

PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN KANKER SERVIKS YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUANG RAMBANG 2.2 RSUP Dr. MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG TAHUN 2023

Oleh
Ayu Agustina
RSUP Dr. Muhammad Hoesin Palembang
Email : ayu.agustiana31@gmail.com

ABSTRAK

Kemoterapi merupakan pengobatan yang digunakan untuk menghambat pertumbuhan sel kanker. Efek samping yang ditimbulkan dari kemoterapi diantaranya mual, muntah, tidak nafsu makan, anemia, rambut rontok, diare, mudah lelah, nyeri otot dan lain-lain. Sedangkan dampak psikologis yang ditimbulkan dari kemoterapi adalah kecemasan. Kecemasan dapat dikurangi dengan teknik farmakologi dan teknik non farmakologi. Teknik non farmakologi yang dapat dilakukan salah satunya adalah dengan menggunakan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi. Metode penelitian ini menggunakan *quasy eksperimental design* dan teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 22 sampel yang diuji statistik menggunakan *uji Wilcoxon* pada kemoterapi seri 1 dan *uji paired sampel t test* pada kemoterapi seri 2. Dari hasil penelitian diketahui bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi SEFT terhadap penurunan kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi dengan hasil *uji Wilcoxon* pada kemoterapi seri 1 didapatkan $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$ dan *uji paired sampel t test* pada kemoterapi seri 2 didapatkan hasil $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh yang bermakna antara terapi SEFT dengan tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi maka diharapkan hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan referensi bagi perawat, bidan dan juga para staf rumah sakit khususnya ruang onkologi kebidanan agar dapat menggunakan terapi SEFT ini sebagai salah satu tindakan non farmakologi untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi.

Kata Kunci : Kanker Serviks, Kecemasan, Kemoterapi, SEFT

ABSTRACT

Chemotherapy is a treatment used to inhibit the growth of cancer cells. The side effects of chemotherapy include nausea, vomiting, loss of appetite, anemia, hair loss, diarrhea, fatigue, muscle pain, and others. The psychological impact of chemotherapy can include anxiety. Anxiety can be reduced through pharmacological and non-pharmacological techniques. One non-pharmacological technique that can be used is the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy. This study aims to determine the effect of SEFT therapy on the anxiety levels of cervical cancer patients undergoing chemotherapy. The research method used is a quasi-experimental design, and the sampling technique used is purposive sampling. The number of samples used in this study was 22, statistically tested using the Wilcoxon test in the first chemotherapy series and the paired sample t-test in the second chemotherapy series. The study results show that there is an effect of SEFT therapy on reducing anxiety in cervical cancer patients undergoing chemotherapy. The Wilcoxon test in the first chemotherapy series showed a $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$, and the paired sample t-test in the second chemotherapy series also showed a $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$, indicating a significant effect of SEFT therapy on the anxiety levels of cervical cancer patients undergoing chemotherapy. Based on the study results, it can be concluded that SEFT therapy has an impact on reducing anxiety levels in cervical cancer patients undergoing chemotherapy. It is hoped that this research can be used as an additional reference for nurses, midwives, and hospital staff, especially in the obstetrics oncology unit, to use SEFT therapy as a non-pharmacological intervention to reduce anxiety levels in cervical cancer patients undergoing chemotherapy.

Keywords : Cervical Cancer, Anxiety, Chemotherapy, SEFT

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Menjaga kesehatan organ reproduksi merupakan hal yang penting. Organ vital ini rentan mengalami berbagai masalah seperti keputihan, infeksi, jamur, penyakit menular seksual dan keganasan (kanker) (Ratnawati, 2018). Menurut World Health Organization (WHO, 2020) kanker merupakan penyebab kematian terbesar di dunia. Wanita yang sudah menikah dan aktif melakukan

hubungan seksual beresiko terkena kanker serviks dan sampai saat ini kanker serviks masih menjadi masalah kesehatan bagi perempuan karena angka kejadian dan angka kematian yang tinggi (Nurwijaya, 2013).

Terdapat 604.127 kasus kejadian kanker serviks, di Asia kejadian kanker serviks diperkirakan sekitar 351.720 orang (WHO, 2020). Berdasarkan data Global Burden of Cancer Study (Globocan, 2020) , tercatat kasus baru yang terdiagnosa di

Indonesia sebanyak 36.633 (17,2 %) dan kanker serviks menempati posisi kedua setelah kanker payudara. Menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2019, jumlah penderita baru kanker serviks berkisar 90-100 kasus per 100.000 penduduk dan setiap tahunnya terjadi 40.000 kasus baru penderita kanker serviks. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa yang terkena kanker serviks di Sumatra Selatan berkisar 1.000 orang (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019)

Meningkatnya angka kejadian penyakit kanker mengakibatkan peningkatan kebutuhan terapi untuk kanker. Salah satu terapi modalitas untuk kanker adalah kemoterapi. Kemoterapi merupakan pengobatan yang digunakan untuk menghambat pertumbuhan sel kanker (National Cancer Institute, 2017). Meski dapat menghambat pertumbuhan sel kanker, kemoterapi juga dapat merusak sel-sel tubuh yang sehat. Efek samping kemoterapi yang biasa terjadi diantaranya mual, muntah, tidak nafsu makan, anemia, leukopeni, kulit gatal, rambut rontok, diare, mudah lelah, nyeri otot, dan lain-lain (Sheard, 2020). Setiap orang memiliki efek kemoterapi yang berbeda-beda tergantung kondisi pasien dan tingkat keparahannya. Efek samping tersebut dipengaruhi oleh faktor neuropatofisiologi dan faktor psikologis serta gejala penyerta lainnya (Firmana , 2017).

Dampak psikologis dari kemoterapi adalah kecemasan. Kecemasan merupakan rasa takut yang tidak jelas sumbernya disertai dengan perasaan ketidakberdayaan, ketidakpastian dan ketidakamanan. Sebagai petugas kesehatan terutama perawat kecemasan harus menjadi perhatian utama karena kecemasan dapat memperburuk kondisi kesehatan pasien (Stuart, 2013). Pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi harus dalam kondisi yang terbaik, apabila pasien mengalami kecemasan berkepanjangan dapat menyebabkan nyeri kepala, penurunan sistem imun tubuh, lelah, depresi dan gangguan mental emosional lainnya. Kondisi tersebut dapat membuat pasien tidak mau melanjutkan kemoterapi lagi sehingga mengakibatkan pengobatan terputus dan meningkatnya resistensi obat yang menjadi penyebab utama gagalnya kemoterapi (Nurwijaya, 2013).

Kecemasan dapat dikurangi dengan teknik farmakologi dan teknik non farmakologi. Teknik non farmakologi yang dapat dilakukan salah satunya adalah dengan menggunakan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). SEFT tidak berbeda dengan teori akupunktur karena menggunakan teori energi psikologis yang berasumsi bahwa setiap manusia mempunyai suatu sistem energi yang mengatur seluruh sistem fisik maupun psikis manusia. SEFT merupakan gabungan dari teori energi psikologis dan spiritual. SEFT efektif mengatasi kecemasan karena merupakan gabungan dari 15 teknik terapi yang dapat dipraktikkan secara sederhana (Zainudin, 2016).

Metode SEFT terdiri dari *the set up, the tune ini* dan *the tapping*. *Tapping* dilakukan pada titik-titik

meridian dalam tubuh yang merangsang hipofisis pada hipotalamus untuk menghasilkan *releasing factor* yang dapat merangsang pelepasan neurotransmitter inhibitor terutama β endorfin, norepinefrin, enkefalin, dan serotonin. Hormon-hormon ini selanjutnya dilepaskan ke sirkulasi sistemik sehingga menyebabkan penurunan hormon kortisol penyebab kecemasan. Penurunan hormon kortisol akan membuat tubuh merasa lebih tenang, lebih nyaman dan rileks (Sudirman, 2008).

Pernyataan diatas didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra, dkk (2017) dengan judul penelitian pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi di RS Ulin Banjarmasin dengan hasil analisis uji *Wilcoxon* pada kelompok (O2-O4) dan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi SEFT dibandingkan antara kelompok kontrol dan intervensi diperoleh hasil $p = 0,014$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pada pasien kemoterapi. Penelitian lainnya yang mendukung juga dilakukan oleh Musfira, dkk (2021) dengan judul penelitian *Effect Of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) On The Decrease In Anxiety Levels In Cancer Patients at Griya Al-Afiat Clinics* dengan hasil penelitian terdapat penurunan kecemasan pada pasien kanker dengan nilai uji *wilcoxon p value = 0,002* ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara SEFT dengan penurunan kecemasan pada pasien kanker di Klinik Griya Al-Afiat.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 27 maret 2023 didapatkan data pasien kanker serviks yang dirawat di Rambang 2.2 tahun 2021 sebanyak 306 pasien lalu meningkat pada tahun 2022 sebanyak 335 pasien. Data pasien kemoterapi tahun 2021 sebanyak 184 pasien lalu meningkat di tahun 2022 sebanyak 192 pasien (Data RSUP Dr. Mohammad Hoesin, 2022). Selain itu peneliti melakukan wawancara terhadap 4 pasien kanker serviks dengan kemoterapi yang dirawat di Rambang 2.2 dan mendapatkan informasi bahwa mereka merasa cemas ketika dilakukan kemoterapi. Saat ini di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang khususnya ruang Rambang 2.2 belum ada teknik nonfarmakologi khusus yang digunakan untuk mengatasi kecemasan pada pasien kanker serviks.

Berdasarkan hal-hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi di Ruang Rambang 2.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2023.

1.2.1 Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi di Ruang Rambang 2.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2023.

1.2.2. Tujuan Khusus

- 1) Diketuainya tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 1.
- 2) Diketuainya tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 2.
- 3) Diketuainya pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi seri 1.
- 4) iketuainya perbandingan pemberian terapi SEFT pada kemoterapi seri 1 dan kemoterapi seri 2.

Median	39,50	18,50
Minimum	15	9
Maximum	49	30

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan yang bermanfaat bagi peneliti sehingga nantinya dapat peneliti gunakan pada kehidupan sehari-hari maupun di dunia kerja.

1.3.2 Bagi RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan referensi bagi perawat dan juga para staf rumah sakit khususnya Ruang Rambang 2.2 untuk dapat memberikan ketenangan dan mengurangi kecemasan terhadap pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi.

2. METODE PENELITIAN

desain penelitian *quasy eksperimental desighn* yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu.. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi di Ruang Rambang 2.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang yaitu sebanyak 192 pasien.. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan tehnik *purposive sampling*, berjumlah 22 responden yang dihitung dengan menggunakan rumus slovin. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data akhir secara bivariat dengan *Shapiro-Wilk* dengan interpretasi kemaknaan (p) > 0,05. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16 Mei sampai dengan 8 Juni 2023 di Ruang Rambang 2.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 1.

Berdasarkan hasil penelitian dari 22 responden menunjukkan bahwa pada kemoterapi seri 1 sebelum terapi SEFT didapatkan hasil sebagian besar responden mengalami kecemasan berat sekali/panik yaitu sebanyak 10 responden (45,5 %) lebih banyak dibandingkan responden yang mengalami kecemasan berat yaitu 6 responden (27,3 %), dan tingkat kecemasan yang paling sedikit yaitu kecemasan ringan yaitu 2 responden (9,1 %). Sedangkan sesudah diberikan terapi SEFT didapatkan hasil sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 9 responden (40,9%) lebih banyak dibandingkan kecemasan sedang yaitu sebanyak 7 responden (31,8%) dan yang paling sedikit mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 1 responden (4,5%).

Data menunjukkan pada kemoterapi seri 1 sebelum diberikan terapi SEFT kecemasan yang dirasakan pasien hampir meliputi semua gejala yang ada yaitu perasaan ansietas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, perasaan depresi, gejala kardiovaskuler, gejala respiratori, gejala gastrointestinal dan gelisah pada saat diwawancara. Sesudah diberikan terapi SEFT tidak lagi ditemukan kecemasan berat sekali/panik maupun kecemasan berat. Kecemasan yang dirasakan hanya separuh dari gejala yang ada dan bahkan ada yang hanya satu dari semua gejala yang ada.

Salah satu terapi modalitas untuk kanker adalah kemoterapi. Kemoterapi merupakan pengobatan yang digunakan untuk menghambat pertumbuhan sel kanker (National Cancer Institute, 2017). Meski dapat menghambat pertumbuhan sel kanker, kemoterapi juga dapat merusak sel-sel tubuh yang sehat. Efek samping kemoterapi yang biasa terjadi diantaranya mual ,muntah, tidak nafsu makan, anemia, leukopeni, kulit gatal,rambut rontok, diare, mudah lelah,nyeri otot, dan lain-lain (Sheard, 2020). Efek samping tersebut dipengaruhi oleh faktor neuropatofisiologi dan faktor psikologis serta gejala penyerta lainnya (Firmana , 2017).

Dampak psikologis dari kemoterapi adalah kecemasan. Kecemasan merupakan rasa takut yang tidak jelas sumbernya disertai dengan perasaan ketidakberdayaan, ketidakpastian dan ketidakamanan . Kecemasan terjadi ketika seseorang merasa terancam baik fisik maupun psikologis misalnya harga diri, gambaran diri dan identitas diri.

Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) adalah salah satu metode yang dapat membuat diri penderita dapat menerima persoalan yang mengganggu kestabilan emosinya, sehingga penyakit-penyakit fisik akan hilang dengan sendirinya. SEFT menjadi efektif karena dalam proses *set up, tune in, dan tapping*, klien terus dibimbing agar perhatian menjadi sangat terpusat,

Tabel 1
Rata-Rata Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi SEFT Pada Kemoterapi Seri 1

	Kemoterapi Seri I	
	Sebelum	Sesudah
Mean	37,18	18,95

untuk terus bersugesti positif. Dalam kondisi seperti ini akan memasuki kondisi *hypnosis* yang lebih mendalam, sehingga pada kondisi tersebut gelombang otak yang semula berada pada gelombang beta akan berubah pelan-pelan menuju gelombang alpha sehingga otak akan memproduksi hormon serotonin dan endorfin yang menyebabkan seseorang merasa nyaman, tenang, bahagia sehingga perasaan cemas menjadi turun (Setiawan, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartikodaru, dkk (2017) nilai tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi SEFT paling banyak responden mengalami kecemasan berat yaitu 9 responden (52,9 %) dan paling sedikit responden mengalami kecemasan ringan yaitu 2 responden (11,8 %) , sedangkan sesudah diberikan terapi SEFT paling banyak responden mengalami kecemasan ringan yaitu 10 responden (58,8 %) dan sesudah diberikan terapi SEFT paling sedikit mengalami kecemasan sedang yaitu 7 responden (41,2 %) .

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian terkait serta teori yang terkait maka peneliti berasumsi bahwa pasien sebelum diberikan terapi SEFT paling banyak pasien mengalami kecemasan berat ,hal ini disebabkan karena kecemasan dapat timbul pada situasi tertentu dan kemoterapi merupakan hal yang baru untuk pasien dan efek samping yang ditimbulkan dari kemoterapi membuat pasien menjadi was-was dan khawatir untuk menjalaninya. Sedangkan sesudah diberikan terapi SEFT paling banyak pasien mengalami kecemasan ringan ,hal ini disebabkan karena dalam proses set up, tune in dan tapping pasien terus dibimbing untuk bersugesti positif sehingga gelombang otak yang semula pada gelombang beta akan berubah pelan-pelan menuju gelombang alpha sehingga otak akan memproduksi hormon serotonin dan endorfin yang menyebabkan seseorang merasa nyaman sehingga perasaan cemas menjadi turun.

3.2 Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi SEFT Pada Kemoterapi Seri 2

Tabel 2
Rata-Rata Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi SEFT Pada Kemoterapi Seri 2

	Kemoterapi	
	Sebelum	Sesudah
Mean	19,36	12,50
Median	18,50	12
Minimum	14	9
Maximum	27	17

Berdasarkan tabel 2 didapatkan didapatkan hasil mean / rata-rata tingkat kecemasan sebelum terapi SEFT yaitu 19,36 (kecemasan ringan) dan sesudah diberikan terapi SEFT didapatkan hasil mean/rata-rata 12,50 (tidak ada kecemasan).

Berdasarkan hasil penelitian dari 22 responden menunjukkan bahwa pada kemoterapi seri 2 sebelum terapi SEFT didapatkan hasil sebagian

besar responden mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 13 responden (59,1 %) dan yang paling sedikit tingkat kecemasan sedang yaitu 9 responden (40,9%). Sedangkan sesudah diberikan terapi SEFT didapatkan hasil sebagian besar responden tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak 16 responden (72,7%) dan yaang paling sedikit mengalami kecemasan ringan yaitu 6 responden (27,3 %). Data menunjukkan pada kemoterapi seri 2 terdapat penurunan tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi SEFT dari yang sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan dan turun menjadi sebagian besar responden tidak mengalami kecemasan.

SEFT merupakan penggabungan antara teori energi psikologi dan spiritual, sehingga terapi SEFT selain sebagai metode penyembuhan, juga secara otomatis individu akan masuk dalam ruang spiritual (*spiritual space*) yang menghubungkan manusia dengan Tuhannya. SEFT tidak berbeda dengan teori akupuntur karena menggunakan teori energi psikologis yang berasumsi bahwa setiap manusia mempunyai suatu sistem energi yang mengatur seluruh sistem fisik maupun psikis manusia (Zainudin, 2016).

Energi Psikologi adalah seperangkat prinsip dan teknik yang menggunakan sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilakunya. Ketukan dalam titik meridian mengirimkan energi kinetis kepada energi sistem sehingga dapat membebaskan hambatan yang menutupi aliran energi dengan menggunakan *tapping* atau ketukan ringan dengan dua ujung jari pada 9 / 18 titik meridian tubuh. *Tapping* dilakukan pada titik-titik meridian dalam tubuh yang merangsang hipofisis pada hipotalamus untuk menghasilkan *releasing factor* yang akan merangsang pelepasan neurotransmitter inhibitor terutama β endorfin, norepinefrin, enkefalin, dan serotonin. Hormon-hormon ini selanjutnya dilepaskan ke sirkulasi sistemik sehingga dapat menurunkan hormon kortisol penyebab kecemasan sehingga tubuh akan merasa lebih tenang, lebih nyaman dan rileks (Sudirman, 2008).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2017) bahwa tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi SEFT pada kelompok intervensi paling banyak responden mengalami kecemasan ringan yaitu 8 responden (53,4 %) dan paling sedikit responden tidak mengalami kecemasan yaitu 6 responden (46,6 %). Penelitian lainnya yang sejalan juga dilakukan oleh Rachmania (2018) bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker serviks setelah diberikan terapi SEFT.

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian terkait serta teori yang terkait maka peneliti berasumsi bahwa pada kemoterapi seri 2 sebelum diberikan terapi SEFT sebagian besar tingkat kecemasan yang dialami adalah kecemasan ringan hal ini disebabkan karena pasien sudah mendapatkan pengalaman

mengenai kemoterapi. Pada saat pasien kemoterapi seri 1, pasien sudah diberikan terapi SEFT sebelumnya dan pasien sudah diberikan dukasi untuk menerapkan terapi SEFT dirumah apabila kecemasannya muncul. Terapi SEFT yang diedukasi ke pasien berupa (relaksasi nafas dalam, ikhlas, pasrah dan menyerahkan semua kesembuhan hanya kepada Tuhan Yang Maha Esa). SEFT menjadi efektif mengatasi kecemasan karena merupakan penggabungan dari energi psikologi dan spiritual. *Tapping* pada SEFT akan menyelaraskan kembali energi dalam titik meridian, sedangkan spiritual didalam SEFT membuat pasien menjadi lebih tenang, rileks, ikhlas dan menyerahkan semuanya hanya kepada Tuhan.

3.3 Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Serviks Pada Kemoterapi Seri

Tabel 3
Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi

No	Tingkat Kecemasan	Media n	Uji Normalitas Statistik	Data Sig	Uji Wilcoxe P value
1	Kecemasan Sebelum Terapi SEFT Kemo Seri 1	39,50	19,36	12,50	0,000
2	Kecemasan Sesudah Terapi SEFT Kemo Seri 1	18,50	0,963	0,546	

Berdasarkan hasil penelitian dari 22 responden menunjukkan bahwa nilai uji normalitas tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi SEFT pada kemoterapi seri 1 yaitu berdistribusi tidak normal sehingga peneliti melanjutkan dengan uji alternatif *wilcoxon* dan didapatkan nilai signifikasi p value 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi SEFT terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi pada seri 1. Pada kemoterapi seri 2 nilai uji normalitas tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi SEFT yaitu berdistribusi normal sehingga peneliti melanjutkan dengan uji *paired sampel t test* dan didapatkan nilai signifikasi p value 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi SEFT terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi pada seri 2. Dari kedua uji yang telah dilakukan pada kemoterapi seri 1 dan seri 2 didapatkan hasil p value 0,000 ($p < 0,05$) sehingga Ha diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi SEFT terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi di Ruang Rambang 2.2 RSUP Dr Mohammad Hoesin Palembang.

Metode SEFT terdiri dari *the set up, the tune ini* dan *the tapping*. *Tapping* dilakukan pada titik-titik meridian dalam tubuh yang merangsang hipofisis pada hipotalamus untuk menghasilkan *releasing factor* yang dapat merangsang pelepasan neurotransmitter inhibitor terutama β endorfin, norepinefrin, enkefalin, dan serotonin. Hormon-hormon ini selanjutnya dilepaskan ke sirkulasi sehingga menyebabkan penurunan hormon kortisol penyebab kecemasan. Penurunan hormon kortisol akan membuat tubuh merasa lebih tenang, lebih nyaman dan rileks (Sudirman, 2008).

SEFT efektif mengatasi kecemasan karena merupakan penggabungan dari 15 teknik terapi yang dipraktekkan secara sederhana. Titik pada SEFT merupakan titik meridian yang sama seperti pada akupuntur namun lebih sederhana. Respon terjadi melalui jaringan saraf yang berkomunikasi satu dengan yang lain melalui transmitter di sinapsis. Stimulasi dari jaringan di perifer akan berlanjut ke sentral melalui medulla spinalis batang otak menuju hipotalamus, dan hipofisis dan berefek terhadap sekresi neurotransmitter (Purba, 2012).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Musfira,dkk (2021) dengan judul penelitian *Effect Of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) On The Decrease In Anxiety Levels In Cancer Patients at Griya Al-Afiat Clinics* dengan hasil penelitian terdapat penurunan kecemasan pada pasien kanker dengan nilai uji wilcoxon p value = 0,002 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara SEFT dengan penurunan kecemasan pada pasien kanker di Klinik Griya Al-Afiat.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Kartikodaru,dkk (2019) dengan judul penelitian pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) terhadap Tingkat kecemasan pada pasien kemoterapi di SMC RS Telogerejo dengan hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh SEFT terhadap penurunan kecemasan pasien kemoterapi dengan nilai uji wicoxon (p- value = 0,000) yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara SEFT dan penurunan kecemasan pasien kemoterapi.

Dalam Saputra,dkk (2017) perasaan cemas yang dirasakan oleh pasien kanker ketika menjalani kemoterapi dapat berdampak buruk pada proses pengobatan serta rehabilitasi secara medis maupun psikologi. Adaptasi seseorang diperlukan untuk mempersiapkan kondisi fisik dan psikologis selama pasien menjalani pengobatan.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait maka peneliti berasumsi bahwa Terapi SEFT efektif untuk mengurangi kecemasan pada pasien kemoterapi, hal ini disebabkan karena SEFT merupakan penggabungan dari 15 terapi dan *tapping* dalam SEFT dilakukan dengan penuh keyakinan bahwa kesembuhan, ketenangan, kedamaian hati datangnya dari Tuhan Yang Maha Esa.

3.4 Perbandingan Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Terapi SEFT Pada Kemoterapi Seri 1 dan Seri 2

Tabel 3
Perbandingan Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Terapi SEFT Pada Kemoterapi Seri 1 dan Seri 2

No	Tingkat Kecemasan	Mean	Uji Normalitas	Data	Uji Independen Sampel T Test
			Statistik	Sig	P value
1	Kecemasan Sebelum Terapi SEFT Kemo Seri 1	18,95	0,963	0,546	0,000
2	Kecemasan Sesudah Terapi SEFT Kemo Seri 2	12,50	0,942	0,213	

Berdasarkan hasil penelitian dari 22 responden menunjukkan hasil nilai tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 1 didapatkan nilai mean sebesar 18,95 dan sesudah diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 2 nilai tingkat kecemasan lebih rendah yaitu mean sebesar 12,50. Nilai signifikansi dilakukan dengan menggunakan uji independent sampel t test karena data berdistribusi normal dan didapatkan hasil p value 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sesudah pemberian terapi SEFT pada kemoterapi seri 1 dan kemoterapi seri 2. Pada kemoterapi seri 2 pasien diberikan terapi SEFT sebanyak 2 kali yaitu pada kemoterapi seri 1 dan seri 2.

Pasien yang diberikan terapi SEFT akan merasa lebih tenang dan rileks karena terapi ini termasuk dalam kriteria terapi relaksasi. Pada tahap Tune ini, dilakukan pengulangan secara verbal tentang kepasrahan secara spiritual, dan merupakan bagian dari terapi hypnotheraphi sehingga saat relaksai tubuh akan mengeluarkan hormon dengan lebih stabil dan menguraikan ketegangan otot sehingga pikiran menjadi lebih tenang (Zainudin, 2016).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2017), hasil analisis menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi SEFT pada kelompok intervensi yang diukur antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi, menggunakan uji mann whitney dengan hasil p value =0,021 ($p < 0,05$) yang artinya ada perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sehingga dapat disimpulkan bahwa SEFT menjadi salah satu inovasi yang dapat digunakan untuk menurunkan

tingkat kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Prabowo (2019), menjabarkan efektifitas metode SEFT dalam menurunkan tingkat kecemasan. Pada penelitian ini dilakukan terapi SEFT sebanyak 2 kali dalam 2 hari dan hasil penelitian menunjukkan dampak yang signifikan terhadap penurunan kecemasan responden.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait maka peneliti berasumsi bahwa terapi SEFT yang dilakukan lebih dari satu kali akan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien, hal ini disebabkan karena didalam terapi SEFT pada saat tune in, akan dilakukan pengulangan secara verbal tentang kepasrahan dan mengembalikan semuanya hanya kepada Tuhan. Selain itu relaksasi dalam terapi SEFT menjadikan perasaan menjadi tenang dan rilex sehingga tubuh mengeluarkan hormon dengan lebih stabil dan pikiran menjadi tenang.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1. Simpulan

Dari hasil penelitian didapat kesimpulan yaitu:

- 4.1.1 Tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 1 paling banyak mengalami kecemasan berat sekali/panik yaitu 10 responden (45,5 %) dan sesudah diberikan terapi SEFT paling banyak mengalami kecemasan ringan yaitu 9 responden (40,9 %).
- 4.1.2 Tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 2 paling banyak mengalami kecemasan ringan yaitu 13 responden (59,1 %) dan sesudah diberikan terapi SEFT paling banyak tidak mengalami kecemasan yaitu 16 responden (72,7 %).
- 4.1.3 Terdapat pengaruh antara terapi SEFT dengan tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi di Ruang Rambang 2.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang dengan nilai p value=0.000 ($p < 0,05$).
- 4.1.4 Terdapat perbandingan penurunan tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi sesudah diberikan terapi SEFT pada kemoterapi seri 1 dan seri 2 dengan nilai p value=0.000 ($p < 0,05$).

4.2. Saran

4.2.1 Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan khasanah ilmu pengetahuan dan masukan kepada RSUP Dr.Mohammad Hoesin Palembang agar dapat mengembangkan sarana edukasi kepada pasien dengan memberikan program pendidikan dan penyuluhan tentang pengaruh terapi SEFT terhadap

penurunan kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi.

4.2.2 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dan sarana bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh SEFT terhadap kecemasan pasien, dimana penelitian ini hanya berfokus pada pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi pada seri 1 dan seri 2 sehingga perlu dikembangkan penelitian lebih lanjut untuk meneliti pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi sampai seri 3 dan seri 4, selain itu dapat dikembangkan juga untuk meneliti pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pasien kanker selain kanker serviks seperti kanker payudara, kanker ovarium dan lain-lain dengan sampel yang lebih luas, penggunaan instrument yang berbeda dan menggunakan versi lengkap (18 titik).

DAFTAR PUSTAKA

- A.Ratnawati (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi*. Yogyakarta : PT Pustaka Baru.
- Firmana, Dicky. (2017). *Keperawatan Kemoterapi*. Jakarta: Salemba Medika.
- International Agency for Research on Cancer. GLOBOCAN 2020. Indonesia - Global Cancer Observatory. (diakses 23 Maret 2023). Tersedia dari : <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/360-indonesia-factsheets.pdf>
- Kartikodaru, P. C., Hartoyo, M., & Wulandari. (2017). Pengaruh pemberian spritual emotional freedom technique (seft) terhadap penurunan kecemasan pasien kemoterapi di SMC RS Telogorejo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 9, 1–8 diakses tanggal 12 april 2023 .tersedia dari <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/442>
- National Cancer Institute. (2017). *What is Cancer* .(Diakses 24 maret 2023) .Tersedia dari <https://www.cancer.gov>
- Nurwijaya, H., dkk. Edisi ke 2 (2013). *Cegah dan Deteksi Kanker Serviks*. Jakarta : Gramedia.
- Prabowo, Ridho (2019). Efektivitas Therapi Spiritual Emotional Freedom Tehnique (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Jantung.Jurnal Of Health Development, 1 (2).Stikes Indramayu.Diakses tanggal 18 Juni 2023. Tersedia dari <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/issue/archive>
- Purba, J.S. (2012). *Mekanisme Kerja Akupuntur Dan Aplikasi Klinis Departemen Neurologi*. FK UI/RSCM
- Rachmania, Juniar Nur (2018) . Penerapan Terapi Spiritual Emotional Freedom Tecnique (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien kanker Serviks Dengan Masalah Keperawatan Kecemasan di Ruang F II di Rumah sakit Angkatan laut ramelan Surabaya. UNUSA.diakses tanggal 17 april 2023. Tersedia dari http://repository.unusa.ac.id/4146/1/KT-NS-180089_abstract.pdf
- Saputra, Adisurya dkk (2020). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Tecnique (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan pasien yang menjalani Kemoterapi di RS Ulin Banjarmasin. *Jurnal Darul Azhar*, 9 (2), diakses 13 april 2023) Tersedia dari <https://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/issue/view/12>
- Setiawan,Toni. *Hipnosis dan Hipnotherapy Edisi 2* .Yogyakarta : Garasi. 2017
- Sheard,R.(2020). *Understanding Chemoterapy: A guide for people with cance, their families and friend*. Cancer Council Australia.
- Stuart,.G.W.& Sudden, S.J.(2016).*Buku Saku Ilmu Keperawatan Jiwa*.Jakarta: EGC.
- Sudirman S. (2008). *Akupunktur untuk nyeri pasca bedah*. *Annual Meeting of Indonesia Pain Society* . Jakarta : Indonesia Pain Society
- World Health Organization .*International Agency For Research On Cancer*.2020.(diakses 23 Maret 2023) Tersedia dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets>
- Zainuddin, A.F. (2016). *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) for healing + success + happiness + greatness* .Jakarta : Afzan Publishing