

## Penerapan Teknik *Butterfly Hug* untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Penderita Tuberkulosis Paru Berbasis *Self Care*

Yuly Abdi Zainurridha<sup>1</sup>, Ma'rifatul Jannah<sup>2</sup>, Achmad Afifil Afton<sup>3</sup>, Ummul Fithriyati<sup>4</sup>, Turiman<sup>5</sup>, Superzeki Zaidatul Fithriyah<sup>6</sup>

<sup>1-6</sup>STIKes Bhakti Al-Qodiri  
<sup>1-6</sup>Program Studi S1 Keperawatan  
email: [yulyabdi91@gmail.com](mailto:yulyabdi91@gmail.com)

Handphone: 0823-3646-9678

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Kasus tuberkulosis paru baik didunia maupun di negara berkembang seperti Indonesia ini masih menjadi permasalahan yang serius yang harus segera diselesaikan. Banyak sekali dampak yang ditimbulkan dari penyakit menular ini diantaranya tekanan psikologis sehingga dapat menyebabkan kecemasan yang berkepanjangan. Penyakit pernapasan ini perlu adanya penanganan baik dari segi motivasi yang tinggi ataupun terapi lain yang dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan penderitanya. Tujuannya adalah mengetahui pemberian tehnik butterfly hug untuk menurunkan tingkat kecemasan pada penderita tuberkulosis paru. **Metode:** Metode penelitian ini yang digunakan adalah desain penelitian kuantitatif pre-experimental dengan one gorup pretest-posttest without control design. Didalam penelitian ini sampel yang digunakan berjumlah 40 penderita tuberkulosis paru dengan tehnik yang digunakan yaitu purposive sampling. Untuk alat ukur dari penelitian eksperimen ini menggunakan alat ukur SOP penerapan butterfly hug dan kuesioner Halminton Rating Scale (HARS) untuk tingkat kecemasan. **Hasil:** Sesudah penelitian dilakukan diberikan intervensi butterfly hug memberikan hasil bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan yang awalnya dari 45% menjadi 40% untuk kategori tingkat kecemasan sedang. Hasil dari uji penelitian ini menunjukkan hasil p-value  $0,000 < 0,05$  dengan menggunakan analisa data uji paired sample t-test. **Kesimpulan:** Didapatkan hasil bahwa penerapan tehnik butterfly hug untuk menurunkan tingkat kecemasan berpengaruh terhadap psikologis penderita.

**Kata kunci:** Butterfly Hug, Self Care, Tingkat Kecemasan, Tuberkulosis Paru

### ABSTRACT

**Background:** Cases of pulmonary tuberculosis both in the world and in developing countries such as Indonesia are still a serious problem that must be resolved immediately. There are many impacts caused by this infectious disease, including psychological pressure which can cause long-term anxiety. This respiratory disease needs treatment in terms of high motivation or other therapy that can help reduce the sufferer's anxiety level. The goal is know the success to determine the extent butterfly hug technique can reduce anxiety levels in pulmonary tuberculosis sufferers. **Method:** The research method conducted in the study was a pre-experimental quantitative research design with one group pretest-posttest without control design. In this research, the sample used was 40 pulmonary tuberculosis sufferers with the purposive sampling technique. The measuring instruments for this experimental research used the SOP measuring instrument for implementing butterfly hugs and the Hamilton Rating Scale (HARS) questionnaire for anxiety levels. **Result:** After the study was conducted, the butterfly hug intervention gave the result that there was a decrease in the level of anxiety which was initially from 45% to 40% for the moderate anxiety category. This research test showed a p-value of  $0.000 < 0.05$  using paired sample t-test data analysis. **Conclusion:** The result obtained the effect of applying the butterfly hug technique to reduce anxiety levels was an impact on the patient's psychology.

**Keyword:** Anxiety level, Butterfly hug, Pulmonary tuberculosis suffers, Self care

## 1. PENDAHULUAN

Tuberkulosis paru sampai saat ini masih belum turun jumlah penderitanya baik di dunia maupun di Indonesia, sebenarnya penyakit ini tidak sulit disembuhkan jika penderitanya disiplin dalam minum obat [1]. Penyakit pernapasan ini jika tidak ditangani dengan serius maka akan menimbulkan masalah kesehatan yang serius pula baik di dunia maupun dinegara berkembang seperti Indonesia dan bisa menyebabkan keparahan di sistem pernapasan bahkan kematian. Penyakit yang menyerang pernapasan ini jika tidak tertangani dengan baik akan menimbulkan bahaya fisik, dan berdampak pada kejiwaan yaitu kecemasan yang berkepanjangan [2]. Kecemasan atau perasaan khawatir terjadi pada setiap individu jika individu tersebut mengalami suatu penyakit yang serius. Penderita tuberkulosis paru perlu adanya terapi nonfarmakologis tambahan *butterfly hug* atau pelukan kupu-kupu, metode ini dapat membantu merelaksasi otot tubuh secara perlahan dan membantu mengurangi stres emosional agar membuat diri kita merasa tenang [3]. *Self care* atau perawatan mandiri masih belum maksimal dilakukan oleh penderita tuberkulosis paru, karena penderita tuberkulosis paru membutuhkan *support* atau dukungan lebih dari keluarga [4].

Menurut penelitian Organisasi Kesehatan Dunia memberitahukan tentang perkiraan jumlah penderita yang dinyatakan positif tuberkulosis paru ditahun 2021 di dunia sebesar 10,6 juta penderita atau meningkat kurang lebih 600.000 ribu, ada 6 juta penderita yaitu penderita dewasa dengan jenis kelamin laki-laki, dan 3,4 juta penderita yaitu dewasa berjenis perempuan dan penderita lainnya yaitu remaja, anak laki-laki dan perempuan berjumlah 1,2 juta penderita. Di tahun 2020 yang lalu, kurang lebih 842.000 penderita tuberkulosis paru [5]. Di daerah Jawa Timur sendiri ditemukan kurang lebih 43.268 penderita tuberkulosis, kurang lebih 74% di antaranya yaitu kasus tuberkulosis paru, dan sisa yang lainnya yaitu tuberkulosis ekstra paru. Dengan tahap *interview* atau tanya jawab kepada 7

penderita tuberkulosis mendapatkan hasil 4 penderita tuberkulosis yang mengatakan bahwa mengalami kecemasan atau kekhawatiran terhadap penyakitnya [6]. Sejalan dengan penelitian Khoerunnisa tahun 2022, bahwa kebanyakan penderita tuberkulosis paru mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 23 penderita dengan jumlah 57,1%. Setelah melakukan *interview* atau tanya jawab kepada 5 penderita tuberkulosis di Rumah Sakit Paru, 2 penderita mengalami tingkat kecemasan atau kekhawatiran berat, 2 penderita mengalami tingkat kecemasan atau kekhawatiran sedang atau biasa, dan 1 penderita lagi mengalami tingkat kecemasan atau kekhawatiran ringan [7]. Data penilaian ini menggunakan skala kecemasan yakni *Halminton Rating Scale* (HARS).

Adapun beberapa manifestasi klinis yang biasanya dialami oleh penderita tuberkulosis paru ini, diantaranya keadaan umum lemah atau lemas, sulit makan tidak seperti biasanya atau mengalami penurunan nafsu makan, mengeluarkan keringat dingin dimalam hari padahal penderita tidak melakukan kegiatan atau olahraga, batuk biasanya pada penderita tuberkulosis ini lebih lama sembuhnya yaitu terjadi sekitar 14 hari atau 2 minggu lebih dengan disertai batuk darah atau tidak [8]. Mayoritas penderita tuberkulosis paru yang paling sering dikeluhkan atau sering terjadi yaitu kecemasan atau kekhawatiran, putus asa, depresi dan tidak berdaya [9]. Perasaan takut atau khawatir pada yang sering dialami penderita tuberkulosis paru terhadap dirinya sendiri yaitu tentang pengobatan, efek samping obat, menularkan penyakitnya ke orang lain, didiskriminasi bahkan kematian [10]. Kecemasan akan mempengaruhi keseimbangan jiwa seseorang diantaranya emosi tidak stabil, takut, gelisah, tegang bahkan gugup dalam menyelesaikan sesuatu [11].

Terapi yang harus dilakukan atau diberikan kepada penderita tuberkulosis paru untuk mengurangi tingkat kecemasan atau kekhawatiran yaitu salah satunya terapi relaksasi atau sering disebut terapi santai, terapi ini diberikan oleh perawat

sebagai pemberi asuhan keperawatan atau disebut *care giver* [12]. Salah satu jenis terapi non farmakologi yang diberikan kepada penderita tuberkulosis paru adalah terapi *butterfly hug*, terapi ini diyakini mampu untuk menurunkan atau mengurangi kecemasan atau kekhawatiran selain terapi farmakologis atau obat-obatan [13]. Tidak hanya terapi *butterfly hug* yang diberikan tetapi agar lebih maksimal perlu juga adanya *self care* dari penderita tuberkulosis paru, agar bisa sembuh total [14].

## 2. METODE

Teknik kuantitatif sering digunakan pada penelitian hubungan atau eksperimen, didalam metode penelitian ini menggunakan satu kelompok sebelum dan sesudah tes tanpa menggunakan kelompok kontrol. Pada penelitian eksperimental ini dilakukan sebanyak dua kali perlakuan, pertama sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan [15]. Variabel dalam penelitian ini yaitu penerapan teknik *butterfly hug* dan tingkat kecemasan. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2024 di Rumah Sakit Paru Jember.

Seluruh penderita yang dirawat inap dari bulan desember 2023 sampai januari 2024. Sampel penelitian ini yaitu 40 penderita tuberkulosis dengan menggunakan teknik *sampling purposive sampling*. Sumber data yang digunakan penelitian ini adalah data primer, yakni data yang dikumpulkan langsung dari Rumah Sakit Paru Jember.

Didalam penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah angket atau berupa pertanyaan yang ditujukan kepada penderita, tingkat kecemasan HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) yang terdiri dari 14 pertanyaan [16]. Pengolahan data meliputi editing, coding, scoring, entry, dan cleaning. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis *paired sample t-test*

## HASIL

Didalam penelitian ini hasil yang akan dibahas adalah penderita tuberkulosis

paru diantaranya meliputi: karakteristik usia, karakteristik jenis kelamin, dan tingkat kecemasan.

Tabel 1. Karakteristik usia

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
17-25	3	7,5%
26-35	1	2,5%
36-45	3	7,5%
46-55	13	32,5%
56-65	7	17,5%
>65	13	32,5%
Total	40	100%

Dari tabel 1 terlihat bahwa penderita dengan usia 46-55 tahun dan > 65 tahun mendominasi penderita tertinggi yaitu 13 penderita dan persentase yaitu 32,5%.

Tabel 2. Karakteristik jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	27	67,5
Perempuan	13	32,5
Total	40	100

Terlihat pada tabel 2 bahwa jumlah penderita terbanyak dengan jumlah 27 atau 67,5% terjadi pada laki-laki dan sisanya 32,5% berjenis kelamin perempuan.

Tabel 3. Tingkat kecemasan

Tingkat kecemasan	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak cemas	0	0	0	0
Ringan	8	20	13	32,5
Sedang	18	45	16	40
Berat	13	32,5	11	27,5
Panik	1	2,5	0	0

Pada tabel 3 tampak bahwa tingkat kecemasan ringan diatas sebanyak 8 penderita tuberkulosis paru sebelum diberikan teknik *butterfly hug*, untuk tingkat kecemasan sedang sebanyak 18, tingkat kecemasan berat sebanyak 13 dan tingkat kecemasan panik sebanyak 1.

Tabel 4. Uji normalitas

Kolmogorof Smirnov	
Variabel	Sign 2 tailed
Pre test tingkat kecemasan	.200
Post test tingkat kecemasan	.200

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil Sign 2 tailed diatas sebesar 0,200 yang berarti data penelitian ini berdistribusi normal. Karena hasilnya berdistribusi normal, maka uji penelitian ini menggunakan uji paired sample t-test.

Tabel 5. Uji paired sample t-test

Variabel	p-value
Teknik Butterfly Hug	.000

Di tabel 5 hasil dari teknik butterfly hug adalah 0.000 berarti mampu teknik ini diterapkan untuk menurunkan tingkat kecemasan atau psikologis dengan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan teknik butterfly hug terhadap tingkat kecemasan.

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini penderita tuberkulosis paru yang terbanyak adalah diatas 40 tahun yaitu 46-65 tahun keatas, dan didapatkan berjenis kelamin laki-laki. Sejalan dengan penelitian Rahmawati tahun 2022, menyatakan bahwa kasus tuberkulosis cenderung berjenis kelamin laki-laki, berhubungan dengan lebih sering beraktivitas diluar ruangan dan perokok, sehingga lebih mudah terserang penyakit menular ini [17].

Kecemasan pada penelitian ini dapat diketahui bahwa penderita tuberkulosis paru sebelum diberikan teknik butterfly hug tentang penurunan tingkat kecemasan sebagian besar berkategori tingkat kecemasan sedang dan terjadi penurunan sesudah dilakukan teknik butterfly hug [18].

Sebelum dan sesudah dilakukan tes dapat diketahui tingkat kecemasan penderita tuberkulosis paru menunjukkan

hasil uji normalitasnya berdistribusi normal, dan penelitian ini menggunakan uji paired sample t-test, hasilnya bisa disimpulkan ada efek sesudah diberikan tehnik butterfly hug.

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya dapat di tarik beberapa kesimpulan untuk penelitian eksperimen ini yakni ada pengaruh pemberian tehnik butterfly hug untuk menurunkan tingkat kecemasan. Variabel yang paling dominan atau yang paling banyak berusia 46-55 tahun dan > 65 tahun, dan penderita tuberkulosis paru berjenis kelamin laki-laki.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. D. Oktaviani, T. Sumarni, and T. Supriyanto, "Studi Kasus Implementasi Batuk Efektif pada Pasien dengan Tuberkulosis Paru," *J. Penelit. Perawat Prof.*, vol. 5, no. 2, pp. 875-880, 2023, doi: 10.37287/jppp.v5i2.1633.
- [2] F. Kahar, D. E. Purlinda, and L. Setyowatiningsih, "Profil Diabetes Mellitus Pada Penderita Tuberculosis," *Pros. Semin. Nas. UNIMUS*, vol. 5, pp. 1086-1095, 2022.
- [3] M. S. F. Cagaoan, A. C. D. Dayrit, A. C. R. Dela Vega, and M. J. V Flores, "Effectiveness of the Butterfly Hug Method to the Level of Mental Health Status of Senior Citizens Living in a Selected Healthcare Facility: Basis for Adjunct Therapy," *J. Rural Community Nurs. Pract.*, vol. 1, no. 2, pp. 185-209, 2023, doi: 10.58545/jrcnp.v1i2.119.
- [4] H. Nindya Prameswari, M. Hannan, and C. Nelia Damayanti, "Komitmen Berpengaruh Terhadap Capabiliteies To Perform Self Care pada penderita Tuberculosis Paru," *J. Keperawatan*, vol. 15, pp. 331-338, 2023, [Online]. Available: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- [5] K. Minum, O. Penderita, and T. B. Paru, "Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practices," vol. 2015, no. 2, 2021.
- [6] N. D. Safitri and E. Caturini, "Basic and applied nursing research journal 2023," vol. 4, no. 1, pp. 9-19, 2023, doi: 10.11594/banrj.04.01.02.

- [7] A. W. J. Province, "LAMA PENGOBATAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN TB PARU DI POLI PARU RSUD AL - IHSAN PROVINSI JAWA BARAT," vol. 3, no. 1, pp. 44–51, 2023, doi: 10.34011/jkifn.v3i1.1362.
- [8] A. Riany, P. Sundari, A. Tursina, and T. B. Siddiq, "Gambaran Karakteristik Pasien Infeksi Oportunistik Tuberkulosis dengan HIV / AIDS di RSUD Al-Ihsan," pp. 141–148, 2021.
- [9] N. A. Rahma, Z. N. Indira, H. Fauzi, and U. B. Lestari, "Analisis Diagnosis Tuberkulosis Paru Pasien Rawat Inap Bulan November 2023 di RSUD Banyumas," vol. 5, no. 3, 2024, doi: 10.25047/j-remi.v5i3.4718.
- [10] T. Kecemasan, P. Pasien, and T. Tb, "Dukungan emosional keluarga dengan tingkat kecemasan pada pasien tuberkulosis (tb) paru 1)," pp. 165–176.
- [11] D. Penderita *et al.*, "Faktor risiko kondisi lingkungan fisik rumah dengan penderita tb paru," pp. 63–70, 2015.
- [12] M. Di and K. Badung, "Karakteristik penderita tuberkulosis paru dengan diabetes melitus di kabupaten badung tahun 2017-2018," vol. 10, no. 1, pp. 60–64, 2021.
- [13] F. A. Amalia, L. L. Salsabila, D. R. Rhomadona, and J. Aprillia, "Psychoeducation on emotional management in students of SMA Muhammadiyah X Surakarta City," vol. 8, no. August, pp. 515–525, 2023.
- [14] L. Lismayanti, A. Elengoe, T. Bin Sannsuwito, M. Falah, and U. M. Tasikmalaya, "Self-Care Adherence Among Tuberculosis Patients In Tasikmalaya City," vol. 02, pp. 4–10, 2024.
- [15] M. N. Adlini, A. H. Dinda, S. Yulinda, and O. Chotimah, "METODE PENELITIAN KUALITATIF STUDI PUSTAKA," vol. 6, no. 1, pp. 974–980, 2022.
- [16] P. R. Arias, J. Gordón-rogel, A. Galárraga-andrade, and F. E. García, "Propiedades Psicométricas de la Hamilton Anxiety Rating Scale ( HARS ) en Estudiantes Ecuatorianos Propiedades Psicométricas de la Hamilton Anxiety Rating Scale ( HARS ) en Estudiantes Ecuatorianos Propriedades psicométricas da escala de avaliação de ansiedade de Hamilton ( HARS ) em estudantes equatorianos," pp. 273–287.
- [17] P. Usia *et al.*, "FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN TUBERKULOSIS PARU," vol. 10, no. September, pp. 570–578, 2022.
- [18] B. Ayu *et al.*, "Kecemasan pada Penderita Tuberculosis," vol. 11, no. 2, pp. 174–177, 2022.