



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 3156-3166

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Perbedaan Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi SEFT pada Pasien Preoperasi

Pamela Mardika^{1✉}, Siti Kholifah², Nurul Anjarwati³, Wiwik Agustina⁴

(1,2,3) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kenedes Malang,

(4) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: pamelamardika92@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Pada tindakan pembedahan, walaupun bertujuan untuk menyembuhkan pasien, namun akan menghasilkan reaksi cemas terhadap aspek fisiologis dan psikologis tanpa memandang besar kecilnya operasi. Kecemasan adalah respon adaptif, dipengaruhi oleh karakteristik individual atau proses psikologis, yaitu akibat dari tindakan, situasi atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik atau psikologis terhadap seseorang. Respon psikologis karena tindakan pembedahan dapat berkisar cemas ringan, sedang, berat sampai panik tergantung masing-masing individu. Pasien yang akan dioperasi biasanya menjadi agak gelisah dan takut. Perasaan gelisah dan takut kadang tidak tampak jelas. Tetapi kadang-kadang pula kecemasan itu dapat dilihat dalam bentuk lain. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) pada pasien pre operasi di RS Panti Nirmala Malang. Desain penelitian menggunakan desain Pra-Experimental design. Hasil uji statistik menggunakan Paired t-Test. Instrument pengambilan data menggunakan kuisisioner HARS. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 pasien di ruang Santa Anna yang memenuhi kriteria Inklusi. Berdasarkan hasil penelitian di ruang St. Anna Rs Panti Nirmala Malang diperoleh bahwa kepada 50 responden dapat dijelaskan bahwa hasil uji T menunjukkan $p = 0,00$ hasil menunjukkan adanya perbedaan, dengan Nilai mean (rata-rata) pre 19.6% dan post 12.58%. Maka menunjukkan penurunan terhadap kecemasan. Diharapkan pasien mendapatkan kemanfaatan dari terapi komplementer SEFT dan Rumah Sakit menerapkan terapi ini sebagai kombinasi dari terapi farmakologis dalam mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

Kata Kunci: *Pre Operasi, Tingkat Kecemasan, Spiritual Emotional Freedom Technique*

Abstract

In surgical procedures, even though the aim is to cure the patient, it will produce anxious reactions regarding physiological and psychological aspects regardless of the size of the operation. Anxiety is an adaptive response, influenced by individual characteristics or psychological processes, namely the result of actions, situations or external events that cause physical or psychological demands on a person. Psychological responses due to surgery can range from mild, moderate, severe anxiety to panic depending on each individual. Patients who are about to undergo surgery usually become somewhat anxious and afraid. Feelings of anxiety and fear are sometimes not obvious. But sometimes anxiety can be seen in other forms. The aim of this study was to determine the difference in anxiety levels before and after being given Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy to pre-operative patients at Panti Nirmala Hospital, Malang. The research design uses a Pre-Experimental design. Statistical test results using Paired t-Test. Data collection instrument using the HARS questionnaire. The sample in this study was 50 patients in the Santa Anna room who met the inclusion criteria. Based on the results of research in the St. with a mean value (average) pre 19.6% and post 12.58%. So it shows a decrease in anxiety. It is hoped that patients will benefit from SEFT complementary therapy and the hospital will apply this therapy as a combination of pharmacological therapy to reduce anxiety in preoperative patients.

Keywords: *Pre Operation, Anxiety Level, Spiritual Emotional Freedom Technique*

PENDAHULUAN

Operasi atau pembedahan merupakan suatu penanganan medis secara invasive yang dilakukan untuk mendiagnosa atau mengobati penyakit, injuri, atau deformitas tubuh, tindakan pembedahan akan mencederai jaringan yang dapat menimbulkan perubahan fisiologis tubuh dan mempengaruhi organ tubuh lainnya. Semua tindakan perawatan di rumah sakit dengan segala macam tindakan belum tentu dapat diterima secara positif oleh semua pasien. Setiap keadaan atau peristiwa yang menimbulkan perubahan dalam kehidupan seseorang, menuntut individu tersebut harus menyesuaikan diri untuk mengatasinya, maka perlu adanya adaptasi, tetapi kemampuan adaptasi seseorang berbeda-beda, sehingga bisa muncul kondisi stres atau kecemasan (Safira, 2022).

Pada tindakan pembedahan, walaupun bertujuan untuk menyembuhkan pasien, namun akan menghasilkan reaksi cemas terhadap aspek fisiologis dan psikologis tanpa memandang besar kecilnya operasi. Kecemasan adalah respon adaptif, dipengaruhi oleh karakteristik individual atau proses psikologis, yaitu akibat dari tindakan, situasi atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik atau psikologis terhadap seseorang. Respon psikologis karena tindakan pembedahan dapat berkisar cemas ringan, sedang, berat sampai panik tergantung masing-masing individu. Pasien yang akan dioperasi

biasanya menjadi agak gelisah dan takut. Perasaan gelisah dan takut kadang tidak tampak jelas. Tetapi kadang-kadang pula kecemasan itu dapat dilihat dalam bentuk lain. Pasien yang takut sering bertanya terus-menerus dan berulang walaupun pertanyaannya telah dijawab. Pasien tidak mau bicara dan memperlihatkan sekitarnya, tetapi malah sebaliknya pasien mengalihkan perhatiannya atau sebaliknya pasien bergerak terus menerus dan tidak bisa tidur (Prabowo, 2019).

Peranan perawat dibutuhkan dalam membantu mempersiapkan fisik dan psikis pasien sebelum tindakan operasi. Pengkajian tingkat kecemasan sampai pemberian intervensi atau terapi digunakan untuk mengetahui kondisi psikologi pasien. Penanganan atau pemberian intervensi kecemasan pada pasien pre operasi bisa menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi merupakan pemberian obat-obatan salah satunya benzodiazepin yang efektif digunakan untuk mengatasi kecemasan dalam jangka pendek. Pada tindakan medis pasien pra operasi diberikan obat alprazolam untuk mengurangi rasa cemas dan takutnya. Obat-obatan yang diberikan tidak sedikit memberikan efek negatif pada tubuh pasien, seperti rasa kantuk dan depresi pernapasan yang dengan hal tersebut dapat menghambat fase pemulihan post operasi (Pefbrianti, 2018).

Terapi non farmakologi diantaranya adalah teknik relaksasi, teknik ini merupakan teknik untuk mengolah diri berdasarkan mekanisme kerja sistem saraf simpatik dan parasimpatik. Teknik ini akan mampu mengurangi terjadinya stres atau ketegangan jiwa yang sedang diderita oleh seseorang, sehingga membuat seseorang tersebut merasa tenang atau rileks. Ada beberapa terapi yang termasuk kedalam teknik relaksasi, salah satunya adalah terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). SEFT sendiri merupakan penggabungan sistem energi tubuh dengan terapi spiritual dengan teknik tapping atau ketukan ringan pada titik-titik tertentu ditubuh. SEFT adalah suatu bentuk *mind body therapy* dari terapi alternatif dan komplementer keperawatan. Prinsip kerja SEFT hampir sama dengan akupunktur dan akupresur yaitu menstimulus titik-titik kunci pada 12 jalur energi tubuh (Prabowo, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Kamar Operasi RS Panti Nirmala Malang didapatkan jumlah pasien operasi baik elektif maupun tindakan operasi cito atau *emergency* data dari bulan Oktober sampai dengan Desember 2022 sebanyak 470 pasien. Angka kejadian pembatalan tindakan operasi data per 3 bulan terakhir berjumlah 3 % atau 16 pasien dari 470 pasien. Pembatalan operasi ini dikarenakan mengalami kontra indikasi operasi yang salah satunya peningkatan tekanan darah dan hasil laboratorium tidak

normal. Dan cemas biaya membengkak. Dengan data 16 dari 20 rekam medis pasien terdapat adanya diagnosa keperawatan ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan ditandai dengan tampak tegang, sulit tidur, nadi cepat dan peningkatan tekanan darah. Pada fakta di lapangan, jumlah 20 pasien rawat inap yang akan melakukan operasi elektif terdapat 4 pasien (20%) yang mengalami kecemasan ringan, 10 pasien (53%) mengalami kecemasan sedang, dan 6 pasien (27%) mengalami kecemasan berat. Dan 75 % mengalami susah tidur sebelum dilakukan tindakan operasi pada keesokan harinya. Hal ini diketahui melalui wawancara dengan pasien pre operasi.

Oleh karena itu peneliti mengangkat tema ini untuk meningkatkan tindakan keperawatan dalam usaha mengurangi rasa cemas pasien pre operasi. Dan salah satu tindakan keperawatan untuk mengurangi rasa cemas itu adalah *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* yang diharapkan dengan tindakan ini rasa cemas atau tingkat kecemasan pasien pre operasi dapat turun sehingga siap dalam menjalani proses operasi tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dinyatakan laik etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Stikes Patria Husada Blitar dengan nomer 06/PHB/KEPK/113/05.23. Penelitian ini menggunakan jenis rancangan *one grup pre-post test design*. Dalam penelitian ini peneliti ingin menganalisis perbedaan tingkat kecemasan antara sebelum dengan sesudah pemberian terapi *spiritual emotional freedom technique (SEFT)* pada pasien pre operasi di ruang St. Anna RS Panti Nirmala Malang.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien *pre operasi elektif di Ruang Bedah Santa Anna RS Panti Nirmala Malang* pada bulan April sampai Mei. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien *pre operasi* di ruang Santa Anna Rumah Sakit Panti Nirmala Malang yang memenuhi kriteria Inklusi dan Eklusi. Teknik sampel yang digunakan adalah *Purposive sampling*. Peneliti menggunakan alat pengumpulan data yang terdiri dari lembar kuesioner pengukuran tingkat kecemasan menurut alat ukur kecemasan yang disebut HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*).

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini sebagai berikut: pengumpulan data dilaksanakan ketika pasien rawat inap di Rumah Sakit Panti Nirmala Malang. Peneliti menentukan kriteria inklusi dan eksklusi dalam menentukan calon responden. Calon responden yang sesuai kriteria penelitian akan dikumpulkan dan dijelaskan dengan tujuan, tahapan dan lama penelitian. Bila responden sudah mengisi lembar *inform consent*, peneliti

melakukan wawancara dengan memberikan edukasi serta mengajarkan terapi komplementer *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) kepada responden dan memberikan *leaflet*. Peneliti juga memberikan edukasi kepada pasien untuk melakukan terapi komplementer *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) 1 kali secara mandiri, 4-5 jam sebelum penelitian ini. Peneliti juga memberikan edukasi bahwa terapi komplementer ini dilakukan dengan durasi waktu kurang lebih 20 – 30 menit dan melakukan kembali secara mandiri sebanyak 1 kali sebelum pasien dilakukan tindakan operasi. Setelah pasien melakukan tindakan mandiri terapi SEFT, peneliti melakukan pembagian kuesioner pada kelompok eksperimen dan mempersilahkan responden untuk menjawab lembar kuisisioner HARS yang sudah dibagikan dengan 2 kali tahapan yakni tahapan yang pertama sebelum diberikan perlakuan terapi SEFT sebagai data *pretest* dan tahapan yang kedua yakni setelah diberikan perlakuan terapi SEFT sebagai data *posttest*. Intervensi dilakukan secara bergantian dari bagian wajah, dada, tangan kiri dan tangan kanan dengan pasien posisi rileks (berbaring terlentang dengan kepala dan bahu sedikit *elevasi* menggunakan bantal). Pada saat pengisian kuesioner, pasien akan dibantu oleh peneliti untuk mengisi dengan cara membacakan setiap butir pertanyaan. Analisis data dilakukan dengan uji menggunakan uji statistik *paired t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Data Pre dan Post Berdasarkan Usia di Ruang Santa Anna Rumah Sakit Panti Nirmala Malang

NO	USIA	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE (%)
1	12-18 tahun	3	6%
2	20-30 tahun	6	12%
3	30-60 tahun	21	42%
4	>60 tahun	20	40%
		50	100%

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data hampir setengahnya responden berusia 30-60 tahun sebanyak 21 orang (42%).

Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Data Pre dan Post Berdasarkan Jenis Kelamin di Ruang Santa Anna Rumah Sakit Panti Nirmala Malang

NO	JENIS KELAMIN	JUMLAH RESPONDEN	PRESENTASE (%)
1	Laki-Laki	29	58%
2	Perempuan	21	42%
	TOTAL	50	100%

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 29 orang (58%) dan hampir setengahnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (42%).

Tabel 3 Kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* di RS Panti Nirmala Malang

		Jumlah Responden	Presentase
Kecemasan	BERAT	4	8%
	SEDANG	46	92%
	Total	50	100%

Berdasarkan tabel 3 diperoleh data hampir seluruhnya responden memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 46 orang (92%) dan sebagian kecil responden memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 4 orang (8%).

Tabel 4 Kecemasan pasien pre operasi sesudah diberikan terapi *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* di RS Panti Nirmala Malang

		Jumlah Responden	Presentase
Kecemasan	RINGAN	45	90%
	SEDANG	5	10%
	Total	50	100%

Berdasarkan tabel 5.4 diperoleh data hampir seluruhnya responden memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 45 orang (90%), dan sebagian kecil responden memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 5 orang (10%).

Tabel 5 Perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Pada pasien Pre Operasi di RS Panti Nirmala Malang.

Uji	\bar{x} Pre	\bar{x} Post	p-value	α -value
Paired t-test	19.6	12.58	0,00	0,05

Berdasarkan tabel pada data pre-post dapat dijelaskan bahwa hasil pre-test didapatkan sejumlah 46 responden (90%) mengalami tingkat kecemasan yang sedang, dan mengalami penurunan setelah dilakukan pemberian terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) menjadi kecemasan ringan sebesar 45 responden (90%). Untuk menghitung penurunan dalam terapi tersebut didapatkan nilai penurunannya sebesar 36%. Dan melihat perbedaan pre dan post maka dilakukan uji statistik menggunakan Paired t-Test didapatkan nilai $p = 0,00$ berarti nilai $p < 0,05$, hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) pada pasien pre operasi di rumah Sakit Panti Nirmala Malang

Identifikasi Tingkat Kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan terapi *SEFT* (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) di RS Panti Nirmala Malang.

Penyebab kecemasan pasien pre operasi berhubungan dengan segala macam prosedur asing yang harus dijalani pasien dan juga ancaman terhadap keselamatan jiwa akibat prosedur pembedahan dan tindakan pembiusan. Kustiawan, R., & Hilmansyah (2017) menjelaskan kecemasan pasien pre operasi disebabkan berbagai faktor antara lain, jenis operasi, jenis pembiusan, faktor pengetahuan, dukungan keluarga, dan komunikasi atau sikap perawat dalam mengaplikasikan pencegahan kecemasan pada pasien pre operasi. Dampak yang mungkin muncul jika kecemasan pasien *pre* operatif tidak segera ditangani yaitu, yang pertama pasien dengan tingkat kecemasan tinggi tidak mampu berkonsentrasi dan memahami kejadian selama perawatan dan prosedur.

Berdasarkan hasil penelitian keseluruhan di ruang St. Anna Rumah Sakit Panti Nirmala Malang dari 50 responden diperoleh data bahwa hampir seluruh responden mengalami tingkat kecemasan sedang sebanyak 46 orang (92%), sebelum dilakukan terapi *SEFT* (*Spiritual Emotional Freedom Technique*). Respon pasien yang mengalami ansietas pre operasi berupa rasa khawatir, was-was dan tidak nyaman dalam menghadapi suatu hal tanpa objek yang jelas. Menurut Sarimunadi, W., Carolin, B. T., & Lubis (2021) respon kecemasan pasien terdiri atas komponen psikis/mental berupa khawatir atau was-was dan

komponen fisik berupa napas semakin cepat, jantung berdebar, mulut kering, keluhan lambung, tangan dan kaki merasa dingin dan ketegangan otot.

Identifikasi Tingkat Kecemasan pasien pre operasi sesudah diberikan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) di RS Panti Nirmala Malang.

Ketika seseorang merasa cemas maka sistem tubuh akan meningkatkan kerja saraf simpatis sebagai respon terhadap stres. Sistem saraf simpatis bekerja melalui aktivasi medulla adrenal untuk meningkatkan pengeluaran epinephrine, norepinephrine, kortisol serta menurunkan nitric oxide. Keadaan tersebut akan menyebabkan perubahan respon tubuh seperti peningkatan denyut jantung, pernafasan, tekanan darah, aliran darah ke berbagai organ meningkat serta peningkatan metabolisme tubuh. Untuk menghambat sistem kerja saraf simpatis dapat dilakukan dengan meningkatkan aktivitas kerja saraf parasimpatis untuk menimbulkan respon relaksasi. Respon relaksasi yang ditimbulkan oleh saraf parasimpatis bekerja dengan cara menstimulasi medula adrenal untuk menurunkan pengeluaran epinephrine, norepinephrine, kortisol serta meningkatkan nitric oxide. Keadaan tersebut akan menyebabkan perubahan respon tubuh seperti penurunan denyut nadi dan tekanan darah (Stuart, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian keseluruhan di Ruang St. Anna Rs Panti Nirmala Malang dari 50 responden diperoleh data hampir seluruhnya responden setelah diberikan terapi komplementer SEFT mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu 45 orang (90%), sedangkan 5 orang (10%) mengalami kecemasan sedang (10%). Nilai mean (rata-rata) mengalami penurunan yang sebelumnya 19.6% menjadi 12.58%.

Peneliti berpendapat bahwa adanya pengaruh terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) menyebabkan penurunan skor kecemasan. Pasien yang akan menjalani pembedahan mengungkapkan bahwa mereka sangat puas setelah melakukan latihan terapi SEFT. Hal ini dikarenakan hal-hal yang membuat mereka cemas sebelumnya kini dapat dikurangi dan mampu membawa diri lebih rileks. Prosedur terapi SEFT erat kaitannya dengan relaksasi. Dari aspek fisiologis, tapping dapat mendorong gland pituitary untuk mengeluarkan hormon endorfin. Hormon tersebut akan memberikan efek menenangkan dan menimbulkan perasaan bahagia.

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Isnadiya Aola, Felicia R., Taufiq P., (2018) Pengaruh Emotional Freedom Techniques (EFT) dan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Percutaneous Coronary Intervention (PCI) di SMC RS Pada kelompok intervensi diberikan tindakan EFT dan diukur tingkat kecemasan pre test dan post test. Sementara pada

kelompok kontrol hanya diukur tingkat kecemasan pre test dan post test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian EFT memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani PCI

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ghimire, R., & Poudel (2018) menyatakan bahwa EFT atau SEFT mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi, dengan Dimana cara kerja dari teknik ini yaitu berfokus pada kata atau kalimat positif yang biasa disebut juga kalimat afirmasi. Kalimat ini dapat memberikan sugesti sehingga secara tidak langsung akan membuat responden lebih yakin dan percaya akan kekuatan dari dirinya yang berasal dari Tuhan. Sementara tapping atau ketukan yang dilakukan secara lembut akan membuat responden menjadi rileks.

Menganalisa perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Pada pasien Pre Operasi di RS Panti Nirmala Malang.

Berdasarkan hasil penelitian keseluruhan di ruang St. Anna RS Panti Nirmala Malang diperoleh bahwa kepada 50 responden dapat dijelaskan bahwa hasil uji T menunjukkan $p=0,00$ hasil menunjukkan adanya perbedaan, dengan Nilai mean (rata-rata) pre 19.6% dan post 12.58%. Maka menunjukkan penurunan terhadap kecemasan.

Hal ini mendukung penelitian terdahulu, bahwa Terapi SEFT merupakan salah satu teknik pengobatan non farmakologi dipilih untuk meningkatkan relaksasi badan dan menurunkan kecemasan. Hal ini terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh Agustin, R., Koeryaman, M. T., & DA (2020) pada pasien Pre SC karena SEFT berfokus pada peningkatan spiritual tiap individu yang bertujuan untuk menenangkan pasien dan menghindari kecemasan sebelum dilakukan SC.

Terapi *emotional freedom techniques* (EFT) dapat mengatasi masalah kecemasan seseorang berdasarkan akar permasalahan utamanya melalui proses set up yang akan dilakukan serta dapat memengaruhi alam bawah sadar manusia dengan cara mensugesti diri sendiri. Kalimat afirmasi pada saat melakukan tapping didapatkan dari sumber kecemasan. Dalam EFT juga terdapat unsur teknik *eye movement desentization repatterning* (EMDR) melalui *nine gamut procedure* (gerakan mata) bertujuan untuk mengendalikan emosi kecemasan. Teknik ini untuk merangsang keseimbangan otak kiri dan otak kanan (Kaplan, H.I, Saddock, 2010).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian tersebut di atas pada penelitian dengan judul "Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Sebelum dengan Sesudah Pemberian Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Pada Pasien Pre Operasi di RS Panti Nirmala Malang" peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada data pre-test ditemukan bahwa untuk hasil pre-test dari 50 responden diperoleh data bahwa hampir seluruhnya responden memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 46 orang (92%).
2. Pada data post-test ditemukan bahwa untuk hasil post-test dari 50 responden diperoleh data hampir seluruhnya responden memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 45 orang (90%).
3. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi komplementer SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*), dimana terjadi penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan SEFT dengan p value = 0,00.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, R., Koeryaman, M. T., & DA, I. A. (2020). Gambaran Tingkat Cemas, Mobilisasi, dan Nyeri pada Ibu Post Operasi Sectio Sesarea di RSUD dr. Slamet Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 20(2), 223–234.
- Ghimire, R., & Poudel, P. (2018). Preoperative Anxiety and Its Determinants Among Patients Scheduled for Major Surgery: A Hospital Based Study. *Journal of Anesthesiology*, 6(2), 57–60.
- Kaplan, H.I, Saddock, B. . (2010). *Retradasi Mental Dalam Sinopsis Psikiatri*. Binarupa Aksara.
- Kustiawan, R., & Hilmansyah, A. (2017). Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Mayor. *Media Informasi*, 13(1), 60–66.
- Pefbrianti, D. et al. (2018). Intervensi Nonfarmakologik untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien Preoperasi: Literature Review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 9(2), 86–89.
- Prabowo, R. K. (2019). Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Jantung. *Indonesian Journal of Health Development*, 1(2), 11–18.
- Safira, J. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Untuk Menurunkan Kecemasan

Pasien Pre Operasi di IBS. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.

Sarimunadi, W., Carolin, B. T., & Lubis, R. (2021). Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Untuk Menghadapi Kecemasan Dalam Persalinan. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(1), 139–144. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i1.3146>

Stuart, G. . (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa* (5th ed.). EGC.