

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA REMAJA YANG MENGALAMI DEPRESI
DI DESA BULUPASAR KECAMATAN PAGU
KABUPATEN KEDIRI
(STUDI KASUS)**



Oleh :

ANIK RUSITAH

NPM : 19.2.05.01.0001

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2022**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA REMAJA YANG MENGALAMI DEPRESI
DI DESA BULUPASAR KECAMATAN PAGU
KABUPATEN KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Diajukan Untuk Penulisan Tugas Akhir Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep.)
Pada Jurusan Program Studi D-III Keperawatan FIKS Universitas Nusantara
PGRI Kediri



Oleh :
ANIK RUSITAH
NPM :19.2.05.01.0001

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2022**

Tugas Akhir Oleh :

ANIK RUSITAH
NPM: 19.2.05.01.0022

Judul

**PENERAPAN HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA REMAJA YANG MENGALAMI DEPRESI
DI DESA BULUPASAR KECAMATAN PAGU
KABUPATEN KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian Tugas Akhir Jurusan
Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal: 05 Juli 2022

Pembimbing I

Pembimbing II

Norma Risnasari, S.Kep.,Ns.M.Kes
NIDN. 07080888001

Dhian Ika Prihananto, S.KM.M.KM
NIDN. 0701127806

Tugas Akhir Oleh :

ANIK RUSITAH
NPM: 19.2.05.01.0001

Judul

**PENERAPAN HIPNOSIS 5 JARI UNTUK MENURUNKAN TINGKAT
DEPRESI PADA REMAJA YANG MENGALAMI DEPRESI
DI DESA BULUPASAR KECAMATAN PAGU
KABUPATEN KEDIRI
(STUDI KASUS)**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tugas akhir
Program Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri

Pada tanggal: 06 Juli 2022

Dan Dinyatakan telah memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua Penguji : Norma Risnasari, S.Kep.,Ns.M.Kes _____
2. Penguji I : Endah Tri Wijayanti, M,Kep.,Ns _____
3. Penguji II : Dhian Ika Prihananto, S.KM.M.KM _____

Mengetahui,

Dekan FIKS,

Dr. Sulistiono, M.Si
NIDN. 0007076801

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anik Rusitah
Jenis kelamin : Perempuan
Tempat,tanggal lahir : Kediri, 03 Mei 2000
NPM : 19.2.05.01.0001
Fak/Prodi : Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sain/D-III Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma di institusi lain, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis mengacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 05 Juli 2022
Yang menyatakan,

Anik Rusitah
NPM. 19.2.05.01.0001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa senantiasa, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Penyusunan tugas akhir ini tidak lepas dari standart ilmu pengetahuan dan logika serta prinsip-prinsip ilmiah yang tidak lepas dari bantuan yang telah diberikan dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M. Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Sulistiono, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi dan dukungan kepada mahasiswa.
3. Agus Budi Suntoko selaku Kepala Desa Bulupasar yang telah memberikan ijin sehingga saya dapat melakukan penelitian
4. Muhammad Mudzakkir, M. Kep selaku Ketua Program Studi D3 Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri yang telah memberi motivasi kepada peneliti dalam penyusunan tugas akhir ini
5. Norma Risnari S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing satu saya yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Dhian Ika Prihanto S.KM,M.KM selaku pembimbing dua saya yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan penulisan karya tulis ilmiah ini.
7. Seluruh Dosen Keperawatan UN PGRI Kediri yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis.
8. Remaja Desa Bulupasar yang bersedia sebagai responden penelitian
9. Kedua orang tua dan kedua kakak saya yang selalu mendo'akan dan memberi semangat kepada saya

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharap saran dan kritik yang sifatnya membangun sebagai masukan dalam perbaikan tugas akhir. Akhirnya peneliti berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Kediri, 03 Juli 2022

Anik Rusitah
NPM. 19.2.05.01.0001

MOTTO

“Saat Allah mendorongmu ke tebing, yakinlah kalau hanya dua hal yang mungkin terjadi. Mungkin saja Ia akan menangkapmu, atau Ia ingin kau belajar bagaimana caranya terbang”

“Allah selalu menjawab do’amu dengan 3 cara. Pertama, langsung mengabulkannya. Kedua, menundanya. Ketiga, menggantikannya dengan yang lebih baik untukmu”

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah Maha Mengetahui, sedangkan kamu tidak mengetahui

“Allah akan membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya.”

“Selalu ada harapan bagi orang yang berdo’a dan selalu ada jalan bagi orang yang berusaha”

Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan untuk :

Seluruh keluarga saya, sahabat dan teman-saya, serta orang-orang yang membantu saya melangkah sejauh ini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
ABSTRAK	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Remaja	6
B. Konsep Depresi.....	9
C. Konsep Dasar Hipnosis 5 Jari	25
D. Konsep Asuhan Keperawatan	29
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Jenis Penelitian	41
B. Subyek Penelitian.....	41
C. Fokus Studi	41
D. Definisi Operasional	41
E. Lokasi dan Waktu Penelitian	42
F. Instrumen Penelitian	43
G. Pengumpulan Data	43
H. Analisis Data	45
I. Penyajian Data	45
J. Etika Penelitian	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil Penelitian	48
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Beck Depression Inventory	15
Tabel 2.2 Hamilton Anxiety Rating Skale	29
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan Ansietas.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patway Depresi.....	12
Gambar 2.2 Hipnosis 5 jari	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informed Konsent.....	74
Lampiran 2. Lembar Kuesioner Skala Depresi (BDI)	75
Lampiran 3. Surat Ijin Studi	79
Lampiran 4. Surat Ijin Desa	80
Lampiran 5. Lembar SOP Hipnosis 5 Jari	81

ABSTRAK

Anik Rusitah Penerapan Terapi Hipnosis 5 Jari Untuk Menurunkan Tingkat Depresi Pada Remaja Yang Mengalami Depresi Di Desa Bulupasar Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri, Karya Tulis Ilmiah, Keperawatan, FIKS UN PGRI Kediri, 2022.

Depresi adalah kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental seseorang. Pada masa remaja sangat mudah mengalami depresi baik depresi ringan, depresi sedang ataupun depresi berat. Penatalaksanaan terapi non farmakologis untuk menurunkan tingkat depresi pada remaja salah satunya adalah terapi hipnosis 5 jari yang dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga mengurangi ketegangan dan dapat menurunkan tingkat depresi.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subyek penelitian ini adalah 5 remaja yang mengalami depresi dengan dilakukan tindakan terapi hipnosis 5 jari untuk menurunkan tingkat depresi remaja. Penelitian ini menggunakan SOP hipnosis 5 jari dan alat ukur ukur depresi untuk mengetahui nilai skala depresi pada remaja yang mengalami depresi dan dapat dilihat dari hasil SOP hipnosis 5 jari, pemberian pre-test dan post-test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penurunan tingkat depresi pada remaja yang menderita depresi sebelum dan setelah melakukan terapi hipnosis 5 jari yaitu pada Sdr.F memiliki tingkat depresi ringan dengan skala depresi 8 dan setelah mendapatkan terapi nilai skala depresi 5. Sdr.R memiliki tingkat depresi ringan dengan nilai skala depresi 9 dan setelah mendapatkan terapi nilai skala depresi 6. Sdr.V memiliki tingkat depresi ringan dengan nilai skala depresi 8 dan setelah mendapatkan terapi nilai skala depresi 5. Sdr.D memiliki tingkat depresi ringan dengan nilai skala depresi 8 dan setelah mendapatkan terapi nilai skala depresi 6. Sdr.Y memiliki tingkat depresi ringan dengan nilai skala depresi 9 dan setelah mendapatkan terapi nilai skala depresi 5.

Berdasarkan pemaparan penelitian diatas setelah dilakukan terapi hipnosis 5 jari dari tingkat depresi ringan menjadi normal.

Kata kunci : Depres, Remaja, Hipnosis 5 jari

ABSTRACT

Anik Rusitah Application of 5 Finger Hypnosis Therapy to Reduce Depression Levels in Adolescents Who Experience Depression in Bulupasar Village, Pagu District, Kediri Regency, Scientific Writing, Nursing, FIKS UN PGRI Kediri, 2022.

Depression is a prolonged emotional condition that colors the entire mental process of a person. During adolescence, it is very easy to experience depression, either mild depression, moderate depression or severe depression. Management of non-pharmacological therapy to reduce the level of depression in adolescents, one of which is 5 finger hypnosis therapy which can cause a relaxing effect so as to reduce tension and can reduce depression levels.

This type of research is descriptive using a case study approach. The subjects of this study were 5 adolescents who experienced depression with 5 finger hypnosis therapy to reduce the level of depression in adolescents. This study uses 5 finger hypnosis SOP and depression measuring instrument to determine the value of depression scale in depressed adolescents and can be seen from the results of 5 finger hypnosis SOP, pre-test and post-test.

The results showed that there was a decrease in the level of depression in adolescents who suffered from depression before and after doing 5 finger hypnosis therapy, namely Mr. F had a mild depression level with a depression scale of 8 and after receiving therapy a depression scale score of 5. Mr. R had a mild depression level with the depression scale value is 9 and after receiving therapy the depression scale value is 6. Brother V has a mild depression level with a depression scale value of 8 and after receiving therapy the depression scale value is 5. Brother D has a mild depression level with a depression scale value of 8 and after receiving therapy depression scale value 6. Mr. Y has a mild depression level with a depression scale value of 9 and after receiving therapy the depression scale value is 5.

Based on the exposure of the research above, after 5 finger hypnosis therapy was carried out, the level of mild depression became normal.

Keywords: Depression, Adolescents, 5 finger hypnosis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, dengan rentan umur 12 tahun sampai 20 tahun. Saat masa remaja ini mulai banyak terjadi perubahan-perubahan salah satunya yaitu perubahan emosional. Sehingga remaja tersebut harus mampu untuk beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi seperti perubahan fisik, kognitif dan emosional yang dialami pada fase remaja dapat menimbulkan depresi dan memicu perilaku unik pada remaja (Hastuti dan Arum sari, 2015).

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2017) menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi. Lebih dari penderita depresi sebanyak 322 juta orang di seluruh dunia (4,4% dari populasi) dan hampir separuhnya berasal dari wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Pada tahun 2021 World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa depresi adalah salah satu permasalahan mental yang umum dengan perkiraan kenaikan jumlah depresi sebanyak 280.000.000 orang di seluruh dunia mengalami gangguan tersebut (World Health Organization, 2021). Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), Di Indonesia prevalensi gangguan emosional pada penduduk berusia 15 tahun ke atas, meningkat dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% di tahun 2018. Prevalensi penderita depresi di tahun 2018 sebesar 6,1%. Di Jawa Timur prevalensi penderita depresi pada tahun 2017 Depresi di Jawa Timur sebanyak 6,5% pada masalah mental dan mengalami kenaikan pada tahun

2018 sebesar 1.250.507 kasus (4,5%) pada umur 15 tahun. Di Kediri tahun 2018 prevalensi penderita depresi sebanyak 2,97% (Riskesdas, 2018) dan mengalami kenaikan pada tahun 2020 sebanyak 4,5 % (1.250.507) pada usia > 15 tahun. Dari survei pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti tahun 2022 terdapat 5 remaja di desa bulupasar kecamatan pagu kabupaten kediri menunjukkan bahwa remaja mengalami depresi ringan.

Depresi umumnya terjadi pada remaja di rentang usia 20 hingga 30-an, meski semua rentang usia juga memiliki risiko tersendiri. Gangguan depresi umumnya dicetuskan oleh peristiwa hidup tertentu, seperti halnya penyakit lain, penyebab lain depresi sesungguhnya tidak dapat diketahui secara pasti namun telah ditemukan sejumlah faktor yang mempengaruhinya. seperti halnya dengan gangguan lain, ada penyebab faktor genetik, sosial lingkungan, usia, bahkan gender. Individu yang mengalami depresi cenderung merasa sedih dan kehilangan minat untuk melakukan aktivitas yang biasa dilakukan. Kondisi ini kemudian dapat menyebabkan berbagai masalah emosional dan fisik hingga menurunkan kinerja pengidapnya. Efek depresi dapat berlangsung lama atau bahkan berulang dan mampu memengaruhi kemampuan seseorang menjalani aktivitas sehari-hari. Depresi dapat memburuk dan bertahan lebih lama bila tak ditangani dengan tepat. Dalam kasus yang parah depresi memicu pengidapnya untuk melukai diri sendiri hingga menimbulkan pikiran bunuh diri. Beberapa peneliti menemukan bahwa gangguan mood melibatkan patologik dan system limbik serta ganglia basalis dan hypothalamus (Miftahudin, 2016). Dalam penelitian biopsikologi, norepinefrin dan serotonin merupakan dua neurotransmitter yang paling berperan dalam patofisiologi gangguan

mood. Pada wanita, perubahan hormon dihubungkan dengan kelahiran anak dan menopause juga dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi. Penyakit fisik yang berkepanjangan sehingga menyebabkan stress dan juga dapat menyebabkan depresi (Dianovinina, Ktut. 2018).

Upaya untuk mencegah depresi ini bisa dilakukan dengan cara perawatan, pengobatan, pola hidup sehat seperti meminum obat dari dokter, Cognitive behavior therapy (CBT), dan Terapi hipnosis 5 jari, dan ada juga upaya lain. Remaja dapat mencegah depresi dapat melakukan olahraga yang bermanfaat mengurangi penimbunan lemak dalam tubuh, dan mencegah stress.

Penatalaksanaan non farmakologis untuk menurunkan tingkat depresi pada remaja yang mengalami depresi salah satunya adalah melakukan terapi hipnosis 5 jari yang merupakan salah satu bentuk self hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan depresi dari pikiran seseorang (Hastuti & Arumsari, 2015).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus “ Penerapan Terapi Hipnosis 5 jari untuk menurunkan tingkat depresi pada remaja yang mengalami depresi di Desa Bulupasar Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “ Bagaimanakah penurunan tingkat depresi pada remaja yang mengalami depresi sebelum dan setelah dilakukan penerapan hipnosis 5 jari di Desa Bulupasar Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri? ” .

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis Tingkat depresi pada remaja yang mengalami depresi sebelum dan setelah dilakukan hipnosis 5 jari di desa bulupasar kecamatan pagu kabupaten kediri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat depresi remaja yang mengalami depresi sebelum dilakukan terapi hipnosis 5 jari
- b. Mengidentifikasi tingkat depresi remaja yang mengalami depresi sesudah dilakukan terapi hipnosis 5 jari

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dalam ilmu keperawatan dan dapat melakukan penerapan terapi hipnosis 5 jari untuk menurunkan depresi pada remaja yang mengalami depresi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai kajian pembelajaran dan menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa yang berkaitan dengan penerapan terapi hipnosis 5 jari untuk menurunkan depresi pada remaja yang mengalami depresi.

- b. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil studi kasus ini dapat digunakan sebagai referensi dan

informasi tentang penerapan terapi hipnosis 5 jari untuk menurunkan depresi pada remaja yang mengalami depresi

c. Bagi Remaja

Memberikan tambahan pengetahuan dan informasi kesehatan tentang penerapan terapi hipnosis 5 jari untuk menurunkan depresi pada remaja yang mengalami depresi.

d. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi penulis tentang penerapan penerapan terapi hipnosis 5 jari untuk menurunkan depresi pada remaja yang mengalami depresi.

DAFTAR PUSTAKA

- Achjar, et, al. 2021. “Intervensi Kognitif Terhadap Kecemasan Remaja Paska Covid”. (<http://repository.poltekkesdenpasar.ac.id/7453/3/BAB%20II%20Tinjauan%20Pustaka.pdf>), Diakses pada 18 Juli 2022 pukul 14.00
- Adinda, Zevanda. 2018. “Skala Beck Depression Inventory Ii (BDI-II)” <http://repository.unika.ac.id/19098/9/14.E1.0025%20ZEVANYA%20ADINDA%20N.C%20%283.46%29..pdf%20LAMP.pdf>. Diunduh pada 27 Juni 2022 pukul 18.00
- Amelia, M.A.F. (2016). Perbandingan Tingkat Depresi antara Mahasiswa yang Tinggal dengan Orangtua dan Tinggal Sendiri pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY. <http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/2328/HALAMAN%20JUDUL.pdf?sequence=2&isAllowed=y>. Diunduh pad 10 Juli 2022 pukul 15.00
- Astriyani, Diyan. 2021. “Karya Tulis Ilmiah Asuhan Keperawatan Lansiadepresi Dengan Masalah Koping Tidak Efektif”, (<http://eprints.umpo.ac.id/8137/>). Diunduh pada 23 Juli 2022 pukul 10.00
- Charly, Feronicha. 2021. “Karya Tulis Ilmiah Literatur Review : Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Depresi Pada Anak Remaja”, (<http://repo.poltekkesmedan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/4584/1/KTI%20Feronicha%20Charly%20-%20Feronicha%20Charly.pdf>). Diakses pada 10 Juni 2022 pukul 08.00
- Dianovinina, Ktut. 2018. “Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya” dalam Jurnal Psikogenesis, Volume 6, No.1 (halaman 69-78), Juni 2018. Surabaya: Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya.
- Evangelista, Dyah Widodo, Esti Widian. 2016. “Pengaruh Hipnosis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sirkumsisi Di Tempat Praktik Mandiri Mulyorejo Sukun Malang”, Dalam jurnal Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan, Vol 1, No 2 (2016). Malang: Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

- Fatmawati, Yuni. 2019. "Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di Ruang Gelatik Rumah Sakit Jiwa Daerah Atma Husada Mahakam Samarinda". (<http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/424/1/SELESAI.pdf>). Diunduh pada 20 Juli 2022 pukul 07.00
- Gea, Eighteen, Mei, Krisdayanti. 2020. "Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Diabetes Mellitus Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Dengan Penerapan Terapi Hipnotis Lima Jari Di Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah". (<http://repo.poltekkes-medan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2962/1/Eighteen%20Mei%20K%20G%20ea.pdf>). Diunduh pada 15 Juli 2022 pukul 14.00
- Hawari, D. (2016). Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hastuti dan Arumsari. 2015. "Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi DiStikes Muhammadiyah Klaten", dalam Jurnal Motorik, Vol .10 Nomor 21, Agustus 2015. Klaten: Stikes Muhammadiyah Klaten
- Larastiti, Adinda, Putri. 2014. "BAB IV Karya Tulis Ilmiah", (http://eprints.undip.ac.id/44415/5/Adinda_Putri_Larastiti_22010110130171_Bab4KTI.pdf). Diakses pada 19 Juli 2022 pukul 20.00
- Mandasari, Linda dan L.Tobing, Duma. 2020. "Tingkat Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja" dalam Indonesian Journal of Health Development Vol.2 Nomor 1, Februari 2020. Jakarta: Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.
- Miftahudin. 2016. "Depresi Pada Remaja", (<http://eprints.umpo.ac.id/8137/5/BAB%202.pdf>) . Diunduh pada 09 Juni 2022
- Nanda. (2015). Diagnosis Keperawatan Definisi & Klasifikasi 2015-2017 Edisi 10 editor T Heather Herdman, Shigemi Kamitsuru. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2015). Metodologi ilmu keperawatan, edisi 4, Jakarta: Salemba Medika.

- Owen, H. K. (2016). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 terhadap Tingkat Kecemasan Pasien di RSD dr Soebandi Jember. Universitas Jember : Fakultas Kedokteran.
- Prabandani, Raden A., “Hubungan antara stress dan Motif Berprestasi dengan Depresi Mahaiswa Tingkat Lanjut. Jurnal Psikologi.
- Priyono. (2021). Penerapan Hipnosis Lima Jari Terhadap Ansietas Sedang Pada Ny.F Dengan Hipertensi. (http://eprintslib.ummg1.ac.id/2944/1/18.0601.0044_BAB%20I_BAB%20II_BAB%20III_BAB%20V_DAFTAR%20PUSTAKA%20-%20Priyono.pdf). Diunduh pada 10 Juli pukul 10.00
- Rinawati, Prema, G2A216028 (2018) *Kompetensi Perawat Dalam Merumuskan Diagnosa Keperawatan Pada Pasien Di Ruang Rawat Inap Rsud Tugurejo Semarang*. (<Http://Repository.Unimus.Ac.Id/2026/>). Diunduh Pada 23 Juli 2022 Pukul 09.30
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet. pukul 13.15
- Marsasina, Arhatya. 2016. “Gambaran Dan Hubungan Tingkat Depresi Dengan Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Pada Pasien Rawat Jalan Puskesmas” dalam jurnal *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro*, Vol. 5, No. 4, Pp. 440-450, November. 2016. (<https://doi.org/10.14710/dmj.v5i4.14240>)
- Prabandani, Raden A., “Hubungan antara stress dan Motif Berprestasi dengan Depresi Mahaiswa Tingkat Lanjut. Jurnal Psikologi.
- Rahmawati, Alfina, Ayu. 2019. “Darurat Kesehatan Mnetal Bagi Remaja”, (<https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>). Diakses pada 07 juli 2022 pukul 09.00
- Rahmy, Hafifatul, Auliya dan Muslimahayati. 2021. “Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam” dalam *Journal of Demography, Ethnography, and Social Transformation Jodest* Vol 1 No 1, 2021. Jambi: UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi.
- Rainbow, Ntu, Nila. (2016). “*Patway Depresi*”, (<https://id.scribd.com/doc/269752684/Pathway-Depresi>). Diunduh pada 16

Juli2022 pukul 11.00

Yulianto, Hanif Sri. 2021. “6 Cara Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Dengan Bijak”, (<https://www.bola.com/ragam/read/4693774/6-cara-mengatasi-kecemasan-pada-remaja-dengan-bijak>), Diakses pada 20 Juli 2022 pukul 10.00