



PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN *CHRONIC KIDNEY DISEASE* (CKD) *STAGE V* YANG MENJALANI HD DI RSUD DR. R. SOEDARSONO KOTA PASURUAN

Mohammad Ali Bahruddin¹ Dodik Hartono² Sunanto³

^{1,2,3} STIKes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia

Email Korespondensi: @gmail.com

ABSTRAK

Chronic kidney disease (CKD) merupakan kerusakan fungsi ginjal yang tidak dapat pulih kembali, terapi pada penderita CKD yaitu hemodialisis. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat membantu pasien dalam menurunkan Kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan. Jenis penelitian ini adalah penelitian pra-eksperimen dengan desain one group pre-post design. Populasi sebanyak 33 responden dan sampel sebanyak 30 responden yang memenuhi syarat inklusi penelitian, dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner penilaian Kecemasan, kemudian data dikumpulkan melalui proses Editing, Coding, Scoring, dan Tabulating. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *uji wilcoxon signed rank test*. Hasil penelitian ini menunjukkan Kecemasan Pada Pasien CKD *Stage V* Yang Menjalani HD Sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang terbanyak adalah Kecemasan sedang yaitu sejumlah 12 responden (40.0%), Kecemasan Pada Pasien CKD *Stage V* Yang Menjalani HD sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang terbanyak adalah Kecemasan ringan yaitu sejumlah 14 responden (46.7%). Hasil uji analisis didapatkan Ada Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan nilai yaitu $p=0,000$ dengan tingkat signifikan $0,05$ ($p=0,000 \leq \alpha 0,05$). Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk mengurangi kecemasan jika pasien mengalami kecemasan, sehingga membuat pasien lebih nyaman dan tidak megkhawatirkan hal negatif saat prosedur Hemodialisis dilakukan, selain itu perlunya edukasi kepada pasien dan keluarga pasien agar bisa melakukan terapi SEFT secara maksimal agar dapat menurunkan kecemasan dan badan menjadi rileks.

Kata kunci : *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V*, Kecemasan, Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

ABSTRACT

Chronic kidney disease (CKD) is damage to kidney function that cannot be recovered. Treatment for CKD sufferers is hemodialysis. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy can help patients reduce anxiety. This study aims to determine the effect of the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on reducing anxiety in Stage V Chronic kidney disease (CKD) patients undergoing HD at RSUD Dr. R. Soedarsono, Pasuruan City. This type of research was pre-experimental research with a one-group pre-post design. The population was 33 respondents and the sample was 30 respondents who met the research inclusion requirements, selected using a purposive sampling technique. The instrument used an Anxiety assessment questionnaire sheet, and then data was collected through Editing, Coding, Scoring and Tabulating processes. The data obtained were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. The results of this study showed that the most anxiety in Stage V CKD Patients Undergoing HD Before Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy was moderate anxiety, namely 12 respondents (40.0%), Anxiety in Stage V CKD Patients Undergoing HD after Spiritual Emotional Freedom Therapy The most common technique (SEFT) was mild anxiety, namely 14 respondents (46.7%). The results of the analysis test showed that there was an effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on reducing anxiety in Stage V Chronic kidney disease (CKD) patients undergoing HD in RSUD. Dr. R. Soedarsono, Pasuruan City, the value is $p=0.000$ with a significance level of 0.05 ($p=0.000 \leq \alpha 0.05$). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy reduces anxiety if the patient experiences anxiety, thus making the patient more comfortable and not worrying about negative things when the Hemodialysis procedure is carried out, apart from that it is necessary to educate patients and the patient's family so that they can carry out SEFT therapy optimally in order to reduce anxiety and the body relaxes.

Keywords: *Chronic kidney disease (CKD) Stage V, Anxiety, Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy.*

PENDAHULUAN

Pada saat ini *Chronic kidney disease* (CKD) menjadi masalah kesehatan yang menjadi daya tarik, dimana prevalensi semaki tinggi (Setiawan dan Resa, 2019). CKD merupakan penyakit dengan kelainan struktural atau fungsional dengan waktu minimal 3 bulan, dapat berupa kelainan struktural yang dapat di detektsi melalui pemeriksaan laboratorium dengan glomerular filtration rate (GFR). Penyakit CKD jika tidak ditangani dapat menjadi Penyakit Ginjal Kronis Akhir atau *Chronic kidney disease Stage V* (CKD *Stage V*) yang merupakan tahapan terakhir dari penyakit ginjal kronis. Pada tahapan ini ginjal sudah tidak mampu menjalankan fungsinya dengan baik, yaitu untuk menyaring dan membuang limbah serta cairan yang berlebih dari dalam darah (Basuki, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, menjelaskan bahwa CKD adalah masalah kesehatan terdapat 1/10 penduduk dunia diidentikkan dengan penyakit CKD dan diperkirakan 5 sampai 10 juta kematian pasien setiap tahun, dan diperkirakan 1,7 juta kematian setiap tahun karena kerusakan ginjal akut (Zulfan et al., 2021). Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2020, penderita CKD sesuai diagnosa dokter di Indonesia sebesar 3,8% atau berjumlah 713.783 jiwa dan sekitar 47% mengalami CKD *Stage V* dan berujung kematian, Sedangkan prevalensi CKD di Jawa Timur 113.045 jiwa sekitar 41,67% diantaranya mengalami CKD *Stage 5* (Kemenkes RI, 2020). Di kota Pasuruan penderita CKD pada tahun 2022 mencapai 1.154 jiwa (Dinkes Kota Pasuruan, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 20 Agustus 2023, di Ruang Hemodialisis RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan dengan menggunakan metode wawancara dan observasi kepada 10 pasien CKD *Stage V*, dari hasil data yang didapatkan terdapat 6 pasien (60%) mengatakan perasaan cemas, khawatir, berdebar-debar, gugup dan rasa tidak nyaman, cemas akan kehidupan selanjutnya, takut melihat alat-alat hemodialisis, khawatir akan kondisi tubuhnya setelah menjalani hemodialisis, pasien juga tampak berkeringat, tidak tenang dan gelisah, sedangkan 4 pasien (40%) mengatakan menerima kondisinya saat ini, serta tetap optimis bahwa suatu saat nanti akan pulih kembali jika rutin melakukan pengobatan dan mengatur pola hidup sehat, serta sabar, dan Ikhlas menjalani semuanya tidak menjadikan beban pikiran. dan pasien tampak tenang, dan pasrah.

CKD merupakan kondisi saat fungsi ginjal mulai menurun secara bertahap. Penyakit Ginjal Kronis disebut juga sebagai kerusakan ginjal dapat berupa kelainan jaringan, komposisi darah, dan urine atau tes pencitraan ginjal, yang dialami lebih dari tiga bulan (Hanggraini dkk, 2020). Penyakit CKD apabila tidak ditangani dapat menjadi Penyakit Ginjal Kronis Akhir atau Stadium 5 (*Chronic kidney disease Stage V*), terjadinya CKD *Stage V* biasanya diawali dengan kondisi atau penyakit lain yang memengaruhi fungsi ginjal dalam waktu yang lama. Kondisi dan penyakit yang dapat memengaruhi fungsi ginjal antara lain hipertensi, diabetes tipe 1 atau 2, penyakit autoimun seperti lupus serta penyakit ginjal lain, seperti penyakit ginjal polikistik, batu ginjal, glomerulonefritis, sindrom nefritis, atau infeksi ginjal berulang. Selain itu, infeksi saluran kemih berulang, pembesaran prostat, dan amiloidosis juga bisa menjadi penyebab penyakit ginjal kronis. Adapun terapi yang dapat dilakukan pada penderita CKD *Stage V* salahsatunya yaitu hemodialisis (Basuki, 2019).

Hemodialisa merupakan salah satu pilihan terapi pada pasien CKD. Namun tidak semua pasien CKD melakukan hemodialisa, dikarenakan hemodialisa membutuhkan waktu yang lama dan harus dijalani dengan rutin, dan dapat mengganggu aktivitas penderita seperti bekerja, olahraga, makan, minum dan kegiatan lainnya, selain itu memerlukan biaya yang cukup banyak, serta dapat merubah kondisi fisik penderita seperti kulit bersisik, berwarna hitam, mengurangi konsumsi air minum dan menurunnya kualitas kesehatan penderita (Anita, 2019).

Pasien yang pertama kali menjalani hemodialisis akan mengalami masalah psikologis berupa rasa cemas yang disebabkan karna prosedur, alat-alat dan dampak setelah hemodialisis, pada tahap hemodialisis awal dilakukan pembuatan akses vascular dimana pasien akan merasa tidak nyaman ketika jarum ditusukkan kedalam pembuluh darahnya selain itu pasien akan merasa nyeri, mual muntah, sakit kepala, hipotensi dan kram otot namun pasien akan terbiasa seiring berjalannya waktu (Dialysis, 2018). Namun dalam penelitian Baraz *et.al* (2019) mengatakan pasien yang menjalani hemodialisis lebih dari 20 kali juga sering mengalami Kecemasan seperti saat pertama kali menjalani hemodialisis.

Kecemasan pre hemodialisis merupakan suatu peristiwa mengkhawatirkan bagi pasien dan menghasilkan respon emosional, kognitif dan psikologi pasien yang pada akhirnya berpengaruh pada hasil hemodialisis (Bedaso & Asres, 2019). Kebanyakan orang yang mengalami cemas biasanya memiliki tanda dan gejala yaitu khawatir, firasat buruk, cemas, takut pada pikirannya sendiri, mudah tersinggung, tidak tenang, merasa gelisah, mengalami gangguan pola tidur, memimpikan kejadian yang menegangkan, terkadang mengalami gangguan daya ingat, berdebar-debar, gangguan perkemihan dan pencernaan, sakit kepala dan lain sebagainya (Cholina, 2020).

Kecemasan merupakan sebuah respon adaptif yang dapat dipengaruhi oleh diri seseorang atau kegiatan psikologis sebagai akibat dari tindakan, kejadian eksternal yang mengakibatkan tuntutan baik fisik maupun psikologis terhadap seseorang. Pasien yang akan menghadapi hemodialisis tampak lebih gelisah dan takut sehingga mereka akan terus bertanya secara berulang meskipun pertanyaan tersebut sebelumnya sudah dijawab (Prabowo, 2019). Kecemasan pre-hemodialisis merupakan suatu peristiwa mengkhawatirkan bagi pasien dan

menghasilkan respon emosional, kognitif dan psikologik pasien yang pada akhirnya berpengaruh pada hasil Hemodialisis (Bedaso & Asres, 2019). Kebanyakan orang yang mengalami cemas biasanya memiliki tanda dan gejala yaitu khawatir, firasat buruk, cemas, takut pada pikirannya sendiri, mudah tersinggung, tidak tenang, merasa gelisah, mengalami gangguan pola tidur, memimpikan kejadian yang menegangkan, terkadang mengalami gangguan daya ingat, berdebar-debar, gangguan perkemihan dan pencernaan, sakit kepala dan lain sebagainya (Cholina, 2020).

Dalam mengatasi Kecemasan yang dialami pasien hemodialisis dapat digunakan terapi farmakologi seperti golongan obat inhibitor reuptake serotonin selektif (SSRI), antidepresan, ansiolitik dan lainnya, akan tetapi penggunaan obat untuk mengatasi Kecemasan pasien lebih di fokuskan ke penyebab cemasnya seperti pasien cemas yang cemas karena hipertensi diberikan obat hipertensi, sedangkan untuk non farmakologi seperti terapi perilaku, terapi kognitif dan logo therapy (Stuart, 2018), selain itu ada beberapa intervensi komplementer yang dapat dilakukan oleh Pasien seperti *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Dalam sebuah penelitian menunjukkan bahwa akupresur efektif menurunkan tingkat kecemasan, Kecemasan, stress dan gangguan psikologi umum pada pasien hemodialisis (Hmwe *et al.*, 2019).

SEFT merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan, Kecemasan dan berbagai masalah psikologi, keefektifan SEFT terletak pada penggabungan *Spiritual Power dan Energy Psychology* (Zainuddin, 2018). Terapi ini menjadi salah satu konsentrasi ilmu baru yang dikenal dengan energy psychology yang berfokus pada kata ataupun kalimat tertentu yang diucapkan secara berulang dengan ritme teratur yang disertai kepasrahan terhadap Tuhan sesuai dengan kepercayaan. SEFT adalah terapi yang menggabungkan antara mind-body dengan asuhan kePasienan. Terapi ini memanfaatkan sistem energi tubuh dengan tujuan untuk memperbaiki emosional, pikiran dan perilaku seseorang. Terapi sebagai bentuk gabungan antara sistem energi tubuh dengan terapi spiritual dan menggunakan metode tapping pada titik-titik tertentu khususnya 12 jalur energi tubuh. Teknik ini mampu memaksimalkan unsur spiritual (Prasetyo, 2020).

SEFT memanfaatkan metode tapping yang mampu mengurangi emosi negatif seperti Kecemasan melalui titik kunci “Major Energy Meridians” yang apabila diketuk berkali-kali dapat menetralkan gangguan emosi dalam diri. Hal ini disebabkan oleh aliran energi tubuh yang mampu berjalan secara normal dan kembali seimbang. Selanjutnya, Terapi SEFT dapat merangsang titik-titik tertentu pada bagian tubuh yang dapat memicu pengeluaran hormon endorfin atau hormon kebahagiaan sehingga menimbulkan perasaan yang jauh lebih nyaman dan tenang (Rofacky, 2015).

Dalam beberapa penelitian menunjukkan efektivitas SEFT dalam menurunkan skor Kecemasan, kecemasan dan stress pada pasien sindrom coroner akut (Bakara, Ibrahim, dan Sriati, 2019). SEFT telah banyak digunakan untuk mengatasi masalah psikologis pasien dengan berbagai penyakit diantaranya dalam penelitian Ulfa (2019) SEFT efektif dalam menurunkan pasca trauma pasien erupsi gunung merapi, pun dalam penelitian lain SEFT mampu mengatasi nyeri pada pasien kanker dan diseminore serta pasien Post-TURP serta mampu mengurangi Kecemasan pada pasien primigravida (Brahmantia *dkk.*, 2019)

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) Stage V Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian pra-eksperimen dengan desain one group pre-post design. Populasi sebanyak 33 responden dan sampel sebanyak 30 responden yang

memenuhi syarat inklusi penelitian, dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner penilaian Kecemasan, kemudian data dikumpulkan melalui proses Editing, Coding, Scoring, dan Tabulating.

HASIL PENELITIAN

Data umum dari penelitian ini meliputi karakteristik responden tenaga kesehatan yang terdiri dari data umum yakni menampilkan karakteristik responden yang terdiri dari : Jenis Kelamin, Usia, Pekerjaan, yaitu sebagai berikut:

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Pekerjaan Pada Pasien CKD *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

Jenis Kelamin	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Laki-laki	12	40,0
Perempuan	18	60,0
Total	30	100,0

Usia	Frekuensi (F)	Presentase (%)
41-45 Tahun	2	45,0
46-50 Tahun	13	43,3
51-55 Tahun	5	16,7
56-60 Tahun	6	20,0
61-65 Tahun	4	13,3
Total	30	100,0

Pekerjaan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Tidak Bekerja	10	33,3
Petani	7	23,3
Wiraswata	9	30,0
Pegawai	4	13,3
Total	30	100,0

Pendidikan Terakhir	Frekuensi (F)	Presentase (%)
SD	1	3,3
SMP	14	46,7
SMA	12	40,0
Perguruan Tinggi	3	10,0
Total	30	100,0

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Agustus 2023

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa jenis kelamin yang terbanyak adalah perempuan sebanyak 18 responden (60.0%) dan laki laki sebanyak 12 responden (40.0%). usia

yang terbanyak adalah 46-50 tahun sebanyak 13 responden (43.3%). Dan paling sedikit usia 41-45 Tahun sebanyak 2 responden (6,7%). didapatkan bahwa pekerjaan responden yang terbanyak adalah tidak bekerja sebanyak 10 responden (33.3%). pekerjaan paling sedikit adalah Pegawai sebanyak 4 responden (13,3%). didapatkan bahwa pendidikan terakhir yang terbanyak adalah pendidikan SMP sebanyak 14 responden (46,7%). dan Pendidikan paling sedikit adalah perguruan tinggi sebanyak 3 responden (10.0%).

Karakteristik Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

No	Kecemasan	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
1	Tidak ada kecemasan	2	5.0
2	Kecemasan ringan	18	45.5
3	Kecemasan sedang	11	27.5
4	Kecemasan berat	9	22,5
	Total	40	100.0

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Agustus 2023

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang terbanyak adalah Kecemasan ringan yaitu sejumlah 18 responden (33,3%). Dan paling sedikit adalah kecemasan berat sebanyak 3 responden (10.0%).

Karakteristik Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

No	Kecemasan	Frekuensi (F)	Prosentase (%)
1	Tidak ada kecemasan	11	27.5
2	Kecemasan ringan	22	55.0
3	Kecemasan sedang	6	15.0
4	Kecemasan berat	1	2.5
	Total	40	100.0

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Agustus 2023

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang terbanyak adalah Kecemasan ringan yaitu sejumlah 22 responden (46,7.0%). Dan paling sedikit adalah kecemasan berat sebanyak 1 responden (3.3%).

Tabel 4. Tabel silang Data berdasarkan Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

		Kecemasansesudah				Total
		Tidak ada kecemasan	Ringan	Sedan g	Berat	
Kecemasansebelum	Tidak ada kecemasan	5	0	0	0	5
	Ringan	7	3	0	0	10
	Sedang	0	11	1	0	12
	Berat	0	0	2	1	3
Total		12	14	3	1	30

$p\text{ value} = 0,000; \alpha = 0,05$

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan tabel silang bahwa Kecemasan sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan tidak ada kecemasan 5 responden, sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan tidak ada kecemasan 5 responden, Kecemasan sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan Kecemasan ringan sebanyak 7 responden sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan tidak ada kecemasan sebanyak 7 responden, Kecemasan ringan 3 responden, Kecemasan sebelum terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) sedang sebanyak 11 responden, sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan ringan sebanyak 11 responden, sedang 1 responden. sebelum terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan kecemasan berat sebanyak 3 responden, setelah dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) didapatkan Kecemasan sedang 2 responden, kecemasan berat 1 responden..

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ada Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan, diuji menggunakan SPSS *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai $p\text{ Value} = 0,000$ dengan signifikansi $\alpha = 0,05$, sehingga $p = 0,000 < \alpha = 0,05$. Kesimpulan H1 diterima, yang artinya ada Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan.

Hal ini sependapat dengan Manurung (2019) Kecemasan merupakan perasaan takut atau kekhawatiran yang dialami oleh seseorang secara mendalam dan berkelanjutan, yang dapat menyebabkan perilaku terganggu tetapi masih dalam batas normal, Kecemasan merupakan perasaan khawatir, tidak nyaman, perasaan samar tetapi penyebabnya tidak diketahui oleh individu; rasa takut yang diakibatkan olehantisipasi terhadap bahaya, individu mempunyai isyarat terhadap adanya bahaya atau ancaman sehingga individu mampu bertindak untuk mengatasi ancaman (Herdman, 2019). Kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pengobatan, lama melakukan HD, pembiayaan dan dukungan keluarga. Pasien yang melakukan terapi hemodialisa mengalami kecemasan, mereka cemas memikirkan terapi yang harus dijalaniya seumur hidupnya, cemas terhadap

mesin, selang-selang dialiri darah, cemas pada saat ditusuk dan juga cemas terhadap biaya yang akan dikeluarkan selama proses hemodialisa (Arifin, 2019). Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi Kecemasan Pada Pasien CKD yang Menjalani HD yaitu dengan menggunakan cara non farmakologi salah satunya teknik Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) (Jumriana, 2023).

Terapi yang dapat diberikan oleh perawat pada pasien pre-Hemodialisis untuk mengurangi cemas yaitu dengan SEFT. Terapi ini menjadi salah satu konsentrasi ilmu baru yang dikenal dengan *energy psychology* yang berfokus pada kata ataupun kalimat tertentu yang diucapkan secara berulang dengan ritme teratur yang disertai kepasrahan terhadap Tuhan sesuai dengan kepercayaan. SEFT adalah terapi yang menggabungkan antara *mind-body* dengan asuhan keperawatan. Terapi ini memanfaatkan sistem energi tubuh dengan tujuan untuk memperbaiki emosional, pikiran dan perilaku seseorang. Terapi sebagai bentuk gabungan antara sistem energi tubuh dengan terapi spiritual dan menggunakan metode *tapping* pada titik-titik tertentu khususnya 12 jalur energi tubuh. Teknik ini mampu memaksimalkan unsur spiritual (Prasetyo, 2020).

SEFT memanfaatkan metode tapping yang mampu mengurangi emosi negatif seperti kecemasan melalui titik kunci "*Major Energy Meridians*" yang apabila diketuk berkali-kali dapat menetralkan gangguan emosi dalam diri. Hal ini disebabkan oleh aliran energi tubuh yang mampu berjalan secara normal dan kembali seimbang (Zainuddin, 2019). Selanjutnya, Terapi SEFT dapat merangsang titik-titik tertentu pada bagian tubuh yang dapat memicu pengeluaran hormon endorphin atau hormon kebahagiaan sehingga menimbulkan perasaan yang jauh lebih nyaman dan tenang (Rofacky, 2019).

Menurut pendapat peneliti menyatakan bahwa Terapi SEFT merupakan intervensi nonfarmakologi yang memberikan dampak positif pada penurunan kecemasan pasien CKD *Stage V* pre-Hemodialisis. Pada intervensi dan implementasi yang dilakukan oleh peneliti terbukti bahwasannya terapi SEFT sangat efektif dalam menurunkan kecemasan dalam diri pasien. Hasil pemberian intervensi ini dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan dalam waktu dua hari pemberian intervensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan Dari hasil penelitian dan pembahasan penelitian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut, Kecemasan Pada Pasien CKD *Stage V* Yang Menjalani HD Sebelum Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang terbanyak adalah Kecemasan sedang yaitu sejumlah 12 responden (40.0%). Kecemasan Pada Pasien CKD *Stage V* Yang Menjalani HD sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang terbanyak adalah Kecemasan ringan yaitu sejumlah 14 responden (46.7%). Ada Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien *Chronic kidney disease* (CKD) *Stage V* Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan nilai yaitu $p=0,000$ dengan tingkat signifikan $0,05$ ($p=0,000 \leq \alpha 0,05$). Saran Bagi Institusi Pendidikan Hasil Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dalam proses belajar mengajar baik untuk kalangan mahasiswa, pendidikan sarjana maupun profesi menjadi bukti dasar yang dipergunakan pembelajaran keperawatan jiwa khususnya Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kecemasan Pada Pasien CKD *Stage V* Yang Menjalani HD. Bagi Profesi Keperawatan Terapi SEFT dapat dijadikan sebagai praktek mandiri perawat dalam mengatasi masalah psikososial yang dialami oleh pasien dan keluarga sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Selain itu mengedukasi mengenai akses hemodialisa dan perawatan akses hemodialisa khususnya kepada pasien CKD untuk mencegah terjadinya komplikasi. Bagi Tempat Penelitian Perawat untuk lebih meningkatkan pengetahuan pasien yang menjalani hemodialisa dengan memberikan

penyuluhan kesehatan terkait tentang gagal ginjal kronik dan hemodialisis serta tindakan seperti Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk mengurangi kecemasan jika pasien mengalami cemas, sehingga kualitas tidur pasien menjadi lebih baik. Membuat pasien lebih nyaman dan tidak megkhawatirkan hal negatife saat prosedur Hemodialisis dilakukan, selain itu perlunya edukasi kepada pasien dan keluarga pasien agar bisa melakukan terapi SEFT secara maksimal agar dapat menurunkan kecemasan dan badan menjadi rileks. Bagi Responden Mengaplikasikan Teknik Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada saat pasien melakukan hemodialisis sehingga pasien mampu mengendalikan kecemasannya selama menjalani hemodialisis dan kualitas hidup pasien akan lebih baik..

Bagi Peneliti Selanjutnya Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan yang tertarik mengkaji manfaat terapi SEFT dengan sampel dan metode penelitian yang berbeda, serta menambahkan variabel bebas yang lainnya, untuk melengkapi informasi tentang berbagai manfaat tentang SEFT seperti untuk menurunkan stres, mengurangi gejala kurang tidur, dan lain-lain

DAFTAR PUSTAKA

- Amurwabumi, G. A. K. (2021). *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Seft) Untuk Mereduksi Kecemasan Pada Klien General Anxiety Disorder (GAD). In Seminar Nasional Psikologi UM (Vol. 1, No. 1, pp. 103-108).
- Ahmad, F. (2020) *Spiritual Emotional Freedom Technique*. Jakarta Timur: Afzan Publizing.
- Bedaso, Asres, M. A. (2019) Preoperative Anxiety Among Adult Patients Undergoing Elective Surgery : A Prospective Survey At A General Hospital In Ethiopia. *Patient Safety In Surgery*
- Cholina. T. Siregar, (2020) Buku Ajar Manajemen Komplikasi Pasien Hemodalisa, Yogyakarta:Deepublish,
- Chodijah, M., Nurjannah, D. S., Yuliyanti, A. Y., & Kamba, M. (2020). SEFT sebagai terapi mengatasi Kecemasan menghadapi Covid-19. *Karya Tulis Ilmiah LPPM UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Fatmasari, D. (2018). *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk Menurunkan Stres pada Pasien Hipertensi (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Kusumasari Candra, Eka cahyaningtyas, M. (2020). Pengaruh Pemberian Terapi Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Hemodialisis Sectio Caesarea. 1–8. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/421/1/NASKAH_PUBLIKASI_CANDRA_KUSUMASARI%28S16076%29.pdf
- Gambaran Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Oprasi di Ruang Bedah RSUD dr. Pirngadi Medan Tahun (2019). Poltekes Kemenkes Medan, 1–9
- MALAHA, Anniza Febriani, et al. (2019). Studi Literatur; Terapi Emotional Freedom Technique (EFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Pre-Hemodialisis. *Madago Nursing Journal*, 2021, 2.2: 65-71. Pane, P.

- Parman. (2019). Perubahan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Hemodialisis Dengan Terapi Murottal Al-Qur'an di RSUD Raden Mattaher Jambi. *Scientia Journal*. <https://doi.org/10.35141/scj.v8i1.437>
- Putranti, A. D. (2021). Seft (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 53-62
- Prabowo, R. K. (2019). Efektivitas Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Seft) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre-Hemodialisis Bedah Jantung. *Indonesian Journal of Health Development*, 1(2), 11–18.
- Prasetyo, H. (2020). Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Seft) terhadap Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap Kelas III di Rsud Sleman Yogyakarta. Universitas Alma Ata Yogyakarta. <http://elibrary.almaata.ac.id/1707/>
- Rahmayati, E., Silaban, R. N., & Fatonah, S. (2018). Pengaruh Dukungan Spritual terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre-Hemodialisis. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 138- 142.
- Rahmadania, W. O., & Zoahira, W. O. A. (2021). Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap Tingkat Kecemasan pada Keluarga Pasien yang Kritis. *Jurnal KePasienan Silampari*, 5(1), 610– 618. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.1872> Rejeki, S., Santi, Y. R.,
- Hidayati, E., & Rozikhan, R. (2022). Efektivitas Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre-Hemodialisis Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmu KePasienan Dan Kebidanan*, 13(2), 543– 548.
- Sakiyan, M. (2020). Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Seft) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HDSelama Masa Pandemi Covid-19. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 1(2), 38-47.
- Stuart, G. W. (2013). *Buku Saku KePasienan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Widyastuti, T., Hakim, M. A., & Lilik, S. (2019). Terapi zikir sebagai intervensi untuk menurunkan Kecemasan pada Pada Pasien CKD Stage V Yang Menjalani HD. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 147-157.
- Wijaya, A. (2021). Pengaruh Emotional Freedom Technique (Eft) Terhadap Penurunan Cemas Pada Post Traumatic Stress Disorder Di Wilayah Kerja *Puskesmas* Tanjung. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(1)