

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI HIPNOSIS LIMA
JARI DAN AROMATERAPI LEMON PADA PASIEN KANKER
PAYUDARA DENGAN MASALAH ANSIETAS DI RS
MUHAMMADIYAH PALEMBANG**



**MEIKA LIYANA
PO.71.201.23.094**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES PALEMBANG
PRODI DIPLOMA III KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI HIPNOSIS
LIMA JARI DAN AROMATERAPI LEMON PADA
PASIEN KANKER PAYUDARA DENGAN MASALAH
ANSIETAS DI RS
MUHAMMADIYAH PALEMBANG**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**



**MEIKA LIYANA
PO.71.201.23.094**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES PALEMBANG
PRODI DIPLOMA III KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Penyakit ini dapat menimbulkan rasa nyeri berkepanjangan akibat pertumbuhan sel kanker yang menekan jaringan di sekitarnya, khususnya pada area payudara, punggung dan tulang belakang. Berdasarkan (WHO, 2024), diperkirakan terdapat 18,1 juta kasus kanker payudara yang terjadi secara global, dengan angka kematian mencapai 9,6 juta jiwa di seluruh dunia.

Selain menjadi masalah global, kanker payudara juga merupakan masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia. Berdasarkan data *Global Burden of Cancer* (GLOBOCAN, 2020) menunjukkan bahwa terdapat 396.914 kasus kanker payudara baru di Indonesia pada tahun 2020. angka tersebut menempatkan kanker payudara sebagai salah satu jenis kanker dengan prevalensi tertinggi pada Perempuan di Indonesia.

Pada tingkat regional, berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan (2020), deteksi dini kanker payudara di Kota Palembang tercatat sebesar 8,8% yang sebagian besar terjadi pada perempuan usia 30-50 tahun. sejalan dengan data tersebut, Berdasarkan catatan *medical record* Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang, tercatat sebanyak 72 kasus kanker payudara pada tahun 2020, menurun menjadi 56 kasus pada tahun 2022, dan kembali tercatat sebanyak 12 kasus pada tahun 2025. data ini menunjukkan bahwa kanker payudara masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius, khususnya dalam upaya pencegahan dan penanganan yang berkelanjutan.

Seiring meningkatnya jumlah penderita kanker payudara, berarti kecemasan yang disebabkan oleh kanker payudara juga meningkat, akibat kekhawatiran mengenai perubahan citra tubuh mereka. pasien merasa takut

kehilangan identitas sebagai wanita akibat perubahan fisik yang terjadi, seperti pengangkatan payudara melalui mastektomi, kerontokan rambut, penurunan berat badan, dan kondisi fisik lainnya. ansietas yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup pasien, kepatuhan terhadap pengobatan, serta memperburuk kondisi fisik melalui peningkatan stres dan ketegangan fisiologis. oleh karena itu, diperlukan intervensi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk membantu menurunkan tingkat ansietas pada pasien kanker payudara (Nurhidayah et al., 2024).

Selain itu, penderita kanker payudara jika tidak ditangani dengan cepat bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. salah satu dampak jangka pendek yang dapat muncul dari rasa sakit yang berlebihan adalah kecemasan, ketegangan, rasa takut, dan stress, sedangkan efek jangka Panjang, dapat mengakibatkan masalah serius seperti fistula, infeksi pada kelenjar getah bening, bahkan risiko yang lebih fatal yaitu kematian. kondisi ini menunjukkan bahwa kanker payudara tidak hanya berdampak secara biologis, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis dan sosial pasien (Khadija & Mazdaif, 2025).

Implementasi keperawatan yang komprehensif sangat diperlukan untuk mengatasi kecemasan pada penderita kanker payudara, yakni mencakup tindakan farmakologi dan nonfarmakologi, teknik farmakologi memanfaatkan obat, sedangkan teknik nonfarmakologi seperti terapi hipnosis lima jari, dan aromaterapi untuk mengurangi ansietas pada pasien kanker payudara (Dewi et al., 2022).

Menurut Vadivelu dalam kasus penyakit kronis yang berat, rasa sakit menjadi indikator penting untuk gejala kecemasan serta rasa takut atau panik pada pasien. baik rasa sakit maupun kecemasan adalah pengalaman yang dialami oleh semua orang saat menghadapi penyakit kronis yang serius, dan keduanya bersifat subjektif serta memerlukan penggunaan obat. Namun, jika pasien tidak dapat menyesuaikan diri dengan rasa sakit yang dirasakan setelah efek obat penghilang rasa sakit

hilang, maka diperlukan terapi alternatif tanpa menggunakan obat, salah satunya adalah hipnosis lima jari (Supriana, Kodrat, & Gondhowiardjo 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Juniarti et al. (2024) terapi hipnosis dengan lima jari dapat menjadi salah satu pilihan intervensi non medis untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. ini terlihat dari penurunan tingkat kecemasan yang terjadi sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang mendapatkan intervensi, pengaruh positif dari terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker payudara. Implementasi ini menunjukkan bahwa pasien mengalami penurunan rata-rata tingkat kecemasan setelah melakukan intervensi selama tiga hari.

Pada studi kasus ini implementasi terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon dapat dikombinasi untuk mengatasi ansietas pada pasien kanker payudara, menurut penelitian yang dilakukan oleh Hastuti et al (2021), aromaterapi lemon terbukti menjadi alternatif yang efektif untuk mengurangi kecemasan serta mual dan muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi. menghirup aromaterapi dapat merangsang indera penciuman di sistem limbik serta sistem saraf pusat. aromaterapi lemon dapat memberikan efek menenangkan dan membantu seseorang merasa rileks. penggunaan minyak aromaterapi lemon ini juga berpengaruh pada serotonin, yang menjaga seseorang tetap berada dalam keadaan tenang dan nyaman.

Selain itu meskipun terapi hipnosis lima jari relatif aman, beberapa efek samping ringan dapat muncul, seperti pusing, sakit kepala sementara, mengantuk atau munculnya respon emosional sesaat, terutama apabila hipnosis lima jari memicu ingatan atau emosi tertentu. efek samping tersebut umumnya bersifat sementara dan dapat diminimalkan apabila terapi dilakukan sesuai prosedur (Aladin et al., 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Buckle et al. (2024) menunjukkan bahwa aromaterapi lemon dapat membantu menurunkan tingkat ansietas dan memberikan rasa nyaman pada pasien. Namun demikian, penggunaan aromaterapi lemon juga dapat menimbulkan efek samping ringan, terutama pada pasien yang sensitif terhadap aroma lemon. Efek samping yang mungkin terjadi yaitu, pusing, mual, iritasi saluran pernapasan, atau reaksi alergi ringan apabila aroma digunakan dalam konsentrasi yang terlalu kuat atau dalam waktu yang lama. minyak aromaterapi lemon juga berpotensi menimbulkan iritasi bila tidak digunakan sesuai aturan.

Berdasarkan informasi dari (WHO, 2024). penggunaan terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon untuk mengatasi kecemasan pada pasien kanker payudara merupakan suatu kombinasi yang efektif. keduanya termasuk dalam kategori metode nonfarmakologis yang dapat mendukung pengelolaan ansietas secara menyeluruh. hipnosis lima jari terbukti efektif dalam mengatasi kecemasan melalui teknik relaksasi dan fokus mental. metode ini juga dapat membantu mengurangi kecemasan dan ketegangan yang seringkali memperburuk rasa sakit.

Peran perawat dalam memberikan perawatan sangat penting, terutama untuk membantu mengatasi kecemasan pada pasien yang menderita kanker payudara. hal ini bisa dilakukan dengan menerapkan metode keperawatan tanpa obat. salah satu cara nonfarmakologis untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan oleh pasien kanker payudara adalah dengan menggunakan terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah implementasi keperawatan terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2026?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Dideskripsikan implementasi keperawatan terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2026?

2. Tujuan Khusus

- a. Dideskripsikan implementasi keperawatan terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon (observasi, terapeutik, edukasi) pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas.
- b. Dianalisis hasil implementasi keperawatan terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas.

D. Manfaat Studi Kasus

Beberapa manfaat studi kasus dalam respon karya tulis ilmiah mahasiswa antara lain sebagai sarana penerapan teori ke praktik serta memberikan dampak positif bagi pihak pihak terkait, seperti:

1. Pasien/Keluarga

Pasien dan keluarga dapat lebih memahami bagaimana terapi hipnosis lima jari dan aromaterapi lemon bekerja dalam mengelola ansietas. dengan mengetahui prosedur perawatan dan manfaatnya, keluarga dapat terlibat langsung dalam perawatan, memberikan dukungan lebih baik, serta meningkatkan rasa percaya diri terhadap kondisi pasien.

2. Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang

Hasil dari studi kasus ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk mengembangkan program perawatan ansietas pada pasien kanker payudara dimasa depan. Rumah sakit dapat mengadopsi pendekatan ini secara lebih luas. untuk pasien kanker payudara dengan masalah ansietas.

3. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Penerapan pendekatan nonfarmakologi dalam studi kasus ini memberikan kontribusi penting terhadap inovasi dalam praktik keperawatan. Pendekatan ini memungkinkan perawat untuk mengembangkan keterampilan baru yang dapat meningkatkan kualitas perawatan pasien tanpa bergantung sepenuhnya pada obat-obatan. Hal ini sangat bermanfaat dalam mengatasi masalah ansietas pada pasien kanker payudara, karena memberikan alternatif yang lebih aman, efektif, dan dapat meningkatkan kenyamanan pasien secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes. (2020). Profil kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2020. Palembang: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan.
- WHO, (2024). Breast Cancer. World Health Organization <https://www.who.int/news-room/fack-sheets/detail/breast-cancer>
- Khadija, S., & Mazdaif, Y. (2025). *Jurnal Penelitian Nusantara Implementasi Terapi Hipnosis 5 Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Ca Mammæ Menulis : Jurnal Penelitian Nusantara. 1*, 762–766.
- Dewi, R., Panduragan, S. I., Umar, N. S., Yulianti, M., & Budhiana, J. (2022). Teknik Relaksasi Lima Jari Untuk Mengatasi Kecemasan , Stres , dan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Payudara. 2.
- Hamdari, & Nurman. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Ca Mamae. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 3(2), (2024), <https://doi.10.31004/sjkt.v3i2.25777>
- Nurhidayah, D. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan Mersi*, 13(1), 18-25 <https://doi.org/10.31983/jkm.v13il.10564>
- Amanda, D. D. (2024). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. E Dengan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Akibat Carsinoma Mammæ Di Rsud Al-Ihsan Provinsi Jawa Barat. 6–46.*
- Aladin, Hammond, A. (2023). Cognitive Hypnoterapy: An Integrated Approach To The Treatment Of Emotional Disorders. 15(3), 200-225.
- Buckle, Perry, J. (2024). Clinicc al Aromatherapy: Essential Oils In Healthcare (2024). Elsevier. Cns Grugs, 20(4), 257-280.
- Sihite, J., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Elisabeth, S. (2025). Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025 Kemoterapi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2025.
- Utami Ambarsari, Paramita Sari, Regina Ayu Fristryanti, Nur Sophia Martin, M D Jali Yusup Iskandar, & Rizqi Wahyu Romadhon Ms (2025). Pengenalan Pemeriksaan Penunjang Untuk Kelainan Payudara Deteksi Dini Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Kha Wahid Hasyim Bangil *Journal Of Community Development Diversity*, 1(1), 17-25 <https://doi.org/10.64595/jedd 148>
- Jamil, A. R., Hadi, J., & Munandar, I. (2024). *Tumor Mammæ. 3*, 398–409.

- Febriyanti, V., Putri, V. S., & Yanti, R. D. (2021). *Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Skala Nyeri Dismenorea pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. 10(1).* <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.277>
- Ratnaningsih, D. (2021). Keperawatan Paliatif Istiana ed. PT. nasya Expanding Management <https://play.google.com/store/books/details?id=5GxXEAAAQBAJ>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021) 167–186.
- Normah, Yustiana, & Yulia D (2022). Jurnal Penelitian Perawat Profesional. 5(1), 150-165.
- Juniarti, Rizona, & Hikayati (2024). Jurnal Penelitian Perawat Profesional. 6(2021), 459– 462.
- Syokumawena, Devi Mediarti, Dan Rizka Amelia. (2025). 3 1,2,3. 5, 36–42.
- Agustin, Ismar, Sri Endriyani, and Vina Annisa Dilianasari. (2022). “Nursing Implementation Of Acute Pain Management In Post Mastectomy Sur Gery patients.” Journal Of Nursing Practice 6(1):53–58. doi: <https://thejnp.org/>.
- Astuti, Elly Lilianty Sjarat, And Ariyanti Saleh. (2022). “Pengaruh Healing Touch Mengurangi Gejala Nyeri, Mual dan Muntah Pada Pasien Kanker: Literatur Review.” Jurnal Keperawatan 14 (September):893–902.
- Dewi, R., Panduragan, S. L., Umar, N. S., Yulianti, M., & Budhiana, J. (2023). *Teknik Relaksasi Lima Jari untuk Mengatasi Kecemasan , Stres , dan Kualitas Hidup pada Pasien Kanker Payudara. 2.*
- Harisandy, A., Harahap, N., & Gayatri, D. (2022). *pengaruh hipnosis lima jari terhadap tingkat nyeri dan kecemasan pada pasien kanker kolorektal : studi kasus.*
- Heriani, N., & Negara, C. K. (2025). *Ilmu Kebidanan Analisis intervensional tentang efek gabungan relaksasi lima jari dan aromaterapi terhadap Kecemasan Dan kualitas tidur pada pasienkanker payudara. 13(3).*
- Syarifah, A., & Juwita, A. (2023). Mengatasi kecemasan dengan terapi hipnosis lima jari. Penerbit NEM

SDKI DPP PPNI (2016). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI

SIKI DPP PPNI (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI

SLKI DPP PPNI (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI

Kanker, P., & Kemoterapi, P. (2024). Kata Kunci: Aromaterapi, Lemon, Mual dan Muntah, Kanker Payudaran, Kemoterapi. 6, 1456–1464.

Aisyah, Siti. (2017). SOP Relaksasi Lima Jari diakses dari <https://www.scribd.com/document/336447261/SOP-Relaksasi-5-Jari> tanggal 08 Oktober 2018

Jihan, Raudhatin (2016). Konsep Dasar Teknik Relaksasi Hipnosis Lima Jari diakses dari <https://scribd.com/document/331283771/Konsep-Dasar-Teknik-Hipnosis-lima-jari> tanggal 08 Oktober 2018