

Pengaruh *emotional freedom technique (eft)* terhadap tingkat kecemasan pasien dengan hemodialisis

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Abstract

Background: Hemodialysis is a process of cleaning the blood from waste substances through a filtering process outside the body. This action can cause psychological and physical stress that interferes with the neurological system, including; disorientation, tremors and decreased concentration and anxiety. Anxiety can have an impact on behavior such as withdrawing from the environment, difficulty focusing on activities, difficulty eating, irritability, low control of anger emotions, sensitivity, difficulty sleeping. One way to reduce anxiety is to do emotional freedom technique (EFT). Non-invasive action to balance the body's natural meridian energy when symptoms of physical and emotional decline occur.

Purpose: To determine the effect of EFT therapy on anxiety levels in patients with chronic kidney failure with hemodialysis.

Method: The type of research is pre-experimental with one group pretest-posttest design. The population in this study were patients undergoing hemodialysis in the ICU Rooms. The research sample used was 27 respondents. Data were analyzed using the Wilcoxon signed rank test.

Results: The study showed that anxiety before and after the EFT intervention decreased with median score 22 before intervention and 15 after intervention. The results of the Wilcoxon signed rank test obtained a p value of 0.001

Conclusion: There is an effect of emotional freedom technique on anxiety in patients undergoing hemodialysis.

Keywords: Anxiety; Chronic Kidney Disease; Emotional Freedom Technique; Hemodialysis; Palliative.

Pendahuluan: Hemodialisis merupakan proses pembersihan darah dari zat-zat sampah melalui proses penyaringan diluar tubuh. Tindakan ini dapat menimbulkan stres psikologis dan fisik yang mengganggu sistem neurologi antara lain; disorientasi, tremor dan penurunan konsentrasi dan kecemasan. Cemas dapat berdampak pada perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit fokus dalam beraktivitas, susah makan, mudah tersinggung, rendahnya pengendalian emosi amarah, sensitive, susah tidur. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan yaitu melakukan *emotional freedom technique* (EFT). Tindakan non invasive untuk menyeimbangkan energi meridian alam tubuh ketika terjadi gejala-gejala kemunduran fisik dan emosional.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh terapi EFT terhadap tingkat kecemasan pada pasien Gagal ginjal kronik dengan Hemodialisis.

Metode: Jenis penelitian adalah pre eksperimental dengan desain *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang menjalani hemodialisis di Ruang ICU. Sampel penelitian yang digunakan adalah 27 responden. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test*.

Hasil: Penelitian menunjukkan kecemasan sebelum dan setelah intervensi EFT mengalami penurunan dengan nilai median sebelum intervensi 22 dan setelah intervensi 15. Hasil uji dengan *Wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai p: 0.001

Simpulan: Ada pengaruh *emotional freedom technique* terhadap kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis.

Kata Kunci: *Emotional Freedom Technique*; Gagal Ginjal Kronik; Hemodialisis; Kecemasan; Paliatif.

PENDAHULUAN

Hemodialisis (HD) pada penderita Gagal Ginjal Kronis (GGK) dapat menimbulkan stres psikologis dan fisik yang mengganggu sistem neurologi antara lain; disorientasi, tremor dan penurunan konsentrasi

dan kecemasan. Rasa cemas yang timbul pada klien dapat disebabkan akibat dia sering memiliki pikiran tentang berbagai macam yang menakutkan tentang penyakit yang dia derita, meskipun hal yang dibayangkan tidak selalu terjadi. Faktor penyebab

kecemasan pada pasien Hemodialisis tidak memandang usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan pengobatan yang lama (Khoirunnisak, 2025). Tingkat kecemasan dan stress itu lebih tinggi bisa dilihat pada pasien yang baru menjalani hemodialisis dibandingkan dengan pasien yang sudah menjalani hemodialisis berulang-ulang (Irawati, Muharni, & Wardhani, 2023). Pasien GJK harus menghadapi beberapa konsekuensi dan risiko hemodialisis karena hemodialisis adalah salah satu cara yang berguna untuk mempertahankan kelangsungan hidup mereka (Sari & Soleman, 2024). Kecemasan berdampak pada perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit fokus dalam beraktivitas, susah makan, mudah tersinggung, rendahnya pengendalian emosi amarah, sensitive, susah tidur (Lianasari & Purwati, 2021). Pada tahun 2020 didapatkan pasien yang menjalani hemodialisis mengalami cemas berat (82.72%) dikarenakan pasien menjalani hemodialisis kurang dari satu tahun sehingga klien merasa putus semangat karena penyakit tersebut tidak bisa disembuhkan (Silaban & Perangin-angin, 2020). Kecemasan pada pasien GJK yang sedang menjalani Hemodialisis dapat diatasi melalui penggunaan strategi intervensi farmakologis dan nonfarmakologis (Pragholapati, 2021). Intervensi farmakologis dengan menggunakan benzodiazepine maupun antidepresan lainnya. Intervensi non farmakologis atau teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan antara lain teknik tarik napas dalam, visualisasi, meditasi, pijat, terapi musik, hipnoterapi, *Emosional Freedom Technique* dan *Spiritual Emosional Freedom Technique* (Marifah, Setyowati, & Afyanti, 2022). Terapi non farmakologis yang paling banyak digunakan untuk menurunkan kecemasan salah satunya adalah Emotional Freedom Techniques (EFT).

EFT merupakan tindakan non invasive yang menggunakan tapping di 16 titik di jalur energi meridian tubuh, yang akan mengirimkan sinyal peredam ketakutan langsung ke bagian amigdala (Priyanto, Widyana, & Verasari, 2021). EFT dikatakan sebagai akupuntur tanpa jarum karena di dalam EFT jarum diganti dengan tapping. Titik pada EFT merupakan titik meridian yang sama seperti pada akupuntur namun lebih sederhana. Reaksi penusukan terjadi akibat respon melalui jaringan saraf

sensorik sampai melibatkan saraf sentral. Jaringan saraf berkomunikasi satu dengan yang lain melalui neurotransmitter di sinapsis. Stimulasi terhadap jaringan saraf di perifer akan berlanjut ke sentral melalui medula spinalis batang otak menuju hipotalamus, dan hipofisis sehingga menghasilkan efek terhadap sekresi neurotransmitter seperti β -endorfin, norepinefrin dan enkefalin, 5-HT (serotonin) yang berperan sebagai inhibisi sensasi nyeri dan berperan terhadap terapi gangguan mood, ansietas dan depresi (Tambunan, Setiawati, & Mardjan, 2021). Beberapa penelitian menyatakan bahwa EFT efektif sebagai terapi perilaku kognitif yang dapat mengurangi gejala kecemasan (Church, Yount, & Brooks, 2020). Ada penurunan Tingkat kecemasan pada pasien hipertensi setelah diberikan intervensi emotional freedom technique sebanyak 3 kali dalam 1 hari selama 3 hari.

Pasien GJK memerlukan pengobatan/tindakan hemodialisis yang lama, sehingga terjadi kekhawatiran yang berlebihan, karena penyakit tidak kunjung sembuh bahkan semakin memburuk, sehingga kualitas hidup pasien dengan gagal ginjal kronis menurun, oleh karena itu perlu di kaji lebih dalam mengenai pengaruh terapi Emotional Freedom Technique (EFT) terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik dengan hemodialisis di ruang ICU dan ruang hemodialisis. Hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan di ruang ICU RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen didapatkan bahwa hasil wawancara 9 pasien dengan diagnose medis GJK dengan rencana tindakan hemodialisis. Pasien mengungkapkan bahwa penyakit yang di deritanya membuat mereka mengalami kecemasan dengan tanda dan gejala seperti, pasien gelisah dengan menanyakan pertanyaan yang sama, pasien mengeluh susah tidur dan merasa sesuatu yang akan terjadi yaitu kematian.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen. Secara spesifik berjenis pre eksperimen karena pada penelitian ini terdapat perlakuan kepada sekelompok pasien untuk dijadikan subjek penelitian tanpa menggunakan kelompok kontrol atau kelompok pembanding. Desain eksperimen yang digunakan adalah *one group pre test-post test*. Populasi dari penelitian ini berdasarkan medical record rata-rata di

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330

ruang Critical Care RSUD dr Soehadi Prijonegoro Sragen dalam sebulan 30 pasien. Sampel diambil berdasarkan jumlah populasi pasien GKG di *Critical Unit* di RSUD dr Soehadi Prijonegoro Sragen yang mendapatkan Tindakan medis hemodialisis yaitu

sebanyak 27 pasien. Instrument dalam penelitian ini adalah kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety*. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Wilcoxon signed rank test*.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (N=27)

Variabel	Hasil
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)(n/%)	(56.15±6.741)(19-65)
19-44	2/7.4
45-59	16/59.3
≥60	9/33.3
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-Laki	13/48.1
Perempuan	14/51.9
Pendidikan (n/%)	
SD	12/44.4
SMP	9/33.3
SMA	6/22.3
Pekerjaan (n/%)	
Wiraswasta	11/40.7
Petani	9/33.3
IRT	3/11.1
Tidak Bekerja	4/14.9
Kecemasan Sebelum Intervensi EFT (n/%)	
Normal	0/0.0
Ringan	10/37.0
Sedang	17/63.0
Kecemasan Setelah Intervensi EFT (n/%)	
Normal	7/25.9
Ringan	16/59.3
Sedang	4/14.8

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa rata-rata usia responden adalah 56.15 tahun dengan nilai standar deviasi 6.741. Usia termuda adalah 19 tahun dan usia tertua adalah 65 tahun, sebagian besar responden berusia 45-59 tahun sebanyak 16 responden (59.3%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 responden (51.9%). Sebagian besar responden adalah lulusan SD sebanyak 12 responden (44.4%). Sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 11 responden (40.7%). Sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebelum intervensi sebanyak 17 responden (63.0%) dan sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan setelah intervensi sebanyak 16 responden (59.3%).

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330

Tabel 2. Hasil normalitas data tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi

Uji normalitas data	Data	Statistik	df	P value
Shapiro-Wilk	Pre	0.899	27	0.013
	Post	0.875	27	0.004

Berdasarkan hasil uji normalitas data dengan *shapiro wilk* pada tabel 4.4 didapatkan nilai p pada data *pre* $p=0.013$ dan *post* $p=0.004$ menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum sesudah intervensi memiliki nilai $p < 0.05$ sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Tabel 3. Pengaruh EFT Terhadap Kecemasan

	n	Median (Min-Max)	p
Kecemasan sebelum intervensi	27	22 (18-26)	0.001
Kecemasan setelah intervensi	27	15(12-21)	

Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Ranks* diketahui bahwa tingkat kecemasan sebelum intervensi memiliki median (angka tengah) 22 dengan nilai skor kecemasan paling kecil 18 dan paling tinggi 26 dan *p value* 0.001 ($p < 0.05$). Nilai ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *emotional freedom technique* terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisis di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

PEMBAHASAN

Karakteristik berdasarkan usia, paling banyak berusia 45-59 tahun sebanyak 16 orang (59.3%). Semakin meningkatnya umur akan menyebabkan struktur dan fungsi tubuh mudah mengalami kelemahan serta mudah mengalami penurunan fungsi organ-organ pentingnya termasuk penurunan ginjal. Ginjal secara signifikan akan mengalami penurunan laju filtrasi dalam jangka waktu yang lama dan akan mengakibatkan kerusakan ginjal. Umur juga berkorelasi dengan pengalaman, sedangkan pengalaman berkorelasi dengan pengetahuan, pemahaman dan pandangan terhadap suatu penyakit atau kejadian sehingga akan membentuk persepsi dan sikap. Kematangan dalam proses berfikir pada individu yang berumur dewasa lebih memungkinkan untuk menggunakan mekanisme koping yang baik

dibandingkan kelompok umur yang yang lebih muda (Saputri, Handayani, & Kurniawan, 2022).

Berdasarkan jenis kelamin diketahui paling banyak yaitu perempuan sebesar 14 responden (51.95%). Saat ini banyak perempuan yang mengalami gagal ginjal karena memiliki penyakit penyerta seperti hipertensi dan diabetes melitus. Rata-rata perempuan mengalami peningkatan resiko hipertensi setelah menopause. Kondisi ini disebabkan oleh perubahan struktur pada pembuluh darah besar, sehingga pembuluh darah menjadi sempit dan dinding pembuluh darah kaku yang mengakibatkan tekanan darah sistolik meningkat. Tekanan yang tinggi berakibat kinerja ginjal semakin berat dan semakin lama semakin parah hingga menjadi gagal ginjal (Cahyani, Wiyono, & Ardiyani, 2020). Bahwa banyak perempuan yang terkena gagal ginjal secara tidak langsung disebabkan karena diabetes (Devi, 2022). Penurunan hormon esterogen terutama pada saat menopause. Hormon esterogen dan progesterone memiliki kemampuan untuk meningkatkan respon insulin didalam darah dan tingginya kadar gula dalam darah membuat ginjal bekerja lebih keras dalam proses penyaringan darah. Berkaitan dengan kecemasan, perempuan memiliki kecenderungan mengalami kecemasan yang lebih

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330

tinggi dibandingkan laki-laki. Perempuan lebih peka terhadap emosi yang akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya. Perempuan juga cenderung melihat hidup atau peristiwa yang dialaminya dari segi yang lebih mendalam sedangkan laki-laki melihat hidup atau peristiwa yang dialaminya cenderung secara umum atau tidak mendalam (Ikhwati, Retnaningsih, & Supriyanti, 2024).

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan diketahui paling banyak yang berpendidikan SD yaitu 12 orang (44.4%). Pendidikan merupakan suatu proses memperbarui dan memajukan pertumbuhan serta perkembangan seorang individu dengan aspek jasmani, akal, emosional, seni dan moral. Tingkat pendidikan mempengaruhi daya tangkap terhadap pengetahuan individu terhadap suatu kejadian atau ketakutan akan suatu ancaman. Tingkat pendidikan juga menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi persepsi seseorang untuk lebih mudah menerima ide (Prima, 2023). Tingkat pendidikan yang rendah akan menyebabkan seseorang tersebut mudah mengalami kecemasan. Tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berfikir dan menangkap informasi baru termasuk kedalam menguraikan masalah yang baru. Pendidikan juga memberikan dampak yang luar biasa terhadap perilaku yang negatif dan positif yaitu seperti pola hidup. Semakin tinggi taraf pendidikan dari seseorang diharapkan lebih mampu dalam menerima informasi terkait perkembangan (Sabila, 2023).

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan paling banyak responden memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta yaitu 11 responden (40.7 %). Banyak pasien yang secara teratur menjalani cuci darah merasa khawatir terhadap kemungkinan penyakit yang tidak terduga dan gangguan dalam kehidupan mereka. Banyak dari mereka yang sering menghadapi masalah keuangan dan kesulitan dalam menjaga pekerjaan, sehingga sebagian besar pasien tetap bekerja. Pasien dengan pekerjaan dan status sosial ekonomi yang lebih baik cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang kurang mampu. Pasien yang masih bekerja, meskipun sedang menjalani hemodialisis, mungkin merasa lebih berharga dan

memiliki harga diri yang lebih tinggi, yang pada akhirnya dapat mengurangi tingkat kecemasan. Sebaliknya, pasien yang tidak lagi bekerja karena penyakitnya mungkin merasa kehilangan identitas dan fungsi, yang dapat meningkatkan kecemasan (Sopha & Wardani, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tingkat kecemasan sebelum intervensi EFT paling banyak pada kategori sedang sejumlah 17 responden (63.0%). Penyakit gagal ginjal kronis dan hemodialisis sebagai suatu peristiwa yang menimbulkan pengalaman emosi negatif yang dinamakan stressor. Stressor yang ditanggapi dengan baik membuat individu tumbuh semakin matang. Sebaliknya, stressor yang tidak ditanggapi dengan baik memicu munculnya respons psikologis berupa cemas, depresi, marah, takut, merasa bersalah, bahkan kematian (Nabila, 2019). Kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis sering kali dipicu oleh kekhawatiran terhadap hasil pengobatan, kondisi kesehatan, dan ketergantungan pada terapi jangka panjang. Informasi lain yang didapatkan peneliti di lapangan yaitu bahwa kecemasan pada pasien hemodialisis juga dipengaruhi oleh faktor psikososial yang berkaitan dengan informasi yang diterima dari lingkungan sekitar, terutama yang berkaitan dengan kematian pasien lain. Pasien yang menjalani hemodialisis sering merasa cemas akibat perubahan gaya hidup, pembatasan cairan, serta cerita atau informasi tentang kematian pasien lain yang juga menjalani hemodialisis. Persepsi negatif terhadap terapi hemodialisis sering kali diperburuk oleh pengalaman pribadi atau cerita tentang kematian pasien hemodialisis, yang memperburuk kecemasan mereka. Kecemasan pada pasien hemodialisis tetap bisa tinggi, terutama jika dipengaruhi oleh faktor sosial dan ketidakpastian mengenai masa depan kesehatan mereka (Paoh, Syuhada, Rahadianti, & Fatrahady, 2025). Tingkat kecemasan setelah intervensi yang diukur menggunakan Hamilton Rating Scale for Anxiety terbanyak pada kategori cemas ringan sejumlah 16 responden (59.3%). EFT merupakan metode terapi psikologi yang bertujuan menyelaraskan energi tubuh untuk mengurangi kecemasan melalui stimulasi titik-titik tertentu di tubuh.

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan, terdapat perbedaan tingkat kecemasan setelah dan sebelum tindakan EFT dimana Median sebelum intervensi 22 dan setelah intervensi 15, dengan p value 0.001 ($p < 0.05$). Nilai ini menunjukkan bahwa ada pengaruh emotional freedom technique terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisis. Pasien yang menjalani terapi hemodialisis merasa cemas memikirkan terapi yang harus dijalannya, cemas terhadap mesin, selang-selang dialiri darah, cemas pada saat ditusuk dan juga cemas terhadap biaya yang akan dikeluarkan selama proses hemodialisis (Setyawan, Aryani, & Sutrisno, 2023). Kecemasan ini dapat menimbulkan dampak negatif pada kualitas hidup dan kesehatan fisik serta mental pasien. Kecemasan yang tidak tertangani dapat memicu komplikasi lebih lanjut, seperti depresi dan gangguan tidur. Emotional Freedom Technique (EFT) adalah terapi yang menggabungkan elemen kognitif dan somatik. Tinjauan sistematis dan meta-analisis telah menunjukkan kemanjurannya untuk gejala fisiologis dan psikologis. Terapi ini mampu untuk memberikan rasa tenang setelah seseorang membebaskan emosi dan melakukan tapping ringan (Welly, Gusdiansyah, & Rahmah, 2021).

Terapi ini menjadi salah satu konsentrasi ilmu baru yang dikenal dengan energy psychology yang berfokus pada kata ataupun kalimat tertentu yang diucapkan secara berulang dengan ritme teratur yang disertai kepasrahan terhadap Tuhan sesuai dengan kepercayaan. Terapi ini memanfaatkan sistem energi tubuh dengan tujuan untuk memperbaiki emosional, pikiran dan perilaku seseorang (Bahruddin, Hartono, & Sunanto, 2023). EFT dapat menurunkan kadar kortisol saliva yang berperan saat terjadinya stress dan dapat menyebabkan gejala kecemasan (Piras, 2022). Intervensi EFT memenuhi aspek safety karena teknik ini dilakukan secara non-invasive dan tidak menggunakan jarum, bahan kimia atau prosedur pembedahan (Welly et al., 2021). Menurut analisis peneliti, EFT memiliki kemampuan sangat baik dalam menurunkan kecemasan. Terapi ini mampu memberikan manfaat secara fisiologis maupun psikologis pada responden yang menjalani hemodialisis. EFT mampu mengurangi kecemasan yang dialami pasien dengan cara mengkombinasikan tindakan ketukan-ketukan di beberapa titik tubuh dan juga sugesti positif pada seseorang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden pasien hemodialisis berusia 45–59 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan dasar (SD), dan bekerja sebagai wiraswasta. Faktor usia berpengaruh terhadap penurunan fungsi organ, termasuk ginjal, serta memengaruhi kemampuan koping terhadap kecemasan. Perempuan lebih rentan mengalami gagal ginjal karena faktor hormonal dan penyakit penyerta seperti hipertensi serta diabetes, dan cenderung lebih peka terhadap kecemasan. Rendahnya tingkat pendidikan juga berkaitan dengan rendahnya pemahaman dan pengelolaan stres, sementara pekerjaan dan status sosial ekonomi turut memengaruhi tingkat kecemasan. Sebelum intervensi Emotional Freedom Technique (EFT), sebagian besar pasien mengalami kecemasan sedang, dan setelah intervensi tingkat kecemasan menurun menjadi kategori ringan. Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0.001$), yang menandakan bahwa EFT efektif menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisis. EFT merupakan terapi non-invasif yang menggabungkan stimulasi titik-titik tubuh (tapping) dengan sugesti positif, mampu menurunkan kadar kortisol dan memberikan efek fisiologis serta psikologis yang menenangkan bagi pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahruddin, M., Hartono, D. & Sunanto. (2023). Pengaruh terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap penurunan kecemasan pasien chronic kidney disease (CKD) stage V yang menjalani HD di RSUD dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(11), 1–10
- Cahyani, E. P., Wiyono, J. & Ardiyani, V. M. (2020). Perbedaan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi lansia laki-laki dan perempuan di kelurahan merjosari kecamatan lowokwaru malang. *Nursing News*, 2(1), 165-172
- Church, D., Yount, G. & Brooks, A. (2020). The effect of emotional freedom technique (EFT) on stress biochemistry: a randomized controlled trial. *Journal of Nervous and Mental Disease*.

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330

- Devi, S. (2022). Hubungan Lama Menjalani Terapi Hemodialisis Dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik Di Rumah Sakit Khusus Ginjal Rasyida. *Jurnal Ilmiah Kohesi*. 4(1), pp. 61–67
- Ikhwati, L., Retnaningsih, D. & Supriyanti, E. (2024). Harga Diri Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(3), 75–82
- Irawati, I., Muharni, S., & Wardhani, U. C. (2023). Pengaruh Benson Terhadap Nyeri Insersi pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Kota Tanjungpinang. *Jurnal Medika Husada*, 3(2), 38–49.
- Khoirunnisak, K. (2025). *Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisa* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Lianasari, D., & Purwati, P. (2021). Konseling Kelompok cognitive behaviour Teknik thought stopping untuk mengurangi anxiety academic Terhadap Skripsi. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(2), 117–126.
- Marifah, A. R., Setyowati, S., & Afyanti, Y. (2022). The effect of the spiritual emotional freedom technique (seft) on anxiety reduction in hydatidiform mole patients. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 5(2).
- Nabila, A. M. (2019). *Pengaruh Intervensi Emotional Freedom Technique (Eft) Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rs Pku Muhammadiyah Gamping* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Paoh, K. A. N. A., Syuhada, I., Rahadiani, D. & Fatrahady, B. (2025). Hubungan Adekuasi Hemodialisa Dengan Stres , Kecemasan , dan Depresi Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Praya Lombok Tengah. *Bioscientist: Jurnal Ilmiah Biologi*, 13(1), 382–393
- Piras, M. A. R. (2022). *Perbandingan Kecemasan Antara Laki-Laki Dan Perempuan Pada Post Operasi Fraktur Yang Menyandang Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Negara Dan Rumah Sakit Daerah Mangusada Mitha*. Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.
- Pragholapati. (2021). *Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) Dengan Intervensi Inovasi Teknik Relaksasi Otot Progresif Dengan Kombinasi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Unit Hemodialisa RSUD Aji Muhammad Parikesit*. (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur).
- Prima, R. (2023). Hubungan Jenis Kelamin Dan Pendidikan Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Fraktur Pre Operasi di Ruang Rawat Inap Bedah Rumah Sakit. *In Jurnal Menara Medika* (Vol. 5, Issue 2).
- Priyanto, W., Widyana, R., & Verasari, M. (2021). Spiritual emotional freedom technique (seft) to reduce the diabetes distress in people with diabetes mellitus. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 67–77.
- Sabila, R. (2024). *Hubungan karakteristik dan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien hemodialisa di rumah sakit islam sultan agung semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Saputri, K. M., Handayani, L. T. & Kurniawan, H. (2022). Hubungan Jenis Kelamin dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Bedah RS. Baladhika Husada Jember. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Sari, R. P. & Soleman, S. R. (2024). Gambaran Kualitas Hidup pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta. *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan.*, 2(4), 123–132.

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330

Pengaruh emotional freedom technique (eft) terhadap tingkat kecemasan pasien dengan hemodialisis

- Setyawan, F. A., Aryani, A. & Sutrisno. (2023). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Burnout Perawat Di Ruang Igd Rsud Dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 16(2), 56–62.
- Silaban, C. P., & br Perangin-angin, M. A. (2020). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. *Link*, 16(2), 111-116.
- Sopha, R. F. & Wardani, I. Y. (2021). Stres Dan Tingkat Kecemasan Saat Ditetapkan Perlu Hemodialisis Berhubungan Dengan Karakteristik Pasien. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(1), 55–59.
- Tambunan, M. B., Setiawati, L. & Mardjan. (2021). *Efektifitas Terapi Emotional Freedom Technique (EFT) Dalam Menurunkan Skor Kecemasan , Depresi , Insomnia , dan Ketakutan Pada Orang Yang Terkonfirmasi Positif Covid-19 di Kota Pontianak*. Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan IV 2021, 221–230.
- Welly, W., Gusdiansyah, E. & Rahmah, M. (2021). Teknik Relaksasi Emotional Freedom Technique (EFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Tahanan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 60.

Ryan Aditya Kumara, Sutrisno*, Widiyono

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis: Sutrisno. *Email: sutrisno@usahidsolo.ac.id

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1330