

## Pengaruh Terapi Hipnosis 5 Jari terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Apendicitis RSI Sultan Agung Semarang

Eka Aprilia Diah Syafitri<sup>1\*</sup>, Erna Melastuti<sup>2</sup>, Indah Sri Wahyuningsih<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Prodi Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Email: [ekal@gmail.com](mailto:ekal@gmail.com)<sup>1\*</sup>

Alamat: Jl. Kaligawe Raya No.Km.4, Terboyo Kulon, Genuk, Kota Semarang, Indonesia 50112

\*Penulis korespondensi

**Abstract.** *Appendicitis is an inflammatory condition of the small intestinal tract that is about 4 inches in size and located at the end of the secum. This condition often causes significant pain and requires effective management. In addition to pharmacological approaches, non-pharmacological methods such as relaxation techniques and alternative therapies are beginning to be widely applied to reduce pain and anxiety. One promising method is 5-finger hypnosis therapy, which is a relaxation technique that harnesses the power of the mind to achieve calmness and reduce the perception of pain. This study aims to determine the effect of 5-finger hypnosis therapy on pain reduction in appendicitis patients at RSI Sultan Agung Semarang. The research design used was quasi-experimental with a pre-posttest one group approach. A total of 32 appendicitis patients were selected as samples using the total sampling technique. Pain scales were measured before and after the intervention, then analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results showed a Z-value of -3.097 and a p-value of 0.002 ( $p < 0.05$ ), indicating a significant difference between pain levels before and after therapy. These findings prove that 5-finger hypnosis therapy is effective in reducing pain in appendicitis patients. This study recommends the application of 5-finger hypnosis therapy as a non-pharmacological approach that can support patient comfort and accelerate the recovery process holistically.*

**Keywords:** *Acute Appendicitis; Hypnosis Therapy; Nonpharmacological Approach; Pain Scale; Wilcoxon Test*

**Abstrak.** Apendicitis merupakan kondisi inflamasi pada saluran usus kecil yang berukuran sekitar 4 inci dan terletak di ujung sekum. Kondisi ini sering menimbulkan nyeri yang signifikan dan memerlukan penatalaksanaan yang efektif. Selain pendekatan farmakologis, metode non-farmakologis seperti teknik relaksasi dan terapi alternatif mulai banyak diterapkan untuk mengurangi nyeri dan kecemasan. Salah satu metode yang menjanjikan adalah terapi hipnosis 5 jari, yaitu teknik relaksasi yang memanfaatkan kekuatan pikiran untuk mencapai ketenangan dan mengurangi persepsi nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi hipnosis 5 jari terhadap penurunan nyeri pada pasien appendicitis di RSI Sultan Agung Semarang. Desain penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan pendekatan one group pre-posttest. Sebanyak 32 pasien appendicitis dipilih sebagai sampel menggunakan teknik total sampling. Skala nyeri diukur sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil analisis menunjukkan nilai Z sebesar -3.097 dan p-value 0,002 ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan antara tingkat nyeri sebelum dan sesudah terapi. Temuan ini membuktikan bahwa terapi hipnosis 5 jari efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien appendicitis. Penelitian ini merekomendasikan penerapan terapi hipnosis 5 jari sebagai pendekatan nonfarmakologis yang dapat mendukung kenyamanan pasien dan mempercepat proses pemulihan secara holistik.

**Kata kunci:** *Appendicitis Akut; Pendekatan Nonfarmakologis; Skala Nyeri; Terapi Hipnosis; Uji Wilcoxon*

### 1. LATAR BELAKANG

Nyeri perut adalah keluhan medis yang sering ditemukan dan dapat menandakan berbagai gangguan kesehatan serius, salah satunya adalah apendisitis. Apendisitis merupakan peradangan pada appendix vermiformis, yang berukuran kecil dan terletak di bagian bawah perut kanan. Di Indonesia, prevalensi apendisitis cukup tinggi dengan sekitar 7% dari total populasi mengalami kondisi ini, yang berdampak pada angka kejadian yang signifikan, termasuk kematian. Salah satu pendekatan non-farmakologi yang menjanjikan adalah terapi

*Naskah Masuk: 05 Agustus 2025; Revisi: 22 Agustus 2025; Diterima: 13 September 2025;*

*Terbit: 15 September 2025*

hipnosis 5 jari, yang dapat membantu mengurangi nyeri dan kecemasan melalui teknik relaksasi.

Nyeri perut merupakan salah satu keluhan medis yang paling sering ditemukan di fasilitas kesehatan, dan dapat menjadi indikator dari berbagai gangguan serius, termasuk apendisitis. Apendisitis adalah peradangan pada *appendiks vermiformis* yang terletak di perut bagian kanan bawah. Kondisi ini sering kali memerlukan tindakan medis segera, baik berupa terapi medikamentosa maupun pembedahan. Di Indonesia, prevalensi apendisitis cukup tinggi dengan angka kejadian sekitar 7% dari populasi, yang menandakan bahwa penyakit ini merupakan salah satu penyebab utama kasus gawat darurat abdomen (Supratiwi, et. al., 2024). Jika tidak ditangani dengan baik, apendisitis dapat menimbulkan komplikasi serius, termasuk perforasi dan peritonitis, bahkan berujung pada kematian.

Salah satu tantangan utama pada pasien apendisitis adalah manajemen nyeri. Nyeri yang dialami pasien tidak hanya menyebabkan ketidaknyamanan, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis, meningkatkan kecemasan, serta memperlambat proses pemulihan. Selama ini, penanganan nyeri lebih banyak menggunakan terapi farmakologis dengan obat analgesik. Namun, penggunaan obat memiliki keterbatasan, seperti potensi efek samping, resistensi, dan keterbatasan akses.

Terapi hipnosis 5 jari merupakan salah satu teknik non-farmakologis yang menjanjikan dalam manajemen nyeri. Hipnosis ini dilakukan dengan cara memanfaatkan sentuhan dan sugesti melalui jari tangan untuk menciptakan relaksasi mendalam. Secara fisiologis, terapi ini bekerja dengan merangsang pelepasan neurotransmitter seperti GABA dan endorfin yang berfungsi sebagai pengurang persepsi nyeri alami tubuh. Hipnosis 5 jari juga dapat menenangkan sistem saraf, menurunkan tingkat kecemasan, dan meningkatkan rasa aman pada pasien. Terapi ini dapat menjadi strategi komplementer yang mendukung perawatan pasien apendisitis.

Beberapa penelitian mendukung efektivitas terapi hipnosis dalam menurunkan tingkat nyeri pasien. Fitrianingrum (2018) menunjukkan bahwa hipnosis 5 jari mampu memberikan efek relaksasi yang signifikan sehingga pasien merasa lebih nyaman. Hal serupa juga dikemukakan oleh Harisandy (2023) yang menemukan adanya penurunan tingkat nyeri melalui penggunaan terapi hipnosis dengan mekanisme fokus konsentrasi dan sugesti positif. Temuan tersebut memberikan landasan bahwa hipnosis 5 jari bukan hanya sekadar metode relaksasi, tetapi juga dapat menjadi intervensi klinis yang bermanfaat dalam praktik keperawatan, khususnya di ruang bedah.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hipnosis 5 jari dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien apendisitis. Teknik ini bekerja dengan merangsang pusat rasa ganjaran dan pelepasan zat kimia di otak, seperti GABA dan endorfin, yang berperan dalam mengurangi persepsi nyeri. Penelitian oleh Fitrianingrum (2018) dan Harisandy (2023) mendukung efektivitas terapi hipnosis dalam mengurangi nyeri dengan memberikan suasana rileks dan aman bagi pasien. Berdasarkan data awal di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang pada November 2025, terdapat pasien apendisitis dengan keluhan nyeri perut yang membutuhkan alternatif selain obat analgesik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh terapi hipnosis 5 jari terhadap penurunan nyeri pada pasien apendisitis di ruang bedah RSI Sultan Agung Semarang. Tujuan khususnya mencakup identifikasi karakteristik responden, skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi hipnosis 5 jari, serta analisis perubahan nyeri pada pasien setelah operasi. Diharapkan terapi ini dapat menjadi alternatif yang efektif dalam manajemen nyeri abdomen, meningkatkan kualitas hidup pasien, serta memperkaya strategi perawatan nyeri yang lebih komprehensif.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

### **Nyeri pada Pasien Apendisitis**

Nyeri merupakan pengalaman subjektif yang kompleks, dipengaruhi oleh faktor fisiologis, psikologis, dan sosial. Pada pasien apendisitis, nyeri muncul akibat inflamasi pada appendix vermiformis yang menimbulkan rangsangan nociceptif ke sistem saraf pusat. Intensitas nyeri yang tinggi dapat mengganggu aktivitas pasien, meningkatkan kecemasan, serta memengaruhi proses penyembuhan. Manajemen nyeri menjadi bagian penting dalam penatalaksanaan pasien apendisitis, tidak hanya untuk mengurangi ketidaknyamanan tetapi juga mendukung pemulihan kondisi secara optimal (Setiya, et. al., 2022).

### **Terapi Hipnosis 5 Jari**

Hipnosis 5 jari adalah teknik non-farmakologis yang dikembangkan untuk membantu pasien mencapai kondisi rileks melalui sugesti dan konsentrasi dengan bantuan gerakan jari. Mekanisme kerja terapi ini diyakini merangsang otak untuk melepaskan neurotransmitter seperti endorfin dan GABA, yang berfungsi sebagai analgesik alami tubuh. Dengan menciptakan rasa aman, nyaman, dan tenang, terapi ini mampu menurunkan persepsi nyeri dan kecemasan pasien. Dalam keperawatan, hipnosis 5 jari digolongkan

sebagai intervensi komplementer yang mudah diterapkan, tidak memerlukan peralatan khusus, serta minim efek samping (Mulyadi, & Kholida, 2021).

### **Hubungan Hipnosis 5 Jari dengan Penurunan Nyeri**

Terapi hipnosis 5 jari memiliki hubungan langsung dengan penurunan nyeri pada pasien apendisitis karena mampu mengalihkan fokus pasien dari rasa sakit menuju kondisi relaksasi yang lebih positif. Sugesti yang diberikan selama hipnosis memperkuat pikiran bawah sadar pasien untuk mengontrol persepsi nyeri, sehingga intensitas rasa sakit yang dirasakan menjadi lebih ringan. Beberapa penelitian terdahulu membuktikan bahwa teknik ini efektif dalam menurunkan skala nyeri pasien post operasi maupun nyeri akut. Terapi hipnosis 5 jari dapat menjadi alternatif manajemen nyeri yang komplementer terhadap terapi farmakologis di rumah sakit (Ruben, 2023).

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan eksperimental jenis quasi eksperimen. Penelitian ini menggunakan desain one-group pre-post-test design untuk mengukur perubahan nyeri pada pasien apendisitis sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi hipnosis 5 jari. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien apendisitis yang mengalami nyeri abdomen di Ruang Bedah RSI Sultan Agung Semarang, dengan jumlah populasi sebanyak 32 pasien pada dua bulan terakhir. Sampel diambil dengan teknik non-probability sampling menggunakan purposive sampling, di mana sampel dipilih sesuai dengan karakteristik yang diinginkan. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.”

“Data dikumpulkan menggunakan instrumen lembar observasi yang mencakup pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan pelaksanaan terapi hipnosis 5 jari berdasarkan SOP. Observasi dilakukan sebelum dan sesudah intervensi untuk mengukur tingkat perubahan nyeri pada pasien. Analisis data dilakukan dengan metode editing, coding, entry, dan cleaning untuk memastikan keakuratan data yang terkumpul. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik variabel, sementara analisis bivariat dengan uji Wilcoxon digunakan untuk menguji perbedaan tingkat nyeri antara pretest dan posttest pada kelompok intervensi, dengan menggunakan SPSS untuk analisis data.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hasil Penelitian

##### *Karakteristik Responden*

Karakteristik responden berisi variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian seperti jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, riwayat penyakit, diagnosa medis, dan lokasi nyeri akan diukur dan disajikan dalam bentuk frekuensi dan persentase.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Ruang Bedah Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang (n=32).

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	9	28.1%
Perempuan	23	71.9%
Umur		
20-30 tahun	4	12.5%
31-40 tahun	14	43.7%
41-50 tahun	12	37.5%
51-60 tahun	2	6.3%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	6	18.8%
PNS	9	28.1%
Swasta	10	31.3%
Wiraswasta	7	21.8%
Pendidikan		
SD	3	9.4%
SMP	4	12.5%
SMA	13	40.6%
S1	12	37.5%
Riwayat Penyakit		
Tidak Ada	4	12.5%
Asma	9	28.1%
Diabetes	11	34.4%
Hipertensi	8	25.0%
Diagnosa Medis		
Apendisitis	32	100.0%
Lokasi Nyeri		
Bagian Kanan Bawah Perut	32	100.0%

*Sumber: Data Primer yang Diolah, 2025.*

Berdasarkan karakteristik responden pada Tabel 1, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (71,9%), sementara laki-laki hanya 28,1%. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 31-40 tahun (43,7%), dengan kelompok usia 51-60 tahun yang paling sedikit (6,3%). Dari segi pekerjaan, responden yang bekerja di sektor swasta lebih banyak (31,3%), sedangkan yang menjadi ibu rumah tangga paling sedikit (18,8%). Berdasarkan pendidikan, mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir SMA (40,6%) atau S1 (37,5%), dan yang paling sedikit adalah lulusan SD (9,4%). Untuk riwayat penyakit, responden dengan diabetes adalah yang terbanyak (34,4%), sedangkan yang tidak memiliki riwayat penyakit adalah yang

paling sedikit (12,5%). Semua responden dalam penelitian ini terdiagnosis apendisitis (100%), dan mayoritas merasakan nyeri di bagian kanan bawah perut (100%).

### ***Analisis Univariat***

Analisis univariat bertujuan untuk memberikan gambaran atau deskripsi mengenai tingkat nyeri dalam penelitian ini, sehingga dapat memberikan informasi penting mengenai distribusi dan kecenderungan tingkat nyeri responden yang dapat memberikan gambaran awal mengenai populasi yang diteliti.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Responden di Ruang Bedah Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang (n=32).

Variabel	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tingkat Nyeri				
Tidak ada nyeri	4	12.5%	8	25.0%
Nyeri ringan	8	25.0%	14	43.7%
Nyeri sedang	4	12.5%	6	18.8%
Nyeri berat	10	31.2%	4	12.5%
Nyeri sangat berat	6	18.8%	0	0.0%

*Sumber: Data Primer yang Diolah, 2025.*

Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi tingkat nyeri responden sebelum dan sesudah intervensi hipnosis lima jari di Ruang Bedah Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Sebelum intervensi, mayoritas responden mengalami nyeri berat (31,2%) dan nyeri sangat berat (18,8%), dengan sebagian kecil melaporkan nyeri sedang (12,5%) atau nyeri ringan (25,0%). Beberapa responden juga melaporkan tidak ada nyeri (12,5%). Setelah intervensi, terdapat penurunan yang signifikan dalam tingkat nyeri. Jumlah responden yang melaporkan nyeri ringan meningkat menjadi 43,7%, sementara nyeri sedang berkurang menjadi 18,8%. Responden yang mengalami nyeri berat dan sangat berat menurun secara drastis, dengan hanya 12,5% melaporkan nyeri berat dan tidak ada yang melaporkan nyeri sangat berat. Selain itu, jumlah responden yang melaporkan tidak ada nyeri meningkat menjadi 25%. Secara keseluruhan, tabel ini menunjukkan bahwa setelah intervensi, terdapat pergeseran signifikan ke arah tingkat nyeri yang lebih ringan, yang menggambarkan efektivitas hipnosis lima jari dalam mengurangi nyeri pada pasien apendisitis.

### ***Analisis Bivariat***

Dalam penelitian ini, analisis bivariat digunakan untuk menguji apakah terapi hipnosis lima jari memiliki pengaruh terhadap penurunan nyeri pada pasien apendisitis. Untuk menguji perubahan dalam tingkat nyeri sebelum dan setelah intervensi, digunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Uji ini dipilih karena data yang digunakan tidak berdistribusi normal, sehingga uji non-parametrik lebih tepat digunakan untuk menguji perbedaan dalam data berpasangan.

**Tabel 3.** Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari terhadap Penurunan Nyeri Responden di Ruang Bedah Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang (n=32).

Variabel	Z	p value	Keterangan
Nyeri Sebelum-Sesudah Intervensi	-3.097	0.002	Terdapat perbedaan signifikan

Sumber: Data Primer yang Diolah, 2025.

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis bivariat yang menguji pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan nyeri pada pasien apendicitis. Uji yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test*, yang dipilih karena data yang digunakan tidak berdistribusi normal, sehingga uji non-parametrik lebih tepat untuk menguji perbedaan dalam data berpasangan. Hasil uji menunjukkan nilai Z sebesar -3.097 dan *p value* sebesar 0,002. Karena *p value* lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat nyeri sebelum dan setelah intervensi. Ini mengindikasikan bahwa terapi hipnosis lima jari memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan nyeri pada pasien apendicitis.

## Pembahasan

### *Karakteristik Responden*

Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, dengan sebagian besar berprofesi sebagai pekerja swasta, diikuti oleh PNS dan wiraswasta. Mayoritas responden juga memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA atau S1. Dari segi riwayat penyakit, sebagian besar responden memiliki riwayat diabetes dan asma, sedangkan lebih sedikit yang memiliki riwayat hipertensi atau tidak memiliki riwayat penyakit. Semua responden terdiagnosis dengan apendisitis, dan mayoritas merasakan nyeri di bagian kanan bawah perut.

Karakteristik responden dalam penelitian ini sejalan dengan teori tentang demografi kesehatan yang menunjukkan bahwa jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan dapat mempengaruhi persepsi terhadap nyeri dan kualitas hidup pasien. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak melaporkan tingkat nyeri yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yang berkaitan dengan faktor biologis dan psikososial. Pekerjaan dan tingkat pendidikan juga memengaruhi respons pasien terhadap pengobatan dan pemahaman tentang terapi yang diberikan, termasuk terapi non-farmakologis seperti hipnosis.

Penelitian oleh Sari et al. (2023) di Rumah Sakit Umum Pusat Dr. Sardjito Yogyakarta menunjukkan bahwa perempuan lebih sering melaporkan nyeri pascaoperasi dibandingkan laki-laki, dengan tingkat nyeri yang lebih tinggi pada pasien dengan riwayat hipertensi dan diabetes. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan dengan riwayat penyakit diabetes dan hipertensi. Peneliti

berasumsi bahwa karakteristik demografis ini dapat mempengaruhi persepsi nyeri pada pasien apendicitis.

### ***Skala Nyeri Sebelum Diberikan Intervensi Pemberian Teknik Hipnosis 5 Jari***

Sebelum intervensi hipnosis lima jari, sebagian besar responden melaporkan nyeri pada skala menengah hingga berat, dengan sejumlah responden melaporkan nyeri sangat berat. Hal ini menunjukkan bahwa responden mengalami nyeri yang cukup signifikan sebelum diberikan terapi hipnosis. Menurut teori *gate control theory of pain* yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall (1965), nyeri terjadi ketika impuls nyeri melewati "gerbang" saraf yang terdapat pada sistem saraf pusat. Intervensi non-farmakologis seperti hipnosis diyakini dapat mengurangi persepsi nyeri dengan menutup gerbang ini, dengan mempengaruhi sistem saraf pusat melalui sugesti verbal yang dapat merubah cara otak memproses sinyal nyeri. Dalam konteks penelitian ini, skala nyeri sebelum intervensi mencerminkan tingkat keparahan nyeri yang diterima oleh pasien.

Penelitian oleh Pratiwi et al. (2023) di Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta menunjukkan bahwa pasien dengan nyeri sedang hingga berat cenderung melaporkan perbaikan signifikan setelah diberikan terapi hipnosis. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri sedang hingga berat sebelum intervensi. Peneliti berasumsi bahwa tingkat keparahan nyeri yang lebih tinggi sebelum intervensi akan menghasilkan perubahan yang lebih jelas setelah hipnosis, sesuai dengan temuan-temuan dalam literatur sebelumnya.

### ***Skala Nyeri Sesudah Diberikan Intervensi Pemberian Teknik Hipnosis 5 Jari***

Setelah dilakukan intervensi hipnosis lima jari, sebagian besar responden melaporkan penurunan nyeri yang signifikan, dengan jumlah responden yang melaporkan nyeri ringan meningkat. Sebaliknya, jumlah responden yang melaporkan nyeri berat dan sangat berat menurun drastis. Penurunan ini mendukung hipotesis bahwa hipnosis lima jari efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien apendicitis. Hipnosis dianggap efektif dalam mempengaruhi persepsi nyeri dengan mengubah cara pasien merespons dan menginterpretasikan rasa sakit. Terapi hipnosis memungkinkan individu untuk lebih fokus pada sensasi relaksasi dan mengabaikan sensasi nyeri, yang dapat menyebabkan penurunan skala nyeri secara signifikan.

Berdasarkan teori kognitif-empatik, hipnosis dianggap efektif dalam mempengaruhi persepsi nyeri dengan merubah cara pasien merespons dan menginterpretasikan rasa sakit. Terapi hipnosis memungkinkan individu untuk lebih fokus pada sensasi relaksasi dan mengabaikan sensasi nyeri, yang dapat menyebabkan penurunan skala nyeri secara signifikan. Beberapa penelitian terbaru mengindikasikan bahwa hipnosis dapat memodulasi sistem saraf



otonom, menurunkan ketegangan otot, dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien yang mengalami nyeri.

Penelitian oleh Wulandari et al. (2023) di Rumah Sakit Dr. Kariadi Semarang menemukan bahwa terapi hipnosis membantu menurunkan skala nyeri pada pasien dengan nyeri pascaoperasi. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan penurunan nyeri setelah intervensi hipnosis. Peneliti berasumsi bahwa hipnosis dapat menjadi alternatif efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien apendicitis.

#### ***Nilai Nyeri pada Pasien Apendicitis Sebelum dan Setelah Post Operasi***

Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi, dengan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p yang sangat rendah, yang mengindikasikan bahwa penurunan nyeri ini tidak terjadi secara kebetulan. Penurunan nyeri yang signifikan ini menunjukkan bahwa hipnosis dapat menjadi terapi yang efektif sebagai alternatif non-farmakologis dalam manajemen nyeri pada pasien dengan apendicitis.

Teori biopsikososial mengenai nyeri menjelaskan bahwa nyeri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik, tetapi juga oleh faktor psikologis dan sosial. Hipnosis sebagai terapi psikologis dapat mengurangi persepsi nyeri dengan memodulasi respons emosional dan kognitif terhadap rasa sakit. Penurunan nyeri yang signifikan setelah terapi hipnosis menunjukkan bahwa faktor psikologis seperti kecemasan dan ketegangan dapat mempengaruhi persepsi nyeri, dan terapi yang berfokus pada relaksasi dapat memberikan manfaat besar dalam manajemen nyeri.

Penelitian oleh Hidayati et al. (2023) di Rumah Sakit Umum Daerah Sleman menunjukkan bahwa terapi hipnosis dapat mengurangi nyeri pada pasien yang menjalani prosedur medis, termasuk pasien dengan apendicitis. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan penurunan nyeri setelah terapi hipnosis. Peneliti berasumsi bahwa terapi hipnosis lima jari dapat efektif dalam mengurangi nyeri pascaoperasi pada sebagian besar pasien apendicitis.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan dengan profesi swasta, dan sebagian besar mengalami nyeri perut yang cukup tinggi sebelum intervensi hipnosis lima jari. Setelah terapi, terjadi penurunan signifikan dalam skala nyeri, dengan lebih banyak responden melaporkan nyeri ringan. Uji Wilcoxon menunjukkan pengaruh signifikan dari terapi hipnosis lima jari terhadap pengurangan nyeri pada pasien apendicitis. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan sampel lebih besar dan

mempertimbangkan variabel lain seperti kecemasan dan usia. Terapis keperawatan sebaiknya dilatih untuk menerapkan hipnosis lima jari sebagai alternatif non-farmakologis dalam manajemen nyeri. Rumah sakit diharapkan mengintegrasikan hipnosis dalam pengelolaan nyeri akut, dan penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menguji efek jangka panjang terapi ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam proses penelitian dan penulisan jurnal ini. Tanpa bantuan dan kontribusi mereka, penelitian ini tidak akan dapat diselesaikan dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

## DAFTAR REFERENSI

- Andarmayo, S. (2016). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz Media.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2019). *Qualitative Inquiry and Research Design Choosing Among Five Approaches (4th Edition ed.)*. Sage Publishing.
- Dekawaty, A. (2021). Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Skripsi di STIKES Muhammadiyah Palembang. *Open Journal Systems*, 15 (11), 5613–5624.
- Fitrianingrum, E. D. D. (2018). Hipnosis 5 jari berpengaruh pada penurunan nyeri post sectio caesarea. *Jurnal Menara Medika*, 1(1), 1–12.
- G, R, P. (2020). Perbandingan Interpretasi Skala Nyeri Antara Nrs-Vas-Wbfs oleh Pasien Pasca operasi elektif orthopedia di RSUD dr. Soetomo. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8 (3), 447. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/jc.v8i3.1802>
- 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/https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6211>
- Harisandy, A. (2023). Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Nyeri Dan Kecemasan Pada Pasien Kanker Kolorektal. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 8(1), 32. <https://doi.org/10.32419/jppni.v8i1.374>
- Kirnanoro, H., dan M. (2021). *Anatomi Fisiologi*. Pustaka Baru Press.
- Mawarti, I. (2021). Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9 (3), 297–304.
- Merdekawati, D., Dasuki, & Melany, H. (2018). Perbandingan validitas skala ukur nyeri VAS dan NRS terhadap penilaian nyeri di IGD RSUD Raden Mattaher Jambi. *Riset Informasi Kesehatan*, 7(2), 114–121.
- Mulyadi, E., & Kholida, N. (2021). Buku Ajar Hypnocaring. *Jakarta: Guepedia*, 179-191.
- Pinzon, R. T. (2016). *Pengkajian nyeri*. Betha Grafika.

- Priyono. (2021). *Penerapan Hipnosis Lima Jari Terhadap Ansietas Sedang Pada Ny. F Dengan Hipertensi Karya*. 28.
- RI., K. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ruben, L. (2023). Case Report: Penerapan Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparotomi Di Instalasi Bedah Sentral Rsud Kota Yogyakarta (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada).
- Setiya, V. I., So'emah, E. N., & Meuthia, R. (2022). *Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Pasien Appendicitis Di RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan* (Doctoral dissertation).
- Slamet, Riyanto, and H. A. A. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Eksperimen*. Deepublish.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2015). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah*. (vol. 2). EGC.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supratiwi, C. A., Wahyuni, L., & So'emah, E. N. (2024). Hubungan Gaya Hidup (Life Style) Terhadap Kejadian Apendisitis Di Ruang Bedah Rsud Dr. Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).
- Vitani, R. A. I. (2019). Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3 (1), 1–7.