

**Penerapan Pemberian Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique
Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operatif
Di RSUD Pindad Kota Bandung**

Shinta Puspitasari¹, Niken Sukei²
¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners
²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan
Universitas Widya Husada Semarang
Email : tatapuspitasari835@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Prosedur pembedahan merupakan tindakan medis invasif yang sering menimbulkan kecemasan tinggi pada pasien pre operasi. Kecemasan tersebut dapat dipicu oleh rasa takut terhadap proses operasi, anestesi, komplikasi pascaoperasi, hingga kekhawatiran tidak bangun kembali. Kecemasan yang tidak ditangani dapat mengganggu kondisi fisiologis pasien dan mempengaruhi keberhasilan tindakan pembedahan. Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan salah satu metode non-farmakologis yang menggabungkan teknik tapping pada titik energi tubuh dan afirmasi spiritual yang diyakini mampu menurunkan kecemasan secara efektif.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi yang akan menjalani tindakan pembedahan di RSUD Pindad Kota Bandung.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sebanyak empat pasien pre operasi yang memenuhi kriteria inklusi diberikan intervensi terapi SEFT. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan instrumen APAIS (Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale). Data dianalisis secara kualitatif dan disajikan dalam bentuk naratif dan tabel.

Hasil : Seluruh responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi SEFT. Tiga responden yang awalnya memiliki kecemasan kategori berat hingga panik, menunjukkan penurunan menjadi kategori sedang. Satu responden yang semula mengalami kecemasan sedang mengalami penurunan menjadi kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi SEFT memberikan efek positif dalam menurunkan kecemasan pre operasi.

Kesimpulan: Penerapan terapi SEFT terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Terapi ini dapat dijadikan alternatif intervensi non-farmakologis yang sederhana, aman, dan dapat diterapkan oleh perawat dalam praktik keperawatan untuk membantu pasien menghadapi prosedur pembedahan dengan lebih tenang.

Kata Kunci : Terapi SEFT, kecemasan, pre operatif

**Application of Spiritual Emotional Freedom Technique Therapy on Anxiety
Levels in Preoperative Patients
At RSU Pindad Bandung City**

Shinta Puspitasari¹, Niken Sukei²
¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners
²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan
Universitas Widya Husada Semarang
Email : tatapuspitasari835@gmail.com

ABSTRACT

Background : Surgical procedures are invasive medical procedures that often cause high anxiety in preoperative patients. This anxiety can be triggered by fear of the surgical process, anesthesia, post-operative complications, or worries about not waking up again. Untreated anxiety can disrupt the patient's physiological condition and affect the success of the surgical procedure. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy is a non-pharmacological method that combines tapping techniques on the body's energy points and spiritual affirmations which are believed to be able to reduce anxiety effectively..

Objective : This study aims to determine the effect of SEFT therapy on anxiety levels in pre-operative patients who will undergo surgery at RSU Pindad, Bandung City.

Method : This research uses a descriptive design with a case study approach. A total of four preoperative patients who met the inclusion criteria were given SEFT therapy intervention. Anxiety levels were measured before and after the intervention using the APAIS (Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale) instrument. Data were analyzed qualitatively and presented in narrative and tabular form.

Result : All respondents experienced a decrease in anxiety levels after being given SEFT therapy. Three respondents who initially had anxiety in the severe to panic category showed a decrease to the moderate category. One respondent who initially experienced moderate anxiety experienced a decrease to mild anxiety. This shows that SEFT therapy has a positive effect in reducing preoperative anxiety

Conclusion : The application of SEFT therapy has proven effective in reducing anxiety levels in preoperative patients. This therapy can be used as an alternative non-pharmacological intervention that is simple, safe, and can be applied by nurses in nursing practice to help patients face surgical procedures more calmly.

Keywords : SEFT therapy, anxiety, preoperative