

ASUHAN KEPERAWATAN IBU HAMIL ANAK PERTAMA DENGAN TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI UNTUK MENGURANGI TINGKAT KECEMASAN DI DESA PAWINDAN KABUPATEN CIAMIS

Nenda Chandra Maulana¹, Ima Sukmawati²

¹Mahasiswa STIKes Muhammadiyah Ciamis²

Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

*E-mail : nendacm17@gmail.com

INTISARI

Kehamilan dan pengalaman bersalin merupakan salah satu peristiwa terbesar dalam kehidupan seorang perempuan. Perubahan psikologis bagi ibu hamil yang salah satunya adalah kecemasan. Hipnotis merupakan metode alami yang digunakan untuk menghilangkan rasa takut, panik, tegang, dan tekanan-tekanan lain. Ada beberapa jenis hipnosis yang bisa dilakukan salah satunya yaitu hipnosis dengan menggunakan teknik 5 jari. Studi ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada ibu hamil anak pertama yang mengalami kecemasan dengan terapi hipnosis lima jari Di Desa Pawindan Kabupaten Ciamis. Penelitian ini menggunakan metode deskriptik analitik dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang diambil yaitu 1 orang klien pasien stroke dengan gangguan mobilisasi fisik. Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi. Hasil asuhan keperawatan kepada ibu hamil anak pertama dengan terapi hipnotis lima jari untuk mengurangi tingkat kecemasan melalui proses keperawatan yang meliputi pengkajian, perencanaan, implementasi dan evaluasi didapatkan hasil penerapan hipnotis lima jari dapat mengurangi kecemasan pada ibu hamil anak pertama, dengan demikian intervensi ini sesuai dengan beberapa jurnal penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan. Berdasarkan asuhan keperawatan dapat disimpulkan bahwa hipnotis lima jari dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil anak pertama yang mengalami kecemasan dimana sebelum dilakukan hipnosis lima jari tingkat kecemasan ibu hamil yang dilihat dari kualitas tidur menunjukkan skala 9 (gangguan tidur sedang) dan setelah dilakukan hipnosis lima jari menunjukkan skala 6 (gangguan tidur ringan) hal ini menunjukkan bahwa hipnosis lima jari sangat efektif dalam menurunkan kecemasan.

Kata kunci : ibu hamil anak pertama, hipnotis lima jari, kecemasan

ABSTRACT

Pregnancy and childbirth are one of the greatest events in a woman's life. Psychological changes for pregnant women, one of which is anxiety. Hypnosis is a natural method used to relieve fear, panic, tension, and other pressures. There are several types of hypnosis that can be done, one of which is hypnosis using the 5 finger technique. This study aims to analyze nursing care for pregnant women with their first child experiencing anxiety with five finger hypnosis therapy in Pawindan Village, Ciamis Regency. This study uses an analytical descriptive method with a case study approach. The sample taken is 1 stroke patient client with impaired physical mobilization. Data collection techniques through interviews, observations, physical examinations and documentation studies. The results of nursing care for pregnant women with their first child with five-finger hypnosis therapy to reduce anxiety levels through the nursing process which includes assessment, planning, implementation and evaluation, the results of the application of five-finger hypnosis can reduce anxiety in pregnant women with their first child, thus this intervention is in accordance with several research journals that show the effect of five finger hypnotic therapy on anxiety. Based on nursing care, it can be concluded that five-finger hypnosis can reduce the anxiety level of pregnant women with their first child experiencing anxiety. Prior to five-finger hypnosis, the anxiety level of pregnant women, seen from the quality of sleep, showed a scale of 9 (moderate sleep disturbance) and after five-finger hypnosis, it showed scale 6 (mild sleep disturbance) this indicates that five-finger hypnosis is very effective in reducing anxiety.

Keywords: pregnant women with their first child, five finger hypnosis, anxiety