

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT)
TERHADAP TINGKAT GEJALADEPRESI PADA PASIEN KANKER
DI RSI SULTAN AGUNG SEMARANG**

Aisya Filzah Tamimi¹, Laura Khatrine Noviyanti², Titik Suerni³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

²Dosen Program Studi S1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

³Perawat RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang

Email: laura_noviyanti@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Kanker adalah penyakit yang ditandai oleh pertumbuhan sel yang tidak terkendali dan merusak jaringan tubuh. Secara psikologis pasien kanker merasa khawatir, dan stress sehingga akan menimbulkan depresi. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah salah satu terapi tambahan untuk menurunkan tingkat depresi pasien yang menderita kanker dengan menggunakan sistem energi tubuh untuk memperbaiki pikiran, emosi, dan perilaku dengan menggunakan doa, keikhlasan, dan kepasrahan dengan tiga tahapan mudah: *setting*, *tune-in*, dan *tapping*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh tingkat depresi pada pasien kanker di RSI Sultan Agung Semarang. Metode yang digunakan yaitu Kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 77 di ruang Ma'wa dan Darussalam di Rumah Sakit Sultan Agung Semarang menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan kanker paling banyak berusia 46-55 tahun (lansia awal), mayoritas responden adalah perempuan mengalami kanker payudara, dan yang paling banyak lama kanker yaitu selama 1 tahun, mayoritas responden mengalami depresi sedang. Analisa data ini menggunakan uji statistik Wilcoxon dengan nilai *Correlation Coefficient* didapatkan hasil 0,800 yang artinya kekuatan pengaruh antara terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap tingkat gejala depresi pada pasien kanker dalam pengaruh kuat.

Kata kunci: depresi, kanker, terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

ABSTRACT

Cancer is a disease characterized by uncontrolled cell growth and damage to body tissues. Psychologically, cancer patients feel worried and stressed, which will cause depression. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy is one of the additional therapies to reduce the level of depression in patients with cancer by using the body's energy system to improve thoughts, emotions, and behavior by using prayer, sincerity, and surrender with three easy stages: *setting*, *tune-in*, and *tapping*. The purpose of this study was to determine the effect of depression levels on cancer patients at RSI Sultan Agung Semarang. The method used was Quantitative with a cross-sectional approach. The sample of this study was 77 in the Ma'wa and Darussalam rooms at Sultan Agung Hospital Semarang using a purposive sampling technique. The results of the study showed that cancer was most common in the 46-55 years old age group (early elderly), the majority of respondents were women experiencing breast cancer, and the longest cancer was 1 year, the majority of respondents experienced moderate depression. This data analysis uses the Wilcoxon statistical test with a Correlation Coefficient value of 0.800, which means that the strength of the influence between Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on the level of depression symptoms in cancer patients has a strong influence.

Keywords: depression, cancer, Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

KONFERENSI NASIONAL DAN *CALL PAPER* STIKES TELOGOREJO SEMARANG

Kolaborasi Interprofesional Kesehatan dalam Menjaga

Sistem Muskuloskeletal Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup



PENDAHULUAN

Kanker adalah penyakit yang ditandai oleh pertumbuhan sel-sel yang tidak terkendali dan merusak jaringan tubuh. Sel-sel kanker tersebut dapat menyebar melalui peredaran darah (Yuliatin, 2023). Karena banyaknya laporan bahwa kanker menjadi salah satu penyebab utama kematian pada pengelompokan usia produktif yaitu 15-64 tahun, kanker merupakan masalah kesehatan global yang mengancam jiwa. Kanker serviks adalah salah satu jenis kanker yang paling berbahaya, dengan 6,7 kasus per 100.000 orang per tahun. (Wijayati et al., 2020). Dapat disimpulkan kanker adalah penyakit yang ditandai oleh pertumbuhan sel-sel yang tidak terkendali dan merusak jaringan tubuh, merupakan masalah kesehatan global yang mengancam jiwa, dan serviks adalah salah satu jenis kanker paling berbahaya.

Menurut World Health Organization (WHO, 2021) berdasarkan data dari Global Burden Cancer (GLOBOCAN) 2020, kanker payudara, kanker serviks, dan kanker paru-paru merupakan jenis kanker terbanyak di Indonesia. Jumlah total kasus kanker di Indonesia adalah 396.91, kanker payudara 65.858 (16.6%) dan 22.430 (9.6%) total kematian. Dapat dikatakan bahwa jumlah penderita kanker payudara di Indonesia semakin meningkat. Ada 58.256 kasus pada tahun 2018, dan jumlah kanker payudara diperkirakan akan meningkat menjadi 89.512 pada tahun 2040. (Ahmad, 2020)

Pada pasien dengan penyakit kanker mengalami ketakutan, rasa khawatir, dan frustrasi baik saat dilakukannya terapi, sebelum dan selama operasi berlanjut. Perubahan fisiologis dan psikologis dapat menunjukkan tingkat stres. Pasien kanker sering mengalami berbagai gejala psikologis seperti sedih, gelisah, sulit berkonsentrasi, gangguan tidur, ketegangan otot, kelemahan tubuh, kelelahan, dan kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Mereka juga mungkin merasa takut akan kematian dan cemas. Penanganan yang berfokus pada

mengurangi stres diperlukan untuk mengatasi dampak emosional negatif ini. Salah satu gangguan mood yang sering terjadi adalah depresi, yang ditandai dengan kehilangan energi, hilangnya minat, rasa bersalah, kesulitan konsentrasi, kehilangan nafsu makan, dan pikiran tentang kematian. Perubahan dalam tingkat aktivitas, fungsi kognitif, pola tidur, nafsu makan, dan fungsi biologis lainnya juga dapat menjadi tanda-tanda gangguan mood lainnya (Setianingsih et al., 2020). Dapat disimpulkan tanda gejala pada pasien kanker yaitu gelisah, perasaan khawatir, tidak berdaya dan emosi negatif.

Depresi adalah perasaan sedih terus menerus, penurunan kesenangan dan minat, rasa bersalah, dan penurunan harga diri. Selain itu, depresi dapat mengganggu pola tidur dan nafsu makan, yang dapat menyebabkan kelelahan dan penurunan konsentrasi. Menurut World Health Organization (WHO, 2012), depresi dapat terjadi secara tiba-tiba atau berkelanjutan, dan kondisi yang parah dapat menyebabkan bunuh diri. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa menjalani kehidupan yang lebih lama menyebabkan penurunan status fungsional tubuh, yang membuat tubuh lebih rentan terhadap penyakit, dan berbagai pengalaman hidup yang mempengaruhi status kejiwaan seorang individu pada usia tua, meningkatkan kemungkinan depresi. Jenis kelamin juga merupakan faktor resiko yang dapat mempengaruhi tingkat depresi. Hal ini berkaitan dengan hormon seks, cara bersosialisasi, cara menghadapi masalah, frekuensi dan reaksi stres, dan peran sosial dan budaya yang berbeda. (Nareswari, 2021)

Ada sejumlah faktor yang dapat menyebabkan depresi pada penderita kanker, termasuk (1) informasi terkait penyakit (prognosis, tingkat keparahan, rasa sakit, dan diagnosis); (2) informasi internal pasien (ketakutan akan kematian, merasa tak berdaya, perubahan citra diri, usia, pendidikan, dan peran sosial); (3) penanganan (efek samping, biaya terapi, lama



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

KONFERENSI NASIONAL DAN *CALL PAPER* STIKES TELOGOREJO SEMARANG

Kolaborasi Interprofesional Kesehatan dalam Menjaga

Sistem Muskuloskeletal Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup



penanganan, dan perawatan berulang); dan (4) tim medis (kurangnya komunikasi dan informasi). (Raihan et al., 2022)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sembiring, ada korelasi signifikan antara tingkat pengetahuan dan tingkat depresi pada pasien kanker; lebih sedikit pengetahuan seseorang tentang penyakitnya dapat mempengaruhi tingkat depresi yang mereka alami. Faktor risiko depresi yaitu usia muda dan kurangnya dukungan keluarga atau sosial. Faktor internal dan eksternal yang dapat menyebabkan depresi. Gen, pengalaman buruk masa lalu, dan jenis kepribadian adalah faktor internal. Selain itu faktor eksternal yaitu stress dalam kehidupan, penggunaan obat dan alkohol terlarang, melahirkan, penyakit medis (Safitri & Machmudah, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarokhani yang mereview 26 artikel dari tahun 2011 hingga 2015 dengan sampel 5.781 orang, menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada lansia adalah 49%, pada wanita 48%, pada pria 37% pada orang yang belum menikah, dan 45% pada orang yang menikah. Tingkat depresi sangat parah adalah 5%, tingkat parah 19%, tingkat sedang 33%, dan tingkat ringan 38%. (Hermawati, 2023)

Terapi komplementer yaitu Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah salah satu terapi tambahan yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat depresi pasien yang menderita kanker (Wijayati et al., 2020). Teknik terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah salah satu metode pengobatan yang dapat digunakan untuk mengatasi stress pada pasien yang menderita kanker (R. M. Nasution et al., 2020). Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan sistem energi tubuh untuk memperbaiki pikiran, emosi, dan perilaku dengan menggunakan doa, keikhlasan, dan kepasrahan. Metode ini dapat membantu mengatasi berbagai emosi negatif. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) sangat sederhana, dengan tiga tahapan

mudah: *setting*, *tune-in*, dan *tapping* (R. M. Nasution et al., 2020). Teknik yang digunakan untuk terapi SEFT aman, cepat, dan sederhana, dan bahkan tidak menimbulkan risiko karena tidak menggunakan alat atau jarum. hanya dengan mengetuk ringan jari telunjuk dan jari tengah di beberapa titik meridian tubuh. Teknik ini menggunakan metode tapping (ketukan) pada titik-titik tertentu pada 12 jalur energi tubuh (energy medicine) (Rahmadania & Zoahira, 2021). Dapat disimpulkan bahwa Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah salah satu metode penanganan yang dapat digunakan untuk mengatasi stressor pada pasien kanker. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) sangat sederhana, dengan tiga tahapan mudah: *setting*, *tune-in*, dan *tapping*.

Set Up: Terdiri dari dua tindakan, yang pertama adalah mengucapkan kalimat doa dengan penuh rasa khuyu', ikhlas, dan pasrah sebanyak tiga kali. Contohnya, "Ya Allah, meskipun Saya merasa cemas, dengan penyakit kanker yang Saya diderita tetapi Saya Ikhlas, Saya pasrah sepenuhnya Padamu". Kedua adalah menekan dada kita, tepatnya di bagian *Sore Spot* (titik nyeri) saat mengucapkan doa (Rahayuningtyas, 2018). *Tune In*: Melakukan *tune-in* dengan mengalami secara langsung rasa sakit yang kita rasakan, lalu memusatkan pikiran kita pada tempat di mana rasa sakit itu dirasakan, sambil mendoakan dengan sepenuh hati. *Tapping*: Dengan mengetuk lembut menggunakan dua ujung jari pada area tubuh yang tepat. Ini karena proses aliran energi tubuh yang kembali berjalan dan seimbang (Rahayuningtyas, 2018) Bahwa berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Rumah Sakit Sultan Agung Semarang didapatkan jumlah pasien kanker pada tahun 2023 yaitu pada bulan Juli 323, bulan Agustus 293, bulan September 340. Berdasarkan latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tingkat Gejala Depresi Pada

Kolaborasi Interprofesional Kesehatan dalam Menjaga Sistem Muskuloskeletal Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup

Pasien Kanker". Saat dilakukan studi pendahuluan pembagian kuesioner *Beck Depressin Inventory-II* (BDI-II) pada 5 orang pasien yang sedang dirawat di Rumah Sakit Sultan Agung Semarang, dilihat dari hasil penyebaran kuesioner 3 dari 5 orang pasien yang sedang dirawat mengalami depresi ringan, dan 2 dari 5 pasien mengalami depresi sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penderita kanker mengalami depresi ringan hingga sedang, tidak sampai ke depresi berat.

METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan penelitian adalah prosedur yang digunakan untuk mengatur latar belakang penelitian sehingga peneliti dapat memperoleh data yang relevan, yang sesuai dengan tujuan dan karakteristik variabel penelitian. Berdasarkan tujuan penelitian ini rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang biasanya menggunakan pendekatan deduktif-induktif, yang berarti bahwa penelitian dimulai dengan kerangka teori, pemahaman ahli, dan pengalaman peneliti. Pendekatan ini kemudian mengembangkan masalah dan pemecahan untuk mendapatkan pembenaran (verifikasi) dari dukungan data empiris. Rancangan pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *one group pre and post test design without control group* yaitu tindakan sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) dan setelah diberikan perlakuan (*post test*). Analisa bivariat dilakukan pada kedua variabel dengan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil uji dapat dikatakan terdapat hubungan apabila *p value* < 0,05, dan dikatakan tidak terdapat hubungan jika *p value* > 0,05. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dampak dari *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tingkat gejala depresi pada pasien kanker yang dirawat di Rumah Sakit Sultan Agung Semarang. Pada penelitian ini variabel independent adalah pengaruh terapi

SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) pada pasien kanker. Variabel Dependent adalah Tingkat Depresi pada Pasien Kanker. Sampel penelitian ini adalah 77 di ruang Ma'wa dan Darussalam di Rumah Sakit Sultan Agung Semarang menggunakan teknik *purposive sampling*. Dalam penelitian ini analisis univariat untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, lama kanker dan jenis kanker. Pada penelitian ini, analisis bivariat digunakan untuk mengetahui Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tingkat Gejala Depresi Pada Pasien Kanker Di RSI Sultan Agung Semarang. Peneliti sudah melakukan *Ethical Clearance* di RSI Sultan Agung Semarang dengan nomor kode etik No. 84/KEPK-RSISA/V/2024.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik responden

1. Usia

Tabel 4.1

Data karakteristik responden berdasarkan usia		
Usia	Frekuensi	Presentase (%)
Dewasa Awal (26-35tahun)	3	3,9
Dewasa Akhir (36-45tahun)	14	18,2
Lansia Awal (46-55tahun)	28	36,4
Lansia Akhir (56-65tahun)	24	31,2
Manula (>65 tahun)	8	10,4
Total Skor	77	100,0

Karakteristik reponden berdasarkan usia mayoritas yaitu pada usia lansia wal sebanyak 28 responden (36,4%). Seiring bertambahnya usia, sel-sel dalam tubuh menjadi lebih rentan terhadap kerusakan DNA, yang dapat menyebabkan kanker. Setelah usia 40 tahun, manusia mengalami penurunan fungsi fisik dengan cepat, terutama setelah usia 45 tahun, di mana regenerasi tubuh menurun signifikan.



Dengan bertambahnya usia, sistem kekebalan tubuh juga mengalami penurunan, yang memudahkan sel kanker menyerang tubuh, sehingga tubuh kesulitan berfungsi dengan baik dan sulit mengenali atau melawan ancaman. Hal ini terjadi karena peralihan dari fase laten ke fase pra-invasif memerlukan waktu yang lama, yaitu sekitar 10 tahun (Hafiza et al., 2023). Usia merupakan faktor risiko utama untuk kanker payudara, di mana semakin tua usia seseorang, semakin tinggi kemungkinan untuk menderita kanker payudara. Risiko ini meningkat karena pada usia tersebut, wanita mengalami perubahan dalam siklus menstruasi, yang bisa menyebabkan mereka tidak berovulasi atau tetap berovulasi namun dengan produksi hormon progesteron yang tidak mencukupi, sehingga kadar hormon estrogen meningkat (Azimah, 2019).

2. Jenis kelamin

Tabel 4.2

Data karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	15	19,5
Perempuan	62	80,5
Total Skor	77	100,0

Karakteristik reponden berdasarkan jenis kelamin didapatkan mayoritas yaitu jenis kelamin perempuan sebanyak 62 responden (80,5%). Perbandingan tingkat kecemasan antara perempuan dan laki-laki adalah 2 banding 1. Perempuan dianggap lebih sensitif dan emosional, sedangkan laki-laki dianggap memiliki mental yang lebih kuat dalam menghadapi situasi berbahaya. Depresi lebih rentan terjadi pada perempuan karena mereka cenderung menyembunyikan emosi dan lebih banyak diam, sementara laki-laki lebih cenderung merespon kecemasan mereka dengan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Distribusi pasien kanker payudara berdasarkan jenis kelamin menunjukkan dominasi perempuan Kanker payudara umumnya terjadi pada perempuan, namun laki-laki juga bisa mengalaminya meskipun dengan angka yang

relatif kecil, yaitu 1,1% dari seluruh insiden kanker payudara (Elmika, 2020). Perempuan memiliki risiko yang tinggi terkena kanker, yang kemungkinan disebabkan oleh faktor genetik dan hormonal yang ada dalam diri mereka. Faktor hormon yang sangat mempengaruhi adalah durasi menstruasi dan menopause, yang memperpanjang paparan hormon estrogen dalam tubuh. Dibandingkan dengan laki-laki, perempuan lebih rentan dan berisiko terkena kanker. Hal ini juga disebabkan oleh gaya hidup yang kurang sehat, seperti merokok dan konsumsi makanan berlemak secara berlebihan, yang membuat banyak perempuan sulit mengontrol kesehatan mereka. Selain itu, faktor-faktor seperti menstruasi pertama pada usia dini, menopause pada usia lanjut, lama terpapar hormon, tidak menyusui, paparan radiasi, dan konsumsi alkohol juga meningkatkan risiko kanker pada perempuan (Wardana & Ernawati, 2019). Pada perempuan

3. Jenis kanker

Tabel 4.3

Data karakteristik responden berdasarkan jenis kanker

Jenis Kanker	Frekuensi	Presentase (%)
Kanker payudara	62	80,5
Kanker paru	9	11,7
Kanker kolorektal	6	7,8
Total Skor	77	100,0

Karakteristik reponden berdasarkan jenis kanker didapatkan mayoritas yaitu kanker payudara sebanyak 62 responden (80,5%). Hal ini terjadi karena mayoritas responden adalah perempuan berusia lebih dari 50 tahun, kelompok usia yang memasuki masa menopause. Wanita yang mengalami menopause setelah usia 50 tahun memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker payudara dibandingkan yang mengalami menopause sebelum usia 50 tahun. Kanker payudara merupakan salah satu tumor ganas yang berkembang di kelenjar, saluran kelenjar, dan jaringan penunjang payudara. Banyak wanita

Kolaborasi Interprofesional Kesehatan dalam Menjaga

Sistem Muskuloskeletal Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup

yang menderita kanker payudara sering kali didiagnosis pada tahap lanjut (stadium III hingga IV) saat pemeriksaan awal (Wijaya et al., 2019). Kanker payudara disebabkan oleh perubahan genetik pada satu sel dan mungkin memerlukan beberapa hari sebelum dapat dirasakan. Tumor ini berkembang pada epitel lobular dan biasanya tampak sebagai area penebalan yang menunjukkan adanya penyakit di payudara. Kondisi ini terjadi ketika sel-sel kehilangan kontrol dan mekanisme normalnya. (Mardiana & Kurniasari, 2021).

4. Lama kanker

Tabel 4.4

Data karakteristik responden berdasarkan lama kanker

Lama Kanker	Frekuensi	Presentase (%)
1 tahun	46	59,7
2 tahun	25	32,5
3 tahun	2	2,6
4 tahun/Lebih	4	5,2
Total Skor	77	100,0

Karakteristik reponden berdasarkan lama kanker didapatkan mayoritas yaitu selama 1 tahun sebanyak 46 responden (59,7%). Bahwa pada umumnya tingkat depresi akan lebih rendah ketika pasien sudah semakin lama terdiagnosis kanker. Sedangkan, pada penelitian ini menunjukkan sebagian responden tidak mengalami depresi. Hal in mungkin dapat disebabkan karena factor dukungan sesama penderita, dimana dukungan dan semangat dari sesama penderita dapat memepermudah penderita dalam beradaptasi dengan kondisi sehingga penderita memiliki semangat tinggi untuk sembuh dari sakitnya. Banyak dari mereka yang terlambat mengetahui dan menyadari adanya gejala benjolan pada payudara. Sesuai dengan pernyataan dari Kemenkes RI (2016), angka kematian dan kejadian kanker payudara meningkat karena banyak pasien yang datang ke fasilitas kesehatan sudah dalam stadium lanjut yang sulit disembuhkan. Keterlambatan diagnosis pada sebagian responden disebabkan oleh kurangnya

pengetahuan tentang tanda dan gejala kanker payudara, sehingga saat gejala muncul, kanker sudah langsung terdiagnosis dalam tahap lanjut (Afifah, 2020).

5. Pre Test Depresi

Tabel 4.5

Distribusi responden tingkat depresi Pre Test Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)

Kategori Depresi	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Depresi (0-13)	5	6,5
Depresi Ringan (14-19)	25	32,5
Depresi Sedang (20-28)	40	51,9
Depresi Berat (29-63)	7	9,1
Total Skor	77	100,0

Sebelum dilakukan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terdapat 40 responden mengalami depresi sedang (51,9%). Pada tahap depresi sedang gejala berlangsung minimal dua minggu dan mengalami kesulitan yang signifikan untuk melakukan hal-hal yang biasa dilakukan setiap hari.

6. Post Test Depresi

Tabel 4.6

Distribusi responden Tingkat depresi Post Test Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)

Kategori Depresi	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Depresi (0-13)	31	40,3
Depresi Ringan (14-19)	40	51,9
Depresi Sedang (20-28)	6	7,8
Depresi Berat (29-63)	-	-
Total Skor	77	100,0

Sesudah dilakukan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terdapat 40 responden mengalami depresi ringan (51,9%), yang artinya adanya peningkatan setelah dilakukannya Terapi *Spiritual Emotional*

Kolaborasi Interprofesional Kesehatan dalam Menjaga

Sistem Muskuloskeletal Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup

Freedom Technique (SEFT). pada depresi sedang dibutuhkan setidaknya dua dari tiga gejala utama depresi, bersama dengan dua gejala tambahan, depresi tidak berlangsung lebih dari dua minggu, dan pasien tidak mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

7. Analisa Bivariat untuk mengetahui Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Gejala Depresi Pada Pasien Kanker.

Tabel 4.7

Hasil uji pengaruh Tingkat depresi sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dengan menggunakan Uji Wilcoxon)

Variabel Penelitian	Correlation Coefficient	Z score	p-Value
PRE BDI dan POST BDI	0,800	-8.376	0,000

Hasil uji statistic wilcoxon p-Value 0,000 ($<0,05$), yang artinya terdapat pengaruh antara *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dengan tingkat depresi pada pasien kanker. Nilai *Correlation Coefficient* didapatkan hasil 0,800 yang artinya kekuatan pengaruh antara terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tingkat gejala depresi pada pasien kanker dalam pengaruh kuat (nilai interval 0,71-0,90 keeratan korelasi dikatakan kuat). Hasil uji wilcoxon signed test didapatkan nilai Z sebesar -8.376 dengan hasil lebih ke arah negatif. Semakin melakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), maka semakin menurun juga tingkat depresi pada pasien kanker. Didapatkan hasil penelitian mengenai terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tingkat Gejala Depresi Pada Pasien Kanker menunjukkan adanya pengaruh terhadap penurunan depresi sebelum dan sesudah diberikan intervensi nilai p-Value 0.001 (<0.05). Intervensi terapi SEFT diberikan sebanyak 4 kali pertemuan dengan 1 kali

pertemuan selama 7 menit. Terapi SEFT diindikasikan untuk pasien yang mengalami gangguan fisik, trauma, sakit kepala, hipertensi, kecanduan, kecemasan, dan insomnia. Tidak ada kontraindikasi untuk terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), jadi setiap orang dapat melakukannya (Rahayuningtyas, 2018). Penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian Los (2020), yang menemukan adanya pengaruh signifikan pada tingkat depresi sebelum dan sesudah penerapan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ade Herman Surya Direja dan Loren Juksen (2021), yang menunjukkan bahwa tingkat depresi pada pasien menurun setelah menjalani terapi SEFT. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) fokus pada penggunaan kata atau kalimat yang diulang dengan irama teratur serta sikap pasrah dan ikhlas kepada Tuhan. Terapi ini membantu mengatur irama napas dan denyut jantung, membuat pasien merasa lebih rileks. SEFT melibatkan dua aspek: biologis dan spiritual. Aspek spiritual terdiri dari dua tahap: pertama, *set-up* yang memastikan aliran energi dalam tubuh bergerak dengan benar dengan menghapus hambatan psikologis melalui do'a dan kepasrahan. Kedua, *tune-in*, yaitu merasakan dan mengarahkan pikiran ke rasa sakit yang dirasakan. Aspek biologis melibatkan teknik *tapping*, yaitu ketukan ringan pada titik-titik energi tubuh melalui meridian tubuh. Ketukan ini merangsang sel-sel yang aktif secara elektrik di permukaan tubuh dan mengirimkan sinyal transduksi (Rahmadania & Zoahira, 2021).

PENUTUP Kesimpulan

Data demografi responden lansia awal (46-55 tahun) yaitu sebanyak 28 responden (36,4%), mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 62 responden (80,5%), sebanyak 46 responden (59,7%) mengalami penyakit kanker selama 1 tahun, pada penelitian ini sebanyak 62



responden (80,5%) paling banyak mengalami jenis kanker payudara. Mayoritas pasien kanker pada penelitian ini mengalami tidak depresi sebanyak 5 responden (6,5%), responden yang memiliki tingkat depresi ringan sejumlah 25 responden (32,5%), sedangkan depresi sedang sebanyak 40 responden (51,9%), pasien kanker yang memiliki tingkat depresi berat berjumlah 7 responden (9,1%). Berdasarkan hasil uji statistik wilcoxon p-Value 0,000 ($<0,05$), yang artinya terdapat pengaruh antara Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dengan tingkat depresi pada pasien kanker. Nilai Correlation Coefficient didapatkan hasil 0,800 yang artinya kekuatan pengaruh antara terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap tingkat gejala depresi pada pasien kanker dalam pengaruh kuat (nilai interval 0,71-0,90 keeratan korelasi dikatakan kuat).

Saran

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan meningkatkan dari sisi media yang akan digunakan yaitu dengan menggunakan media aplikasi, sehingga dapat memudahkan dalam pengambilan data penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Herman Surya Direja, Loren Juksen, S. (2021). The Effect Of Classical Music Therapy On The Level Of Depression Among Schizophrenia Patients In Soeprapto Mental Hospital, Bengkulu Province. *Journal of Applied Nursing and Health, Vol. 3, No. 2, December 2021*, 3(2).
- Afifah, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1), 29–37. [d:%5CDownloads%5CDocuments%5C37-Article Text-74-1-10-20191217_2.pdf](#)
- Ahmad. (2020). BAB 1. *Corporate Governance (Bingley)*, 10(1), 54–75.
- Azimah. (2019). *Article GAMBARAN GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL PADA PASIEN KANKER PAYUDARA POST MASTEKTOMI DI RUSD ARIFIN ACHMAD*.
- Elmika, E. (2020). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf11101> Gambaran Umur, dan Jenis Kelamin Pasien Kanker Payudara di RS Ibnu Sina Kota Makassar Elma Elmika. *Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(5), 422–424.
- Hafiza, N., Annis Nauili, F., & Dilaruri, A. (2023). Gambaran Depresi dan Kecemasan Pada Pasien Kanker Serviks. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(6), 422–437. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7785100>
- Hermawati, E. (2023). Gambaran Tingkat Depresi Lansia Di Dusun Gedangan, Hargomulyo, Gedangsari. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 6, 618–624. <http://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/2093>
- Los, U. M. D. E. C. D. E. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Depresi pada Pasien Skizofrenia di RuangRawat Inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Sungai Bangkong Kalimantan Barat. *Keperawatan Jiwa*.
- Mardiana, A., & Kurniasari, L. (2021). Hubungan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Kejadian Kanker Payudara di Kalimantan Timur. *Borneo Student Research*, 2(2), 1052–1059.
- Nareswari, P. J. (2021). Depresi Pada Lansia : Faktor Resiko, Diagnosis Dan Tatalaksana. *Jurnal Medika Hutama*, 02(02), 1–58.
- Nasution, R. M., Effendi, Z., & Hikayati. (2020). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara. *Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1), 80–85. <http://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1749/1024>
- Rahayuningtyas, E. (2018). Universitas Muhammadiyah Magelang. *Naskah Publikasi*, 4–35.
- Rahmadania, W. O., & Zoahira, W. O. A. (2021). Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap Tingkat Kecemasan pada Keluarga Pasien yang Kritis. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 610–618.



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

KONFERENSI NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG

Kolaborasi Interprofesional Kesehatan dalam Menjaga

Sistem Muskuloskeletal Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup



- <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.1872>
- Raihan, D. N., Tjokropawiro, B. A., & Konginan, A. (2022). Tingkat Depresi dan Faktor yang Mempengaruhi pada Pasien Kanker Serviks di RSUD Dr. Soetomo. *Journal of Health (JoH)*, 9(1), 40–52. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n1.421>
- Safitri, A. W., & Machmudah, M. (2021). Penurunan Nyeri dengan Intervensi Kombinasi Terapi Relaksasi Pernafasan dan Terapi SEFT pada Pasien dengan Kanker Servik Stadium IIIB. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8252>
- Setianingsih, S., Rahayuningsih, T., & Agustina, N. W. (2020). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(3), 203. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i3.623>
- Wardana, N., & Ernawati, R. (2019). Hubungan Usia dan Aktivitas Fisik dengan Jenis Kanker di Ruang Kemoterapi RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 2018, 159–165. <http://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/950>
- Wijayati, S., Fitriyanti, S. A., & Arwani, A. (2020). The effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on decreased depression level among cervical cancer patients. *Medica Hospitalia : Journal of Clinical Medicine*, 7(2), 398–402.
- Yuliatin, S. (2023). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Depresi Pada Penderita Kanker Payudara. *Jurnal Janaloka*, 1(1), 11–21. <https://ejournal.umw.ac.id/janalokaDOI:https://doi.org/10.54883/janaloka.v1i1>