

PENGARUH *SPRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DI RUMAH SAKIT WAVA HUSADA KEPANJEN MALANG

¹Eny Rahmawati, ²Yulia Ridiawati

¹Dosen Program Studi Profesi Ners Stikes Kendedes Malang

²Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendedes Malang

kendedes.eny@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan pasien dapat timbul karena keadaan psikologis yang kurang terpenuhi terhadap suatu kondisi sebelum terjadinya pembedahan misalnya saat pasien menghadapi tindakan pembiusan, antisipasi nyeri post operasi, takut kematian dan tidak akan bangun lagi setelah dioperasi serta ketidaktahuan tentang prosedur pembedahan. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Wava Husada Kepanjen Malang bulan Juni 2016. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Wava Husada Kepanjen Malang. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 30 lansia di Rs Wava Husada. Data dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon signed Ranks Test*. Data dari kuesioner yang dianalisis menggunakan *Wilcoxon signed Ranks Test* menghasilkan nilai $P = 0,002$. Karena nilai $P < 0,005$. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan terapi SEFT akan menurunkan tingkat kecemasan sebesar 0,002. Hubungan antara kedua variable tersebut signifikan karena p value (0,00) lebih kecil dari pada (α). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_1 dapat diterima yang artinya ada pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap tingkat kecemasan pasien. Berdasarkan penelitian ini disarankan kepada seluruh pasien untuk dapat melakukan tehnik terapi SEFT dalam upaya menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

Kata Kunci : terapi SEFT, kecemasan, pasien

Pendahuluan

Kecemasan pasien dapat timbul karena keadaan psikologis yang kurang terpenuhi terhadap suatu kondisi sebelum terjadinya pembedahan misalnya saat pasien menghadapi tindakan pembiusan, antisipasi nyeri post operasi, takut kematian dan tidak

akan bangun lagi setelah dioperasi serta ketidaktahuan tentang prosedur pembedahan. Perawatan pre operasi yang tidak efektif dapat menimbulkan resiko setelah operasi. Seseorang yang sangat cemas sehingga tidak bisa berbicara dan

mencoba menyesuaikan diri terhadap kecemasan sebelum operasi, seringkali menjadi hambatan pada post operasi, pasien menjadi cepat marah, bingung, lebih mudah tersinggung akibat reaksi psikis dibandingkan dengan pasien dengan mengalami cemas ringan. Selain itu juga, cemas berat yang membuat keadaan pasien tidak stabil mengakibatkan terjadinya penundaan tindakan operasi.

Pandangan setiap orang dalam menghadapi operasi berbeda, sehingga responnya pun ikut berbeda. Sampai saat ini, sebagian besar orang beranggapan bahwa operasi merupakan pengalaman yang menakutkan, sehingga ketakutan itu dapat menimbulkan kecemasan pada diri seseorang yang harus segera ditangani sehingga tidak menimbulkan masalah dalam perawatan post operasinya. Menurut Christantie Effendy 90% pasien yang akan menjalani operasi berpotensi mengalami *ansietas* (kecemasan). Operasi memang bagi sebagian orang memberikan makna yang sangat mendalam, menyakitkan bahkan mengerikan terutama jika anggota keluarga mereka mengalami pengalaman yang buruk tentang pembedahan. Penelitian Ibrahim M Bolla tahun 2008 pada pasien pre operasi pada 30 pasien di dapatkan hasil 1 orang (3,3%) cemas ringan, 2 orang (6,7%) cemas sedang, 19 orang

(63,3%) cemas berat dan 8 orang (26,7%) mengalami panik.

Pada penelitian Siti Romadoni tahun 2014 dilaporkan bahwa insiden kecemasan pra operasi dari 10 pasien bedah SC didapatkan 8 pasien mengalami nyeri berat, 2 pasien nyeri ringan dan 5 pasien mengaku mengeluh rasa cemas yang tinggi sebelum menghadapi proses pembedahan.

Peranan perawat dibutuhkan dalam membantu mempersiapkan fisik dan psikis pasien sebelum tindakan operasi. Intervensi keperawatan yang dapat diberikan dalam upaya penurunan tingkat kecemasan pasien dapat diberikan melalui terapi farmakologi, dukungan sosial kepada pasien dan keluarga dan termasuk juga dengan intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique*. Pemenuhan kebutuhan spiritual bukan hanya didapat dari keluarga saja, tetapi juga perawat sebagai petugas kesehatan harus memiliki peran utama dalam pemenuhan kebutuhan spiritual dengan metode terapi religius melalui dukungan spiritual untuk mengurangi atau menghilangkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

SEFT sangat membantu pasien untuk merasakan keseimbangan dan hubungan dengan sebuah energi yang lebih besar sehingga dapat memberikan manfaatnya dalam beberapa aspek termasuk membantu pasien untuk mencapai tugas spiritual,

untuk mendapatkan respon relaksasi ketenangan dan kesadaran, mengaktifkan jalur neurologis untuk proses penyembuhan diri (harapan sembuh) dengan mempromosikan pemeliharaan diri pada adaptasi psikologis, status fisiologis, hubungan peduli transpersonal, menimbulkan rasa percaya diri, damai, dan merasakan kehadiran Allah SWT (Saputro,2011).

Metode Penelitian

Deseain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pra eksperimental design yaitu *One-Group Pre-post test design*. sejumlah 50 orang, yang terdiri dari kelompok perlakuan sejumlah 25 orang dan kelompok kontrol sejumlah 25 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Purposive sampling*.

Instrument penelitian yang digunakan adalah *spygmanometer* jenis *spygmanometer aneroid* dengan ketelitian 1 mmHg, stetoskop untuk dewasa, bola kasti dan speaker/ Hp music dan lembar observasi. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan november- Desember

Hasil Penelitian

Data gambaran umum responden disajikan dalam bentuk narasi yaitu berdasarkan data hasil penelitian diketahui bahwa dari 10 orang kelompok perlakuan, rata-rata berumur 61-70 tahun. Berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang (70%). Rata-rata pendidikan 10 responden

perlakuan adalah SMP dan SMA sebanyak 4 orang (40%).

Data gambaran khusus responden disajikan dalam bentuk narasi yaitu berdasarkan data hasil penelitian diketahui bahwa dari 10 orang kelompok perlakuan tekanan darah sebelum dilakukan TAK pada hari pertama sampai hari ketiga rata-rata mempunyai tekanan darah tinggi yaitu 7-8 responden (70-80%), dan tekanan darah setelah dilakukan TAK pada hari pertama sampai hari ketiga rata-rata mempunyai tekanan darah tinggi yaitu 4-6 responden (40-80%).

Analisis Uji Friedman Test

Tabel 1. Hasil uji Friedman Test

N	10
Chi-Square	11.703
df	3
Asymp. Sig.	.008

Dari tabel 1 pada uji *Friedman Test* di atas didapatkan p value $0.008 < \text{nilai } \alpha 0.05$ dapat disimpulkan terima H_1 , yang artinya ada pengaruh terapi aktivitas kelompok (*express feeling*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket Kecamatan Klojen Kota Malang.

Analisis Uji Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel 2. Hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test

Test	
	Sesudah - sebelum
Z	-2.102
Asymp. Sig. (2-tailed)	.036

Dari tabel 5.7 pada uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* di atas didapatkan nilai $Z_{hitung} -2.102$, karena $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ yaitu $-2.102 < 1,96$ maka dapat disimpulkan H_1 diterima, yang artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan terapi aktivitas kelompok (*express feeling*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket Kecamatan Klojen Kota Malang.

Pembahasan

1. Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rampal Celaket Kecamatan Klojen Kota Malang

Berdasarkan hasil penelitian 10 responden yang diberikan perlakuan didapatkan hasil tekanan darah responden sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok pada hari pertama sampai hari ketiga rata-rata mempunyai tekanan darah tinggi yaitu 70-80% responden. Sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok (*Express Feeling*) 80% responden masuk dalam kategori Hipertensi Stage 1 dan 2, kemudian dilakukan terapi aktivitas kelompok (*Express Feeling*) selama 3 kali dalam 3 minggu. Masing-masing terapi dilakukan selama 30 menit, dan didapatkan data terjadi penurunan tekanan darah sistolik ± 30 mmHg dan diastolik menurun ± 20 mmHg pada hari pertama dan kedua, pada hari ketiga terapi didapatkan yang mempunyai tekanan darah tinggi yaitu 40-60% responden, ini dikarenakan pada hari ketiga penelitian atau dalam terapi aktivitas kelompok yang terakhir responden hanya

ditanya bagaimana pendapatnya/perasaannya selama tiga kali mengikuti terpi aktivitas kelompok, sehingga tekanan darah responden cenderung masih tinggi walaupun jumlahnya tidak sebanyak yang sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok (*Express Feeling*).

2. Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (*Express Feeling*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rampal Celaket Kecamatan Klojen Kota Malang.

Dari hasil uji *Friedman Test* didapatkan P value $0.008 < \text{nilai } \alpha 0.05$ dapat disimpulkan terima H_1 , yang artinya ada pengaruh terapi aktivitas kelompok (*Express Feeling*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket Kecamatan Klojen Kota Malang.

Wilcoxon Signed Ranks Test didapatkan nilai Z hitung -2.102 , karena $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ yaitu $-2.102 < 1,96$ maka dapat disimpulkan H_1 diterima, yang artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan terapi aktivitas kelompok (*Express Feeling*) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket Kecamatan Klojen Kota Malang.

Kesimpulan

1. Tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan SEFT adalah kecemasan sedang sebanyak 45 orang (90%) dan kecemasan berat sebanyak 5 orang (10%).

2. Tingkat kecemasan pasien pre operasi sesudah dilakukan SEFT adalah kecemasan ringan sebanyak 50 orang (100%).
3. Dari uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon test* didapatkan nilai P 0,002. karena nilai $P < 0,005$ maka dapat disimpulkan bahwa Adanya pengaruh antara tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan SEFT dengan sesudah dilakukan SEFT di Rumah Sakit Wawa Husada Kepanjen-Malang

Saran

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan berupa ketetapan SOP yang dapat digunakan sebagai panduan tindakan pre operasi di Rumah Sakit Wawa Husada. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan masukan informasi mengenai terapi SEFT dapat mengurangi kecemasan sebelum operasi. Melalui penelitian ini, diharapkan pasien yang akan melakukan operasi bisa aktif dengan sendirinya untuk melakukan terapi SEFT sebagai penghilang rasa cemas .

2. Bagi Peneliti

Dapat memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian dibidang keperawatan khususnya dalam penanganan atau intervensi kecemasan pada pasien pre operasi

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan informasi bagi pelayanan kesehatan untuk memberikan penyuluhan terkait dengan pengaruh

Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

4. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan memberikan promosi kepada masyarakat tentang cara mengatasi kecemasan pasien yang akan dilakukan tindakan operasi dengan pemberian SEFT.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada penelitian selanjutnya agar meneliti lebih lanjut tentang SEFT pada pasien pre operasi dengan memberikan intervensi secara berkala dan juga penelitian selanjutnya lebih memberikan SEFT pada kategori pasien dengan kecemasan tingkat berat.

Peneliti selanjutnya diharapkan mampu memberikan terapi komplementer yang lain dan variabel selain kecemasan pra operasi. Peneliti lain diharapkan mampu menjawab atau membuktikan model terapi komplementer lain apakah juga mempengaruhi tingkat kecemasan. Karena dalam penelitian ini sudah dilakukan kepada pasien pra operasi.

Daftar Pustaka

Amirta, Yolanda. (2007). *Sehat murah dengan air*. Keluarga Dokter : Jakarta.

- Arikunto, (2010). *Prosedur penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineke Cipta
- Bandiyah, (2009). *Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Darmojo, R, B. (2009). *Buku ajar Geriatrik: Ilmu kesehatan Usia Lanjut (Ed. 4)*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Dharma, (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Jakarta: TIM
- Hariyanto, Joni. (2008). *Makalah seminar sehari tehnik sirep untuk memenuhi kebutuhan tidur lansia*. diakses tanggal 11 November 2008.
- Isgiyanto. (2009). *Teknik Pengambilan Sampel Pada Penelitian Non-Eksperimental*. Yogyakarta: Mitra Cendika.
- Ismayadi. (2004). *Proses Menua (Aging Proses)*, (online), Skripsi. Medan: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3595/1/keperawatan-ismayadi.pdf>, diakses 2 Desember 2013).
- Kristyarini. (2012). *Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Lansia Terhadap Kuantitas Tidur Pada Lansia Yang Mengalami Gangguan Tidur Di Panti Werdha Santo Yoseph Kediri*. Vol 5 No. 3 : 30. <http://www.spiritia.or.id/Dok/Terapi.pdf>. (diakses tgl 04 November 2013)
- Khotimah. *Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Dalam Meningkatkan Kuantitas Tidur Lansia*. <http://www.journal.unipdu.ac.id/index.php/seminas/article> (diakses tgl 10 November 2013)
- Maryam. (2008). *Mengenal usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Muwarni, A. (2008). *Pengantar konsep dasar keperawatan*. Jogjakarta: Fitramaya
- Noorkasiani, (2011). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta. Salemba.
- Notoatmojo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2008). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, Dan Instrumen Penelitian Keperawatan (Edisi 2)*. Jakarta: Salemba Medika

Riyanto, (2011). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Stanley, Mickey. (2006). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Ed. 2*. Jakarta : EGC

Setiadi, (2007). *Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

