

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y. Dan Rachmawati, I. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan*. Jakarta : PT RajaGravindo Persada.
- Agnes Silvina Marbun, Jek Amidos Pardede, Surya Indah Perkasa (2019) “Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum Di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai”. *Jurnal Keperawatan Priority*, Vol 2, No. 2, Juli 2019. ISSN 2614-4719.
- Anggit, Y. (2017). *Gambaran Klinis Pasien Dengan Diabetes Mellitus. Published Tesis For Ist Degree Ini Health Sciences*
- American Diabetes Association. (2017). STANDARDS OF MEDICAL CARE IN DIABETES – Standards of Medical Care ini Diabetes d 2017, 40(January).
- Anxiety Care UK., 2014. *The Biological Effects and Consequences of Anxiety*. www.anxietycare.org.uk/biologicaleffects.asp. (diakses pada tanggal 26 April 2014)
- Asmadi. (2013). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta.ECG.
- Astuti, R. T., Amin, M. Khoirul and Purborini, N. (2017),, Efektifitas Metode Hipnoterapi Lima Jari (HP MAJAR) Terhadap Tingkat Stress Akademik Remaja Di SMK Muhammadiyah 2 Kabupaten Magelang”.
- Brunner dan Suddart. (2015). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : ECG
- Creswall, J. W. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Edisi 3. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Darlina, D. (2017). Manajemen asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus: nursing care managementof diabetes mellitus patients. *Jurnal PSIK-FK Unsyiah Vol. II No. 2, II(2)*. Retrieved from <http://jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/download/6371/5234>
- Endah Wahyuningsih, Eni Hidayati (2019) “ Hipnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Cemas Pada Pasien Diabetes Mellitus”. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Volume 9 No 4 Oktober 2019*, Hal 395-400 LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal. P-ISSN 2089-0834. E-ISSN 2549-8134
- Evangelista, T., Widodo, D., Dan Widiani, E. (2016). *Pengaruh Hipnosis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sirkumsisi Di Tempat Praktik Mandiri Mulyorejo Sukun Malang*.volume 1 Nomor 2. Malang.
- Halim, C. (2017) *Pengaruh Perilaku Merokok Terhadap Kadar Glukosa Darah. Published Tesis For Ist Degree In Pharmacy*
- Hastuti, R. Y., Ayu. Arumsari. (2015). Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari untuk Menurunkan Kecemasan pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di Stikes Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Motorik* 10(21): 25-35.
- Hawari, Dadang (2013). *Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta : FK UI
- IDF. IDF Diabetes Atlah Seventh Edition: International Diabetes Federation; 2015.
- Isnaini, N. (2018). *Faktor Resiko Yang Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II. Jurnal Keperawatan Volume 14 No 1* (59-68).
- Kamilatur Rizkiya, Livana PH, Yulia Susanti (2017) “Pengaruh Teknik 5 Jari Terhadap Tingkat Ansietas Klien Gangguan Fisik Yang Dirawat Di RSU Kendal”. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 1 (2) 2017
- Keliat, Budi Anna. (2010). *Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa*. Edisi I. Jakarta: ECG.

- Kemenkes RI, *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*, Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan republik Indonesia, 2013
- Lidia Simatupang, Yossie Susanti Eka Putri (2015) "Penanganan Ansietas Dengan Cara Hipnotis Lima Jari Dan Mendengarkan Musik pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dan Gagal Ginjal Kronik di RSMM" *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Volume 3, No1, Mei 2015; 66-72
- Livana PH, Yulia S, Lestari E. T Gambaran Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran I*. 4(4).80-93.
- Mahmuda, N. L., Thohirun, & Prasetyowati, I. (2016). *Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Nusantara Medika Utama*. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*.
- Misgiyanto, & Susilawati, D. (2016). Hubungan Antara Dukungan Keluarga deangan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif. *Jurnal Keperawatan*. Volume 5, Nomor 1, Januari 2014 : 01-14
- NANDA, (2015). *Diagnosis Keperawatan Definisi dan Klasifikasi*. Jakarta : ECG.
- Nofrida Saswati, Sutinah, Dasuki (2020) "Pengaruh Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk penurunan Kecemasan Pada Klien Diabetes Mellitus". *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan Vol 5(1)Februari 2020 (136-143)*. E-ISSN- 2477-6521
- Nuraisyah, F. (2017). Faktor Risiko Diabetes Mellitus tipe II. *Jurnal Keperawatan Volume 13 Nomor 2 (120-127)*.
- Owen, H. K. (2016). *Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 terhadap Tingkat Kecemasan Pasien di RSD dr Soebandi Jember*. Universitas Jember :Fakultas Kedokteran.
- Prabowo, Eko (2014). *Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pranata, S. (2017). *Perbedaan Tingkat kecemasan Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Neuropati Perifer Yang Diberikan Intervensi Tens Dan Intervensi Nafas Dalam Saat Dilakukan Perawatan Ulkus Kaki Diabetik Di Rsud Kota Yogyakarta*. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah*, 11-19.
- PERKENI. (2015). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia*. Jakarta : PB Perkeni.
- Piette JD., Richardson C., Valenstein M. (2010). Depression In The Workplace. *American Journal of Managed Care*
- Polit & Beck. (2012). *Resource Manual for Nursing Research. Generating and Assessing Evidencefor Nursing Practice*. Ninth Edition. USA : Lippicott.
- Psychology Foundation of Australia.,2010. *Depression anxiety stres scale*. <http://www.psy.unsw.edu.au/group/dass>. Diakses: 20 September 2014.
- Rahman Toharin, S. N, Cahyati, W. H., & Zainafree, I. (2015). *Unnes Journal of Public Health*, 4(2), 153-161.
- Rekam Medik Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah, tahun 2019.
- Rizkiya, K., L.,& Susanti, Y. (2018). *Pengaruh Teknik 5 Jari Terhadap Tingkat Ansietas Klien Gangguan Fisik Yang Dirawat Di RSUD Kendal*, *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(1), 1-9.
- Sarifah, S. N. (2013). *Gamabaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan saat Menghadapi Ujian Skill Lab di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*. UIN Sarif Hidayatullah : Program Studi Ilmu Keperawatan.

- Saryono, 2013, *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dalam bidang Kesehatan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Suciati. (2014). *Psikologi Komunikasi: Sebuah tinjauan teoritis dan perspektif Islam*. Yogyakarta: Buku Litera Yogyakarta.
- Susilo, H.. et al, (2015). *Riset Kualitatif & Aplikasi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta: Trans Info Media.
- Stuart, G.W. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, ed 5. ECG, Jakarta
- Taylor, S.E., Peplau, L.A., Sears, D.O. 2012. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016), *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia*.
- Tsenkova, V., Albert, M., Georgiades, A., Ryff, C., 2013. Trait Anxiety and Glukose Metabolism in People Without Diabetes: Vulnerabilities Among Black Women. *Diabet Med*. 24(6) : 803-806
- Wei Bao et all. (2014). *Physical Activity and Sedentary Behaviors Associated With Risk of Progression From Gestational Diabetes Mellitus to Type 2 Diabetes Mellitus A Prospective Cohort Study*. Vol. 147
- WHO. *World Health Statistics 2015*: World Health Organization; 2015.
- World Health Organization (2017). *Mental disorders fact sheet*. World Health Organization . <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/en/>- Diakses januari 2018
- Yitno, & Riawan Wahyu, A. (2017). PENGARUH JALAN KAKI RINGAN 30 MENIT TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA LANSIA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 di Desa Dukuh Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 8-15.
<https://doi.org/10.30651/jkm.v2i1.908>
- Yochim, B.P., Mueller, A.E., Segal, D. L. (2013). Late Life Anxiety is Associated With Decreased Memory and Executive Functioning in Community Dwelling Older Adults. *Journal of Anxiety Disorders*. Elsevier.

Lampiran 1

TINGKAT PENILAIAN KECEMASAN

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (Score)				
		0	1	2	3	4
1.	Perasaan cemas (ansietas) e. Cemas f. Firasat Buruk g. Takut akan pikiran sendiri h. Mudah tersinggung					
2.	Ketengangan h. Merasa tegang i. Lesu j. Tidak bisa istirahat tenang k. Mudah terkejut l. Mudah menangis m. Gemetar n. Gelisah					
3.	Ketakutan g. Pada gelap h. Pada orang asing i. Ditinggal sendiri j. Pada binatang besar k. Pada keramaian lalu lintas l. Pada kerumunan banyak orang					
4.	Gangguan tidur h. Sukar masuk tidur i. Terbangun malam hari j. Tidur tidak nyenyak					

	k. Bangun dengan lesu l. Banyak mimpi-mimpi m. Mimpi buruk n. Mimpi menakutkan					
5.	Gangguan Kecerdasan d. Sukar konsentrasi e. Daya ingat menurun f. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan depresi f. Hilangnya minat g. Berkurangnya kesenangan pada hobi h. Sedih i. Bangun pada dini hari j. Perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
7.	Gejala Somaik f. Sakit atau nyeri otot-otot g. Kaku h. Kedutaan otot i. Gigi gemerutuk j. Suara tidak stabil					
8.	Gejala Somatik/fisik f. Telinga berdering g. Penglihatan kabur h. Muka merah atau pucat i. Merasa lemas j. Perasaan ditusuk-tusuk					
9.	Gejala Kardiovaskuler g. Takikardia h. Berdebar-debar					

10	i. Nyeri dada					
	j. Denyut nadi mengeras					
	k. Rasa/lemas seperti mau pingsan					
	l. Detak jantung menghilang					
	Gejala respiratori					
	e. Rasa tekanan atau sempit di dada					
	f. Rasa tercekik					
	g. Sering menarik nafas					
	h. Nafas pendek atau sesak					
	Gejala Gastrointestinal					
11	k. Sulit menelan					
	l. Perut melilit					
	m. Gangguan pencernaan					
	n. Nyeri sebalum dan sesudah makan					
	o. Perasaan terbakar diperut					
	p. Rasa penuh atau kembung					
	q. Mual, Muntah					
	r. Buang air besar lembek					
	s. Sukar buang air besar					
	t. Kehilangan berat badan					
12	Gejala autonom					
	f. Mulut kering					
	g. Muka merah					
	h. Mudah berkeringat					
	i. Kepala pusing					
	j. Kepala terasa berat					
13	Tingkah Laku					
	h. Gelisah					
	i. Tidak tenang					

j.	Jari gemetar					
k.	Kerut kening					
l.	Muka Tegang					
m.	Otot Tegang					
n.	Nafas pendek dan cepat					

Keterangan:

Untuk mengetahui sejauh mana derajat kecemasan seorang apakah ringan, sedang, berat atau berat sekali dengan menggunakan alat ukur (instrumen) yang dikenal dengan nama Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A). Alat ukur ini terdiri dari 14 kelompok gejala masing-masing kelompok diri lagi dengan gejala - gejala yang lebih spesifik. Masing - masing kelompok gejala diberi penilaian angka (score) antara 0- 4 yang artinya:

Nilai 0 : Tidak ada gejala

Nilai 1= Gejala ringan

Nilai 2= Gejala sedang

Nilai 3= Gejala berat

Nilai 4= Gejala berat sekali

Penilaian atau pemakaian alat ukur ini dilakukan oleh dokter (Psikiater) atau orang yang telah dilatih untuk menggunakan melalui teknik wawancara langsung. Masing-masing nilai angka (score) dari kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang, yaitu :

Total nilai (score) > *dari* 14 : Tidak ada kecemasan

14 - 20 : Kecemasan ringan

21 - 27 : Kecemasan sedang

28 - 41 : Kecemasan berat

42 - 56 : Kcemasan berat sekali

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
TERAPI HIPNOTIS LIMA JARI

TERAPI HIPNOTIS LIMA JARI	
Pengertian	Menurut Keliat, (2010) dalam Astuti, Amin, & Purborini, (2017) mengemukakan bahwa hipnotis lima jari adalah sebuah teknik pengalihan pemikiran seseorang dengan cara menyentuhkan pada jari-jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang disukai. Hipnotis lima jari merupakan salah satu bentuk <i>self hipnosis</i> yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. Hipnotis lima jari mempengaruhi sistem limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormon-hormon yang dapat memacu timbulnya stress (Hastuti & Arumsari, 2015).
Tujuan	1. Mengurangi kecemasan, 2. Menurunkan tingkat stres, 3. Menciptakan perasaan tenang dan nyaman 4. Membantu tubuh agar lebih rileks.
Prosedur	PERSIAPAN A. KLIEN 1. Kontak waktu, topik dan tempat dengan klien 2. Jelaskan tujuan yang ingin dicapai setelah melakukan teknik relaksasi lima jari B. LINGKUNGAN Modifikasi lingkungan senyaman mungkin bagi klien termasuk pengontrolan suasana ruangan agar jauh terhindar dari kebisingan saat mempraktekkan teknik relaksasi lima jari.

	C. PELAKSANAAN 1. Anjurkan klien untuk mengatur posisi senyaman mungkin 2. Instruksikan klien melakukan relaksasi nafas dalam terlebih dahulu (kurang lebih satu menit saja) dengan menutup mata. 3. Tuntun klien melakukan relaksasi lima jari dengan kalimat berikut (langkah 4-13). 4. Bayangkan bahwa anda dalam keadaan sehat (Sambil menyentuh ibu jari dan jari telunjuk). 5. Rasakan keadaan sehat anda pada saat ini dan nikmatilah keadaan sehat anda. 6. Bayangkan orang-orang yang anda cintai berada di samping anda (sambil menyentuhkan ujung jari tengah ke ujung ibu jari). 7. Nikmati kebahagiaan yang anda rasakan, ucapkan dalam hati “betapa bahagianya saya saat ini”. 8. Bayangkan bahwa orang yang anda cintai tersebut memberikan pujian yang paling indah untuk anda (sambil menyentuhkan ujung jari manis ke ujung ibu jari). 9. Rasakan betapa bahagianya anda, nikmati kebahagiaan itu sambil tersenyum. Katakan lagi dalam hati “betapa bahagianya saya saat ini”. 10. Bayangkan tempat yang paling indah (sambil menyentuhkan ujung jari kelingking dengan ujung ibu jari). 11. Rasakan betapa bahagianya anda saat ini dan ucapkan lagi dalam hati sambil tersenyum “saya semakin bahagia.... saya sangat bahagia” 12. Baiklah, saya akan memberikan anda waktu untuk beristirahat dan terus menikmati kebahagiaan, ketenangan dan kenyamanan tersebut selama 5 menit
--	--

	(tunggu sampai lima menit). 13. Bagus sekali, kini anda benar-benar telah menikmati suasana rileks, nyaman, tenang dan penuh kebahagiaan. Saatnya anda bangun dalam kondisi yang sangat segar. Saya akan menghitung maju dari 1-3. Pada hitungan ketiga, anda akan terbangun dalam kondisi yang sangat segar, lebih segar dari sebelumnya. Satu....dua....lebih segar dari sebelumnya...tiga....bangun dan buka mata anda. 14. Bila klien ingin melanjutkan untuk tidur, biarkan klien beristirahat sampai klien memutuskan sendiri untuk terbangun. 15. Tanyakan perasaan klien setelah melakukan relaksasi lima jari. 16. Dokumentasikan hasil dari intervensi 17. Lakukan selama 30 menit D. FASE TERMINASI 5. Evaluasi perasaan klien 6. Evaluasi objektif 7. Terapkan rencana tindak lanjut klien 8. Salam penutup
--	---



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Janin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
 Telepon : 061-8368633 -- Fax : 061-8368644
 Website : www.poltekkes-medan.ac.id , email : poltekkes-medan@yahoo.com



LEMBAR BIMBINGAN PENULISAN KARYA TULIS ILMIAH
D-III KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
POLTEKKES KEMENKES MEDAN

Nama Mahasiswa : EIGHTEEN MEI KRISDAYANTI GEA
 NIM : 17-01-550
 Nama Pembimbing : Tiur Romatun Sitohang, S.Kep. Ns., M.Kep
 Judul KTI : Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Diabetes Mellitus Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Dengan Penerapan Terapi Hipnotis Lima Jari Di Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2020

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing Utama
1.	17 Maret 2020	Pengajuan Judul Karya Tulis Ilmiah	
2.	18 Maret 2020	ACC Judul KTI	
3.	19 Maret 2020	Konsul BAB 1 Latar Belakang Tujuan Penelitian	
4.	02 April 2020	Konsul perbaikan BAB 1 Tujuan Penelitian	
5.	03 April 2020	ACC BAB 1, Konsul BAB 2 dan BAB 3	
6.	04 April 2020	Konsul perbaikan BAB 2 dan BAB 3	
7.	05 April 2020	ACC BAB 2 dan BAB 3	
8.	09 April 2020	SEMINAR PROPOSAL	
9.	18 April 2020	Konsul perbaikan Bab 1, Bab 2,	

		Bab 3	
10.	5 Mei 2020	Konsul Bab 4 Pembahasan Hasil Jurnal	
11.	6 Mei 2020	Konsul Bab 4 Perbaikan Hasil Jurnal	
12.	8 Juni 2020	Konsul Bab 4 Kelebihan dan Kekurangan Jurnal	
13.	9 Juni 2020	Konsul Bab 4 Perbaikan Kelebihan dan Kekurangan Jurnal	
14.	10 Juni 2020	Konsul Bab 5 Kesimpulan	
15.	13 Juni 2020	Acc Bab 4 dan Bab 5	
16.	24 Juni 2020	SEMINAR HASIL	

Mengetahui,
Pembimbing Utama



Tiur R. Sitohang, S.Kep.Ns., M.Kep
NIP : 19830913 200903 2003



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lan Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
 Telepon : 061-8368633 – Fax : 061-8368644
 Website : www.poltekkes-medan.ac.id , email : poltekkes_medan@yahoo.com



LEMBAR BIMBINGAN PENULISAN KARYA TULIS ILMIAH
D-III KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
POLTEKKES KEMENKES MEDAN

Nama Mahasiswa : EIGHTEEN MEI KRISDAYANTI GEA
 NIM : 17-01-550
 Nama Pembimbing : Yusniar, SKM., MKM
 Judul KTI : Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Diabetes Mellitus Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Dengan Penerapan Terapi Hipnotis Lima Jari Di Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2020

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing Pendamping
1.	17 Maret 2020	Pengajuan Judul Karya Tulis Ilmiah	
2.	18 Maret 2020	ACC Judul KTI	
3.	19 Maret 2020	Konsul BAB 1 Latar Belakang Tujuan Penelitian	
4.	25 Maret 2020	Konsul perbaikan BAB 1	
5.	02 April 2020	ACC BAB 1, Konsul BAB 2 dan BAB 3	
6.	05 April 2020	Konsul perbaikan BAB 2 dan BAB 3	
7.	06 April 2020	ACC BAB 2 dan BAB 3	
8.	09 April 2020	SEMINAR PROPOSAL	
9.	18 April 2020	Konsul perbaikan Bab 1, Bab 2,	

		Bab 3	
10.	5 Mei 2020	Konsul Bab 4 Pembahasan Hasil Jurnal	MA
11.	6 Mei 2020	Konsul Bab 4 Pebaikan Hasil Jurnal	MA
12.	8 Juni 2020	Konsul Bab 4 Kelebihan dan Kekurangan Jurnal	MA
13.	9 Juni 2020	Konsul Bab 4 Perbaikan Kelebihan dan Kekurangan Jurnal	MA
14.	10 Juni 2020	Konsul Bab 5 Kesimpulan	MA
15.	13 Juni 2020	Acc Bab 4 dan Bab 5	MA
16.	24 Juni 2020	SEMINAR HASIL	

Mengetahui,
Pembimbing Pendamping



YUSNIAR, SKM., MKM
NIP : 19780914 200604 2 009