

PENGARUH TERAPI HYPNOTIS LIMA JARI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM PELAKSANAAN VAKSINASI COVID 19 PADA ANAK SEKOLAH DI MTsS DINIYYAH PANDAI SIKEK

¹Ridhyalla Afnuhazi, ²Rosa Fitri Amalia, ³Febria Syafyu Sari, ⁴Miswarti, ⁵Vivi Yuderna

^{1 4 5}Departemen Keperawatan Universitas Negeri Padang, ^{2 3}Program Studi akademi Keperawatan Nabila
Email : ridhyalla@fpm.unp.ac.id

ABSTRAK

Menurut angka terbaru dari WHO jumlah kasus covid-19 diseluruh dunia telah melampaui 90 juta kasus, tepatnya mencapai 90.054.813, diIndonesia kasus positif terbanyak 999.256 kasus dan di Sumatra barat mencapai 89.800 orang warga sumbar terinfeksi covid-19. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan dalam pelaksanaan vaksin covid 19 pada anak sekolah. Desain penelitian ini *quasi experimental one-group pre-post test* dengan intervensi pemberian terapi hipnotis lima jari. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling*. Hasil uji statistik didapatkan terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis 5 jari. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap penurunan kecemasan vaksinasi covid-19 pada siswa. Disarankan dapat menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan bagi peneliti tentang manfaat terapi hipnotis lima jari agar penelitian yang dilakukan selanjutnya lebih maksimal.

Kata Kunci : Hipnotis Lima Jari, Tingkat Kecemasan, Vaksin Covid 19

ABSTRAC

According to the latest figures from WHO (2021), the number of Covid-19 cases throughout the world has exceeded 90 million cases, to be precise reaching 90,054,813, in Indonesia the highest number of positive cases is 999,256 cases and in West Sumatra reaching 89,800 residents of West Sumatra are infected with Covid-19. The aim of this research is to determine the relationship between five finger hypnosis therapy and anxiety levels in implementing the Covid-19 vaccine in school children. This research design was a quasi-experimental one-group pre-post test with five-finger hypnosis therapy as an intervention. Sampling was carried out using accidental sampling technique. The statistical test results showed that there was a significant difference between before and after 5 finger hypnosis therapy. So it can be concluded that there is an effect of 5 finger hypnosis therapy on reducing anxiety about Covid-19 vaccination in students. It is recommended that researchers be able to broaden insight and increase knowledge about the benefits of five-finger hypnosis therapy so that subsequent research can be maximized.

Keywords: Five Finger Hypnosis, Anxiety Level, Covid 19 Vaccine

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease (COVID-19) adalah jenis virus baru yang menyerang imunitas tubuh serta dapat menyebabkan kematian, proses penyebaran penyakit yang cepat menjadikan setiap pribadi merasa

cemas dan tegang, rasa khawatir akan dapat memicu individu jatuh pada situasi psikosomatis dengan keluhan sulit bernapas, dan pusing, tanda-tanda umum orang terinfeksi virus ini adalah demam di atas 38°C, batuk, sesak, dan sulit bernapas. (Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) : Persatuan Perawat

Nasional Indonesia, Agustus 2021).

Menurut angka terbaru dari WHO (2021), jumlah kasus covid-19 diseluruh dunia telah melampaui 90 juta kasus, tepatnya mencapai 90.054.813. Munculnya Covid -19 di Indonesia dan menjadi kasus pertama di Maret 2020 setelah ditemukan 2 warga Depok yang tertular setelah berinteraksi dengan warga Jepang, virus tersebut menyebar sangat cepat di berbagai wilayah Indonesia, sehingga menempatkan Indonesia berada di posisi tertinggi pada kawasan Asia Tenggara dengan kasus positif terbanyak 999.256 kasus, serta nomor ketiga di Asia dengan angka kematian sebanyak 28.132. (Zulva, 2020). Menurut dinas komunikasi, informatika dan statistic (2021) informasi covid 19 di Sumatra barat mencapai 89.800 orang warga sumbar terinfeksi covid-19 .

Vaksin dianggap sebagai intervensi yang paling membutuhkan banyak waktu (Chakraborty, 2020). Dan ratusan lembaga global terlibat dalam kecepatan pengembangan vaksin (Habersaat, 2020). Keragu-raguan vaksin sedang meningkat, bervariasi di berbagai negara, dan dikaitkan dengan pandangan dunia konspirasi, dan keraguan tersebut vaksin dapat berdampak tidak baik bagi individu (risiko lebih besar terkena penyakit) dan berpotensi penularan yang lebih luas bagi komunitas, (Gallup, 2019; Hornsey, Harris, & Fielding, 2018). Munculnya kabar yang memaparkan Covid 19 sebagai penyebab kematian yang tinggi akhirnya membuat masyarakat mengalami kecemasan yang meningkat, kecemasan akan kematian bila dirasakan secara berlebihan memicu munculnya kondisi emosional antara lain neurotisma,

depresi, dan gangguan psikosomatis (Zulva 2020).

Menurut Kemenkes RI (2021), Indonesia berencana memberikan vaksinasi Covid-19 kepada anak yang berusia 12-17 tahun. Keputusan ini dibuat setelah Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) memberikan izin penggunaan darurat (EUA) vaksin Sinovac. BPOM menilai berdasarkan hasil uji klinis fase I dan II, anak usia 12-17 tahun tidak mengalami demam setelah vaksinasi dengan vaksin tersebut. Data imunogenisitas dan keamanan pun meyakinkan. Hal ini diperkuat pula dengan hasil uji klinis pada orang dewasa, lantaran kedua kelompok ini memiliki maturasi sistem imun serupa, dari hasil uji klinis tersebut, Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan dua dosis vaksin dengan jarak satu bulan. Akan tetapi, BPOM belum mengizinkan vaksinasi Covid-19 terhadap anak-anak berusia 3-12 tahun. Sebab, jumlah subyek dalam uji klinis masih belum mencukupi untuk memastikan tingkat keamanan vaksin, BPOM menyarankan agar dilakukan pengujian lagi dengan jumlah subyek yang lebih besar, di samping juga dilakukan secara bertahap, mulai dari kelompok usia 6-11 tahun dan dilanjutkan dengan 3-5 tahun (BPOM, 2021).

Pemberian vaksin Covid-19 pada anak dinilai penting lantaran mereka semakin rentan terinfeksi virus corona, mereka bahkan berpotensi menjadi sumber penularan, terutama dengan munculnya berbagai varian baru (Kemenkes RI, 2021). IDAI berpendapat, vaksinasi bisa memutus penularan timbal balik antara anak dan orang dewasa di sekitarnya. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan mencatat ada sebanyak 250,6 ribu

kasus positif yang terjadi pada anak hingga 20 Januari 2021. Sebanyak 20,6 ribu di antaranya pun masih menjalani perawatan di rumah sakit atau isolasi mandiri. Jika dihitung proporsinya, angka kasus aktif untuk anak bahkan lebih tinggi dari lansia, yakni 13,5% berbanding 11,2%.

Adanya rencana vaksin covid 19 oleh pemerintah pada seluruh penduduk Indonesia menimbulkan beragam tanggapan dimasyarakat, bnyaknya pemberitahuan yang berasal dari banyak sumber dapat mempengaruhi presepsi msyarakat terhadap vaksin, presepsi negative terhadap vaksin yang dialami masyarakat dapat memicu terjadinya kecemasan (Susanti Niman,2021).

Dengan menurunkan kecemasan tersebut bisa dilakukan dengan melakukan teknik relaksasi salah satunya yaitu teknik relaksasi 5 jari, dimana pemberian teknik relaksasi 5 jari tersebut bisa dilakukan tergantung pada tingkat kecemasan yang dialami seseorang tersebut. (stuart, 2016).

Berdasarkan hasil evaluasi yang didapatkan pada tanggal 25 Maret 2021 di MTss Diniyah Pandai Sikek kami mendapatkan data dengan terdiri dari 7 kelas dengan jumlah murid 140 orang dan ada 17 orang staf pengajar, dari survai yang telah kami laksanakan didapatkan jumlah siswa yang bersedia melakukan vaksinasi covid-19 ada 4 oran siswa, dan 136 siswa tidak bersedia untuk divaksin dengan memiliki berbagai alasan kecemasan terhadap vaksin, seperti takut meninggal, takut akan mengalami kecacatan, takut menderita suatu penyakit yang akan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian “Quasi Eksperimental Pre-Posttest one group” dengan intervensi terapi Hipnotis Lima Jari, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan dalam pelaksanaan vaksinasi covid-19 pada anak sekolah di MTSS Diniyyah Pandai Sikek.

Menurut Arikunto dalam Rizki. M, (2016) bahwa penelitian atau observasi pada penelitian dengan menggunakan desain ini akan dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah eksperimen (Pretest – Posttest). Perbedaan antara pretest dan posttest dianggap efek dari Treatmen.

HASIL

1. Analisa Univariat

Tingkat kecemasan pada siswa MTSS Diniyyah Pandai Sikek sebelum diberi Terapi Hipnotis 5 Jari

Tabel 1

	Freque ncy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak ada cemas	2	10.0	10.0	10.0
Cemas ringan	2	10.0	10.0	20.0
Cemas sedang	6	30.0	30.0	50.0
Cemas berat	6	30.0	30.0	80.0
Cemas sangat berat	4	20.0	20.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa pada saat sebelum melakukan terapi hipnotis 5 jari terdapat lebih dari separuh dari 20 responden siswa yang mengalami kecemasan dengan tingkat kecemasan ringan ada 2 orang, kecemasan sedang ada 6 orang,

kecemasan berat ada 6 orang, kecemasan sangat berat ada 4 orang dan tidak mengalami kecemasan ada 2 orang.

2. Analisa Bivariat

Tingkat kecemasan pada siswa MTSs Diniyyah Pandai Sikek setelah diberi terapi 2 kali evaluasi hipnotis 5 jari

Tabel 2

	POST TEST - PRE TEST
Z	-3.924 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	

a. Based on positive ranks

Hasil uji Wilcoxon sesudah dilakukan terapi hipnotis 5 jari didapatkan p value 0,000 ($\alpha \leq 0,05$) artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis 5 jari. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap penurunan kecemasan vaksinasi covid-19 pada siswa MTSs Diniyyah Pandai Sikek 2021.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa pada saat sebelum melakukan terapi hipnotis 5 jari terdapat lebih separuh dari 20 responden siswa yang mengalami kecemasan dengan tingkat kecemasan ringan ada 2 orang, kecemasan sedang ada 6 orang, kecemasan berat ada 6 orang, kecemasan sangat berat ada 4 orang dan tidak mengalami kecemasan ada 2 orang.

Dalam penelitian (Kirana, 2021) juga menunjukkan kesediaan untuk

dilakukan vaksinasi sebesar 81,2% dan yang tidak mau untuk divaksin hanya 18,8%. Informasi akurat yang diterima oleh masyarakat dari sumber yang terpercaya seperti informasi diberikan dari pemerintah akan meningkatkan kesediaan untuk dilakukan vaksin oleh masyarakat. Hasil survei yang dilakukan pada 19 negara terdapat 71.5% responden menyatakan bersedia untuk divaksin. Responden juga menyatakan tingkat kepercayaan terhadap vaksin menjadi lebih tinggi setelah memperoleh informasi dari pemerintah (Lazarus, et al. 2021). Selain itu ternyata, mahasiswa dan profesional kesehatan lebih bersedia untuk dilakukan vaksinasi dibandingkan dengan responden yang tidak bekerja (Akarsu, et al. 2021).

Kecemasan yang menjadi salah satu masalah yang terjadi pada masa pandemi covid 19, ternyata menjadi masalah juga saat telah tersedianya vaksin covid 19. Pada data ditemukan 48,1% menyatakan diri cemas/khawatir. Menurut Zulva (2020) penyebab cemas ini adalah informasi hoax yang membuat masyarakat menjadi cemas dan akhirnya terjadi respon negatif dan dapat berdampak pada psikosomatis. Selain itu, ada hasil penelitian yang menyebutkan bahwa adanya paparan informasi terkait Covid 19 secara berbeda yang diterima oleh masyarakat berhubungan dengan kecemasan. Informasi yang diperoleh oleh masyarakat akan mempengaruhi tingkat kecemasan terkait Covid 19 (Liu, Zhang, & Huang, 2020). Sedangkan kecemasan berhubungan dengan vaksinasi disebabkan oleh efek samping yang mungkin muncul setelah vaksin

(Bendau, et al. 2021).

Teori ini didukung oleh penelitian (Ayu Dekawati, 2021) dalam judul pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap kecemasan mahasiswa menghadapi skripsi di STIKes Muhammadiyah Palembang, Pada penelitian didapatkan kecemasan mahasiswa menghadapi skripsi sebelum diberikan terapi hipnotis 5 jari dengan skor mean 29.9, median 30.0, standar deviasi 5.5. Skor kecemasan pasien terendah adalah 18 dan skor tertinggi 41, dan 95% tingkat kepercayaan antara 28.6 – 31.2. Kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang digunakan dalam penelitian ini membagi kecemasan menjadi 4 tipe, yaitu apabila total skor kurang dari 6= tidak ada kecemasan, total skor 7-14= kecemasan ringan, total skor 15-27= kecemasan sedang, dan total skor lebih dari 27= kecemasan berat. Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa rata-rata mahasiswa STIKes Muhammadiyah yang mengalami kecemasan dalam menghadapi skripsi sebelum diberikan intervensi mengalami kecemasan berat, dengan rata-rata skor 29,9.

Hasil penelitian didapatkan kecemasan mahasiswa menghadapi skripsi setelah diberikan terapi hipnotis 5 jari dengan skor mean 21.5, median 20.0, standar deviasi 4.0. Skor kecemasan pasien terendah adalah 16 dan skor tertinggi 32, dan 95% tingkat kepercayaan antara 20.5 – 22.4. Kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang digunakan dalam penelitian ini membagi kecemasan menjadi 4 tipe, yaitu apabila total skor kurang dari 6= tidak ada kecemasan, total skor 7-14= kecemasan ringan, total skor 15-27=

kecemasan sedang, dan total skor lebih dari 27= kecemasan berat. Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa rata-rata mahasiswa STIKes Muhammadiyah yang mengalami kecemasan dalam menghadapi skripsi setelah diberikan intervensi

mengalami kecemasan sedang, dengan rata-rata skor 21,5.

Menurut Mu'afiro dkk, 2004 dalam jurnal Ayu Dekawati 2021 mengatakan bahwa hipnotis 5 jari ini mampu menurunkan kecemasan seseorang dan dapat dilakukan kurang lebih 10 menit sebanyak 1 kali pertemuan dan diberikan istirahat selama 5 menit. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti hampir sama dengan penelitian Mu'afiro dkk, 2004 dalam jurnal Ayu Dekawati 2021 tentang pengaruh terapi hipnotis 5 jari terhadap kecemasan mahasiswa menghadapi skripsi, hanya saja peneliti menggunakan waktu untuk terapi hipnotis 5 jari selama kurang lebih 15 menit sebanyak 2 kali evaluasi dan waktu istirahat 5 menit. Hasil yang didapatkan semakin lama waktu yang digunakan untuk terapi hipnotis 5 jari, semakin efektif penurunan tingkat kecemasan.

KESIMPILAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Hypnotis Lima Jari terhadap Tingkat kecemasan dalam Pelaksanaan Vaksinasi Covid 19 pada Anak Sekolah di MTsS Diniyyah Pandai Sikek

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut :

a. Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti dapat

menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan bagi peneliti tentang manfaat terapi hypnotis lima jari agar penelitian yang dilakukan selanjutnya lebih maksimal.

- b. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan bagi institusi pendidikan agar dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai pengetahuan dan pedoman bagi mahasiswa dan dosen yang akan melakukan penelitian.
- c. Bagi Responden
Diharapkan kepada responden untuk tetap meningkatkan kesehatannya.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai pedoman dalam melaksanakan penelitian lebih lanjut.

Kuraesin, Dewi N. Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Yang Akan Menjalani Operasi Mayor Elektif Di Ruang Rawat Bedah RSUP Fatmawati Jakarta Selatan: Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta; 2009.

Stuart. 2006. Buku Saku Keperawatan Jiwa, edisi 5. Jakarta: EGC.

Wikipedia, <https://news.google.com/covid19/map?hl=id&gl=ID&ceid=ID%3Aid>.

Diakses tanggal 27 Juli 2020.

Zain, A.J. 2011. Cara Mengatasi Stres dengan Hipnoterapi. JMJ, Volume 9, Nomor 3 November.

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, R. T., Amin, M. K., & Purborini, N. Efektifitas Metode Hipnoterapi Lima Jari (Hp Majar) Terhadap Tingkat Stres Akademik Remaja Di Smk Muhammadiyah 2 Kabupaten Magelang. *Journal Of Holistic Nursing Science*, 4(1), 1–9; 2017.

Gunarsa, Singgih D. Psikologi keperawatan. Jakarta: PP BPK Gunung Mulia

Hakim. Hipnoterapi: 2010. Cara Tepat dan Cepat Mengatasi Stres. Fobia. Trauma dan Gangguan Mental Lainnya. Jakarta : Transmedia Pustaka.

Keliat, Budi Anna, dkk. 2020. Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (*Mental Health and Psychosocial Support*) COVID – 19. Keperawatan Jiwa. Edisi I. FIK-UI Depok, Jawa Barat.