

**PENERAPAN TEKNIK BUTTERFLY HUG TERHADAP KECEMASAN
PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
SAMBONGPARI KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh :

MOHAMAD ABIL RAMDANI

NIM. P2. 06.20.12.3078

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

JURUSAN KEPERAWATAN

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

/TASIKMALAYA

2026



**PENERAPAN TEKNIK BUTTERFLY HUG TERHADAP KECEMASAN
PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
SAMBONGPARI KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya



Oleh :

MOHAMAD ABIL RAMDANI

NIM. P2. 06.20.12.3078

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA**

2026

ABSTRAK

“Penerapan Teknik Butterfly Hug Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya”

Mohamad Abil Ramdani¹

Dr. Peni Cahyati, S.Kp., M.Kes²

Dr. Iwan Somantri, S.Kp., M.Kes³

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah yang melebihi nilai normal, yaitu sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg, yang tidak hanya berdampak pada gangguan fisik, tetapi juga memicu respons psikologis berupa kecemasan (ansietas). Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan teknik *Butterfly Hug* terhadap penurunan skor kecemasan pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya. Kecemasan pada penderita hipertensi dapat memperburuk kondisi kardiovaskular melalui mekanisme neuroendokrin, sehingga penanganannya menjadi bagian integral dari asuhan keperawatan. Salah satu intervensi nonfarmakologi yang dapat diterapkan untuk mengatasi kecemasan adalah teknik *Butterfly Hug*, yaitu teknik stimulasi bilateral mandiri yang bekerja dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis guna menciptakan kondisi rileks dan menurunkan kecemasan. Metode yang digunakan adalah desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada satu orang klien berusia 61 tahun dengan diagnosa keperawatan ansietas, yang dilaksanakan pada tanggal 13 April hingga 2 Mei 2026. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), dan terapi *Butterfly Hug* diberikan selama 5 hari berturut-turut dengan frekuensi satu kali sehari selama 2-5 menit. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan dari skor 30 (kecemasan berat) pada pertemuan pertama menjadi 21 (kecemasan sedang) setelah pemberian terapi selama 5 hari, disertai perubahan respons klien tampak lebih tenang, rileks, dan mampu melaksanakan teknik *Butterfly Hug* secara mandiri. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penurunan skor kecemasan pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, disarankan teknik ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif intervensi nonfarmakologi yang dapat diterapkan secara mandiri maupun diintegrasikan dalam pelayanan asuhan keperawatan jiwa di fasilitas kesehatan.

Kata kunci : *Butterfly Hug*, Hipertensi, Kecemasan/Ansietas, HARS, Nonfarmakologi.

ABSTRACT

“The Application Of The Butterfly Hug Technique On Anxiety In Hypertension Patient In The Sambongpari Health Centre Tasikmalaya City”

Mohamad Abil Ramdani¹

Dr. Peni Cahyati, S.Kp., M.Kes²

Dr. Iwan Somantri, S.Kp., M.Kes³

Hypertension is a condition characterized by elevated blood pressure exceeding normal values, defined as systolic >140 mmHg and diastolic >90 mmHg, which not only results in physical impairment but also triggers psychological responses in the form of anxiety. This scientific paper aims to describe the application of the Butterfly Hug technique in reducing anxiety score among hypertension patient in the working area of Sambongpari Health Centre, Tasikmalaya City. Anxiety in hypertension patients may exacerbate cardiovascular conditions through neuroendocrine mechanisms, thereby rendering its management an integral component of nursing care. One non-pharmacological intervention that may be applied to address anxiety is the Butterfly Hug technique, a self-administered bilateral stimulation method that functions by activating the parasympathetic nervous system to induce a state of relaxation and reduce anxiety levels. A qualitative design with a nursing diagnosis of anxiety, conducted from April 13 to May 2, 2026. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), and Butterfly Hug therapy was administered for 5 consecutive days at a frequency of once daily for 2 to 5 minutes per session. The findings indicated a reduction in anxiety scores from 30 (severe anxiety) at the initial session to 21 (moderate anxiety) following 5 days of therapy, accompanied by observable changes in the client's responses, who appeared calmer, more relaxed, and capable of independently performing the Butterfly Hug technique. Based on these findings, it is concluded that the Butterfly Hug technique contributes to a reduction in anxiety scores among hypertension patients. Accordingly, it is recommended that this technique be considered as a non-pharmacological intervention alternative that may be applied independently by patients or integrated into mental health nursing care services at healthcare facilities.

Keywords : *Butterfly Hug, Hypertension, Anxiety, HARS, Non-pharmacological.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Teknik Butterfly Hug Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sambongpuri Kota Tasikmalaya”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi Diploma III Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menghadapi berbagai tantangan. Namun, berkat doa, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak, penulis mampu melalui setiap proses hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi D- III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Peni Cahyati, S.Kp., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah memberikan dukungan, masukan serta arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Dr. Iwan Somantri, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan dukungan, masukan serta arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak Asep Riyana, S.Kep., Ners., MA.Kes, selaku penguji Karya Tulis Ilmiah ini, yang telah memberikan arahan serta masukan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan.

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH	v
KATA PENGANTAR	vi
LEMBAR PERSETUJUAN	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan.....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Hipertensi	8
1. Definisi Hipertensi.....	8
2. Etiologi Hipertensi	8
3. Patofisiologi Hipertensi.....	10
4. Faktor risiko Hipertensi.....	11
B. Konsep Ansietas (kecemasan)	16
1. Definisi Ansietas	16
2. Etiologi Ansietas	17
3. Patofisiologi Ansietas.....	18
4. Rentang Respon Ansietas	21
5. Tingkat kecemasan (Ansietas).....	22

6. Penatalaksanaan Ansietas	23
C. Konsep Asuhan Keperawatan.....	24
1. Pengkajian	24
2. Diagnosa Keperawatan	32
3. Intervensi	Error! Bookmark not defined.
4. Implementasi	33
5. Evaluasi	34
D. Konsep Terapi Teknik Butterfly Hug.....	35
1. Definisi	35
2. Manfaat.....	35
3. Prosedur.....	36
E. Kerangka Teori.....	38
F. Kerangka Konsep	39
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH	40
A. Desain Karya Tulis Ilmiah	40
B. Subjek karya Tulis Ilmiah	40
C. Definisi Operasional/Batasan Istilah	41
D. Lokasi dan Waktu.....	41
E. Prosedur Penulisan Karya Tulis Ilmiah.....	41
F. Teknik Pengumpulan Data	42
1. Wawancara	42
2. Observasi	42
3. Dokumentasi.....	43
G. Instrumen Pengumpulan Data	43
H. Keabsahan Data.....	43
I. Analisis Data	44
J. Etika Penelitian.....	44
BAB IV	47
A. Hasil Penelitian.....	47
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	47
2. Gambaran Tahapan Proses Pelaksanaan Keperawatan.....	48
3. Gambaran Penerapan Terapi Butterfly Hug	52
4. Gambaran Respon dan Perubahan terhadap Penurunan Skor Kecemasan	53

B. Pembahasan	53
1. Gambaran Tahapan Proses Pelaksanaan Keperawatan.....	53
2. Gambaran Pelaksanaan Tindakan Terapi Butterfly Hug.....	67
3. Gambaran Respon dan Perubahan Terhadap Penurunan Skor Kecemasan.....	68
C. Keterbatasan	69
D. Implikasi	69
BAB V.....	71
PENUTUP	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	73
KUISIONER TINGKAT KECEMASAN	77
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	81
STRATEGI PELAKSANAAN TINDAKAN KEPERAWATAN.....	84
OBSERVASI.....	88
PENJELASAN SEBELUM PELAKSANAAN	89
INFORMED CONCENT.....	90

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Analisa Data	31
Tabel 4. 1 Karakteristik Pasien.....	48
Tabel 4. 2 Data Fokus.....	49
Tabel 4. 3 Faktor Predisposisi dan Presipitasi.....	50
Tabel 4. 4 Implementasi Keperawatan	51
Tabel 4. 5 Gambaran Penerapan Terapi Butterfly Hug.....	52
Tabel 4. 6 Gambaran Respon dan Perubahan terhadap Penurunan Skor Kecemasan.....	53

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Rentang Respon Ansietas.....	21
Bagan 2 Pohon Masalah	32
Bagan 3 Kerangka Teori.....	38
Bagan 4 Kerangka Konsep	39

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)</i>	<i>77</i>
<i>Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur Butterfly Hug.....</i>	<i>81</i>