

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN  
PADA PASIEN YANG MENJALANI KEMOTERAPI  
DI RS TELOGOREJO  
SEMARANG**

*Ady Irianto DS \*)*

*Sri Puguh Kristiyawati \*\*), Supriyadi \*\*\*)*

\*) *Alumni Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

\*\*) *Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

\*\*\*) *Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Semarang*

**ABSTRAK**

Salah satu efek seperti kecemasan sering muncul pada pasien yang menjalani kemoterapi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi. Desain dalam penelitian ini adalah *quasy experiment* dengan teknik *one group pretest dan posttest design*. Alat ukur kecemasan ditentukan dengan menggunakan alat (*instrument*) yang dikenal dengan nama *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI). Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecemasan sebelum pemberian hipnoterapi terbanyak pada skala sedang sebanyak 23 responden (48,9%). Sedangkan setelah pemberian hipnoterapi didapatkan hasil tingkat kecemasan menurun menjadi skala normal sebanyak 20 responden (42,6%). Hipnoterapi dilakukan 15 menit sebelum kemoterapi dimulai. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* hipnoterapi berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan ( $p=0,000$ ). Kesimpulannya, ada pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi. Disarankan hipnoterapi dapat menjadi masukan alternatif dalam upaya meningkatkan dan perkembangan ilmu keperawatan dan hipnoterapi dapat menjadi intervensi dalam menurunkan kecemasan pada pasien yang menjalani kemotrapi.

Kata Kunci : Hipnoterapi, kemoterapi, kecemasan

**ABSTRACT**

One of the effects such as anxiety often occur in patients who are undergoing chemotherapy. The purpose of this study is to know the influence hypnotherapy to decrease the levels of anxiety in patient undergoing chemotherapy. Design in this study is a quasy experiment with techniquet pre test and post test design. Anxiety measuring instrument is determined by using the tools (instuments) which is known as the *State Trait Anxiety Inventory* (STAI). The results showed levels of anxiety before giving hypnotherapy highest on a scale of being as much as 23 respondents (48,9%). While the results obtained after administration of hypnotherapy anxiety levels decreased to normal range by 20 respondents. Hypnotherapy done 15 minutes before chemotherapy begins. Wilcoxon statistical test results with hypnotherapy efect in reducing levels of anxiety ( $p=0,000$ ). Then, the conclusion is that the efect of hypnotherapy on the decreased levels of anxiety when undergoing chemotherapy. For the sugested hypnotherapy can be an alternative input and developmental role in efforts to improve nursing and hypnotherapy can be an intervention in reducing anxiety in patients undergoing chemotherapy.

Keywords : Hypnotherapy, Chemotherapy, Anxiety

## PENDAHULUAN

Kanker adalah penyakit yang dapat menyerang seluruh bagian tubuh. Tubuh secara teratur memproduksi sel baru yang berguna untuk pertumbuhan serta untuk menggantikan sel yang rusak atau yang sakit, secara normal, sel tumbuh dan berkembang dengan cara yang tetap. Namun ada pula pertumbuhan yang tidak normal (tidak terkontrol) yang kemudian tampak menjadi benjolan yang disebut tumor (Yayasan Kanker Indonesia, 2004, hlm.1).

*World Health Organizations* (WHO) tahun 2008, menyebutkan sebanyak 458.000 mortalitas per tahun akibat kanker payudara. Data terbaru dari *American Cancer Society* telah menghitung bahwa di tahun 2013, terdapat 64.640 kasus kanker payudara. Sekitar 39.620 wanita meninggal dunia setiap tahunnya karena kanker payudara (Depkes, 2013).

Di Indonesia terdapat beberapa jenis kanker yang banyak diderita yaitu, kanker rahim, kanker payudara, kanker kelenjar getah bening, kanker kulit, kanker rectum. Kasus penyakit kanker yang ditemukan di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2010 sebanyak 13,277 kasus, terdiri dari kanker servik 6,899 kasus (35,13%) kanker mammae 9,54 kasus (48,59%), kanker hepar 2.242 (11,42%), kanker paru 954 kasus (4,86%).

Prevalensi kanker di Jawa Tengah pada tahun 2011 adalah sebagai berikut kanker servik tertinggi terdapat di kota Semarang sebesar 0,33%, kanker payudara tertinggi terdapat di kota Magelang sebesar 0,39%, kanker hati tertinggi terdapat di kota Tegal sebesar 0,39%, kanker paru tertinggi di kota Magelang sebesar 0,07%. Pada tahun 2012 sebanyak 19,637 kasus kanker meningkat dibandingkan dengan tahun sebelumnya (Diknes Prov Jateng, 2011). Upaya untuk pengobatan kanker di antaranya pembedahan, kemoterapi, terapi radiasi, dan bioterapi (Otto, 2005, hlm.311). Secara umum biasanya digunakan lebih dari satu macam

cara pengobatan, misalnya pembedahan diikuti oleh kemoterapi atau radioterapi (Yayasan Kanker Indonesia, 2004, hlm.3).

Kemoterapi mempengaruhi kesehatan sel, begitu juga sel kanker, yang menyebabkan efek samping yang umumnya tampak pada pengobatan. Hal ini meliputi rambut rontok, supresi sumsum tulang dan gangguan gastrointestinal (Gale & Charette, 2000, hlm. 45). Kemoterapi tidak seperti radiasi atau operasi yang bersifat lokal. Kemoterapi merupakan terapi sistemik, yang berarti obat menyebar ke seluruh tubuh dan dapat mencapai sel kanker yang telah menyebar jauh atau metastase ke tempat lain (Rasjidi, 2007, hlm.3).

Pada pasien yang baru pertama kali akan menjalani kemoterapi seringkali terlalu tinggi menilai bahaya dan terlalu rendah menilai kemampuan diri. Sebelum kemoterapi pada pasien yang pertama kali menjalani kemoterapi pasien mengalami ketakutan atau kecemasan terhadap kemoterapi (Desen, 2011, hlm.231). Takut sebenarnya tidak dapat dibedakan dari kecemasan karena individu yang merasa takut atau ansietas mengalami pola respons perilaku, fisiologis dan emosional dalam rentan yang sama. Takut adalah mengetahui bahwa ada suatu ancaman sedangkan kecemasan adalah emosi yang ditimbulkan rasa takut (Videbeck, 2008, hlm.307).

Kecemasan merupakan gejala emosi seseorang yang berhubungan dengan sesuatu di luar dirinya dan mekanisme diri yang digunakan dalam mengatasi permasalahan (Asmadi, 2009, hlm.165). Kecemasan adalah suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan dan tidak dapat dibenarkan yang sering disertai dengan gejala fisiologis, sedangkan pada gangguan ansietas terkandung unsur penderitaan yang bermakna dan gangguan fungsi yang disebabkan oleh kecemasan tersebut (Tomb, 2004, hlm.96).

Ancaman terhadap sistem diri yaitu adanya sesuatu yang dapat mengancam terhadap identitas diri, harga diri, kehilangan status atau peran diri, dan hubungan interpersonal. Ansietas perlu diatasi untuk mencapai keadaan homeostatis dalam diri individu, baik secara fisiologis maupun psikologis. Apabila individu tidak mampu mengatasi ansietas secara konstruktif, maka ketidakmampuan tersebut dapat menjadi penyebab utama terjadinya perilaku yang patologis (Asmadi, 2009, hlm.168).

Hasil penelitian tentang kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi yang dilakukan Hendianti (2012) menunjukkan bahwa sebanyak 34,28% responden mengalami kecemasan sedang; 12,86% mengalami kecemasan berat; 4,28% mengalami kecemasan sangat berat.

Penanganan kecemasan dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Dalam farmakologi digunakan obat anti ansietas terutama benzodiazepin, digunakan untuk jangka pendek, tidak digunakan untuk jangka panjang karena pengobatan ini bersifat toleransi dan ketergantungan. Untuk non farmakologi di antaranya pelatihan relaksasi, psikoterapi terutama psikodinamik dengan hipnotis atau hipnoterapi (Isaacs, 2005, hlm.57).

Hipnoterapi adalah sebuah penyembuhan dengan hipnotis. Hipnoterapi merupakan cabang ilmu psikologis yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku, dengan memberikan sugesti kepada pikiran bawah sadar (Susilo & Kemala, 2010, hlm.57).

Hasil Penelitian yang dilakukan Kusfari (2012) menunjukkan ada pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat nyeri pada remaja putri usia 14 – 17 tahun yang mengalami *dismenore* di SMU 4 Pasuruan dengan signifikan 0,000 (<0,05).

Berdasarkan data rekam medis Rumah Sakit Telogorejo Semarang (2014) menjelaskan jumlah pasien kanker yang menjalani kemoterapi pada tahun 2010 sebanyak 917 pasien, tahun 2011 sebanyak 1305 pasien, tahun 2012 sebanyak 1105 pasien dan pada tahun 2013 sebanyak 1089 pasien. Data pada tahun 2013 sebanyak 1089 pasien kemudian dibagi 12 sehingga di dapat rata-rata perbulan 90,75 pasien. Pasien yang menjalani kemoterapi pertama kali, mengalami kecemasan dan penanganannya hanya diberikan motivasi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Telogorejo Semarang.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan *quasy experiment* dengan teknik *one group pretest dan posttest design*, yaitu penelitian dengan rancangan sekelompok subjek dikenai perlakuan untuk jangka waktu tertentu, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan diberikan dan pengaruh perlakuan diukur dari perbedaan antara pengukuran awal dan pengukuran akhir (Notoadmodjo, 2005. hlm. 164).

Populasi pada penelitian ini adalah semua pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Telogorejo Semarang. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* suatu penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan sampel yang dikehendaki peneliti (Nursalam, 2008, hlm.94). Penelitian ini dilaksanakan di ruang Sitostatika Rumah

Sakit Telogorejo Semarang pada bulan April 2014.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar Kuesioner yang meliputi karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan lembar kuisisioner *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI). Dengan nilai angka (*score*) 20-80 dengan kategori normal 20-31, ringan 32-43, sedang 44-55, berat 56-67, panik 68-80.

Analisa univariat dalam penelitian ini menggambarkan distribusi dan persentase dari karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, serta variabel kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Adapun syarat melakukan uji statistik dengan menentukan normalitas data terlebih dahulu. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Sapiro Wilk* karena responden yang digunakan <50 responden (Dahlan, 2013, hlm.55). Uji normalitas data didapatkan data berdistribusi tidak normal, maka uji statistik selanjutnya adalah uji *Wilcoxon*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Usia

Tabel 1  
Distribusi frekuensi usia responden di Rumah Sakit Telogorejo Semarang pada bulan Maret-April 2014 (n=47)

Usia	Frekuensi (n)	Persentase(%)
35-44	12	25.5
45-54	24	51.1
≥55	11	21.3
Total	47	100.0

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil penelitian responden yang mengalami kecemasan dalam menjalani kemoterapi terbanyak pada rentang usia 45-54 tahun dengan persentase 24 responden (51,1%).

Kemoterapi adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan penggunaan tiga puluh jenis lebih obat yang berbeda. Akan tetapi, setiap agen neoplastik atau obat kemoterapi mempunyai kerja dan efek samping yang berbeda (Gale & Charatte, 2000, hlm. 42).

Takut akan kemoterapi dan efek sampingnya, Koping individu tidak efektif, Pasien takut resiko terhadap disfungsi seksual akibat kemoterapi merupakan faktor yang menyebabkan kecemasan saat individu menjalani kemoterapi (Gale dan Charate (2010, hlm.46).

Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh rasa ketakutan serta gejala fisik yang menegangkan serta tidak diinginkan. Gejala tersebut merupakan respons terhadap stress yang normal dan sesuai, tetapi menjadi patologis bila tidak sesuai dengan tingkat keparahan stres, berlanjut setelah stressor menghilang, atau terjadi tanpa adanya stressor eksternal (Craig, 2009, hlm.60).

### 2. Jenis Kelamin

Tabel 2  
Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di Rumah Sakit Telogorejo Semarang pada bulan Maret-April 2014 (n=47)

Jenis kelamin	Ferekuensi (n)	Persentase(%)
Laki-laki	15	31,9
Perempuan	32	68,1
Total	47	100,0

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil responden terbanyak yang mengalami kecemasan saat menjalani kemoterapi berjenis kelamin perempuan dengan persentase 32 responden (68,1%).

Individu mengalami peningkatan ansietas memiliki kemungkinan lebih tinggi mengalami kecemasan. Insiden gangguan panik mencapai 25% dengan wanita beresiko dua kali lipat lebih besar dibandingkan dengan pria (Videbeck, 2008, hlm.313).

Secara biologis perempuan lebih lemah daripada laki-laki, sedangkan perbedaan secara psikologis, perempuan lebih mudah tersinggung, mudah dipengaruhi, sangat peka, menonjolkan perasaan dan mudah meluapkan perasaan. Sementara laki-laki lebih rasional dan sangat obyektif (Sukmadinata, 2003, hlm.60).

3. Gambaran tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi pada pasien kanker sebelum dan sesudah pemberian hipnoterapi

Tabel 3

Distribusi frekuensi tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi pada pasien kanker di Rumah Sakit Telogorejo Semarang pada bulan Maret-April 2014 (n=47)

Tingkat kecemasan	Sebelum		Sesudah	
	frekuensi (n)	persentase (%)	frekuensi (n)	persentase (%)
Normal	0	0,0	20	42.6
Ringan	17	36.2	13	27.7
Sedang	23	48.9	14	29.8
Berat	7	14.9	0	0,0
Total	47	100%	47	100%

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil distribusi frekuensi tingkat kecemasan sebelum pemberian hipnoterapi terbanyak pada skala sedang sebanyak 23 responden (48,9%), setelah pemberian hipnoterapi tingkat kecemasan menurun menjadi skala normal sebanyak 20 responden (42,6%).

Kecemasan merujuk pada perasaan yang ditimbulkan oleh ancaman nonspesifik terhadap konsep diri seseorang yang menyangkut kesehatan, aset, nilai, lingkungan, peran fungsi, serta perasaan aman (Carpenito, 2009, hlm.127).

Awitan dan proses klinis gangguan kecemasan sangat bervariasi. Awitan dapat terjadi secara akut atau bertahap. Awitan dapat timbul tanpa peristiwa pencetus atau dapat terjadi karena peristiwa akut yang menimbulkan stres atau stresor kronis seperti masalah kesehatan, pekerjaan, nutrisi, medikasi, atau keluarga. Gangguan kecemasan ditandai dengan tingkat kecemasan yang tinggi yang terlihat pada perilaku yang tidak lazim misalnya takut pada peristiwa yang tidak sesuai dengan realitas situasi (Videbeck, 2008, hlm.308).

Penyebab ketakutan dipandang sebagai suatu ancaman bagi keselamatan pasien karena belum terselesaikan. Penyebab ketakutan seringkali tidak diketahui karena tersembunyi di dalam pikiran alam bawah sadar seiring dengan berjalanya waktu. Terapis harus menggali lebih dalam untuk mencari akar masalah dengan mengetahui akar masalah yang membuatnya takut pasien akan dapat menghilangkan kecemasannya (Gunawan, 2007, hlm.84).

Susana & Hendarsih (2012, hlm.60) hipnoterapi adalah aplikasi hipnosis untuk relaksasi pikiran dan perasaan dalam membantu pasien mengatasi perasaan cemas, stress dan depresi. Susilo dan Kemala (2010, hlm 60) menjelaskan manfaat hipnoterapi yaitu dapat menyembuhkan gangguan mental, sebagai efek anastesi, menyembuhkan

gangguan fisik, menggali informasi, pengembangan diri.

Hipnoterapi adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya yang dicapai dengan cara mengendalikan emosional seseorang dengan serangkaian aktifitas. Hipnoterapi dapat digunakan untuk menghilangkan beberapa kebiasaan buruk dari dirinya atau menyimpan suatu keadaan yang lebih tenang dalam dirinya (Susilo, 2010, hlm.4).

Dibawah hipnoterapi korteks serebri mengalami inhibisi kuat sehingga daya identifikasi, analisis, pengambilan keputusan terhadap stimulus baru menurun, pengalaman masa lalu tidak dapat di manfaatkan sehingga kata-kata sugestif menjadi kekuatan dominan yang tidak dapat ditolak. Melalui arahan aktif kondisi dan perilaku psikis dan faal pasien dapat dikendalikan (Desen, 2011, hlm.240).

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang di lakukan Rahayu (2011) responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 17 responden (42,5%), kecemasan sedang sebanyak 23 responden (57,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian intervensi hipnoterapi berdampak pada penurunan tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi pada pasien kanker (Rahayu, 2011 ¶10).

Hasil tersebut dikuatkan oleh Susana & Hendarsih (2012, hlm.60) mengatakan bahwa hipnoterapi adalah aplikasi hipnosis untuk relaksasi pikiran dan perasaan dalam membantu pasien mengatasi perasaan cemas, stress dan depresi.

#### 4. Frekuensi kemoterapi

Hasil distribusi frekuensi responden berdasarkan frekuensi kemoterapi didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 4  
Distribusi frekuensi kemoterapi responden di Rumah Sakit Telogorejo Semarang pada bulan Maret-April 2014  
(n=47)

Frekuensi kemoterapi (kali)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	8	17,0
2	7	14,9
3	10	21,3
4	8	17,0
5	4	8,5
6	3	6,4
7	4	8,5
8	3	6,4
Total	47	100,0

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil responden yang mengalami kecemasan saat kemoterapi terbanyak pada responden yang menjalani kemoterapi ke-3 dengan persentase 10 responden (21,3%).

Hal tersebut didukung teori yang ditulis oleh Desen yang menyatakan responden yang menjalani kemoterapi seringkali terlalu tinggi menilai bahaya dan terlalu rendah menilai kemampuan diri dalam menghadapi penyakitnya sehingga derajat bahaya meningkat tajam. Akibatnya timbul kecemasan, tegang, panik dan depresi. Dalam fase adaptasi terlepas dari pasien mau atau tidak mau pada akhirnya ia menerima dan beradaptasi dengan kondisinya ketakutan akan kematian dan efek kemoterapi secara bertahap lenyap dan menjadi relatif stabil (Desen, 2011, hlm.232).

#### 5. Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi pada pasien kanker

Tabel 5

Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi pada pasien kanker di Rumah Sakit Telogorejo Semarang pada bulan Maret-April 2014 (n=47)

Kecemasan	n	Median	min-max	P value
Pre-post test	44	25.44	1119.50	0,000

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil uji analisis nilai probabilitas 0,000 yang artinya nilai tersebut tidak lebih dari nilai signifikansi 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh hipnoterapi terdapat penurunan tingkat kecemasan saat menjalani kemoterapi pada pasien kanker di Rumah Sakit Telogorejo Semarang.

Kecemasan merujuk pada perasaan yang ditimbulkan oleh ancaman nonspesifik terhadap konsep diri seseorang yang menyangkut kesehatan, aset, nilai, lingkungan, peran fungsi, serta perasaan aman (Carpenito, 2009, hlm.127).

Awitan dan proses klinis gangguan kecemasan sangat bervariasi. Awitan dapat terjadi secara akut atau bertahap. Awitan dapat timbul tanpa peristiwa pencetus atau dapat terjadi karena peristiwa akut yang menimbulkan stres atau stresor kronis seperti masalah kesehatan, pekerjaan, nutrisi, medikasi, atau keluarga. Gangguan kecemasan ditandai dengan tingkat kecemasan yang tinggi yang terlihat pada perilaku yang tidak lazim misalnya takut pada peristiwa yang tidak sesuai dengan realitas situasi (Videbeck, 2008, hlm.308).

Penyebab ketakutan dipandang sebagai suatu ancaman bagi keselamatan pasien karena belum terselesaikan. Penyebab ketakutan

seringkali tidak diketahui karena tersembunyi di dalam pikiran alam bawah sadar seiring dengan berjalanya waktu. Terapis harus menggali lebih dalam untuk mencari akar masalah dengan mengetahui akar masalah yang membuatnya takut pasien akan dapat menghilangkan kecemasannya (Gunawan, 2007, hlm.84).

Asmadi 2008 dalam bukunya yang berjudul *Tehnik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien* mengatakan bahwa intervensi utama yang harus dilakukan perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien cemas adalah menyadari mengenali perasaannya dan juga mampu mengendalikannya (Asmadi, 2008, hlm.171).

Setelah dilakukan hipnoterapi didapatkan hasil analisis tingkat kecemasan normal sebanyak 20 responden (42,6%), ringan sebanyak 13 responden (27,7%), sedang sebanyak 14 responden (29,8%), berat 0 responden (0,0%). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusfari (2012) menunjukkan ada pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat nyeri pada remaja putri usia 14 – 17 tahun yang mengalami *dismenore* di SMU 4 Pasuruan dengan signifikan 0,000 (<0,05). Hal tersebut sesuai dengan teori yang tulis oleh Tiran 2009 dengan judul buku *Mual & Muntah Kehamilan* yang menyatakan bahwa hipnoterapi digunakan bersamaan dengan strategi terapeutik sebagai dan hipnoterapi juga digunakan untuk membantu penderita gangguan yang terkait stres, cemas, depresi dan kondisi medis yang muncul akibat darinya. (Tiran, 2009, hlm.300).

Hipnoterapi adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya yang dicapai dengan cara mengendalikan emosional seseorang dengan serangkaian aktifitas. Hipnoterapi dapat digunakan untuk menghilangkan beberapa kebiasaan buruk dari dirinya atau menyimpan

suatu keadaan yang lebih tenang dalam dirinya (Susilo, 2010, hlm.4).

Dibawah hipnoterapi korteks serebri mengalami inhibisi kuat sehingga daya identifikasi, analisis, pengambilan keputusan terhadap stimulus baru menurun, pengalaman masa lalu tidak dapat di manfaatkan sehingga kata-kata sugestif menjadi kekuatan dominan yang tidak dapat ditolak. Melalui arahan aktif kondisi dan perilaku psikis dan faal pasien dapat dikendalikan (Desen, 2011, hlm.240).

Kecemasan disebabkan karena berbagai macam faktor sehingga bagi petugas kesehatan perlu melakukan pendekatan terapeutik kepada klien untuk menemukan akar permasalahan yang membuat pasien cemas salah satunya dengan hipnoterapi.

Hipnoterapi berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan. Hasil uji *wilcoxon* dari 47 responden terdapat 44 responden yang mengalami penurunan tingkat kecemasan namun terdapat 3 responden yang mengalami peningkatan kecemasan. Responden yang tidak mengalami penurunan tingkat kecemasan disebabkan karena berbagai macam faktor salah satunya adalah tingkat sugestifitas responden rendah dan suasana yang tidak kondusif.

Suasana yang tidak kondusif dalam ruangan seperti terdapat suara beberapa televisi dan keluarga responden yang menjenguk dapat menyebabkan intervensi yang diberikan tidak maksimal. Susilo (2010, hlm.95) mengatakan suasana yang kondusif diperlukan dalam hipnoterapi untuk relaksasi dan memasuki alam bawah sadar pasien.

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipnoterapi berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Telogorejo Semarang.

## SARAN

1. Bagi Rumah Sakit dan Masyarakat  
Sebagai bahan untuk mengambil kebijakan mengenai pengaruh hipnoterapi pada pasien yang menjalani kemoterapi. Sebagai informasi atau bahan masukan bagi keperawatan khususnya di Rumah Sakit Telogorejo Semarang untuk menggunakan intervensi hipnoterapi dan hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi bagi masyarakat mengenai pengaruh hipnoterapi pada penurunan tingkat kecemasan pada pasien kemoterapi.
2. Bagi pendidikan keperawatan  
Hasil penelitian ini dapat di pakai sebagai bahan masukan penanganan kecemasan secara non farmakologi dengan menggunakan hipnoterapi dalam profesi ilmu keperawatan.
3. Bagi perkembangan ilmu keperawatan  
Dapat memberikan masukan alternatif dalam upaya meningkatkan dan perkembangan ilmu keperawatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adapita V. (2013). *CBT, Terapi Perilaku yang Bisa Singkirkan Gaya Berpikir Negatif*.  
<http://health.detik.com/read/2013/09/17/083212/2360627/763/cbt-terapi-perilaku-yang-bisa-singkirkan-gaya-berpikir-negatif>. diperoleh pada tanggal 16 Maret 2014.
- Asmadi. (2009). *Konsep dan Aplikasi kebutuhan dasar klien*. Jakarta: Salemba Medika
- Baradero, M. (2008). *Seri asuhan keperawatan klien kanker*. Jakarta: EGC

- Carpenito L. J. (2009). *Diagnosis Keperawatan Aplikasi pada Praktik Klinis. Edisi 9*. Jakarta EGC
- Craig & Dafis Teifion. (2009). *ABC Kesehatan Mental*. Jakarta: EGC
- Departemen kesehatan. (2011). *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. <http://www.depkes.go.id> diperoleh pada tanggal 18 februari 2013.
- \_\_\_\_\_ (2013). *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. <http://www.depkes.go.id> diperoleh pada tanggal 9 Desember 2013.
- Desen, W., & Japaries, W. (2011). *Buku Ajar Onkologi Klinis Edisi 2*. Jakarta: FKUI
- Dinkes Prov Jateng (2011). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2011*. <http://www.depkes.go.id>
- Gale, D, & Charate. (2000). *Rencana Asuhan Keperawatan Onkologi*. Alih bahasa: I made, k. Jakarta: EGC
- \_\_\_\_\_ (2010). *Rencana Asuhan Keperawatan Onkologi*. Alih bahasa: I made, k. Jakarta: EGC
- Gunawan A. W. (2007). *HYPNOTHERAPY The Art of Subconscious Restructuring*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hawari, D. (2009). *Psikometri alat ukur (skala) kesehatan jiwa*. Jakarta: FKUI
- Hendianti, G. N. (2012). *Gambaran tingkat kesemasan, stres dan depresi pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di salah satu RS di kota Bandung*. <http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/arti>
- \_\_\_\_\_ (2014). <http://www.unpad.ac.id/keperawatan/OKTIFA.pdf>, diakses 26 Januari 2014.
- Hidayah, S. N. (2013). *Pengaruh tingkat pengetahuan tentang pengobatan kemoterapi terhadap tingkat kecemasan pasien kanker di Rumah Sakit Telogorejo Semarang*. Prodi S1 Keperawatan: Stikes Telogorejo Semarang.
- Hidayat, A. A. A. (2009). *Metode Penelitian kebidanan & Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hunter, C. R. (2010). *Seni hipnoterapi penguasaan teknik yang berpusat pada klien*. Jakarta: Permata Puri Media.
- Tiran D. (2009). *Mual dan Muntah Kehamilan*. Jakarta EGC.
- Isaacs, Ann. (2005). *Buku panduan belajar keperawatan kesehatan jiwa dan psikiatrik edisi 3*. Alih bahasa 2, Rahayuningsih, D.P. Kurnianingsih, S. Jakarta: EGC
- Junaidi, I. (2007). *Kanker*. Jakarta: PT Buana Ilmu Populer
- Kasjono, H. S. & Yasril. (2009). *Teknik Sampling Untuk Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kusfari, O, (2012). *Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat nyeri pada remaja putri usia 14-17 tahun yang mengalami dismenore di SMU Negeri 4 Pasuruan*. <http://old.fk.ub.ac.id/artikel/id/filedownload/keperawatan/OKTIFA.pdf>, diakses tanggal 18 Desember 2013
- Lincoln, J & Wilensky. (2008). *Kanker Payudara*. Jakarta: Pretasi Pustakaraya.

- Lutfi (2008). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam tindakan kemoterapi di Rumah Sakit Dr.Moewardi Surakarta*.  
<http://www.slideshare.net/KULIAHI-SKANDAR/jurnal-faktorfaktor-yang-mempengaruhi-kecemasan-pasien-dalam-tindakan-kemoterapi-di-rumah-sakit-drmowardi-surakarta>. Diperoleh pada tanggal 31 Mei 2014
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Novliadi, F. (2009). *Sense of Humor dan Kecemasan Menghadapi Ujian di Kalangan Mahasiswa*.<http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&ved=0CDoQFjAD&url=http%3A%2F%2Frepository.usu.ac.id%2Fbitstream%2F123456789%2F18365%2F1%2Fmkn-mar2009-42%2520%2813%29.pdf&ei=RzW-WU-fpPK-zsATitIHYCQ&usg=AFQjCNEzZhhg88PRAYdZjKwqN69wdcWLYg&bv m=bv.68445247,d.cWc>. Diperoleh pada tanggal 2 Juni 2014
- Novarizal. (2010). Keefektifan hipnoterai terhadap penurunan derajat kecemasan dan gatal pasien liken simpleks kronik di poliklinik penyakit kulit dan kelamin RSDM Surakarta.  
[http://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CB8QFjAA&url=http%3A%2F%2Fprints.uns.ac.id%2F4572%2F1%2F175971811-201108261.pdf&ei=siWOU\\_bwM8v78QWYzYHADQ&usg=AFQjCNEqWZtqMyHcMwPqn6VKMcLIFJCxjA&bv m=bv.68191837,d.dGc](http://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CB8QFjAA&url=http%3A%2F%2Fprints.uns.ac.id%2F4572%2F1%2F175971811-201108261.pdf&ei=siWOU_bwM8v78QWYzYHADQ&usg=AFQjCNEqWZtqMyHcMwPqn6VKMcLIFJCxjA&bv m=bv.68191837,d.dGc). Diperoleh pada tanggal 30 Mei 2014
- Nursalam. (2008). *Manajemen keperawatan dalam praktik keperawatan profesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Otto, S. E. (2005). *Buku saku keperawatan onkologi*. Alih bahasa: B.F. Jakarta: Salemba Medika
- Rasjidi, I. (2007). *Kemoterapi kanker ginekologi dalam praktik sehari-hari*. Jakarta: Sagung Seto
- Rahayu, D. E. (2011). *Perbedaan kecemasan pada wanita menopause sebelum dan sesudah hipnoterapi*.  
<http://ejournal.rajekwesi.ac.id/index.php/jurnal-penelitian-kesehatan/article/view/22/0>.  
 Diperoleh pada tanggal 2 Juni 2014
- Rekam Medis. (2014). *Data pasien Kanker yang menjalani kemoterapi*. Semarang: Rumah Sakit Telogorejo
- Sesti, A. (2000). *State Trait Anxiety Inventory in Medication Clinical Trial*. Quality of life newsletter