

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Temuan penelitian bertajuk *The impact of coffee aromatherapy and Five-Finger hypnosis* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Toroh Desa Kenteng 2 yang dilakukan mulai 11 Mei hingga 30 Mei 2026, dengan 36 peserta dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Intervensi diberikan dua kali seminggu kepada masing-masing kelompok. Pembahasan temuan penelitian dimulai dengan karakteristik responden, seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan.

Setelah itu, diberikan ringkasan tingkat kecemasan pasien hipertensi, baik sebelum dan sesudah hipnosis lima jari diberikan kepada kelompok kontrol dan sebelum dan sesudah kelompok eksperimen menerima kombinasi hipnosis Lima jari dan kopi aromaterapi. Penelitian tambahan dilakukan untuk menilai kemanjuran pemberian hipnosis dengan lima jari saja dibandingkan dengan kombinasi dengan kopi aromaterapi, serta untuk menentukan dampak dari setiap intervensi dalam menurunkan tingkat kecemasan pada individu hipertensi. Bab ini juga meneliti variasi dalam tingkat kecemasan sebelum dan setelah prosedur, efek dari masing-masing perlakuan, dan pemeriksaan seberapa baik bekerja untuk menurunkan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi.

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Kenteng yang merupakan bagian dari wilayah pelayanan Puskesmas Toroh 2 Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan Provinsi Jawa Tengah. Desa Welar, Desa Ngacir, Desa Ngancar, Desa Sumber

Agung, Desa Kenteng, Desa Jeblogan, Desa Domas, Desa Turi, dan Desa Sidomulyo merupakan beberapa dusun yang membentuk Desa Kenteng. Secara geografis, desa Ngrandah berbatasan dengan desa Kenteng di utara dan timur laut, Desa Tunggak berbatasan dengan barat dan barat laut, dan desa Krangganharjo berbatasan dengan selatan dan tenggara.

B. Karakteristik Responden

1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden

Tabel 4. 1 Frekuensi Umur Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Umur	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Frekuensi (n)	Presentase (%)
30-38	2	11,1%	1	5,6%
39-47	5	17,8%	7	38,9%
48-57	5	27,8%	5	27,8%
58-65	6	33,3%	5	27,8%
Total	18	100,0%	18	100,0%

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Setiap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki total 18 responden, seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4.1. Enam responden (33,3%) pada kelompok eksperimen berusia antara 58 dan 65 tahun, sedangkan tujuh responden pada kelompok kontrol berusia antara 39 dan 47 tahun. (38,9%).

2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Tabel 4. 2 Frekuensi Jenis Kelamin Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Jenis Kelamin	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-Laki	1	5,6%	1	5,6%
Perempuan	17	94,6%	17	94,6%
Total	18	100,0%	18	100,0%

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol memiliki mayoritas tanggapan perempuan (masing-masing 17), seperti yang diilustrasikan Tabel 4.2. (94,4%).

3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Responden

Tabel 4. 3 Frekuensi Pendidikan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Pendidikan	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Frekuensi (n)	Presentase (%)
SD	7	38,9%	5	27,8%
SMP	8	44,4%	7	38,9%
SMA	3	16,7%	6	33,3%
Total	18	100,0%	18	100,0%

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Tingkat pendidikan SMP mendominasi baik pada kelompok eksperimen sebanyak 8 responden (44,4%) maupun kelompok kontrol sebanyak 7 responden (38,9%), sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 4.3.

4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Responden

Tabel 4. 4 Frekuensi Pekerjaan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Pekerjaan	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Petani	7	38,9%	8	44,4%
IRT	11	61,1%	10	55,6%
Total	18	100,0%	18	100,0%

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Seperti ditunjukkan pada Tabel 4.4, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT) mendominasi baik pada kelompok eksperimen yang terdiri dari 11 responden (61,1%) maupun kelompok kontrol yang terdiri dari 10 responden (55,6%).

C. Analisa Univariat

1. Distribusi Frekuensi Tingkat Ansietas Responden Pre Test dan Post Test Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Tabel 4. 5 Frekuensi Tingkat Ansietas Pre dan Post Kelompok Eksperimen

Kategori Ansietas	Pretest		Posttest	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Tidak cemas	0	0%	10	55,5%
Ringan	3	16,7%	6	33,3%
Sedang	9	50,0%	2	11,1%
Berat	6	33,3%	0	0%
Total	18	100,0%	18	100,0%

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil saat pretest ansietas paling banyak memiliki ansietas sedang sebanyak 9 responden (50,0%). Sedangkan saat posttest ansietas paling banyak tidak mengalami cemas sebanyak 10 responden (55,5%).

Tabel 4. 6 Frekuensi Tingkat Ansietas Pre dan Post Kelompok Kontrol

Kategori Ansietas	Pretest		Posttest	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Tidak cemas	0	0%	4	22,2%
Ringan	5	27,8%	7	38,9%
Sedang	8	44,4%	7	38,9%
Berat	5	27,8%	0	0%
Total	18	100,0%	18	100,0%

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan hasil saat pretest kecemasan paling banyak pada ansietas sedang sebanyak 8 responden (44,4%), Sedangkan saat posttest ansietas paling banyak pada ansietas ringan dan sedang masing-masing sebanyak 7 responden (38,9%).

D. Analisa Bivariat

1. Hasil Uji Normalitas

Tabel 4. 7 Uji Normalitas Tingkat Ansietas Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Variabel	<i>Shapiro-Wilk</i>	Sebaran data
	<i>Sign.</i>	
Ansietas Sebelum Kombinasi	0,607	Normal
Ansietas Sesudah Kombinasi	0,006	Tidak normal
Ansietas Sebelum Hipnosis	0,413	Normal
Ansietas Sesudah Hipnosis	0,103	Normal

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Uji *Shapiro-Wilk* digunakan untuk analisis normalitas berdasarkan Tabel 4.7 karena jumlah responden kurang dari atau sama dengan 50 orang. Karena Uji-T Berpasangan mengharuskan semua variabel memiliki distribusi data yang normal, uji *Wilcoxon* digunakan untuk menguji kelompok eksperimen. Sementara itu, kelompok kontrol diuji menggunakan Uji-t Berpasangan karena distribusi datanya normal.

2. Hasil Uji Berpasangan

a. Pengaruh Kombinasi Hipnosis Lima dan Aromaterapi Kopi Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Kelompok Eksperimen

Tabel 4. 8 Hasil Uji *Wilcoxon* Tingkat Ansietas Kelompok Eksperimen

	n	Median (minimum- maksimum)	Rerata±s.b	<i>p</i>
Ansietas Sebelum Kombinasi	18	25,50 (18-31)	25,11±3,833	0,000
Ansietas Sesudah Kombinasi	18	13,00 (11-21)	14.22±3,078	

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Seperti terlihat pada Tabel 4.8, nilai *p* kelompok eksperimen dari analisis *Wilcoxon* adalah 0,000. Hipotesis alternatif (*H_a*) diterima dan hipotesis nol (*H_o*) ditolak jika $p < 0,05$. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa hipnosis lima jari dan aromaterapi kopi berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan pada warga Desa Kenteng dengan hipertensi.

b. Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Kelompok Kontrol

Tabel 4. 9 Hasil Uji *Paired T-Test* Tingkat Ansietas Kelompok Kontrol

	n	Median (minimum- maksimum)	Rerata±s.b	<i>p</i>
Ansietas Sebelum Hipnosis	18	23,50 (16-30)	23,61±4,434	0,000
Ansietas Sesudah Hipnosis	18	18,50 (12-25)	18,50±4,190	

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Analisis Uji-T Berpasangan pada kelompok kontrol menghasilkan nilai *p* sebesar 0,000, seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4.9. Karena $p <$

0,05, hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipnosis dengan Lima jari berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi Desa Kenteng.

3. Hasil Uji Dua Kelompok Tidak Berpasangan

a. Hasil Uji Normalitas Selisih Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas Selisih Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Variabel	<i>Shapiro-Wilk</i> Sign.	Sebaran Data
Kombinasi	0,136	Normal
Hipnosis	0,075	Normal

Sumber : Olah data penelitian (2026)

Berdasarkan tabel 4.10, analisis normalitas selisih antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa data terdistribusi normal. Dengan demikian, kita dapat menggunakan uji *Independent Samples Test*.

b. Hasil Uji Efektifitas Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Tabel 4. 11 Hasil Uji *Independent Samples Test*

	n	Rerata $\pm$ s.b	<i>p</i>
Selisih Kombinasi	18	10,89 $\pm$ 3,179	0,000
dan Hipnosis	18	5,11 $\pm$ 1,745	

Sumber ; Olah data penelitian (2026)

Perbedaan rata-rata terlihat jelas antara kelompok yang diberi perlakuan sebesar 10,89 dan kelompok yang tidak menerima perlakuan sebesar 5,11 seperti yang tertera dalam Tabel 4.11 hasil dari uji *Independent*

Samples Test. Nilai p yang diperoleh yaitu 0,000 dari hasil pengujian *Independent T Test*, dan karena $p < 0,05$ maka hipotesis nol ditolak sedangkan hipotesis alternatif diterima. Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa ada perbedaan dalam efektivitas antara penggabungan hipnosis lima jari dengan aromaterapi kopi dan hipnosis lima jari secara mandiri dalam mengurangi tingkat kecemasan pada individu yang menderita hipertensi.