

Program studi D3 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada
Tahun 2020

**Pengaruh Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Terhadap
Tingkat Kecemasan Pada Pasien CHF (*Congestive Heart Failure*)
Di Ruang Icu Rsud Karanganyar**

Rahmawati Dwi Cahyani¹, M.Agung Krisdianto M.Kep²

¹Mahasiswa D3 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada
Jln. Jaya Wijaya No. 11. Kadipiro, Surakarta

²Dosen D3 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada
Jln. Jaya Wijaya No. 11. Kadipiro, Surakarta

*Email: rachmawatidwicahyani739@gmail.com

*Email: magungkrisdianto@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan suatu masalah yang sering dialami oleh pasien *Congestive Heart Failure* (CHF). Masalah ini dikaitkan dengan adanya tekanan psikologis dan masalah fisik yang dihadapi oleh pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) yang akan berdampak pada penurunan *Health-Related Quality of Live* (HRQoL). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF). Desain yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan melibatkan 40 orang responden yang dipilih dengan menggunakan teknik *consecutive sampling* yang dibagi menjadi dua kelompok. Hasil uji bivariat dengan menggunakan uji parametrik yakni *independent t test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan kecemasan yang bermakna antara kedua kelompok ($p\ value = 0,0001$). Disimpulkan bahwa terapi SEFT berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF). Hasil penelitian ini dapat direkomendasikan untuk diterapkan sebagai upaya mengatasi kecemasan pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF).

Kata Kunci: *Congestive Heart Failure* (CHF), Kecemasan, SEFT

ABSTRACT

Anxiety is a problem that is often experienced by patients with Congestive Heart Failure(CHF). This problem is attributed to the psychological pressure and physical problems faced by those patients that will impact on the decrease on Health-Related Quality of Live (HRQoL). This study aimed to determine the effect of SEFT therapy on anxiety among patients with Congestive Heart Failure. A Quasi experiment design was used in this study by involving 40 respondents which selected by using a consecutive sampling technique and divided into two groups. The result of independent t-test showed that there is a significant difference mean of anxiety between two groups (p value = 0.0001). It was concluded that SEFT therapy has effect on anxiety reduction among patients with Congestive Heart Failure. The results of this study can be recommended as an intervention to overcome anxiety among patients with Congestive Heart Failure.

Keywords: Anxiety, Congestive Heart Failure (CHF), SEFT

PENDAHULUAN

Gagal jantung merupakan tidak normalnya fungsi struktur jantung sebagai gagalnya jantung dalam menyalurkan oksigen yang dibutuhkan untuk metabolisme jaringan. Gagal jantung kongestif adalah keadaan fungsi jantung yang berubah karena adanya disfungsi memompa darah yang cukup untuk tubuh. Gejala yang timbul dari penyakit gagal jantung, yakni terdapat keterbatasan fisik, kemudian sesak nafas, ketika gagal jantung kongestif memburuk, bisa jadi penumpukan cairan didalam paru-paru dan mengganggu oksigen untuk masuk ke dalam darah yang bisa menyebabkan *dyspnea* pada saat istirahat dan pada malam hari (*ortopnea*). Terjadi retensi cairan dan pembekakan (edema), dikaki, tungkai bawah, dan pergelangan kaki. (Aspiani, Y. R 2014).

Sejumlah 17,5 juta orang di dunia meninggal akibat gangguan kardiovaskular. Lebih dari 75% penderita kardiovaskular telah terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, 80% kematian

kardiovaskuler disebabkan oleh serangan jantung. Kasus tertinggi Penyakit Tidak Menular pada tahun 2012 adalah kelompok penyakit jantung dan pembuluh darah. Dari total 1.212,167 kasus yang dilaporkan sebesar 66,51% (806,208 kasus), (Depkes, Provinsi Jateng, 2012).

Terapi nonfarmakologis, antara lain terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan pada pasien *Congestive Heart Failure (CHF)*, secara signifikan kecemasan dan buruknya kualitas hidup dapat mempengaruhi tingkat keparahan penyakit. (Ridho, et,al, 2018).

METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode studi kasus. Dengan kriteria Pasien yang terdiagnosa CHF NYHA II dan NYHA III yang sudah ada gejala penyakit dengan kesadaran *compos mentis*, mengalami kecemasan dan belum pernah mendapatkan terapi SEFT. Intervensi dilakukan selama 3 kali

dalam 3 hari dengan rentang waktu 25-30 menit setiap kali tindakan yang dilakukan di ruang instalasi care unit.

HASIL

Pada tahap pengkajian memfokuskan pada diagnose Ansietas berhubungan dengan Ancaman Terhadap Penyakit, didapatkan data subjektif pasien mengatakan panik, takut dengan penyakit yang sekarang di alami pasien dan tidak dapat tidur dengan nyenyak yang ditandai dengan memperoleh data orang objektif yaitu pasien tampak gelisah, tegang, pasien tampak tidak tenang, pasien tampak bingung, pasien tampak Susah untuk beristirahat dengan nyaman, Td : 145/80 mmHg, N : 110x/menit, Rr : 26x/menit, S :36.5 °C, Spo2 : 97%.

Pada tahap Diagnosa Keperawatan, dari data pengkajian yang telah didapatkan oleh penulis, sesuai dengan masalah yang dialami oleh subjek, maka penulis menegakkan diagnosa ansietas berhubungan dengan proses penyakit, diagnosa tersebut merupakan diagnosa ke tiga dari empat

diagnosa yang terdiri dari Intoleransi Aktivitas berhubungan dengan Ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen, Nyeri Akut berhubungan dengan Agen Cidera Fisiologis, Ansietas berhubungan dengan Ancaman Terhadap Penyakit, Penurunan Curah Jantung berhubungan dengan Perubahan Preload dan Afterload. Diagnosa keperawatan yang menjadi fokus utama pada pasien yaitu Ansietas berhubungan dengan Ancaman Terhadap Penyakit.

Pada tahap Intervensi Keperawatan menurut SIKI didapatkan beberapa intervensi yang dapat diberikan pada pasien antara lain Periksa nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan. Demonstrasikan dan latih teknik relaksasi lalu Monitor respons terhadap terapi relaksasi.

Pada tahap Implementasi Keperawatan, asuhan keperawatan pada subjek dengan gagal jantung atau *Congestive Heart Failure* (CHF) diruang Icu Rsud Karanganyar yang dilakukan selam 3 kali dalam 3 hari dalam rentang waktu 25-30 menit. Penulis telah melakukan

implementasi berdasarkan perencanaan yang penulis rumuskan sebelumnya. Penulis menekankan pengaruh tindakan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap penurunan tingkat kecemasan.

Pada Tahap Evaluasi Keperawatan, setelah dilakukan tindakan keperawatan pemberian terapi SEFT pada pasien CHF selama 3 hari didapatkan hasil evaluasi keperawatan data subjektif pasien mengatakan lebih nyaman, lebih tenang dan rileks setiap setelah diberikan tindakan terapi tersebut (SEFT), data objektif pasien tampak lebih nyaman dan tenang, Tingkat kecemasan pasien berkurang di tandai dari kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan, dan tekanan darah yang semula tinggi menjadi rendah.

PEMBAHASAN

Pengkajian yang didapatkan pada pasien ini adalah data subjektif, subjek mengatakan pasien mengatakan nyeri dada disertai sesak nafas dan badan lemas sudah 3 hari, untuk nyeri dada pasien berasal dari penyakit pasien

yaitu penyakit *Congestive Heart Failure* (CHF) yang berakibat pasien merasa lemas yang berlebih, pasien mengatakan merasa binggung dengan kondisinya, takut. Dari data objektif didapatkan data pasien terlihat cemas, gelisah, tidak tenang, sulit untuk berkonsentrasi dan, untuk pemeriksaan fisik mulai dari kesadaran/ penampilan umum didapatkan data TD: 70/40 mmHg, N: 122x/menit, R: 26x/menit, S: 37°C.

Untuk Intervensi Keperawatan yang diberikan kepada pasien ini adalah terapi SEFT dengan cara mengetuk menggunakan 2 jari pada titik stimulus pada tubuh pasien guna untuk mengurangi tingkat kecemasannya antara lain Periksa nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan. mendemonstrasikan dan latih teknik relaksasi lalu Memonitoring respons terhadap terapi relaksasi yang akan dilakukan sebanyak 3 kali dalam 3 hari dalam rentang waktu 25-30 menit.

Untuk Implementasi Keperawatan yang dilakukan pada pasien ini didapatkan data setelah dilakukan terapi SEFT selama 3 kali dalam 3 hari

dengan durasi 25-30 menit dengan hasil setelah dilakukan tindakan terapi SEFT tingkat kecemasan yang mempengaruhi pernapasaan dan tekanan darah pada pasien mengalami penurunan. Berdasarkan penjelasan diatas antara teori, observasi dan pengkajian serta tindakan yang dilakukan mengenai terapi non farmakologi terapi SEFT, penulis menemukan persamaan hasil yang menandakan adanya perubahan tingkat kecemasan dari meningkat menjadi menurun. Hal ini pasien lebih baik lagi untuk mengantisipasi kekambuhan tersebut terapi ini dapat dilakukan secara mandiri dan rutin.

Untuk evaluasi keperawatan pada pasien ini didapatkan data Setelah diberikan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) selama satu hari sekali dalam tiga hari dengan durasi 25-30 menit didapatkan hasil tingkat kecemasan subjek menurun ditandai dengan status pernapasaan dan tekanan darah dalam batas normal pasien CHF.

KESIMPULAN

Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) ini terbukti efektif yang didukung dengan data akhir atau catatan keperawatan/ evaluasi pada asuhan keperawatan yang meliputi data SOAP yang dituliskan setelah memberikan tindakan terapi seft selama 3 kali dalam 3 hari dengan lama waktu pemberian yaitu 25-30 menit setiap pemberian tindakan. Data subjektif didapatkan data pasien mengatakan lebih nyaman , lebih tenang dan rileks setiap setelah diberikan tindakan terapi tersebut (SEFT). Data objektif, pasien tampak lebih nyaman dan tenang, Tingkat kecemasan pasien berkurang di tandai dari kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan, dan tekanan darah yang semula tinggi menjadi normal pada pasien CHF. Data assasment di dapatkan data Masalah Ansietas Terastasi. Data planning, Lanjutkan terapi relaksasi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) bila perlu dan Lanjutkan konsumsi obat yang telah dianjurkan oleh dokter.

SARAN

1. Bagi institusi pelayanan kesehatan
Diharapkan rumah sakit dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan kerjasama yang baik antara tim kesehatan maupun pasien dan keluarga pasien sehingga asuhan keperawatan yang diberikan dapat mendukung kesembuhan pasien dengan tidak hanya memberikan terapi farmakologi, tetapi juga perlu dikembangkan untuk memodifikasi dengan terapi nonfarmakologi misalnya seperti terapi relaksasi yaitu terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang dipergunakan bukan hanya bagi pasien CHF tetapi bisa diberikan kepada pasien dengan diagnose lain yang berguna untuk menurunkan tingkat kecemasan, gelisah, stres, dan depresi.

2. Bagi perawat

Perawat bisa lebih memiliki tanggung jawab dan berkeinginan untuk menambah keterampilan dalam bidang kesehatan dan selalu berkoordinasi dengan tim kesehatan lainnya dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya pada

pasien dengan *Congestive Heart Failure* (CHF).

3. Bagi institusi pendidikan

Mampu meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang lebih berkualitas dengan memodifikasikan aplikasi riset yang telah dilakukan ke dalam setiap tindakan yang dilakukan, sehingga mampu menghasilkan perawat yang professional, inovatif, terampil dalam memberikan asuhan keperawatan yang didasarkan pada ilmu dan kode etik keperawatan terutama pada kasus *Congestive Heart Failure* (CHF), dan bisa menjadi referensi pembelajaran, terutama pada terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

4. Bagi peneliti

Diharapkan mampu memberikan tindakan kelolaan selanjutnya tidak hanya pada pasien dengan Gagal Jantung tetapi bisa diberikan pada pasien dengan diagnosa lainnya dalam pemenuhan rasa aman dan perlindungan yang mencakup penurunan tingkat kecemasan, depresi, stres, dan takut terhadap penyakit yang diderita pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Aspiani, Y. R 2014, Buku ajar asuhan keperawatan klien gangguan kardiovaskular :aplikasi NIC & NOC, EGC : Jakarta.
- Depkes, Provinsi Jateng, 2012. ‘ *Buku profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah* . Semarang.
- Ridho,.et,al, 2018, Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft)* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien *Congestive Heart Failure (Chf)*,. Universitas Indonesia, Depok, Indonesia.
- PPNI, (2018) dalam Standar Intervensi Keperawatan Indonesia; Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Padila, 2012 . Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Yogyakarta : Huna Medika