



ORIGINAL ARTICLE

PENGARUH TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE TERHADAP KUALITAS HIDUP ORANG DENGAN HIV/AIDS

The Effect Of Spiritual Emotional Freedom Technique Therapy On The Quality Of Life Of People With HIV AIDS

Gede Arya Bagus Arisudhana^{1*}, Ni Kadek Pradnyani²

¹Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Triatma Mulya, Badung, Bali, Indonesia

²Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Bina Usada Bali, Badung, Bali, Indonesia

*Korespondensi: aryabagus08@gmail.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat Artikel: Diterima: 30 November 2024 Revisi: 3 Desember 2024 Disetujui: 30 Desember 2024	Latar Belakang: Kualitas hidup merupakan suatu aspek kehidupan seseorang yang berfungsi dengan baik dan dapat menikmati hidupnya dengan menjalankan perannya secara memuaskan. Terapi Spiritual Emotional Freedom (SEFT) merupakan terapi yang menggunakan metode tapping pada titik meridian dengan melibatkan Tuhan didalamnya. Tujuan: Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh terapi spiritual emotional freedom technique terhadap kualitas hidup orang dengan HIV AIDS. Metode: Penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimen rancangan one group pre test - post test design. Jumlah sampel penelitian adalah 25 responden. Responden diberikan terapi sebanyak delapan kali dalam satu bulan, alat ukur yang digunakan yaitu WHOQOL-BREF. Penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Hasil: Hasil uji Wilcoxon Signed Rank dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) maka dinyatakan ada pengaruh terapi spiritual emotional freedom technique terhadap kualitas hidup orang dengan HIV AIDS di Yayasan Spirit Paramacitta Denpasar. Kesimpulan: Terdapat pengaruh signifikan antara pengaruh terapi SEFT terhadap kualitas hidup pada ODHA.
Kata Kunci:	
AIDS;	
HIV;	
SEFT.	





Jurnal Aliansi Keperawatan Indonesia Volume 1 Nomor 2 (2024)

Jurnal homepage: <https://aliansi.lenteramitralestari.org/index.php/jaki/index>

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 30 November 2024

Revised: 3 December 2024

Accepted: 30 December 2024

Key Words:

AIDS;

HIV;

SEFT.

ABSTRACT

Background: Quality of life is an aspect of a person's life who functions well and can enjoy his life by carrying out his role satisfactorily. Spiritual Emotional Freedom Therapy (SEFT) is a therapy that uses a tapping method on meridian points by involving God in it. **Objective:** The aim of this research is to determine the effect of emotional freedom technique spiritual therapy on the quality of life of people with HIV AIDS. **Method:** This research is a pre-experimental research with a one group pre test - post test design. The number of research samples was 25 respondents. Respondents were given therapy eight times a month. The measuring tool used was WHOQOL-BREF. This research uses the Wilcoxon test. **Results:** Wilcoxon signed rank test result with a value of $p = 0.000$ ($p < \alpha 0.05$), meaning there is an influence of spiritual emotional freedom technique therapy on the quality of life of people with HIV AIDS at the Spirit Paramacitta Foundation Denpasar. **Conclusion:** There is a significant influence between the effect of SEFT therapy on quality of life in PLWHA.



LATAR BELAKANG

Human Immunodeficiency Virus (HIV) dan *Aquired Immuno Deficiency Syndrome (AIDS)* menjadi penyakit menular yang mengancam jiwa sejak pertama kali ditemukan (Joint United Nations Programme on HIV and AIDS, 2018). HIV/AIDS menjadi permasalahan global dengan jumlah mencapai 36,9 juta jiwa dan 1,8 juta kasus merupakan kasus baru. Menurut Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, terdapat sebanyak 301.959 kasus HIV dan sebanyak 640.443 kasus AIDS. Provinsi Bali berada pada peringkat ke enam di Indonesia pada tahun 2017 sejumlah 14.640 kasus HIV dan 6.968 kasus AIDS (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Secara kumulatif kasus HIV/AIDS di Bali tahun 2019, Denpasar menduduki peringkat pertama dengan jumlah orang dengan HIV AIDS (ODHA) mencapai 7.865 jiwa (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan studi pendahuluan ODHA di Yayasan Spirit Paramacitta yaitu berjumlah 3694, dengan ODHA yang aktif dalam kegiatan sebanyak 150 orang.

Individu yang terinfeksi HIV/AIDS terdampak beberapa masalah yang meluas, diantaranya masalah fisik, sosial, spiritual dan emosional. Masalah kesehatan fisik diakibatkan adanya penurunan imunitas yang cukup progresif dan berakibat pada kerentanan terhadap infeksi pada ODHA. Masalah sosial dapat berupa stigma masyarakat (Bello & Bello, 2013). Stigma buruk yang ada dimasyarakat secara tidak langsung mampu mengurangi kualitas hidup ODHA. Banyak upaya yang telah dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup ODHA salah satunya penelitian dengan memberikan terapi murottal. Penelitian ini dapat memberikan dampak yang baik bagi kualitas hidup ODHA yaitu terjadi peningkatan yang signifikan pada domain spiritual dalam kualitas hidup ODHA, namun terapi ini tidak memberikan perubahan pada domain fisik dalam kualitas hidup ODHA (Ashar, Sjattar, & Bahar, 2017). Studi lainnya dengan penggunaan *Highly Active Antiretroviral Therapy (HAART)* terhadap *Health Quality of Life (HRQOL)* memberikan perubahan pada kualitas hidup kesehatan yang lebih baik dengan tersupresinya *viral load* di dalam tubuh sehingga ODHA memiliki peluang hidup yang lebih Panjang. Tidak jarang terapi HAART juga dapat menurunkan kualitas hidup ODHA akibat HAART yang memiliki efek samping toksisitas (Wilandika, 2018).

Dari hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya dirasa perlu untuk dilakukan lagi penelitian menggunakan intervensi komplementer lainnya seperti pemanfaatan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*. Beberapa penelitian menunjukkan SEFT mampu membantu mengatasi insomnia pada ODHA (Pujiati & Febita, 2019). Terapi SEFT memiliki mekanisme kerja dengan memberikan stimulasi pada *neurotransmitter* guna meminimalkan stimulus pada *Hipotalamic-Pituitary-Adrenal Axis (HPA Axis)* untuk menekan produksi hormon kortisol yang mampu menurunkan stres (Nugroho & Islami, 2020). *Tapping* yang dilakukan pada SEFT pada titik *acupoint* akan menurunkan aktivitas gelombang otak. Proses ini membantu menstimulus efek relaksasi. Kombinasi antara kekuatan spiritual dan energi biologis sangat efektif. Berdasarkan fenomena tersebut maka perlu dilakukan pengkajian lebih lanjut tentang pengaruh terapi SEFT terhadap kualitas hidup pada ODHA.

TUJUAN

Tujuan utama pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi SEFT terhadap kualitas hidup orang dengan HIV/AIDS.

METODE

Desain

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan pra eksperimen yaitu *one-group pretest-posttest design* dimana hubungan sebab dan akibat dilakukan dengan melibatkan 1 kelompok subyek. Selanjutnya pengukuran kualitas hidup ODHA dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan.

Populasi dan Sampel

Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah seluruh orang dengan HIV/AIDS di Yayasan Spirit Paramacitta yang berjumlah 150 jiwa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Adapun besar sampel pada penelitian ini sebanyak 25 orang dengan pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan kriteria inklusi antara lain: ODHA dapat berkomunikasi dengan baik; ODHA yang mau kooperatif selama kegiatan; ODHA yang dapat membaca dan menulis. Sedangkan kriteria eksklusi sampel yaitu ODHA yang mengalami luka yang terjadi di daerah *tapping*; ODHA yang menolak untuk menjadi responden.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan Penelitian ini dilakukan di Yayasan Spirit Paramacitta yang terletak di Desa Sesetan, Kecamatan Denpasar Selatan, Kota Denpasar. Pemberian intervensi dan pengambilan data dilakukan selama 4 minggu.

Intervensi

Terapi yang diberikan berupa SEFT dengan menggunakan teknik *tapping* pada 9 titik meridian tubuh yang diberikan dengan dosis waktu 90 menit setiap 2 kali dalam seminggu selama 1 bulan. Penelitian ini telah dilakukan uji etik dan dinyatakan laik etik dengan nomor *Ethical Approval*: 536/EA/KEPK-BUB.

Instrumen

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner kualitas hidup yaitu WHOQOL-BREF sebagai alat pengumpulan data. Alat ukur menggunakan 4 domain yaitu domain kesejahteraan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan yang terdiri dari 26 item pertanyaan. Seluruh pertanyaan mempunyai poin (1-5) berdasarkan skala likert 5 kategori. Pertanyaan fokus pada intensitas, kepuasan, dan evaluasi. Pengujian instrumen WHOQOL-BREF sudah dilakukan dalam penelitian sebelumnya pada pasien HIV/AIDS di poliklinik

khusus HIV Rumah Sakit dr. Cipto Mangunkusumo, menunjukkan hasil uji kesahihan sebesar 0,60-0,79 dengan rerata 91,14, sedangkan uji keandalan alat ukur dengan menggunakan nilai *coefisien alpha cronbach* diperoleh sebesar 0,66 (Muhammad, Shatri, Djoerban, & Abdullah, 2017). Hasil uji kesahihan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antar setiap item dengan skor dimensi yang memuat skor tersebut.

Analisa Data

Analisis univariat digunakan untuk mendiskripsikan karakteristik responden pada penelitian seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Analisis bivariat yang dilakukan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi SEFT terhadap kualitas hidup dengan menggunakan uji non-parametrik yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=25)

Karakteristik Responden	F (%)	Mean±SD	Min-Max
Usia		36,08±7,735	24-50
Jenis Kelamin			
Laki-laki	20 (80%)	80	
Perempuan	5 (20%)	20	
Pendidikan Terakhir			
SD	7 (28%)	28,0	
SMP	10 (40%)	40,0	
SMA	8 (32%)	32,0	
Pekerjaan			
Ibu rumah tangga	11 (44%)	44,0	
Wiraswasta	2 (8%)	8,0	
Pekerja Seksual	12 (48%)	48,0	

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 36,08 tahun dengan usia tertinggi 50 tahun dan usia yang terendah adalah 24 tahun. Berdasarkan jenis kelamin dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 20 responden dengan persentase 80%. Berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan responden dalam penelitian ini adalah SMP sebanyak 10 responden dengan persentase 40,0% . Berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan responden dalam penelitian ini adalah pekerja seksual sebanyak 12 responden dengan persentase 48,0%

Tabel 2. Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Kualitas Hidup ODHA

Variabel		Nilai P	Zhitung	Ztabel
Kualitas Hidup	<i>Pretest</i>			
	<i>Posttest</i>	0,000	4,374	1,645

Hasil uji *Wilcoxon Sign Rank* diperoleh nilai $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ serta nilai $P = 0,000$ pada $\alpha = 0,05$ dapat menjelaskan bahwa terdapat pengaruh terapi SEFT terhadap kualitas hidup ODHA.

PEMBAHASAN

Sebagian besar dari ODHA akan memiliki kualitas hidup yang buruk saat terdiagnosa HIV di usia produktif. ODHA akan merasakan rendah diri dan putus asa, ODHA akan mengalami masa penolakan hingga mengabaikan perawatan terhadap kondisi sakit. Pendidikan seseorang akan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam manajemen kesehatan. Melalui pendidikan akan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sehingga lebih mudah mengakses informasi kesehatan (da Costa, de Oliveira, Gomes, & Formozo, 2014). Pekerjaan juga akan berdampak pada kualitas hidup ODHA. Dengan bekerja ODHA akan menerima upah sehingga membantu pembiayaan dalam kondisi sakit. Jika upah yang diterima rendah maka berdampak pada kualitas hidup yang rendah (Kurniasari, Murti, & Demartoto, 2016).

Selain beberapa karakteristik ODHA yang berpengaruh terhadap kualitas hidupnya, terapi suportive juga sangat berperan membantu meningkatkan kualitas hidup (Dewi, Pratiwi, & Muthia, 2024). Dimana pemanfaatan antiretroviral yang juga memiliki banyak efek samping dapat mengganggu kualitas hidup ODHA (Arisudhana, Sofro, & Sujianto, 2019). Terapi komplementer SEFT menggabungkan elemen spiritual dan biologis. Beberapa riset telah menunjukkan efektivitas SEFT terhadap peningkatan kualitas hidup pasien (Aftrinanto, Hayati, & Urbayatun, 2018; Fatmasari, Widyana, & Budiyan, 2019). Dalam melakukan SEFT, pasien harus dapat ikhlas, pasrah, yakin, khusuk dan bersyukur. Terapi SEFT diawali dengan tahapan *set-up* dan *tune-in*, dua tahapan ini merupakan tahapan pada spiritual dimana *spiritual power* memiliki peranan penting. Subyek diminta untuk berdoa, pasrah terhadap kesembuhan, ikhlas terhadap masalah dan rasa sakit yang dialami kepada Tuhan (Fatmasari et al., 2019).

Aspek spiritual pada tahapan *set-up* akan membantu menetralkan perlawanan psikologis dengan memastikan aliran energi pada tubuh terarahkan secara tepat. Aspek ini juga berisikan muatan doa dan kepasrahan. Sedangkan pada tahapan *tune-in* pasien akan diarahkan melakukan *self-hypnosis* untuk mengidentifikasi titik yang menjadi pusat rasa sakit dengan cara merasakan, lalu mengarahkan pikiran menuju rasa sakit tersebut dengan cara merasakan rasa sakit. Aspek kedua yaitu biologis diinterpretasikan kedalam 18 titik meridian

untuk dilakukan *tapping*. Ketukan ringan yang dilakukan akan menimbulkan rangsangan sinyal transduksi pada *electrically active cells* (Kusnanto, Pradanie, & Karima, 2017). Saat tahapan *tune-in* kita dapat melakukan *tapping* untuk melakukan netralisir pada rasa sakit pada fisik (Zainuddin, 2012). SEFT juga membantu menstimulus endorphen yang mampu menekan rasa nyeri dan menimbulkan sensasi rasa ketenangan serta perasaan euforia (Aftrinanto et al., 2018). Hal ini menunjukkan perubahan positif pada fisik, biologis, psikologis dan spiritual pasien akibat intervensi SEFT dapat membantu meningkatkan kualitas hidup.

KESIMPULAN

Dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA perlu dilakukan pengkajian faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas hidup ODHA seperti dukungan keluarga, penghasilan, status pernikahan. Penelitian ini menemukan terdapat pengaruh terapi SEFT terhadap kualitas hidup ODHA.

DAFTAR PUSTAKA

- Aftrinanto, Z., Hayati, E. N. N., & Urbayatun, S. (2018). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk Meningkatkan Kualitas Hidup pada Wanita yang Mengalami Bencana Tanah Longsor. *Jurnal Studia Insania*, 6(1), 069. <https://doi.org/10.18592/jsi.v6i1.2006>
- Arisudhana, G. A. B., Sofro, M. A. U., & Sujianto, U. (2019). Antiretroviral Side Effect on Adherence in People Living With HIV AIDS At Dr. Kariadi General Refferal Hospital Semarang Central Java. *Nurse Media Journal of Nursing*, 8(2), 79-85. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v8i2.20742>
- Ashar, M. U., Sjattar, E. L., & Bahar, B. (2017). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Perubahan Quality Of Life Pasien Dengan HIV/AIDS di Puskesmas Jumpandang Baru Kota Makassar. *JST Kesehatan*, 7(1), 7-13.
- Bello, S. I., & Bello, I. K. (2013). Quality of Life of Hiv/Aids Patients in a Secondary Health Care Facility, Ilorin, Nigeria. *Baylor University Medical Center Proceedings*, 26(2), 116-119. <https://doi.org/10.1080/08998280.2013.11928933>
- da Costa, T. L., de Oliveira, D. C., Gomes, A. T., & Formozo, G. A. (2014). Quality of life and people living with AIDS: Relationship with sociodemographic and health aspects. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(4), 582-590. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3350.2455>
- Dewi, S. U., Pratiwi, A., & Muthia, A. (2024). Efektivitas Terapi Komplementer Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(1). <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i1.6424>

- Fatmasari, D., Widyana, R., & Budiyan, K. (2019). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 10-19.
- Joint United Nations Programme on HIV and AIDS. (2018). *UNAIDS Data 2018*. Geneva.
- Kemendes RI. (2020). *Laporan Perkembangan HIV AIDS & Penyakit Infeksi Menular Seksual Triwulan III Tahun 2020*. Jakarta.
- Kemendes Kesehatan RI. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 52 Tahun 2017 Tentang Eliminasi Penularan Human Deficiency Virus, Sifilis Dan Hepatitis B Dari Ibu Ke Anak*. , Pub. L. No. 57/2017 (2017). Indonesia: Kemendes Kesehatan RI.
- Kurniasari, M. A., Murti, B., & Demartoto, A. (2016). Association Between Participation in Hiv/Aids Peer Group, Stigma, Discrimination, and Quality Life of People Living With Hiv/ Aids. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 1(2), 125-132. <https://doi.org/10.26911/theicph.2017.036>
- Kusnanto, K., Pradanie, R., & Karima, I. A. (2017). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap Kualitas Hidup Penderita Tuberkulosis Paru. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 4(3), 213-224. <https://doi.org/10.24198/jkp.v4i3.284>
- Muhammad, N. N., Shatri, H., Djoerban, Z., & Abdullah, M. (2017). Validity and reability test of Indonesian version of world health the quality of life patients with HIV / AIDS. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 4(3), 116-117.
- Nugroho, S. H. P., & Islami, F. (2020). Pengaruh Teknik Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Chronic Kidney Disease. *Jurnal Surya*, 11(03), 16-25. <https://doi.org/10.38040/js.v11i03.57>
- Pujiati, E., & Febita, I. (2019). Pengaruh Spyritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Tingkat Insomnia pada Penderita HIV/IDS (ODHA). *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 6(1), 1-15.
- Wilandika, A. (2018). Penggunaan Highly Active Antiretroviral Therapy (HAART) Terhadap Health Related Quality of Life (HRQOL) pada Orang Dengan HIV/AIDS. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 4(2), 172-179. <https://doi.org/10.17509/jpki.v4i2.14093>
- Zainuddin, A. F. (2012). *SEFT for healing and success, happiness and greatness*. Jakarta: Afzan Publishing.