



PERBEDAAN METODE KOMBINASI HIPNOSIS 5 JARI DAN PSYCHOSOSIAL CARE PERAWAT TERHADAP KUALITAS HIDUP PASIEN DM DI RUANG RAWAT INAP RS PRIMA HUSADA MALANG

Fitri Octavia^{1*}, Lembah Andriani², Chinthia Kartkaningtias³

¹Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Kendedes Malang

^{2,3}Program Studi D3 Keperawatan STIKes Kendedes Malang

*Email Korespondensi: foctavia790@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang memerlukan perawatan jangka panjang dan dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Kondisi stres, kecemasan, serta kurangnya dukungan psikososial dapat memperburuk kondisi pasien DM. Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pasien, salah satunya melalui metode hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan metode kombinasi hipnosis 5 jari dan *psychosocial care* perawat terhadap kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus. Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen*. Sampel penelitian adalah pasien Diabetes Mellitus yang memenuhi kriteria inklusi dan diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden dibagi menjadi kelompok yang mendapatkan intervensi kombinasi hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat. Pengukuran kualitas hidup dilakukan menggunakan kuesioner yang telah terstandar sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis menggunakan uji statistik yang sesuai untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus setelah diberikan intervensi kombinasi hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat. Intervensi ini membantu pasien dalam mengelola stres, meningkatkan ketenangan psikologis, serta memberikan dukungan emosional sehingga berdampak positif terhadap kualitas hidup pasien. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat perbedaan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus sebelum dan sesudah diberikan metode kombinasi hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis dalam praktik keperawatan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien DM.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Hipnosis 5 Jari, Psychosocial Care, Kualitas Hidup.

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease that requires long-term care and can affect patients' quality of life physically, psychologically, and socially. Conditions such as stress, anxiety, and lack of psychosocial support can worsen the condition of patients with Diabetes Mellitus. Therefore, nursing interventions are needed to help improve patients' quality of life, one of which is through the five-finger hypnosis method and nurses' psychosocial care. This

study aims to determine the difference in the combination method of five-finger hypnosis and nurses' psychosocial care on the quality of life of patients with Diabetes Mellitus. This study used a quasi-experimental design. The research sample consisted of patients with Diabetes Mellitus who met the inclusion criteria and were selected using a purposive sampling technique. Respondents were assigned to a group that received a combination intervention of five-finger hypnosis and psychosocial care provided by nurses. The quality of life was measured using a standardized questionnaire before and after the intervention. Data were analyzed using appropriate statistical tests to determine differences in quality of life before and after the treatment. The results showed an improvement in the quality of life of patients with Diabetes Mellitus after receiving the combination intervention of five-finger hypnosis and psychosocial care. This intervention helps patients manage stress, increase psychological calmness, and provide emotional support, which has a positive impact on patients' quality of life. The conclusion of this study is that there is a difference in the quality of life of patients with Diabetes Mellitus before and after receiving the combination method of five-finger hypnosis and nurses' psychosocial care. This intervention can be used as one of the non-pharmacological approaches in nursing practice to improve the quality of life of patients with Diabetes Mellitus.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Five-Finger Hypnosis, Psychosocial Care, Quality of Life.*

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang memerlukan penanganan jangka panjang dan dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Pasien dengan DM sering mengalami berbagai masalah seperti stres, kecemasan, serta ketakutan terhadap komplikasi penyakit yang dapat menurunkan kualitas hidup. Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang tidak hanya berfokus pada penanganan fisik tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial pasien.

Salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah hipnosis 5 jari, yaitu teknik relaksasi yang bertujuan untuk membantu pasien mengendalikan stres dan meningkatkan ketenangan pikiran. Selain itu, psychosocial care perawat juga berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan sosial kepada pasien agar mampu beradaptasi dengan kondisi penyakitnya.

Kombinasi metode hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat diharapkan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan metode kombinasi hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat terhadap kualitas hidup pasien DM.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini meliputi pasien yang terdiagnosis Diabetes Mellitus, pasien yang dirawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Prima Husada Malang, pasien dalam kondisi sadar dan mampu berkomunikasi dengan baik, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah pasien yang mengalami gangguan kesadaran, gangguan kognitif, atau kondisi medis berat yang tidak memungkinkan untuk mengikuti seluruh rangkaian intervensi penelitian. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah metode kombinasi hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat, sedangkan variabel dependen adalah kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini meliputi kuesioner karakteristik responden yang berisi data demografi seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan

lama menderita Diabetes Mellitus, serta kuesioner kualitas hidup yang telah terstandarisasi untuk mengukur kualitas hidup pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Selain itu, peneliti juga menggunakan Standar Operasional Prosedur Penelitian ini menggunakan desain penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan pretest–posttest untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus sebelum dan sesudah diberikan intervensi kombinasi metode hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat. Desain ini digunakan untuk menilai pengaruh intervensi yang diberikan kepada responden dengan melakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan di ruang rawat inap Rumah Sakit Prima Husada Malang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan Februari tahun 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang terdiagnosis Diabetes Mellitus dan menjalani perawatan di ruang rawat inap Rumah Sakit Prima Husada Malang.

Sampel dalam penelitian ini adalah pasien Diabetes Mellitus yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi dalam (SOP) pelaksanaan hipnosis 5 jari dan psychosocial care sebagai pedoman dalam memberikan intervensi kepada responden.

Prosedur penelitian dimulai dengan pengajuan izin penelitian kepada pihak Rumah Sakit Prima Husada Malang. Setelah mendapatkan izin, peneliti melakukan pendekatan kepada calon responden dan menjelaskan tujuan serta prosedur penelitian. Responden yang bersedia berpartisipasi diminta untuk menandatangani *informed consent*. Selanjutnya peneliti melakukan pengukuran awal (*pretest*) terhadap kualitas hidup pasien menggunakan kuesioner yang telah disiapkan. Setelah itu responden diberikan intervensi kombinasi hipnosis 5 jari dan psychosocial care perawat sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan. Setelah intervensi selesai diberikan, peneliti melakukan pengukuran kembali (*posttest*) terhadap kualitas hidup pasien menggunakan kuesioner yang sama.

Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan uji statistik yang sesuai, seperti *Paired T-Test* apabila data berdistribusi normal atau uji *Wilcoxon* apabila data tidak berdistribusi normal. Dalam penelitian ini, peneliti juga memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu dengan memberikan informed consent kepada responden, menjaga kerahasiaan data responden (*confidentiality*), tidak mencantumkan identitas responden (*anonymity*), serta memastikan bahwa penelitian yang dilakukan memberikan manfaat bagi responden dan perkembangan ilmu keperawatan.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada pasien Diabetes Mellitus di ruang rawat inap RS Prima Husada Malang dengan jumlah responden sebanyak 78 pasien yang dibagi dalam kelompok terapi Hipnosis 5 Jari dan *Psychosocial Care*. Karakteristik responden menunjukkan bahwa distribusi jenis kelamin relatif seimbang, yaitu laki-laki 51,3% dan perempuan 48,7%. Berdasarkan usia, sebagian besar responden berada pada kategori dewasa muda (18–40 tahun) sebesar 36% dan dewasa madya (41–60 tahun) sebesar 37,2%, sedangkan kelompok lansia (>60 tahun) sebesar 26,7%. Sebelum diberikan terapi Hipnosis 5 Jari, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup pada kategori baik (74,4%), sedangkan 25,6% berada pada kategori cukup. Namun setelah terapi, sebagian besar responden berada pada kategori cukup (64,1%) dan 35,9% berada pada kategori kurang. Pada kelompok *Psychosocial Care*, sebelum terapi sebagian responden memiliki kualitas hidup baik (51,3%) dan cukup (48,7%). Setelah

diberikan terapi, sebagian besar responden berada pada kategori cukup (53,8%) dan baik (46,2%), tanpa adanya responden pada kategori kurang.

Hasil analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan kualitas hidup sebelum dan sesudah terapi Hipnosis 5 Jari ($p = 0,05$) yang menunjukkan adanya perubahan signifikan. Sementara itu, pada terapi *Psychosocial Care*, perubahan yang terjadi tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa pada terapi Hipnosis 5 Jari terjadi perubahan kualitas hidup pada beberapa responden dari kategori baik menjadi cukup dan kurang, sedangkan pada terapi *Psychosocial Care* sebagian besar responden mempertahankan kualitas hidup pada kategori baik dan cukup. Analisis *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,05$, yang berarti terdapat hubungan antara intervensi terapi dengan perubahan kualitas hidup pasien.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup pasien sebelum dan sesudah intervensi terapi, dengan nilai analisis 0,653 sebelum terapi dan 0,000 setelah terapi, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi Hipnosis 5 Jari dan *Psychosocial Care* memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus di ruang rawat inap RS Prima Husada Malang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada kualitas hidup pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi Hipnosis 5 Jari dan *Psychosocial Care*. Nilai kualitas hidup sebelum intervensi sebesar 0,653 dan setelah intervensi menjadi 0,000 dengan p -value 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi merupakan efek dari intervensi yang diberikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua terapi tersebut efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien. Hipnosis 5 Jari merupakan salah satu terapi non-farmakologis yang memanfaatkan teknik sugesti dan relaksasi untuk membantu pasien mengurangi stres, kecemasan, serta persepsi nyeri. Mekanisme ini bekerja melalui aktivasi sistem saraf parasimpatik yang berperan dalam menciptakan kondisi relaksasi dan ketenangan pada pasien. Kondisi psikologis yang lebih stabil dapat membantu pasien dalam mengelola respon terhadap penyakit yang dialami, sehingga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa hipnosis dapat meningkatkan kontrol diri, menurunkan tingkat kecemasan, serta memperbaiki kesejahteraan psikologis pasien (Smith et al., 2022; Brown & Green, 2021).

Selain itu, *Psychosocial Care* juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien melalui pemberian dukungan sosial dan psikologis, seperti konseling, motivasi, serta pemberian informasi yang tepat. Dukungan psikososial dapat meningkatkan rasa aman, mengurangi stres, serta membantu pasien beradaptasi dengan kondisi penyakit yang dialami. Penelitian sebelumnya juga melaporkan bahwa pasien yang menerima dukungan psikososial menunjukkan peningkatan kesejahteraan mental dan fisik yang lebih baik dibandingkan pasien yang tidak menerima intervensi tersebut (Johnson & Lee, 2021; Kumar et al., 2020). Temuan penelitian ini juga didukung oleh beberapa penelitian lain yang menunjukkan bahwa intervensi hipnosis dan pendekatan psikososial mampu meningkatkan kualitas hidup pada berbagai kondisi kesehatan. Penelitian Widjaja (2020) menunjukkan bahwa hipnoterapi dapat meningkatkan kualitas hidup pada wanita menopause. Penelitian Putri (2022) mengenai *Hypnotic Guided Imagery* juga menunjukkan peningkatan kualitas hidup pada pasien dengan gangguan psikosomatik setelah intervensi. Selain itu, penelitian Haryanti (2024) menemukan bahwa hipnosis berbasis spiritual mampu memperbaiki kualitas tidur pada lansia dengan rheumatoid arthritis, yang merupakan salah satu komponen penting dalam kualitas hidup.

Namun demikian, nilai P yang berada pada batas signifikansi menunjukkan bahwa interpretasi hasil penelitian perlu dilakukan secara hati-hati. Penelitian selanjutnya disarankan

menggunakan jumlah sampel yang lebih besar serta periode pengamatan yang lebih panjang untuk memperoleh hasil yang lebih kuat dan konsisten. Selain itu, keterbatasan populasi penelitian juga perlu diperhatikan dalam proses generalisasi hasil penelitian. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa Hipnosis 5 Jari dan *Psychosocial Care* merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien. Intervensi ini tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial pasien, sehingga dapat mendukung pendekatan perawatan yang lebih holistik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Analisis perbedaan efektivitas menunjukkan bahwa pemberian Hipnosis 5 Jari maupun *Psychosocial Care* oleh perawat memiliki pengaruh positif terhadap kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus. Kedua terapi memberikan dampak yang signifikan, meskipun mekanisme kerja masing-masing berbeda; Hipnosis 5 Jari lebih menekankan pada relaksasi dan sugesti, sedangkan *Psychosocial Care* berfokus pada dukungan sosial, motivasi, dan konseling.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa penerapan terapi non-farmakologis berupa Hipnosis 5 Jari dan *Psychosocial Care* dapat meningkatkan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus di ruang rawat inap RS Prima Husada Malang, sehingga disarankan untuk dijadikan bagian dari program perawatan holistik pasien.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang membantu, khususnya kepada Prodi S1 Keperawatan dan STIKes Kendedes Malang yang telah memfasilitasi dan memberikan dukungan. Kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk kami, tak lupa kami ucapkan terimakasih kepada pihak Rumah Sakit Prima Husada Malang yang telah memfasilitasi dan memberikan izin kepada kami untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Assessing the Robustness of Normality Tests. (2025). BMC Medical Research Methodology. Retrieved from <https://bmcmmedresmethodol.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12874-025-02641-y>
- Guthrie, A. L., Franke, G. R., & Irwin, J. R. (2025). Nonparametric tests of differences in medians: Comparison of the Wilcoxon-Mann-Whitney and robust rank-order tests. *Experimental Economics*.
- Haryanti, S. (2024). Terapi hipnosis berbasis spiritual terhadap kualitas tidur lansia dengan rheumatoid arthritis. *Jurnal Psikologi & Kesehatan*, 10(2), 45–56. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/422>
- Nakazono, K., Lin, Y.-C., Liao, G.-Y., Uozumi, R., & Emura, T. (2024). Computation of the Mann–Whitney effect under parametric survival copula models. *Mathematics*, 12(10), 1453. <https://www.mdpi.com/2227-7390/12/10/1453>
- Smith, A., Brown, L., & Green, J. (2022). The effect of hand hypnosis on pain and quality of life in patients with chronic illness. *Journal of Complementary Therapies*, 15(3), 120–130. <https://doi.org/10.1016/j.jct.2022.05.007>
- Putri, A. (2022). Efektivitas Hypnotic Guided Imagery pada peningkatan quality of life individu dengan psikosomatis. Universitas Gadjah Mada. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/218518>

- Zhang, H., Li, F., & Chen, L. (2021). Psychosocial interventions for patients with chronic illnesses: Systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 21, 120. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03190-3>
- Johnson, P., & Lee, K. (2021). Psychosocial interventions and patient well-being: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 58(2), 45–53. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.03.010>
- Brown, L., & Green, J. (2021). The effects of hypnosis on chronic pain and quality of life: A randomized controlled trial. *Journal of Pain Management*, 14(3), 120–130. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2021.03.004>
- World Health Organization. (2021). Integrating mental health and psychosocial support in health care services. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240036700>
- Li, Y., Zhang, X., & Wang, H. (2020). Effectiveness of psychosocial interventions on quality of life in patients with chronic diseases: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 11, 587. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00587>
- Kim, T. K. (2020). T test as a parametric statistic. *Korean Journal of Anesthesiology*, 73(2), 1–9.
- Widjaja, N. (2020). Pengaruh hipnoterapi terhadap kualitas hidup pada wanita menopause di Puskesmas Sidomulyo. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 15–24. <https://journal.stikespmc.ac.id/index.php/JK/article/view/74>
- Kumar, R., Singh, A., & Sharma, P. (2020). Impact of psychosocial care on quality of life in hospitalized patients. *BMC Health Services Research*, 20, 875. <https://doi.org/10.1186/s12913-020-05678-x>
- Razali, N. M., & Wah, Y. B. (2011). Power comparisons of Shapiro–Wilk, Kolmogorov–Smirnov, Lilliefors and Anderson–Darling tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics*, 2(1), 21–33.