



### ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won/article/view/won4110>

## Intervensi Terapi Kombinasi: Dzikir dan SEFT Menurunkan Kecemasan Pasien Kanker

**Rizka Putri Yulianti Abd. Haris<sup>1</sup>, Sudarman<sup>2</sup>, Wa Ode Sri Asnaniar<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (<sup>K</sup>): [rizkaputri425@gmail.com](mailto:rizkaputri425@gmail.com)

[rizkaputri425@gmail.com](mailto:rizkaputri425@gmail.com)<sup>1</sup>, [sudarman.sudarman@umi.ac.id](mailto:sudarman.sudarman@umi.ac.id)<sup>2</sup>, [waode.sriasnaniar@umi.ac.id](mailto:waode.sriasnaniar@umi.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Kemoterapi merupakan salah satu pengobatan bagi penderita kanker yang memberikan banyak efek samping baik secara fisik, biologis, psikologis maupun sosial. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi kombinasi terhadap penurunan ansietas pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RS TK II Pelamonia Makassar. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimental. Adapun penentuan sampel dilakukan dengan total sampling dengan besar sampel sebanyak 60 responden. Uji statistik dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample t-test* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha < 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi kombinasi terhadap penurunan ansietas pada pasien kemoterapi dengan nilai ( $p = 0,001$ ). Kesimpulan dari penelitian ini adalah pemberian terapi kombinasi dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan ansietas pada pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi. Oleh karena itu, diharapkan bagi rumah sakit agar memperhatikan pengobatan non farmakologi yang bisa mengatasi kecemasan pasien.

Kata kunci : Terapi Kombinasi; ansietas; kemoterapi

#### PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas  
Kesehatan Masyarakat UMI

#### Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)  
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email : [jurnal.won@umi.ac.id](mailto:jurnal.won@umi.ac.id)

#### Article history : (dilengkapi oleh admin)

Received 30 Desember 2022

Received in revised form 15 Januari 2023

Accepted 23 Maret 2023

Available online 30 Juni 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



---

**ABSTRACT**

*Chemotherapy is one of the treatments for cancer patients that has many side effects, both physically, biologically, psychologically and socially. This study was conducted with the aim to determine the effect of combination therapy on reducing anxiety in cancer patients undergoing chemotherapy at TK II Pelamonia Hospital Makassar. The research method used is quasi-experimental. The determination of the sample is done by total sampling with a sample size of 60 respondents. Statistical tests were carried out using the paired sample t-test with a significance level of  $< 0.05$ . The results showed that there was an effect of combination therapy on reducing anxiety in chemotherapy patients with a value ( $p = 0.001$ ). The conclusion of this study is that the combination therapy of dhikr and SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) has a significant effect on reducing anxiety in cancer patients undergoing chemotherapy. Therefore, it is expected for hospitals to pay attention to non-pharmacological treatments that can overcome patient anxiety.*

*Keywords : Combination therapy; anxiety; cancer*

---

**PENDAHULUAN**

Kanker adalah sekelompok besar penyakit yang terjadi pada hampir semua jaringan tubuh ketika sel-sel abnormal tumbuh tak terkendali dan menyerang bagian tubuh atau organ yang lain. Penderita kanker mengalami tekanan psikologis seperti sedih, malu, rasa putus asa, kecemasan bahkan depresi akan pikiran mereka tertuju kepada kematian<sup>1</sup>. Kanker merupakan penyebab utama kematian kedua secara global, terhitung sekitar 9,6 juta kematian, atau satu dari enam kematian, pada tahun 2018<sup>2</sup>. Pada tahun 2020 terdapat 19.292.789 kasus di dunia dan terdapat 9.958.133 kasus kematian akibat kanker<sup>3</sup>. Berdasarkan data Globocan, pada tahun 2020 di Indonesia terdapat 396.914 kasus kanker (kanker payudara : 65.658 kasus, kanker serviks : 36.633 kasus, kanker paru : 34.783 kasus, kanker kolorektum : 34.189 kasus, kanker hati : 21.392 kasus dan kanker lainnya terdapat 2016.059 kasus)<sup>2</sup>.

Upaya tindakan medis untuk pengobatan kanker yaitu pembedahan, radioterapi, kemoterapi, dan bioterapi. Kemoterapi merupakan terapi sistemik, yang berarti obat menyebar keseluruh tubuh dan dapat menncapai sel kanker yang telah menyebar jauh atau metastase ke tempat lain<sup>4</sup>. Kemoterapi bertujuan untuk membunuh sel-sel kanker namun juga merusak sel-sel yang normal<sup>5</sup>. Selalu ada sejumlah sel-sel normal yang dapat rusak ketika pengobatan dengan obat-obat sitotoksik<sup>6</sup>. Efek samping pada klien dengan kemoterapi secara fisik yaitu dapat merasakan mual dan muntah, gangguan pencernaan, diare, kerusakan kulit, kebotakan, depresi sum-sum tulang belakang. Efek samping yang ditimbulkan ini dapat membuat pasien merasa gelisah dan meningkatkan kecemasan pasien<sup>4</sup>. Oleh karena itu untuk menurunkan kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dapat diberikan terapi komplementer, yaitu terapi zikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*). Penurunan kecemasan terjadi dikarenakan setelah dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Tehcnique* (SEFT) pasien akan merasa lebih tenang dan rileks, karena saat terapi akan menguraikan ketegangan otot – otot dan pikiran menjadi lebih tenang & tenang<sup>7</sup>.

Dalam penelitian Sopian Halid, dkk (2021) telah membuktikan bahwa ada pengaruh terapi kombinasi dzikir dan SEFT terhadap penurunan kejadian insomnia pada lanjut usia, dimana terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi dzikir dan SEFT yaitu sebanyak

64,1 dengan nilai  $\rho = 0,000$ <sup>8</sup>. Karina Kandhi Krisnawardhani dan Noviekayati (2021) ditemukan tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan terapi SEFT berada pada tingkat cemas berat mencapai skor 42 dan setelah diberikan terapi SEFT pasien tidak mengalami kecemasan dengan skor 11, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi SEFT efektif dalam meredakan kecemasan pada subjek dewasa<sup>9</sup>.

Berdasarkan latar belakang diatas dengan didukung survey awal yang dilakukan oleh peneliti di RS TK II Pelamonia Makassar, jumlah pasien kemoterapi sebanyak 60 orang. Dari hasil wawancara sebagian besar pasien mengalami kecemasan saat akan melakukan kemoterapi dan hanya mendapatkan pengobatan sesuai dengan prosedur rumah sakit. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian terkait pengaruh terapi kombinasi: dzikir dan SEFT terhadap penurunan kecemasan pasien kanker.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperimental* dengan pendekatan *untreated control group design with dependen pretest and posttest samples*. Penelitian ini dilakukan di RS TK II Pelamonia yang terletak di Jl. Jend Sudirman No. 27, Pisang Utara, Kec. Ujung Pandang, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni hingga Juli 2022. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien kanker yang mengalami kecemasan. Besaran sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 60 pasien yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dibagi kedalam 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dimana pada kelompok intervensi diberikan terapi dzikir dan SEFT, pemberian terapi ini dilakukan selama 10-15 menit sebanyak 3 x selama 2 hari. Dzikir yang diberikan pada kelompok intervensi yaitu pelafalan "Astagfirullahal'azhiim (saya mohon ampun kepada Allah yang Maha Agung) dan kalimat Sholawat dikombinasikan dengan 18 titik terapi SEFT. Sedangkan, untuk kelompok kontrol hanya mendapat perawatan dari Rumah Sakit.

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengetahui data demografi, siklus kemoterapi dan kemoterapi beberapa responden, lembar kuesioner sebelum dan sesudah pemberian terapi untuk mengukur tingkat kecemasan digunakan kuesioner HRS-A. Kemudian data di uji menggunakan uji statistik *paired sample t- test*.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden pada Kelompok Intervensi di Rs TK II Pelamonia Makassar

Karakteristik	Jumlah	
	n(30)	%(100)
Jenis Kelamin		
Laki- Laki	3	10
Perempuan	27	90
Usia		
36-45 tahun	3	10

46-55 tahun	27	90
Pendidikan		
S1	3	10
SMA	27	90
Pekerjaan		
Petani	3	10
IRT	18	60
Wiraswasta	9	30
Stadium Kanker		
II	11	36,7
III	16	53,3
IV	3	10
Kemoterapi Ke-		
III	9	30
IV	12	40
V	7	23,3
VI	2	6,7

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 1 distribusi frekuensi karakteristik responden pada kelompok intervensi di RS TK II Pelamonia menunjukkan hasil penelitian bahwa jumlah pasien sebanyak 30 orang. Berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar pasien berusia 46-60 tahun sebanyak 27 orang (90%). Jenis kelamin mayoritas pasien yaitu perempuan sebanyak 27 orang (90%). Pendidikan terakhir mayoritas pasien berpendidikan SMA yaitu sebanyak 27 orang (90%). Pekerjaan mayoritas pasien bekerja sebagai IRT sebanyak 18 orang (60%). Stadium kanker mayoritas pasien yaitu stadium kanker III sebanyak 16 orang (53,3%). Siklus kemoterapi ke-mayoritas pasien yaitu kemoterapi ke-IV sebanyak 12 orang (40%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden pada Kelompok Kontrol di Rs TK II Pelamonia Makassar

Karakteristik	Jumlah	
	n(30)	%(100)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	10
Perempuan	27	90
Usia		
36-45 tahun	6	20
46-55 tahun	24	80
Pendidikan		
S1	3	10
SMA	27	90
Pekerjaan		
Petani	1	3,3
IRT	25	83,3
Wiraswasta	4	13,3
Stadium Kanker		
II	6	20
III	22	73,3
IV	2	6,7

Kemoterapi Ke-		
III	6	20
IV	3	10
V	19	63,3
VI	2	6,7

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 2 distribusi frekuensi karakteristik responden pada kelompok kontrol di RS TK II Pelamonia menunjukkan hasil penelitian bahwa jumlah pasien sebanyak 30 orang. Berdasarkan karakteristik usia mayoritas pasien berusia 46-60 tahun sebanyak 24 orang (80%). Jenis kelamin mayoritas pasien yaitu perempuan sebanyak 27 orang (90%). Pendidikan terakhir mayoritas pasien berpendidikan SMA yaitu sebanyak 27 orang (90%). Pekerjaan mayoritas pasien yaitu IRT sebanyak 25 orang (83,3%). Stadium kanker mayoritas pasien yaitu stadium kanker III sebanyak 22 orang (73,3%). Siklus kemoterapi ke- mayoritas pasien yaitu kemo ke-V sebanyak 19 orang (63,3%).

### Analisis Univariat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Sebelum diberikan Terapi Kombinasi di RS TK II Pelamonia Makassar

Kelompok	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak Ada		Ringan		Sedang		Berat		n	%
	n	%	n	%	n	%	N	%		
Intervensi	0	0	12	40	13	43,3	5	16,7	30	100
Kontrol	0	0	17	56,7	9	30	4	13,3	30	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi mayoritas pasien berada pada tingkat cemas sedang yaitu sebanyak 13 pasien atau sebesar 43,3%. Pada kelompok kontrol mayoritas pasien berada pada tingkat cemas ringan yaitu sebanyak 17 pasien atau sebesar 56,7%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Setelah diberikan Terapi Kombinasi di RS TK II Pelamonia Makassar

Kelompok	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak Ada		Ringan		Sedang		Berat		n	%
	n	%	n	%	n	%	N	%		
Intervensi	9	30	12	40	9	30	0	0	30	100
Kontrol	0	0	15	50	13	43,3	2	6,7	30	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi mayoritas pasien berada pada tingkat cemas ringan yaitu sebanyak 12 pasien atau sebesar 40%. Pada kelompok kontrol mayoritas pasien berada pada tingkat cemas ringan yaitu sebanyak 15 pasien atau sebesar 50%.

**Analisis Bivariat**

Tabel 5. Pengaruh Terapi Kombinasi: Dzikir Dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*) terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker di RS TK II Pelamonia Makassar

Kelompok	Mean	N	Std. Deviation	Sig
Intervensi				
Pretest	21,2	30		
Posttest	15,0	30	2,94	,001
Kontrol				
Pretest	21,1	30		
Posttest	20,5	30	2,01	,113

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 5 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi rata-rata cemas *pretest* pasien kanker sebesar 21,2 dan cemas *posttest* diperoleh rata-rata sebesar 15,0 sehingga diperoleh selisih rata-rata *pre-post test* cemas sebesar 6,2 yang artinya terjadi penurunan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi setelah dilakukan terapi kombinasi dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*). Berdasarkan uji statistik paired sample t-test pada kelompok intervensi didapatkan nilai sig= 0,001 yang berarti nilai probabilitas  $\alpha < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengaruh terapi kombinasi dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*) terhadap tingkat kecemasan pada kelompok intervensi.

Tabel 5 menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol rata-rata cemas *pretest* pasien kanker sebesar 21,1 dan cemas *posttest* diperoleh rata-rata 20,5 sehingga diperoleh selisih rata-rata *pre-post test* cemas pada kelompok kontrol yaitu 0,6 yang artinya ada sedikit penurunan tingkat kecemasan. Berdasarkan uji statistik paired sample t-test pada kelompok kontrol didapatkan nilai sig 0,113 yang berarti nilai probabilitas  $\alpha > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan pada kelompok kontrol.

**PEMBAHASAN****Tingkat Kecemasan Pasien Kanker di RS TK II Pelamonia Makassar Sebelum diberikan Terapi Kombinasi: Dzikir dan SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa sebelum diberikan terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*) tingkat kecemasan pasien kanker berada pada tingkat cemas sedang dan cemas berat. Menurut teori, Ansietas merupakan kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman<sup>10</sup>. Kecemasan terjadi dari apa yang disadari seperti rasa takut, terkejut, tidak berdaya, rasa bersalah dan sebagainya. Dan kecemasan terjadi di luar kesadaran dan tidak mampu menghindari dari perasaan yang tidak menyenangkan<sup>11</sup>.

Dalam penelitian ini, mayoritas pasien berjenis kelamin perempuan. Hal ini sesuai dengan Hal

ini sesuai dengan data dari Badan Litbangkes (2019) yang menyatakan prevalensi kanker pada perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan karena jenis kanker spesifik perempuan merupakan kanker yang paling banyak dijumpai di Indonesia. Usia mayoritas pasien kanker yaitu berada pada rentang usia 46-55 tahun<sup>12</sup>. Hal ini sesuai dengan Hal ini sesuai dengan data dari Badan Litbangkes (2019) yang menyatakan bahwa prevalensi kanker tertinggi terdapat pada rentang usia 55-64 tahun. Dimana usia menjadi salah satu faktor risiko timbulnya kanker<sup>12</sup>.

Dalam penelitian ini mayoritas pasien bekerja sebagai ibu rumah tangga. Hal ini sejalan dengan penelitian Roni Rowawi (2017) menunjukkan bahwa pekerjaan seseorang mampu mempengaruhi tingkat kecemasan dikarenakan seseorang yang memiliki pekerjaan diluar rumah mampu mengurangi tingkat kecemasan dengan bersosialisasi dengan teman kerjanya dibandingkan dengan ibu rumah tangga lebih berisiko mengalami kecemasan karena mereka lebih fokus merawat keluarga dan mengurus anak sehingga waktu untuk bersosialisasi siluar sedikit<sup>13</sup>.

Dalam penelitian ini sebagian besar pasien menjalani siklus kemoterapi ke-4 dan ke-5. Siklus kemoterapi ini mempengaruhi tingkat kecemasan pasien dikarenakan pengalaman baru serta efek samping yang akan ditimbulkan dari kemoterapi. Hal ini sejalan dengan penelitian Roni Rowawi (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara siklus kemoterapi dengan tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi dengan nilai  $p 0,000 < 0,05$ <sup>13</sup>.

### **Tingkat Kecemasan Pasien Kanker di RS TK II Pelamonia Makassar Setelah diberikan Terapi Kombinasi: Dzikir dan SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa setelah diberikan terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) sebagian besar pasien mengalami cemas ringan dan minoritas pasien tidak mengalami kecemasan. Menurut teori, SEFT merupakan gabungan antara *Spiritual Power* dan *Energy Psychology*. Energi psikologi adalah seperangkat prinsip dan teknik memanfaatkan system energy tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku<sup>9</sup>. Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) berusaha merangsang titik-titik kunci di sepanjang 12 jalur energi (energy meridian) tubuh yang sangat berpengaruh pada kesehatan kita. Spiritual merupakan komponen yang membedakan antara SEFT dan EFT<sup>7</sup>. Berdzikir akan memberikan efek psikologis yaitu menyeimbangkan kadar serotonin dan norepinefrin dalam tubuh pasien yang mengalami kecemasan terutama dalam menghadapi efek samping dari kemoterapi<sup>4</sup>.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sri Maryatun (2020) bahwa terapi SEFT mampu menurunkan tingkat stress pada pasien kanker serviks dengan nilai  $p 0,001$  dan didapatkan rata-rata tingkat stress sebelum diberikan terapi adalah 20,58 dan setelah diberikan terapi rata-rata tingkat stress adalah 11,50. Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) merupakan terapi yang membantu mengurangi perasaan negatif seseorang yaitu perasaan tertekan dan perubahan emosi lainnya. Dengan mengungkapkan kepasrahan terhadap perasaan negatif yang dirasakan serta berdoa kepada Allah SWT akan membuat hati menjadi tenang<sup>14</sup>.



Penelitian ini sejalan dengan penelitian Inggriane Puspita Dewi & Diana Fauziah (2017), menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*) terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pengguna NAPZA di Yayasan Grapiks. Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*) yang diberikan berpengaruh terhadap bio, psiko, sosial dan spiritual yang dimiliki oleh para pecandu NAPZA<sup>15</sup>.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas, sehingga peneliti berasumsi bahwa tingkat kecemasan mengalami penurunan setelah diberikan terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Tehcnique*) karena efek yang dihasilkan dari terapi tersebut mampu membuat pasien merasa lebih rileks dan nyaman akibat dari hormon endorpin yang dihasilkan saat berdzikir yang mampu menurunkan ketegangan.

### **Pengaruh Terapi Kombinasi: Dzikir dan SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Kanker di RS TK II Pelamonia Makassar**

Hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik *paired sample t-test* yang menunjukkan pada kelompok intervensi nilai sig  $0,001 < 0,005$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengaruh terapi kombinasi dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Hasil analisis terhadap tingkat kecemasan pasien dimana sebelum diberikan terapi sebanyak 43,3% pasien kanker mengalami cemas ringan dan setelah diberikan terapi sebanyak 30% pasien kanker mengalami cemas ringan, sebanyak 16,7% pasien kanker mengalami cemas berat dan setelah diberikan tidak ada pasien kanker yang mengalami cemas berat. Hal ini menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan responden setelah diberikan terapi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alwan Revai di ruang poli paru RSU dr. H. Koesnadi Bondowoso pada tahun 2018 menunjukkan bahwa berdasarkan skor *pre-post test* sebagian besar kelompok intervensi setelah diberikan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) mengalami penurunan tingkat kecemasan dengan nilai  $\rho = 0,000$ . Sesudah dilakukan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) tubuh pasien akan mengalami relaksasi dan memberikan efek yang tenang dan nyaman<sup>16</sup>. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Budiman, dkk pada tahun 2021 menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat rata-rata kecemasan pasien sesudah diberikan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) diperoleh nilai  $\rho = 0,000$ <sup>17</sup>.

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Clond, 2016 menunjukkan bahwa skor *pre-post test* pada kelompok perlakuan EFT adalah 1,23 dengan nilai  $\rho = 0,82 < 0,001$  hal ini menandakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian EFT terhadap penurunan skor kecemasan responden<sup>18</sup>. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wahyuni Safitri, dkk pada tahun 2021 menunjukkan hasil yaitu ada pengaruh teknik EFT pada penurunan tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi ( $\rho = 0,000$ )<sup>19</sup>.



Dengan berdzikir dapat menurunkan kecemasan dan nyeri karena dengan mengingat nama Allah SWT, otak akan mendapat rangsangan dari luar dan akan memproduksi *neuropeptide* sehingga akan memberikan efek rileks, menurunkan ketegangan, hati dan pikiran menjadi tenang<sup>4</sup>.

Berdasarkan uraian diatas terapi kombinasi dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) akan membuat pasien lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT sehingga dapat membentuk persepsi lain selain ketakutan, yaitu keyakinan bahwa setiap stressor akan ada penyelesaian dengan bantuan Allah SWT. Pembacaan dzikir berulang-ulang dapat menyembuhkan jiwa, mengeluarkan energi positif, rileks dan membuat pasien merasa tenang, sehingga terjadi penurunan tingkat kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik *paired sample t-test* yang menunjukkan pada kelompok kontrol nilai sig 0,113 >0,005, maka disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan pada responden. Hasil analisis terhadap tingkat kecemasan *pretest* responden sebanyak 30% responden mengalami cemas sedang, *posttest* sebanyak 43,3% cemas sedang. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan kecemasan pada kelompok kontrol.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardjan, dkk di 5 kecamatan puskesmas daerah Pontianak pada tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan kecemasan pada kelompok dengan nilai  $\rho = 0,065$ <sup>20</sup>. Hal ini didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiman, dkk pada tahun 2021 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada pasien kanker setelah dilakukan per-post test diperoleh nilai  $\rho = 0,588$ <sup>17</sup>.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RS TK II Pelamonia Makassar dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) berada pada tingkat cemas sedang dan cemas berat. Setelah diberikan terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) berada pada tingkat cemas ringan dan cemas sedang. Terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) terbukti mampu menurunkan kecemasan pada pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi di RS TK II Pelamonia Makassar. Oleh karena itu, terapi kombinasi: dzikir dan SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dapat dijadikan sebagai pilihan terapi yang dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan dampingan dari terapis untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Lewandowska A, Rudzki G, Lewandowski T, Próchnicki M, Rudzki S, Laskowska B, et al. Quality of life of cancer patients treated with chemotherapy. *Int J Environment Res Public Heal*. 2020;17:1–16.
2. The Global Cancer Observatory. International Agency for Research on Cancer. World Health Organization. 2021. p. 1–2.
3. World Health Organization. Cancer. 2022.
4. Yudono DT, Wardaningsih S, Kurniasari N. Pengaruh terapi psikoreligius (dzikir) dan progresive muscle relaxation dengan pendekatan caring terhadap kecemasan pada pasien tindakan kemoterapi. *Heal Sci Pharm J*. 2019;3(2):34.
5. Bahar A, Amin Z. Buku Ajar ilmu Penyakit Dalam. Edisi VI. Setiati S, Alwi I, Sudoyo AW, K MS, Setiyohadi B, Syam AF, editors. Jakarta Pusat: Interna Publishing; 2017.
6. Ladjar SII. Kualitas Hidup Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di Ruang Edelweis RSUD Banjarmasin Tahun 2015. *J Socioscientia*. 2016;8(1):137–42.
7. Majid D, Sukartini T. SEFT Kombinasi Dzikir Berpengaruh Terhadap Depresi dan Kualitas Hidup pada Pasien Kanker Kolon yang Menjalani Kemoterapi. *J Keperawatan*. 2021;13(3):605–18.
8. Halid S, Hadi I, Zulkahfi, Idris BNA, Istiana D. Efektivitas Spiritual Emotional Freedom Tehcniqe Kombinasi Dzikir Terhadap Penurunan Kejadian Insomnia pada Lanjut Usia. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2021;4(2):401–8.
9. Krisnawardhani KK, Noviekayati I. Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) untuk Meredakan Gangguan Cemas Menyeluruh pada Subjek Dewasa. *Syntax Lit ; J Ilm Indones*. 2021;6(5):2251.
10. PPNI. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik. 1st ed. Jakarta : DPP PPNI; 2016.
11. Pratiwi SR, Widiyanti E, Solehati T. Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *J Pendidik Indones*. 2017;3(2):167–74.
12. Pangribowo S. Info Datin Beban Kanker di Indonesia. In: Winnie W, editor. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Data dan Informasi; 2019. p. 1–12.
13. Rowawi R. Hubungan Siklus Kemoterapi dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Kanker Payudara di RSUD Al Ihsan Provinsi Jawa Barat. *J Sehat Masada*. 2017;11(2):219–30.
14. Maryatun S. PENGARUH SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TEHNIQUE DAN SUPPORTIVE THERAPY TERHADAP TINGKAT STRES PASIEN KANKER SERVIKS Sri Maryatun Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Abstrak PENDAHULUAN Kanker serviks merupakan salah satu. *J Keperawatan Sriwij*. 2020;7:14–25.
15. Dewi IP, Fauziah D. Pengaruh Terapi Seft Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Para Pengguna Napza. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2018;2(2).
16. Alwan Revai. Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Tehniqe (SEFT) Terhadap Kecemasan, Saturasi Oksigen dan Kualitas Tidur Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). universitas Sriwijaya. Universitas Airlangga; 2018.

17. Budiman ., Badrujamaludin A, Ahdiyatunnisa H. The Therapy Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Towards Anxiety In The Elderly At Rw 14 Kelurahan Solokpandan-Kabupaten Cianjur. KnE Life Sci. 2021;2021:745–52.
18. Clond M. Emotional freedom techniques for anxiety a systematic review with meta-analysis. J Nerv Ment Dis. 2016;204(5):388–95.
19. Safitri W, Dhamayanti IW, Irdianti MS, Sari FS. The Emotional Freedom Technique Reduces the Anxiety Of The Elderly With Hypertension. 2021;3(4):445–50.
20. Mardjan M, Prabandari YS, Hakimi M, Marchira CR. Emotional Freedom Techniques for Reducing Anxiety and Cortisol Level in Pregnant Adolescent Primiparous. Unnes J Public Heal. 2018;7(1):1–6.