

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES JAMBI
Studi Kasus, Juni 2025**

Fitri Ani, fitriani@gmail.com

Daryanto, S.Kp., M.Kep, Ns. Loriza Sativa Yan, M.N.S

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI HIPNOTIS
LIMA JARI UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN AKIBAT
HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AUR
DURI KOTA JAMBI TAHUN 2025**

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami oleh lansia, terutama yang menderita hipertensi. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat memperburuk kondisi kesehatan lansia dan meningkatkan tekanan darah. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan adalah terapi hipnotis lima jari. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan terapi hipnotis lima jari sebagai upaya menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Aur Duri, Kota Jambi, tahun 2025. Metode yang digunakan peneliti adalah studi kasus deskriptif, dimana subyek studi kasus dilakukan kepada 2 orang penderita hipertensi dari tanggal 21 Mei-10 Juni 2025. Fokus studi adalah terapi hipnotis lima jari sebagai intervensi untuk mengurangi menurunkan tingkat kecemasan. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara dan pemberian terapi hipnotis lima jari. Hasil implementasi selama 3 kali seminggu selama 3 minggu pada pasien Tn A dan Tn D didapatkan p berlangsung. Pada studi kasus ini terjadi penurunan skor ZSAS klien 1 dari 56 (kecemasan sedang) terjadi penurunan skor ZSAS menjadi 40 (kecemasan ringan) pada klien 2 dari 57 (kecemasan sedang) terjadi penurunan skor ZSAS menjadi 41 (kecemasan ringan). Terapi hipnotis lima jari terbukti efektif, sederhana, dan mudah dilakukan sebagai bagian dari intervensi keperawatan. Diharapkan terapi ini dapat dijadikan alternatif penanganan kecemasan pada lansia dengan hipertensi di fasilitas pelayanan kesehatan

Kata Kunci : Kecemasan, Lansia, Hipertensi, Terapi Hipnotis Lima Jari

**NURSING PROFESSION STUDY PROGRAM
HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH JAMBI
Case Study, June 2025**

Fitri Ani, fitriani@gmail.com
Daryanto, S.Kp., M.Kep, Ns. Loriza Sativa Yan, M.N.S

**NURSING CARE WITH THE IMPLEMENTATION OF FIVE-FINGER
HYPNOSIS THERAPY TO REDUCE ANXIETY LEVELS DUE TO
HYPERTENSION IN THE ELDERLY IN THE WORK AREA OF AUR
DURI PUBLIC HEALTH CENTER, JAMBI CITY, 2025**

ABSTRACT

Anxiety is one of the psychological problems often experienced by the elderly, especially those with hypertension. Anxiety that is not handled properly can worsen the health condition of the elderly and increase blood pressure. One of the non-pharmacological interventions that can be used to reduce anxiety is five-finger hypnosis therapy. This study aims to apply five-finger hypnosis therapy as an effort to reduce anxiety levels in the elderly with hypertension in the Aur Duri Health Center work area, Jambi City, in 2025. The method used by the researcher is a descriptive case study, where the case study subjects were 2 people with hypertension from May 21-June 10, 2025. The focus of the study is five-finger hypnosis therapy as an intervention to reduce anxiety levels. Data collection was carried out by observation, interviews and provision of five-finger hypnosis therapy. The results of the implementation for 3 times a week for 3 weeks in patients Mr. A and Mr. D were obtained p ongoing. In this case study, there was a decrease in the ZSAS score of client 1 from 56 (moderate anxiety) there was a decrease in the ZSAS score to 40 (mild anxiety) in client 2 from 57 (moderate anxiety) there was a decrease in the ZSAS score to 41 (mild anxiety). Five-finger hypnosis therapy has proven to be effective, simple, and easy to do as part of nursing interventions. It is hoped that this therapy can be used as an alternative for treating anxiety in the elderly with hypertension in health care facilities.

Keywords: Anxiety, Elderly, Hypertension, Five-Finger Hypnosis Therapy, Nursing