemasan	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Tidak Cemas	0	5
Cemas Ringan	10	17
Cemas Sedang	18	8
Cemas Berat	2	0
Total	30	30

Berdasarkan Tabel 4, menunjukkan distribusi frekuensi skor tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi pada saat *pretest* dan *posttest*. Pada saat *pretest*, 0 pasien tidak cemas, 10 pasien cemas ringan, 18 pasien cemas sedang, dan 2 pasien cemas berat. Setelah dilakukan terapi hipnosis lima jari berbasis *website*,

pada *posttest*, terdapat 5 pasien tidak cemas, 17 pasien cemas ringan, 8 pasien cemas sedang, dan 0 pasien cemas berat. Dari data ini terlihat bahwa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* yang dilakukan mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi di RSUP Persahabatan yang terlihat dari peningkatan

jumlah pasien tidak cemas dari 0 menjadi 5 pasien, serta penurunan jumlah pasien cemas berat dari 2 menjadi 0 pasien. Selain itu,

terdapat penurunan tingkat kecemasan dari cemas sedang menjadi cemas ringan.

Tabel 5. Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Berbasis Website Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Bronkoskopi

Variabel	Mean	SD	t	df	p-value
Pretest Posttest Tingkat Kecemasan	2.833	1.177	.215	29	0.001*

Berdasarkan Tabel 5 terdapat penurunan rata-rata skor kecemasan pasien sebelum operasi bronkoskopi sebesar 2,833 dengan SD 1,177 (95% CI) setelah diberikan intervensi terapi hipnosis lima jari berbasis *website*. Hasil Uji *Paired Sample T Test* menunjukkan *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan rata-rata skor kecemasan yang

signifikan pada pasien preoperasi bronkoskopi antara pengukuran sebelum dan sesudah intervensi *website* berisi teknik hipnosis lima jari. Oleh karena itu, H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi hipnosis lima jari berbasis *website* terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi.

PEMBAHASAN

Pembahasan Univariat

Pada analisis univariat, ditemukan bahwa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani bronkoskopi. Sebelum terapi diberikan, rata-rata tingkat kecemasan pasien berada pada angka 13,00, namun setelah terapi, angka tersebut menurun signifikan menjadi 10,17.

Faktor-faktor seperti usia, pengalaman operasi sebelumnya, dan konsep diri turut memengaruhi tingkat kecemasan, sebagaimana dijelaskan oleh Kaplan dan Sadock dalam Anita (2018).

Penelitian oleh Putri *et al.* (2022) mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa pasien berusia 26-35 tahun lebih rentan mengalami kecemasan berat dibanding kelompok usia lainnya. Sebagian besar dari mereka memiliki tanggung jawab yang lebih besar dalam

pekerjaan dan kehidupan pribadi, yang meningkatkan kecemasan dalam situasi stres seperti persiapan operasi.

Selain itu, penelitian oleh Sholikha *et al.* (2019) menyoroti peran jenis kelamin dalam memengaruhi tingkat kecemasan. Perempuan cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam situasi praoperasi, dipengaruhi oleh faktor emosional dan hormonal yang lebih kompleks.

Pengalaman menjalani operasi sebelumnya juga memiliki dampak signifikan terhadap tingkat kecemasan. Penelitian oleh Sari *et al.* (2020) menunjukkan bahwa pasien yang pernah menjalani operasi lebih cenderung mengalami kecemasan ringan, dibandingkan pasien yang belum pernah menjalani operasi yang lebih cenderung mengalami kecemasan sedang. Temuan ini diperkuat oleh penelitian

Setyowati & Indawati (2022), yang menyatakan bahwa pengalaman operasi memberikan gambaran lebih jelas tentang prosedur, sehingga mengurangi kecemasan.

Menurut Badar *et al.* (2021) Teknik relaksasi hipnosis lima jari dapat mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis, yang menurunkan kadar *katekolamin* dan menyebabkan pelebaran pembuluh darah. Akibatnya, tekanan darah, denyut jantung, dan frekuensi pernapasan menurun. Efek ini merangsang sistem saraf otonom untuk menciptakan rasa rileks, memicu pelepasan hormon *endorfin*, dan membantu mengurangi kecemasan.

Penulis berasumsi bahwa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* potensial sebagai intervensi non farmakologis dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi.

Pembahasan Bivariat

Pada analisis bivariat, Uji *Paired Sample T Test* menunjukkan *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang menandakan adanya pengaruh signifikan dari terapi hipnosis lima jari berbasis *website* terhadap penurunan kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi di RSUP Persahabatan.

Penelitian Suhadi dan Pratiwi (2020) serta Pardede *et al.* (2021) memperkuat hasil ini dengan menemukan penurunan signifikan tingkat kecemasan pasien setelah terapi diberikan dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$).

Mekanisme terapi ini dijelaskan oleh Badar *et al.* (2021), di mana hipnosis lima jari bekerja dengan merangsang sistem saraf otonom, menghasilkan perasaan tenang dan rileks. Hal ini menyebabkan tubuh memproduksi hormon *endorfin*, yang berkontribusi pada penurunan kecemasan.

Menurut Priyono (2021), hipnosis lima jari efektif dalam mengurangi ketegangan, kecemasan, dan stres pada pikiran seseorang, serta memberikan efek positif pada tanda vital seperti pernapasan dan denyut jantung. Penelitian lebih lanjut oleh Sukmawati *et al.* (2021) mendukung manfaat terapi ini, yang memberikan relaksasi dan menurunkan ketegangan otot serta kecemasan.

Pengetahuan pasien yang diperoleh melalui media digital, seperti *website*, juga berperan penting dalam proses edukasi dan promosi kesehatan. Hasil penelitian Junaedi *et al.* (2023) menunjukkan bahwa penggunaan media *website* dalam sosialisasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan pasien secara signifikan, yang berimplikasi positif terhadap penurunan kecemasan sebelum operasi.

Penulis berasumsi bahwa terapi hipnosis lima jari berbasis *website* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi karena dapat mengurangi ketegangan sehingga menimbulkan perasaan rileks dan memungkinkan pasien untuk menjalani terapi dengan fleksibilitas waktu dan tempat, serta memberikan kemudahan bagi pasien untuk mengulangi terapi hipnosis lima jari ketika pasien sedang mengalami kecemasan.

KESIMPULAN

Tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi di RSUP Persahabatan sebelum terapi hipnosis lima jari berbasis *website* menunjukkan skor rata-rata kecemasan 13,00 dengan mayoritas mengalami cemas sedang sebesar 60%. Setelah terapi, tingkat kecemasan menurun menjadi rata-rata 10,17, dengan peningkatan

jumlah pasien tidak cemas menjadi 16,7%. Hasil *Uji Paired Sample T Test* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$) menandakan adanya pengaruh signifikan dari terapi hipnosis lima jari berbasis *website* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi bronkoskopi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, M. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anestesi Umum Di Rsud Sleman Yogyakarta. *Jurnal Info Kesehatan*, 4(2), 2-3.
- Badar, M., Yayuk, N., & Rispiyandi. (2021). Efektifitas Terapi Hipnosis Lima Jari Pada Penurunan Cemas Pasien Hipertensi Yang Dirawat Di Ruang Igd Rsud A.W Sjahrani Samarinda. *Karya Ilmiah Akhir Ners*
- Halim, A. R., & Khayati, N. (2020). Pengaruh Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. *Ners Muda*, 1(3), 159. <https://doi.org/10.26714/Nm.V1i3.6211>
- Inayati, B., & Aini, D. N. (2023, February). Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Desa Tratemulyo Weleri Kendal. In *Proceeding Widya Husada Nursing Conference* (Vol. 3, No. 1).
- Kementrian Kesehatan. (2022). Apais (Amsterdam Preoperative Anxiety And Information Scale), Skrining Ansietas Pada Pasien Pre-Operasi. Diakses Pada 20 Mei 2024. Dari [https://yankes.kemkes.go.id/View_Artikel/354/Apais-](https://yankes.kemkes.go.id/View_Artikel/354/Apais-Amsterdam-Preoperative-Anxiety-And-Information-Scale-Skrining-Ansietas-Pada-Pasien-Pre-Operasi)
- Amsterdam-Preoperative-Anxiety-And-Information-Scale-Skrining-Ansietas-Pada-Pasien-Pre-Operasi
- Leni Setyowati, Eli Indawati (2022), Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkatkecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi Di Rsud Cileungsi, Vol. 7, No. 12, Desember 2022, [Http://Dx.Doi.Org/10.36418/Syntax-Literate.V7i12.11303](http://dx.doi.org/10.36418/Syntax-Literate.V7i12.11303)
- Muyasaroh. Et Al. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (Lp2m) Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (Unugha) Cilacap*
- Nisa, R. M., Ph, L., & Arisdiani, T. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi Mayor. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(2), 116. <https://doi.org/10.26714/Jkj.6.2.2018.116-120>
- Permatasari, A. A., Lolita, D. C., & Chotimah, C. C. (2023). Peran Media Digital Dalam Upaya Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat: Tinjauan Literatur. *Jurnal Zaitun: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 1-4. Retrieved From <https://journal.umgo.ac.id/index.php/Zaitun>.
- Priyono. (2021). Penerapan Hipnosis Lima Jari Terhadap Ansietas Sedang Pada Ny. F Dengan Hipertensi Karya. 28.
- Rasmin M, Jusuf A, Amin M, Taufik, Nawas Ma. (2017). *Buku Ajar Pulmonologi Dan Kedokteran Respirasi*.
- Rismawan, Wawan. (2019). Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Di Rsud Dr.Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan*

- Bakti Tunas Husada: *Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*. 19. 10.36465/Jkbth.V19i1.451.
- Rusdiana. 2022. Apa, Mengapa, Dan Bagaimana Definisi Operasional. Diambil Kembali Dari A Rusdiana: <https://A.Rusdiana.Id/2022/06/19/Definisioperasional>
- Sari, Y. P., Riasmini, N. M., & Guslinda. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Bedah Mayor Di Ruang Teratai. *Menara Ilmu*, 14(2), 133-147.
- Sholikha, M. A., Sarifah, S., & Utari, I. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Appendiktomi. *Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan (Its) Pku Muhammadiyah Surakarta*
- Stuart, G., & Keliat, B. (2019). Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart (J. Pasaribu (Ed.); 1st Ed.). Elsevier Ltd. <https://www.Elsevier.Com/Books/Prinsip-Dan-Praktik-Keperawatan-Jiwastuart-10e/Stuart/978-981-4570-13-8>
- Stuart. (2016). *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Cv Alfabeta
- Suhadi, & Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Perawatan Bedah Rsud Pakuhaji. *Jurnal Health Sains*, 1(5), 2548-1398. <http://Jurnal.Healthsains.Co.Id>
- Sukmawati, N. W., Jayanti, D. M. A. D., & Arwidiana, D. P. (2021). Pengaruh Hypnosis 5 Jari Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Keluarga Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas li Denpasar Timur. *Jurnal Nursing Update*, 12(2), 42-49.