

**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI  
TERHADAP *BURNOUT* PADA *INFORMAL  
PALLIATIVE CAREGIVER***

**SKRIPSI**



**OLEH:  
Febielle Devna Suryahasilaga  
NRP: 9103020002**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2024**

**PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI  
TERHADAP *BURNOUT* PADA *INFORMAL  
PALLIATIVE CAREGIVER***

SKRIPSI

Diajukan kepada

Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan



OLEH:

Febielle Devna Suryahasilaga  
NRP: 9103020002

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2024**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Febielle Devna Suryahasilaga

NRP : 91030200002

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

***Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Burnout Pada Informal Palliative Caregiver***

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang pernah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Juni 2024

Yang menyatakan



Febielle Devna Suryahasilaga

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Febielle Devna Suryahasilaga  
NRP : 9103020002

menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul : **Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap *Burnout* Pada *Informal Palliative Caregiver*.**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya*) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 4 Juli 2024



Febielle Devna Suryahasilaga

# HALAMAN PERSETUJUAN

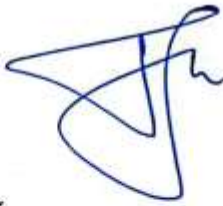
## SKRIPSI

PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP *BURNOUT* PADA  
*INFORMAL PALLIATIVE CAREGIVER*

OLEH:

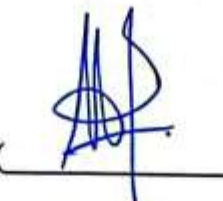
Febielle Devna Suryahasilaga  
NRP: 9103020002

Pembimbing Utama : Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns., M.Kep.



( )

Pembimbing Pendamping : Made Indra Ayu Astarini, S.Kep.,Ns., M.Kep



( )

Surabaya, Juni 2024

## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP *BURNOUT PADA INFORMAL PALLIATIVE CAREGIVER*

Skripsi yang ditulis oleh Febielle Devna Suryahasilaga NRP. 9103020002 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 03 Juli 2024 dan telah dinyatakan lulus oleh,

#### Tim Penguji

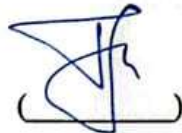
1. Ketua : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep.



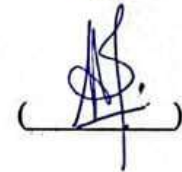
2. Sekretaris : Ira Ayu Maryuti, S.Kep., Ns., M.Kep.



3. Anggota : Yesiana Dwi Wahyu W, S.Kep., Ns., M.Kep.



4. Anggota : Made Indra Ayu Astarini, S.Kep., Ns., M.Kep.



Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keperawatan,



Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada Bapa yang baik, Tuhan Yesus Kristus sumber kekuatan dan pengharapan yang tidak pernah meninggalkan di setiap perjalanan peneliti serta seluruh *informal palliative caregiver* yang luar biasa hebat yang menjadi alasan skripsi ini dibuat.

Segala kemuliaan hanya bagi-Nya.

## **HALAMAN MOTTO**

“Karena masa depan sungguh ada dan harapanmu tidak akan hilang”

Amsal 23:18 (TB)

*If it's meant to be, it will be.*



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang setia memberkati dan menemani peneliti. Berkat dan kasih karunia-Nya, peneliti berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap *Burnout* Pada *Informal Palliative Caregiver*”. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan bisa terselesaikan dengan baik. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bimbingan, dukungan dan arahan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns., M.Kep. selaku dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala sekaligus dosen pembimbing I yang telah banyak meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikirannya dalam memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik.
2. Ibu Made Indra Ayu Astarini, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dalam memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku penasihat akademik yang selalu memberikan dukungan serta perhatian kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik, nasihat dan bimbingannya menguatkan peneliti untuk tidak patah semangat.

4. Ibu Linda Juwita S.Kep.,Ns., M.Kep selaku ketua penguji yang telah memberi arahan, ilmu dan perbaikan serta menyempurnakan naskah skripsi yang telah dibuat.
5. Ibu Ira Ayu Maryuti S.Kep.,Ns., M.Kep selaku sekretaris penguji yang telah memberi arahan, ilmu dan perbaikan serta menyempurnakan naskah skripsi yang telah dibuat.
6. Seluruh Dosen dan staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu dan mendukung proses pembelajaran peneliti hingga saat ini.
7. Seluruh *informal palliative caregiver* di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling yang telah bersedia menjadi responden dan mengikuti setiap proses penelitian dengan baik.
8. Pihak Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling yang telah memberikan peneliti kesempatan untuk melakukan penelitian di lahan tersebut.
9. Alm. Papap Devi Hartawan selaku orang tua yang menjadi alasan peneliti menempuh pendidikan di jurusan Keperawatan. Sosoknya akan terus menjadi teladan, semangat dan motivasi bagi peneliti untuk terus bekerja keras, berbuat baik dan tidak putus asa.
10. Ibu Suzanna selaku orang tua yang tidak pernah berhenti dalam memberikan dukungan moral dan materi kepada peneliti selama proses belajar dan penyusunan skripsi. Pribadi yang menjadi teman bercerita dan pendengar yang baik sehingga memotivasi peneliti untuk terus berjuang dan memberikan yang terbaik.

11. Kakak dan tiga adik penulis yaitu Merielle, Carlo, Caroline dan Juno yang menjadi alasan peneliti untuk tetap semangat dalam menyusun skripsi. Sepupu tersayang, Thirza yang selalu menyemangati dan menghibur serta seluruh keluarga lainnya yang senantiasa memberikan dukungan kepada peneliti.
12. Indah Safira, Wasti, Ardina dan Leoni yang selalu menemani peneliti dalam proses perjalanan untuk meraih gelar sarjana serta tiada henti memberikan semangat dengan caranya masing-masing dan bersedia memberi bantuan pada peneliti selama proses penyusunan skripsi, *per aspera ad astra*.
13. Aufa Radyardhika, sahabat baik yang setia menemani peneliti selama proses penyusunan skripsi. Dukungan dan motivasi yang diberikan membantu peneliti untuk tetap semangat dan menyelesaikan skripsi dengan baik. *Merci, vous êtes très précieux, Wuf*.
14. Seluruh teman-teman angkatan 2020, khususnya Tresya, Jenny, Dinda, Mitha, Nofita dan Yuris yang menjadi teman berbagi selama proses penyusunan skripsi.

Naskah skripsi yang telah disusun tidak luput dari kekurangan. Peneliti mengucapkan terima kasih atas segala saran, kritik, perbaikan dan arahan yang diberikan sehingga menyempurnakan skripsi ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan berkontribusi dalam bidang pendidikan khususnya pada ilmu keperawatan.

Surabaya, 25 Juni 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN .....	xviii
ABSTRAK .....	xix
<i>ABSTRACT</i> .....	xx
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan .....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	7
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1 Konsep Kanker .....	8
2.1.1 Definisi Kanker.....	8
2.1.2 Faktor Risiko Kanker.....	8
2.1.3 Klasifikasi Kanker .....	11
2.1.4 Stadium Kanker .....	12
2.1.5 Manifestasi Klinis Kanker .....	14
2.1.6 Patofisiologi Kanker .....	16

2.1.7 Pemeriksaan Penunjang Kanker .....	18
2.1.8 Penatalaksanaan Kanker .....	20
2.2 Konsep <i>Informal Caregiver</i> .....	22
2.2.1 Definisi <i>Informal Caregiver</i> .....	22
2.2.2 Peran <i>Informal Caregiver</i> .....	22
2.2.3 Durasi Perawatan <i>Informal Caregiver</i> Kepada Pasien Kanker .....	24
2.2.4 Dampak Perawatan Pasien Kanker terhadap <i>Informal Caregiver</i> .....	24
2.3 Konsep <i>Burnout</i> .....	26
2.3.1 Definisi <i>Burnout</i> .....	26
2.3.2 Dimensi <i>Burnout</i> .....	26
2.3.3 Faktor Penyebab <i>Burnout</i> .....	27
2.3.4 Patofisiologi <i>Burnout</i> .....	28
2.3.5 Gejala <i>Burnout</i> .....	30
2.3.6 Penatalaksanaan <i>Burnout</i> .....	31
2.3.7 Alat Ukur <i>Burnout</i> .....	32
2.4 Konsep Terapi Hipnosis Lima Jari.....	32
2.4.1 Definisi Terapi Hipnosis Lima Jari.....	32
2.4.2 Tujuan dan Manfaat Terapi Hipnosis Lima Jari .....	33
2.4.3 Fisiologis Terapi Hipnosis Lima Jari .....	34
2.4.4 Dosis Pelaksanaan Terapi Hipnosis Lima Jari.....	35
2.4.5 Langkah-langkah Terapi Hipnosis Lima Jari.....	36
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS.....</b>	<b>37</b>
3.1 Kerangka Konseptual.....	37
3.2 Hubungan <i>Burnout</i> dan Terapi Hipnosis Lima Jari .....	38
3.3 Hipotesis .....	39
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
4.1 Desain Penelitian .....	40
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
4.2.1 Variabel Independen (Variabel Bebas).....	41
4.2.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat).....	41
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	41
4.4 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	43
4.4.1 Populasi .....	43
4.4.2 Sampel dan Besar Sampel .....	43
4.4.3 Teknik Sampling.....	44
4.5 Kerangka Kerja Penelitian.....	46
4.6 Metode Pengumpulan Data.....	47
4.6.1 Prosedur Pengumpulan Data .....	47
4.6.2 Instrumen .....	49
4.6.3 Waktu dan Lokasi Penelitian .....	51
4.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	51
4.7.1 Uji Validitas .....	51
4.7.2 Uji Reliabilitas.....	52
4.8 Teknik Analisis Data.....	53
4.8.1 <i>Editing</i> .....	53
4.8.2 <i>Scoring</i> .....	54

4.8.3 <i>Entry Data</i> .....	54
4.8.4 Uji Hipotesis .....	54
4.9 Etika Penelitian .....	55
4.9.1 Prinsip Etika dalam Penelitian .....	55
4.9.2 <i>Informed Consent</i> .....	57
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>58</b>
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian .....	58
5.1.1 Puskesmas Kedungdoro .....	59
5.1.2 Puskesmas Pucang Sewu .....	61
5.1.3 Puskesmas Pacarkeling .....	62
5.2 Hasil Penelitian .....	64
5.2.1 Data Umum .....	65
5.2.2 Data Khusus .....	71
<b>BAB 6 PEMBAHASAN</b> .....	<b>74</b>
6.1 <i>Burnout</i> Pada <i>Informal Palliative Caregiver</i> Sebelum Diberikan Intervensi Terapi Hipnosis Lima Jari .....	74
6.2 <i>Burnout</i> Pada <i>Informal Palliative Caregiver</i> Sesudah Diberikan Intervensi Terapi Hipnosis Lima Jari .....	85
6.3 Pengaruh Intervensi Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap <i>Burnout</i> Pada <i>Informal Palliative Caregiver</i> .....	89
6.4 Keterbatasan Penelitian .....	94
<b>BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>95</b>
7.1 Kesimpulan .....	95
7.2 Saran .....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>97</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>110</b>
<b>ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>149</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Stadium Kanker Berdasarkan Metode <i>American Joint Committee (AJC)</i> Menurut <i>National Cancer Institute (NCI)</i> Tahun 2022 .....	13
Tabel 2.2 Penanganan <i>Burnout</i> .....	31
Tabel 2.3 <i>Scoring Burnout</i> Setiap Kategori .....	32
Tabel 4.1 Definisi Operasional Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap <i>Burnout</i> pada <i>Informal Palliative Caregiver</i> .....	42
Tabel 4.2 Kisi-Kisi Variabel Penelitian: <i>Shirom-Melamed Burnout Questionnaire/Measure (SMBQ/M)</i> Sebelum Dilakukan Uji Validitas .....	50
Tabel 4.3 Kisi-Kisi Variabel Penelitian: <i>Shirom-Melamed Burnout Questionnaire/Measure (SMBQ/M)</i> Setelah Dilakukan Uji Validitas .....	51
Tabel 4.4 Perhitungan Skala Likert: <i>Shirom-Melamed Burnout Questionnaire/Measure (SMBQ/M)</i> .....	51
Tabel 4.5 Penentuan Nilai Koefisien Alpha .....	53
Tabel 5.1 Distribusi Data Skor <i>Burnout</i> Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Terapi Hipnosis Lima Jari Pada <i>Informal Palliative Caregiver</i> di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .	71
Tabel 5.2 Hasil Uji Normalitas <i>Burnout</i> dengan <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	72
Tabel 5.3 Hasil Uji Hipotesis <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> dengan Uji <i>Wilcoxon Sign Rank Test</i> .....	73

## DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap <i>Burnout</i> Pada <i>Informal Palliative Caregiver</i> .....	37
Gambar 4.1 Skema Desain Penelitian.....	40
Gambar 4.2 Kerangka Kerja Penelitian .....	46
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024.....	65
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	66
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Status Pernikahan di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024.....	66
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pendidikan di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	67
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	67
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Hubungan dengan Pasien di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	68
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Merawat Pasien di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	68
Gambar 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Merawat Pasien di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	69
Gambar 5.9 Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah <i>Caregiver</i> Dalam Satu Pasien di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	69
Gambar 5.10 Karakteristik Responden Berdasarkan Bantuan yang Diberikan di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 .....	70



- Gambar 5.11 Karakteristik Responden Berdasarkan Stadium Kanker di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 ..... 70
- Gambar 5.12 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pengobatan di Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya pada 1 Mei-8 Juni 2024 ..... 71

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	110
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	111
Lampiran 3. Lembar Data Demografi Responden .....	112
Lampiran 4. Prosedur Terapi Hipnosis Lima Jari .....	114
Lampiran 5. <i>Shirom-Melamed Burnout Questionnaire/Measure</i> Sebelum Uji Validitas .....	117
Lampiran 6. <i>Shirom-Melamed Burnout Questionnaire/Measure</i> Setelah Uji Validitas .....	119
Lampiran 7. Rekapitulasi Data Responden.....	121
Lampiran 8. Uji Validitas <i>Shirom-Melamed Burnout</i> <i>Questionnaire/Measure</i> .....	128
Lampiran 9. Uji Reliabilitas <i>Shirom-Melamed Burnout</i> <i>Questionnaire/Measure</i> .....	133
Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas.....	134
Lampiran 11. Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon Rank Test</i> .....	135
Lampiran 12. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas ke Puskesmas Kedungdoro .....	136
Lampiran 13. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas ke Puskesmas Pucang Sewu .....	137
Lampiran 14. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas ke Puskesmas Pacarkeling .....	138
Lampiran 15. Surat Pengantar dari Fakultas ke Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP).....	139
Lampiran 16. Surat Pengantar dari Fakultas ke Dinas Kesehatan Kota Surabaya .....	140
Lampiran 17. Surat Balasan dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP).....	141
Lampiran 18. Surat Balasan dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya .....	142

Lampiran 19. Surat Keterangan Melakukan Penelitian dari Puskesmas Kedungdoro .....	144
Lampiran 20. Surat Keterangan Melakukan Penelitian dari Puskesmas Pucang Sewu .....	145
Lampiran 21. Surat Keterangan Melakukan Penelitian dari Puskesmas Pacarkeling .....	146
Lampiran 22. Dokumentasi Penelitian .....	147

## DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	149
ARTIKEL PENELITIAN.....	149
HALAMAN PERSETUJUAN.....	150
ABSTRAK.....	152
<i>ABSTRACT</i> .....	153
PENDAHULUAN .....	154
METODE PENELITIAN.....	154
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	156
PEMBAHASAN .....	158
SIMPULAN DAN SARAN .....	159
KEPUSTAKAAN .....	160
BIODATA PENULIS .....	163

## ABSTRAK

### PENGARUH TERAPI HIPNOSIS LIMA JARI TERHADAP *BURNOUT* PADA *INFORMAL PALLIATIVE CAREGIVER*

Oleh: Febielle Devna Suryahasilaga

Penyakit kanker dengan proses pengobatannya yang kompleks menyebabkan penderitanya membutuhkan bantuan orang lain dalam melakukan aktivitas sehari-hari. *Informal Palliative Caregiver* sebagai pemberi bantuan tersebut rentan mengalami *burnout* akibat beban perawatan yang panjang. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap *burnout informal palliative caregiver*. Desain penelitian yang digunakan yaitu pra-eksperimental dengan rancangan *One Group Pre-test Post-test Design*. Populasi penelitian ini berjumlah 93 *informal palliative caregiver* dari Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Pacarkeling Surabaya dengan besar sampel sebanyak 20 responden menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan berupa SOP terapi hipnosis lima jari yang diberikan selama 2 minggu sebanyak 3 kali dalam seminggu dan kuesioner *Shirom Melamed Burnout Questionnaire/Measure* (SMBQ). Hasil penelitian menunjukkan nilai *mean pre-test* adalah  $46,85 \pm 10,30$  dan nilai *mean post-test* yaitu  $32 \pm 10,857$  dengan *mean* penurunan *pre-test* dan *post-test* adalah  $-14,85 \pm 7,774$ . Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan data tidak berdistribusi normal sehingga uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*. Uji hipotesis menunjukkan hasil *p value* = 0,000,  $p < \alpha$  ( $\alpha = 0,05$ ). Nilai tersebut menunjukkan ada pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap *burnout* pada *informal palliative caregiver*. Pemberian terapi hipnosis lima jari dapat memberikan rasa tenang dan bahagia dimana hal tersebut dapat menurunkan stres psikologis yang merupakan faktor penyebab *burnout*.

**Kata Kunci:** *burnout, informal palliative caregiver, kanker, terapi hipnosis lima*

## **ABSTRACT**

### **THE EFFECT OF FIVE-FINGER HYPNOSIS THERAPY ON BURNOUT IN INFORMAL PALLIATIVE CAREGIVERS**

**By: Febielle Devna Suryahasilaga**

*The complex treatment process of cancer often requires patients to depend on others for daily activities. Informal palliative caregivers, who provide this assistance, are prone to burnout due to the long-term care burden. The aim of this study was to analyze the effect of the five-finger hypnosis therapy on burnout among informal palliative caregivers. The study used a pre-experimental design with a One Group Pre-test Post-test Design. The population consisted of 93 informal palliative caregiver from Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu, and Puskesmas Pacarkeling in Surabaya, with a sample size of 20 respondents selected using purposive sampling. The instruments used were the SOP for five-finger hypnosis therapy, administered over two weeks with three sessions per week, and the Shirom Melamed Burnout Questionnaire/Measure (SMBQ). The research findings indicated a mean pre-test score of  $46,85 \pm 10,30$  and a mean post-test score of  $32 \pm 10,857$  with a mean pre-test to post-test reduction of  $-14,85 \pm 7,774$ . Based on the Kolmogorov-Smirnov normality test results showing non-normally distributed data, hypothesis testing in this study employed the Wilcoxon Sign Rank Test, yielding a p-value of  $0,000 p < \alpha$  ( $\alpha = 0,05$ ). These results indicate that five-finger hypnosis therapy has a significant effect on reducing burnout of informal palliative caregivers. The therapy can induce feelings of calm and happiness, that reduce psychological stress, which is the key factor in burnout.*

**Keywords:** *burnout, cancer, five-finger hypnosis therapy, informal palliative caregiver*