

## DAFTAR PUSTAKA

- A, T. D. (2018). *Buku Saku Psikiatri* (Edisi 6). Buku Kedokteran EGC.
- Audhia, V., Mulia, M., & Damayanti, D. (2021). Gambaran Teknik Hipnosis Lima Jari dalam Mengatasi Kecemasan pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 11–15. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.538>
- Heri, S., Muhammad, & Efendy. (2021). Perbedaan Efektivitas Hipnokhita Dengan Free Needle Anestesi Terhadap Tingkat Nyeri Anak Saat Proses Sirkumsisi. Lembaga Cakra.
- Inayati, B., & Aini, D. N. (2023). Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Desa Tratemulyo Weleri Kendal. *3rd Widya Husada Semarang Nursing Conference*, 3(1), 1–5. <http://journal.uwhs.ac.id/index.php/whnc/article/view/561/515>
- Lutfia, N. V. O. F. (2022). Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Ansietas Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Krapyak Semaran. *Journal of Economic Perspectives*, 2(1), 1–4. [http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm%0Ahttp://files/171/Cardon-2008-Coaching-d'equipe.pdf%0Ahttp://journal.umsurabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/%0Ahttps://doi.org/10.1080/23322039.2017](http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm%0Ahttp://files/171/Cardon-2008-Coaching-d%27%2F%0Ahttp://journal.umsurabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/%0Ahttps://doi.org/10.1080/23322039.2017)
- Manuntung, A. (2018). Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi. Wineka Media.
- Marni, Soares, D., Ulkasana, Muzaroah, E., & Insanul, F. (2023). *Penatalaksana Hipertensi*. Nasya ex Ekspanding Manajemen. [https://books.google.com/books/about/Penatalaksanaan\\_Hipertensi.html?hl=id&id=bQTrEAAQBAJ#v=onepage&q=penanganan hipertensi&f=false](https://books.google.com/books/about/Penatalaksanaan_Hipertensi.html?hl=id&id=bQTrEAAQBAJ#v=onepage&q=penanganan hipertensi&f=false)
- Marrbun, A. S., Pardede, J. A., & Indah, S. (2019). Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 92–99. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/568/396>
- Mawarti, I., & Yuliana. (2021). Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(3), 297–304.
- Mestiana, K. (2024). *Motivasi Belajar*. PT.kanisius.
- Mukhodaroh, R., & Prasetya, C. H. (2023). Penerapan Hipnosi Lima Jari Dalam Menurunkan Ansietas Pada Pasien Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional*

*Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 5(1),26-29.

- Naharia, L., Maryati, T., & Masdiana. (2023). *Hipnotis Lima Jari Upaya Menurunkan Tingkat Kecemasan Keluarga Dalam Merawat Orang Dengan Gangguan Jiwa* (Cetakan 1). Nasya ex Ekspanding Manajemen.
- Norkhalifah, Y., & Mubin, M. F. (2022). Pengaruh Hipnotis Lima Jari terhadap Kecemasan pada Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.10390>
- Oktarina, A., & Ayu, M. S. (2024). Analysis the Risk Factors of Hypertension in Amplas Health Center Medan City. *Ibnu Sina*, 23(2), 62–70.
- Oktaviano Rayna, A., & Rahmad Nur, M. (2024). Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Gawat Darurat Rsud dr Soehadi Prijenegoro Sragen. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 24.
- Seta, S. I., Arroyanti, P. B., Eddy, R., Ihsmata, R. K., & Nurul, S. (2021). Terapi Murottal Al-Quran Untuk Menurunkan Ansietas Dan Memperbaiki Kualitas Tidur (Cetakan 1). Nasya ex Ekspanding Manajemen.
- Sinaga, H., Tanjung, H. Y., Ningrum, M. S., Anggesti, I., & Zahroh, D. A. S. (2023). Gambaran Kejadian Hipertensi dan Cara Pengobatannya pada Masyarakat Pesisir Pantai Serambi Deli Serdang Sumatra Utara. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 212–216. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i4.242>
- Sri, N., Kens, N., Fifi, A., Basmala, H., Nelda, M. B. A., Dwi, S., Aini, I. I., Duma, T. L., & Abdul, R. (2025). *Keperawatan Kesehatan Jiwa dan Psikososial* (Cetakan 1). Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Sriwahyuni, Darmawan, S., Anyumar, A., & Kasma, Andi, Y. (2023). *Perawatan Degeneratif Dengan Hipertensi* (Edisi 1). Eurika Medika Aksara.
- Syarifa, A., & Juwita, A. (2023). Mengatasi Kecemasan Dengan Terapi Hipnotis Lima Jari (Cetakan 1). Nasya ex Ekspanding Manajemen.

# LAMPIRAN

*Lampiran 1*

**SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Varraz Afip Lubis

NIM : P07520122083

Status : Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan

Dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan saya lakukan dengan judul "Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi Tahun 2025".

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pemberian terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi.

Keikutsertaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian pada Bapak/Ibu sebagai responden. Penelitian ini diharapkan dapat mengatasi ansietas pada pasien Hipertensi. Peneliti sangat menghargai hak Bapak/Ibu sebagai responden. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas atau informasi yang Bapak/Ibu berikan.

Demikian surat permohonan ini peneliti buat, atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu peneliti mengucapkan banyak terimakasih.

Medan, Februari 2025

Peneliti

Varraz Afip Lubis

*Lampiran 2*

**SURAT PERNYATAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI  
RESPONDEN DALAM PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Setelah membaca surat permohonan dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu Tahun 2025". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun.


Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Februari 2025

Responden

( )

Lampiran 3

|   |   |
|---|---|
|  | <b>STANDART OPERASIONAL PROSEDURE</b>   |
| <b>PENGERTIAN</b>   | Relaksasi adalah suatu kegiatan yang ditujukan untuk menghilangkan ketegangan otot-otot tubuh maupun pikiran sehingga memberikan rasa nyaman. Sedangkan Relaksasi Lima Jari adalah salah satu teknik relaksasi dengan metode Pembayangan atau Imajinasi yang menggunakan lima jari sebagai alat bantu.                          |
| <b>TUJUAN</b>   | <ol style="list-style-type: none"><li>Mengurangi ansietas</li><li>Memberikan relaksasi</li><li>Melancarkan sirkulasi darah</li><li>Merelaksasikan otot-otot tubuh</li></ol>   |
| <b>INDIKASI</b>   | Ditujukan kepada klien yang mengalami keluhan ansietas, nyeri atau ketegangan yang membutuhkan kondisi rileks   |
| <b>KONTRAINDIKASI</b>   | <ol style="list-style-type: none"><li>Klien dengan Depresi Berat</li><li>Klien dengan Gangguan Jiwa</li></ol>   |
| <b>PERSIAPAN ALAT</b>   | <ol style="list-style-type: none"><li>Persiapan alat berupa karpet atau matras yoga yang nyaman</li><li>Modifikasi lingkungan senyaman mungkin</li></ol>  |
| <b>CARA KERJA</b>   | <ol style="list-style-type: none"><li>Atur posisi klien senyaman mungkin</li><li>Instruksikan kepada klien untuk memejamkan mata</li><li>Tarik nafas hembuskan nafas perlahan-lahan lakukan sebanyak 3 kali</li><li>Meminta pasien menyatukan ibu jari ke jari telunjuk kemudian meminta membayangkan pada saat sehat</li></ol> |

|                                |   |
|--------------------------------|---|
|                                | <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Meminta pasien menyatukan ibu jari ke jari tengah kemudian minta untuk membayangkan ketika bersama orang-orang yang disayangnya</li> <li>6. Meminta pasien menyatukan ibu jari ke jari manis kemudian meminta membayangkan sedang dipuji orang lain</li> <li>7. Meminta pasien menyatukan ibu jari ke jari kelingking kemudian meminta membayangkan beradapada tempat yang ingin dikunjungi/indah</li> <li>8. Setelah pasien terbangun, tanyakan apa yang pasien rasakan. Apakah ada peningkatan kenyamanan setelah diberikan terapi</li> <li>9. Lakukan selama 3 menit dan ulangi dengan frekuensi 2 kali</li> <li>10. Instruksikan klien untuk membuka mata secara perlahan -lahan</li> <li>11. Dokumentasikan</li> </ol> |
| <b>TERMINASI</b>               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jelaskan bahwa kegiatan telah selesai</li> <li>2. Kembalikan posisi klien</li> <li>3. Evaluasi perasaan klien setelah tindakan dilakukan</li> <li>4. Akhiri pertemuan dengan menyampaikan kontrak yang akan datang dan sampaikan salam.</li> </ol>  |
| <b>Sumber:</b> (Priyono, 2021) |   |

*Lampiran 4*

**LEMBAR KUISIONER HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY  
(HARS)**

Nama Responden :

Nomor Responden :

Tanggal Pemeriksaan :

Skor : 0 = Tidak ada  
1 = Ringan  
2 = Sedang  
3 = Berat  
4 = Berat Sekali

Total Skor : Kurang dari 14 = tidak ada kecemasan  
14-20 = kecemasan ringan  
21-27 = kecemasan sedang  
28-41 = kecemasan ringan  
42-56 = kecemasan berat sekali

| No. | Pertanyaan  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----|---|---|---|---|---|---|
| 1.  | Perasaan Ansietas<br><input type="checkbox"/> Cemas<br><input type="checkbox"/> Firasat Buruk<br><input type="checkbox"/> Takut Akan Pikiran Sendiri<br><input type="checkbox"/> Mudah Tersinggung  |   |   |   |   |   |
| 2.  | Ketegangan<br><input type="checkbox"/> Merasa Tegang<br><input type="checkbox"/> Lesu<br><input type="checkbox"/> Tak Bisa Istirahat Tenang<br><input type="checkbox"/> Mudah Terkejut<br><input type="checkbox"/> Mudah Menangis<br><input type="checkbox"/> Gemetar<br><input type="checkbox"/> Gelisah |   |   |   |   |   |



|    |   |  |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 3. | Ketakutan <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Pada Gelap</li> <li><input type="checkbox"/> Pada Orang Asing</li> <li><input type="checkbox"/> Ditinggal Sendiri</li> <li><input type="checkbox"/> Pada Binatang Besar</li> <li><input type="checkbox"/> Pada Keramaian Lalu Lintas</li> <li><input type="checkbox"/> Pada Kerumunan Orang Banyak</li> </ul>                                 |  |  |  |  |  |
| 4. | Gangguan Tidur <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sukar Tidur</li> <li><input type="checkbox"/> Terbangun Malam Hari</li> <li><input type="checkbox"/> Tidak Nyenyak</li> <li><input type="checkbox"/> Bangun dengan Lesu</li> <li><input type="checkbox"/> Banyak Mimpi-Mimpi</li> <li><input type="checkbox"/> Mimpi Buruk</li> <li><input type="checkbox"/> Mimpi Menakutkan</li> </ul> |  |  |  |  |  |
| 5. | Gangguan Kecerdasan <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sukar Konsentrasi</li> <li><input type="checkbox"/> Daya Ingat Buruk</li> </ul>   |  |  |  |  |  |
| 6. | Perasaan Depresi <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Hilangnya Minat</li> <li><input type="checkbox"/> Berkurangnya Kesenangan Pada Hobi</li> <li><input type="checkbox"/> Sedih</li> <li><input type="checkbox"/> Bangun Dini Hari</li> <li><input type="checkbox"/> Perasaan Berubah-ubah sepanjang hari</li> </ul>   |  |  |  |  |  |
| 7. | Gejala Somatik (otot) <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sakit dan nyeri di otot-otot</li> <li><input type="checkbox"/> Kaku</li> <li><input type="checkbox"/> Kedutan Otot</li> <li><input type="checkbox"/> Gigi Gemerutuk</li> <li><input type="checkbox"/> Suara Tidak Stabil</li> </ul>   |  |  |  |  |  |
| 8. | Gejala Somatik (Sensorik)   |  |  |  |  |  |

|     |   |  |  |  |  |  |
|-----|---|--|--|--|--|--|
|     | <input type="checkbox"/> Tinitus<br><input type="checkbox"/> Penglihatan Kabur<br><input type="checkbox"/> Muka merah atau pucat<br><input type="checkbox"/> Merasa lemah<br><input type="checkbox"/> Perasaan ditusuk-tusuk  |  |  |  |  |  |
| 9.  | Gejala Kardiovaskuler<br><input type="checkbox"/> Takhikardia<br><input type="checkbox"/> Berdebar<br><input type="checkbox"/> Nyeri didada<br><input type="checkbox"/> Denyut nadi mengeras<br><input type="checkbox"/> Perasaan lesu/lemas seperti mau pingsan<br><input type="checkbox"/> Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)  |  |  |  |  |  |
| 10. | Gejala Respiratori<br><input type="checkbox"/> Rasa tertekan atau sempit didada<br><input type="checkbox"/> Perasaan tercekik<br><input type="checkbox"/> Serik menarik nafas<br><input type="checkbox"/> Nafas pendek/sesak  |  |  |  |  |  |
| 11. | Gejala Gastrointestinal<br><input type="checkbox"/> Sulit Menelan<br><input type="checkbox"/> Perut Melilit<br><input type="checkbox"/> Gangguan Pencernaan<br><input type="checkbox"/> Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan<br><input type="checkbox"/> Perasaan Terbakar di Perut<br><input type="checkbox"/> Rasa Penuh atau Kembung<br><input type="checkbox"/> Mual<br><input type="checkbox"/> Muntah<br><input type="checkbox"/> Buang Air Besar Lembek<br><input type="checkbox"/> Kehilangan Berat Badan<br><input type="checkbox"/> Sukar Buang Air Besar (Konstipasi) |  |  |  |  |  |

|              |   |  |  |  |  |  |
|--------------|---|--|--|--|--|--|
| 12.          | Gejala Urogenital <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sering Buang Air Kecil</li> <li><input type="checkbox"/> Tidak Dapat Menahan Air Seni</li> <li><input type="checkbox"/> Amenorrhoe</li> <li><input type="checkbox"/> Menorrhagia</li> <li><input type="checkbox"/> Menjadi Dingin (Frigid)</li> <li><input type="checkbox"/> Ejakulasi Praecoeks</li> <li><input type="checkbox"/> Ereksi Hilang</li> <li><input type="checkbox"/> Impotensi</li> </ul> |  |  |  |  |  |
| 13.          | Gejala Otonom <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Mulut Kering</li> <li><input type="checkbox"/> Muka Merah</li> <li><input type="checkbox"/> Mudah Berkeringat</li> <li><input type="checkbox"/> Pusing, Sakit Kepala</li> <li><input type="checkbox"/> Bulu-Bulu Berdiri</li> </ul>   |  |  |  |  |  |
| 14.          | Tingkah Laku Pada Wawancara <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Gelisah</li> <li><input type="checkbox"/> Tidak Tenang</li> <li><input type="checkbox"/> Jari Gemetar</li> <li><input type="checkbox"/> Kerut Kening</li> <li><input type="checkbox"/> Muka Tegang</li> <li><input type="checkbox"/> Tonus Otot Meningkat</li> <li><input type="checkbox"/> Napas Pendek dan Cepat</li> <li><input type="checkbox"/> Muka Merah</li> </ul>                    |  |  |  |  |  |
| Skor Total = |   |  |  |  |  |  |

Jumlah Penilaian/Skor :

Kesimpulan :

- ☐ Tidak Ada Kecemasan
- ☐ Kecemasan Ringan
- ☐ Kecemasan Sedang
- ☐ Kecemasan Berat

*Lampiran 5*

**LEMBAR OBSERVASI**  
**PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI DALAM MENGATASI ANSIETAS**  
**PADA PASIEN HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN**  
**KECAMATAN PANCUR BATU TAHUN 2025**

---

Nama Peneliti :

Tanggal Observasi :

No. Responden :

(diisi oleh peneliti)

1. Inisial Nama : .....
2. Usia : .....
3. Jenis Kelamin : .....
4. No. Rekam Medik : .....

Observasi Hari Ke

| <b>Pemeriksaan</b> | <b><i>Pre</i></b> | <b><i>Post</i></b> |
|--------------------|-------------------|--------------------|
| Skala HARS         |                   |                    |
| Tekanan Darah      |                   |                    |

Lampiran 6

Surat Survey Awal



Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/268.a/2025

Yth. : Kepala UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu  
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan  
Hal : Izin Survey Awal  
Tanggal : 12 Februari 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

| No. | Nama              | NIM          | Judul  |
|-----|-------------------|--------------|--|
| 1.  | Varraz Afip Lubis | P07520122083 | Penerapan Terapi Hypnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu |

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Anisa Permata Sari Tarigan, S.Kep.Ns, M.Kes  
NIP. 197703162002122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://www.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ne.keminfo.go.id/verifyPDF>.



## Surat Balasan Survey Awal



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
DINAS KESEHATAN  
UPT. PUSKESMAS TUNTUNGAN  
KECAMATAN PANCUR BATU  
Jalan : Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I Kode Pos 20353  
Pos-el : ptuntungan@gmail.com



Nomor : 6367 /PTPB/VI/2025  
Lampiran : -  
Perihal : Balasan Izin Survey Awal

Tuntungan, 30 Juni 2025  
Kepada Yth :  
Poltekkes Kemenkes Medan  
Di

Tempat

Sehubungan dengan surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan nomor : KH.03.01/F.XXII.11/263.a/2025 tanggal 12 Februari 2025, perihal Izin Survey Awal di Puskesmas Tuntungan, Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan sebagai berikut :

Nama : Varraz Afip Lubis  
NIM : P07520122083  
Program Studi : Keperawatan  
Judul : Penerapan Terapi Hypnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kec Pancur Batu

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan Survey Awal yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat Survey Awal membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 ( Satu ) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi,atas kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

Ka. UPT. Puskesmas Tuntungan  
Kec. Pancur Batu

dr. Bob Ithoni W Dabukke  
NIP.19870919-201506 1 001

## Ethical Clearance



**Kementerian Kesehatan**  
**Poltekkes Medan**  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL*  
**"ETHICAL APPROVAL"**

No.01.26.1201/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

Peneliti utama : Varraz Afip Lubis  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi Di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu"**

*"Application of Five Finger Hypnosis in Overcoming Anxiety in Hypertension Patients at the Tuntungan Health Center UPT, Pancur Batu District"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 04 Juni 2025 sampai dengan tanggal 04 Juni 2026.

*This declaration of ethics applies during the period June 04, 2025 until June 04, 2026.*



June 04, 2025  
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

## Surat Izin Meneliti



**Kementerian Kesehatan**  
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

### NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 911 /2025

Yth. : Kepala UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu  
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan  
Hal : Izin Penelitian  
Tanggal : 28 Mei 2025

Dengan Hormat,

Schubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

| No. | Nama              | NIM          | Judul  |
|-----|-------------------|--------------|--|
| 1.  | Varraz Afip Lubis | P07520122083 | Penerapan Terapi Hypnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu |

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes  
NIDN 197703162002122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.





## Surat Selesai Meneliti



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
DINAS KESEHATAN  
UPT. PUSKESMAS TUNTUNGAN  
KECAMATAN PANCUR BATU

Jalan : Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I Kode Pos 20353  
Pos-el : ptuntungan@gmail.com



Nomor : 668 /PTPB/M/2025  
Lampiran : -  
Perihal : Balasan Izin Penelitian

Tuntungan, 30 Juni 2025  
Kepada Yth :  
Poltekkes Kemenkes Medan  
Di

Tempat

Sehubungan dengan surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan nomor : KH.03.01/F.XXII.11/911/2025 tanggal 28 Mei 2025, perihal Izin Penelitian di Puskesmas Tuntungan, Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan sebagai berikut :

Nama : Varraz Afip Lubis  
NIM : P07520122083  
Program Studi : Keperawatan  
Judul : Penerapan Terapi Hypnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kec Pancur Batu

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan Penelitian yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 ( Satu ) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi,atas kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.



Ka UPT Puskesmas Tuntungan  
Kec. Pancur Batu

dr. Bob Ithor Vider W Dabukke  
NIP.19870919-201506 1 001

*Lampiran 11*

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI**

**Judul Karya Tulis Ilmiah** : Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu

**Nama Mahasiswa** : Varraz Afip Lubis

**NIM** : P07520122083

**Nama Pembimbing I** : Elfina S.Kep.,Ns.,M.Kep

| No. | Tanggal    | Materi Bimbingan                            | Paraf     |              |
|-----|------------|---|-----------|--------------|
|     |            |   | Mahasiswa | Pembimbing I |
| 1.  | 08-11-2024 | Bimbingan Pengajuan Judul dan Telaah Jurnal |           |              |
| 2.  | 11-11-2024 | Bimbingan Pengajuan Judul dan Telaah Jurnal |           |              |
| 3.  | 15-11-2024 | ACC Judul                                   |           |              |
| 4.  | 17-01-2025 | Bimbingan BAB I                             |           |              |
| 5.  | 21-01-2025 | Revisian BAB I dan Bimbingan BAB II         |           |              |
| 6.  | 24-01-2025 | Revisian BAB II Dan Bimbingan BAB III       |           |              |
| 7.  | 30-01-2025 | Revisian BAB III                            |           |              |
| 8.  | 14-02-2025 | ACC Seminar Proposal                        |           |              |
| 9.  | 20-06-2025 | Bimbingan BAB IV & BAB V                    |           |              |
| 10. | 23-06-2025 | Revisian BAB IV & BAB V                     |           |              |
| 11. | 25-06-2025 | Revisian BAB IV                             |           |              |
| 12. | 02-07-2025 | ACC Seminar Hasil                           |           |              |

**Medan, 25 Juli 2025**  
**Mengetahui,**  
**Ketua Prodi DIII Keperawatan**

**Masnila Siregar S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Pd**  
**NIP. 197011301993032013**

### LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

**Judul Karya Tulis Ilmiah** : Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Ansietas Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu

**Nama Mahasiswa** : Varraz Afip Lubis

**NIM** : P07520122083

**Nama Pembimbing II** : Solihuddin Harahap S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Kep

| No. | Tanggal    | Materi Bimbingan                       | Paraf     |               |
|-----|------------|--|-----------|---------------|
|     |            |  | Mahasiswa | Pembimbing II |
| 1.  | 21-01-2025 | Konsultasi Bimbingan Penulisan BAB I   |           |               |
| 2.  | 24-01-2025 | Konsultasi Bimbingan Penulisan BAB II  |           |               |
| 3.  | 30-01-2025 | Konsultasi Bimbingan Penulisan BAB III |           |               |
| 4.  | 14-02-2025 | ACC Penulisan Proposal                 |           |               |
| 5.  | 25-06-2025 | Bimbingan BAB IV dan BAB V             |           |               |
| 6.  | 30-06-2025 | Revision BAB IV                        |           |               |
| 6.  | 03-07-2025 | ACC Seminar Hasil                      |           |               |

Medan, 25 Juli 2025  
Mengetahui,  
Ketua Prodi DIII Keperawatan

Masnila Siregar S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Pd  
NIP. 197011301993032013

## Lampiran 12

### Dokumentasi Responden I



Hari Pertama



Hari Kelima



Hari Kedua



Hari Keenam



Hari Ketiga



Hari Ketujuh



Hari Keempat

## Dokumentasi Responden 2



Hari Pertama



Hari Kelima



Hari Kedua



Hari Keenam



Hari Ketiga



Hari Ketujuh



Hari Keempat