



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 16, 2025

Revised: February, 4, 2026

Available: February, 4, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Efektivitas terapi seft dan back massage terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

Abstract

Background: Diffuse Large B-Cell Lymphoma (DLBCL) is the most common and aggressive subtype of Non-Hodgkin's Lymphoma, with nasal cavity involvement being very rare. Non-pharmacological approaches such as Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) and back massage have been shown to reduce fatigue and improve spiritual well-being, but combination therapy has not been widely studied.

Purpose: To determine the effectiveness of the combination of SEFT and back massage on fatigue and spirituality in patients with nasal DLBCL through a case study approach.

Method: The research design used a quantitative descriptive pre-post case study. The subject was a 65-year-old male patient diagnosed with right nasal cavity DLBCL. The intervention was administered over three consecutive days, consisting of a combination of SEFT (15–20 minutes) and slow-stroke back massage (20–25 minutes). The instruments used were the Fatigue Assessment Scale (FAS) and the Spiritual Well-Being Scale (SWBS).

Results: There was a decrease in the FAS score from 40 to 32 and an increase in the SWBS score from 69 to 98. Although both interventions were still in the severe and moderate categories, the decrease and increase in post-test scores showed a positive trend after three intervention sessions.

Conclusion: The combination of SEFT and back massage effectively reduced fatigue and increased spirituality in patients with nasal cavity DLBCL. This intervention is safe, applicable, and supports a holistic nursing approach.

Keywords: Back Massage; DLBCL; Fatigue; SEFT; Spirituality.

Pendahuluan: *Diffuse Large B-Cell Lymphoma* (DLBCL) merupakan subtype paling umum dan agresif dari Limfoma Non-Hodgkin, dengan keterlibatan kavum nasi yang sangat jarang. Pendekatan non farmakologis seperti Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dan back massage telah terbukti dapat menurunkan kelelahan dan meningkatkan kesejahteraan spiritual, tetapi belum banyak diteliti dalam pemberian kombinasi.

Tujuan: Mengetahui efektivitas kombinasi SEFT dan back massage terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien DLBCL cavum nasi melalui pendekatan studi kasus.

Metode: Desain penelitian studi kasus pre–post deskriptif kuantitatif. Subjek adalah pasien laki-laki, 65 tahun, dengan diagnosa DLBCL *cavum nasi dextra*. Intervensi diberikan selama tiga hari berturut-turut berupa kombinasi SEFT (15–20 menit) dan back massage slow-stroke (20–25 menit). Instrumen yang digunakan yaitu Fatigue Assessment Scale (FAS) dan Spiritual Well-Being Scale (SWBS).

Hasil: Terjadi penurunan skor FAS dari 40 menjadi 32 dan peningkatan skor SWBS dari 69 menjadi 98. Meskipun kedua intervensi ini masih dalam kategori berat dan sedang tetapi penurunan dan peningkatan dalam skor post-test menunjukan arah yang positif setelah tiga sesi intervensi.

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>

Efektivitas terapi *seft* dan *back massage* terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus

Simpulan: Kombinasi SEFT dan back massage efektif dapat menurunkan kelelahan dan meningkatkan spiritualitas pada pasien DLBCL kavum nasi. Intervensi ini aman, aplikatif, dan mendukung pendekatan keperawatan yang holistik.

Kata Kunci: Back Massage; DLBCL; Fatigue; SEFT; Spiritualitas.

PENDAHULUAN

Limfoma Non-Hodgkin (LNH) merupakan neoplasma limfoid ganas yang sering menyerang sistem limfatik. Salah satu subtype paling dominan LNH adalah Diffuse Large B-Cell Lymphoma (DLBCL) dengan prevalensi sekitar 30–40% dari semua kasus NHL (Che, Wang, Liu, Zhang, Luo, Liu, Shen, & Cui, 2020). DLBCL bersifat agresif dan dapat muncul di berbagai lokasi tubuh, termasuk organ ektranodal (Padala & Kallam, 2023). Keterlibatan kavum nasi (nasofaring) oleh kasus ini sangat jarang. Beberapa literatur menyebutkan bahwa DLBCL primer nasal hanya sekitar 0.2–2% dari semua kasus NHL (Aravind, Sharma, & Swarup, 2025). Kasus-kasus intranasal DLBCL biasanya sering terjadi pada pasien lanjut usia (umumnya pria) dan dapat menimbulkan gejala hidung seperti epistaksis, kongesti hidung, anosmia, serta perubahan nada suara (Aravind et al., 2025).

Pasien kanker DLBCL sering mengalami kelelahan berat (cancer-related fatigue/CRF) yang kronis. CRF diartikan sebagai rasa lelah fisik, emosional, dan mental yang tidak sebanding dengan aktivitas yang dilakukan sebelumnya dan tidak hilang dengan istirahat (American Cancer Society, 2024). Gejala ini kebanyakan dirasakan oleh pasien kanker (Werdani, Lilyana, & Putri, 2022). Kelelahan yang berhubungan dengan kanker sangat bersifat multifaktorial; misalnya terjadinya respon imun-inflamasi yang meningkat, efek toksik kemoterapi, gangguan tidur, perubahan hormon, dan faktor psikologis semuanya sangat berkontribusi (Sleight, Crowder, Skarbinski, Coen, Parker, Hoogland, Gonzalez, Playdon, Cole, Ose, Murayama, Siegel, Figueiredo, & Jim, 2022; Werdani et al., 2022). Selain itu, pada pasien DLBCL yang telah menjalani beberapa siklus kemoterapi, kelemahannya cenderung menetap, dan secara signifikan dapat menurunkan aktivitas sehari-hari serta kualitas hidup pasien.

Spiritualitas juga menjadi bagian penting karena penyakit berat seperti kanker dapat memicu distress spiritual seperti konflik batin, keraguan dalam keimanan, ataupun hilangnya makna hidup pasien (National Cancer Institute, 2025). Sebaliknya, adanya dukungan spiritual terbukti mampu meningkatkan kemampuan coping emosional. Penelitian lain menunjukkan bahwa pasien kanker dengan tingkat spiritualitas atau religiusitas yang tinggi melaporkan kelelahan dan kecemasan yang lebih rendah (Paul & Kalir, 2025). Sehingga peningkatan kesejahteraan spiritual berpotensi meringankan beban kelelahan pada pasien kanker.

Intervensi psikospiritual dan relaksasi fisik telah menunjukkan banyak manfaat dalam bidang keperawatan komplementer. *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah modifikasi dari *Emotional Freedom Technique* yang menggabungkan *tapping* akupresur dengan afirmasi spiritual (Salami, 2019). Prosedur ini dipercaya dapat membantu melancarkan aliran energi tubuh, mengaktifkan respon parasimpatis, serta melepaskan ketegangan emosional melalui afirmasi penerimaan diri. Sementara itu, *back massage* bertujuan untuk menurunkan ketegangan otot, memperbaiki sirkulasi darah, serta menurunkan hormon stres. Penelitian menunjukkan *back massage* secara signifikan menurunkan intensitas kelelahan pada pasien leukemia akut selama kemoterapi (Miladinia, Voss, Molavynejad, Malehi, Zarea, Nouri, & Ahmadzadeh, 2021). Kombinasi intervensi ini diharapkan dapat memberikan efek relaksasi fisik yang optimal sekaligus memberikan manfaat psikospiritual melalui SEFT.

Meskipun setiap intervensi sudah memiliki bukti efektivitas, tetapi untuk penelitian kombinasi dari SEFT dan *back massage* masih terbatas. Padahal, apabila dilihat dari fungsinya bisa saling menguatkan efek intervensi. Selain itu, mengingat DLBCL kavum nasi merupakan kondisi langka, studi kasus pasien tunggal dapat memberikan wawasan komprehensif yang berharga.

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>

Efektivitas terapi *seft* dan *back massage* terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus**METODE**

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif kuantitatif (*single-case pre-post design*) yang bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat kelelahan dan spiritualitas setelah pemberian intervensi kombinasi SEFT dan *back massage*. Subjek penelitian adalah seorang pasien laki-laki berusia 65 tahun dengan diagnosis *Non-Hodgkin's Lymphoma Diffuse Large B-Cell (DLBCL) Cavum Nasi Dextra* yang dirawat di ruang Dahlia II RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Kriteria inklusi yang digunakan yaitu pasien sadar penuh (*compos mentis*), mengalami kelelahan berat ($FAS > 20$), dan distres spiritual ($SWBS < 80$), mampu berkomunikasi, serta bersedia menjalani terapi dengan *informed consent*. Sedangkan kriteria eksklusi terdiri dari adanya kelainan kulit pada punggung yang mengganggu pijat, nyeri akut hebat, atau ketidaksetujuan melanjutkan terapi.

Penelitian dilaksanakan di ruang Dahlia II RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta pada tanggal 11–14 Agustus 2025. Intervensi Penelitian (Kombinasi SEFT dan *Back Massage*). Intervensi diberikan sebagai satu rangkaian selama 3 hari berturut-turut, satu kali setiap hari. SEFT (15–20 menit) yang dilakukan kepada pasien dengan *setup* penyusunan afirmasi penerimaan diri dan spiritual (misalnya: “Ya Allah, aku siap dan ikhlas...”), lalu *tuning-in* pada masalah emosional/spiritual utama. Kemudian dilakukan *tapping* ringan pada titik-titik meridian tubuh (karate chop, ujung alis, sudut mata, bawah hidung, dagu, tulang selangka, bawah lengan) sambil mengucapkan afirmasi terkait masalah tersebut.

Selanjutnya *Back massage* (20–25 menit) dilakukan setelah SEFT, pasien dipijat bagian punggung dengan teknik *effleurage* lembut (8–10 kali sapuan memanjang), diikuti *petrissage* ringan (menguleni otot), *Circular motion* (gerakan melingkar), dan terakhir dengan *Closure effleurage* perlahan. Total durasi sesi (SEFT+*back massage*) sekitar 35–45 menit. Pengukuran kelelahan dilakukan menggunakan *Fatigue Assessment Scale* (FAS; skor 1–60, semakin tinggi skor semakin berat kelelahannya). Kesejahteraan spiritual diukur dengan *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS; skor 20–120, skor >99 menandakan spiritualitas tinggi).

Sebelum intervensi (Hari 0), pasien menjalani pre-test FAS dan SWBS. Kemudian intervensi

diberikan satu sesi pada Hari 1, Hari 2, dan Hari 3 (SEFT+*back massage*). Pasien tidak menjalani terapi non farmakologi lain selama periode ini. Kemudian pada sore Hari 3 dilakukan post-test FAS dan SWBS. Data dianalisis secara deskriptif komparatif dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* FAS serta SWBS. Perubahan kategori dan skor sebelum-sesudah intervensi dilaporkan. Sebelum pengkajian dilakukan pasien sudah memberi persetujuan tertulis (*informed consent*) setelah penjelasan prosedur. Identitas pasien dijaga kerahasiaannya. Protokol penelitian telah mendapat persetujuan dari RSUP Dr. Sardjito dengan intervensi bersifat non-invasif dan beresiko minimal.

HASIL

Berdasarkan pada hasil pengkajian pada subyek studi kasus didapatkan data pasien laki – laki berusia 65 tahun, pasien dirawat sejak tanggal 08 Agustus 2025 dengan diagnosa *Non-Hodgkin's Lymphoma Diffuse Large B-Cell (Cavum Nasi Dextra)*, CD 20 (+), post kemoterapi 2nd line ICE ke 5 di RSUP (riwayat kemoterapi RCHOP 6 kali dari tanggal 19/08/2024 sd 02/12/2024) dengan problem: Neutropenia grade IV, CINV grade I, anemia normositik normokromik, hiponatremia hipoosmolar hipovolemik.

Pengkajian keperawatan dilakukan pada tanggal 11 Agustus 2025, keluarga pasien mengatakan pasien datang dengan keluhan merasa lemas, mual dan muntah tiap makan, nafsu makan menurun, serta sering keluar cairan bening dari hidung. Keluarga mengatakan pasien selalu tidur dan jarang berbicara, apabila diajak berbicara pasien kadang-kadang tampak seperti orang bingung. Keluarga pasien mengatakan sebelum kemoterapi ke 5 pasien rutin menjalankan ibadah meskipun sakit.

Namun, sejak kondisi fisik menurun dan kesadaran kadang bingung, pasien jarang dapat melakukan ibadah secara mandiri. Keluarga kadang membimbing untuk shalat di tempat tidur tetapi pasien selalu tidur sehingga tidak bisa melaksanakan shalat. Pasien tidak secara langsung membicarakan kematian, namun keluarga merasakan bahwa pasien mulai menunjukkan tanda penerimaan, seperti banyak diam, tidak banyak meminta, dan lebih fokus pada istirahat. Keluarga mengatakan pasien merasa bersalah semenjak sakit

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>

Efektivitas terapi *seft* dan *back massage* terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus

tidak banyak waktu mengurus anak-anak dan merepotkan istri karena harus berobat kemoterapi dan sinar.

Pengkajian penapisan paliatif didapatkan hasil skor >4 yang menandakan perlu intervensi paliatif. Selanjutnya diikuti pengkajian Edmonton Symptom Assessment System (ESAS) untuk mengukur tingkat keparahan gejala yang dirasakan pasien secara subyektif, seperti nyeri, lemas, mual, depresi, kecemasan, mengantuk, nafsu makan, rasa sejahtera, dan sesak napas. Pengkajian ESAS menunjukkan angka 5-9, artinya pasien mengalami gejala berat yang sudah mempeengaruhi kenyamanan dan kualitas hidup pasien.

Pengkajian aktivitas fisik dilakukan dengan instrumen ECOG, hal ini untuk mengetahui sejauh mana penyakit memengaruhi aktivitas sehari-hari. Berdasarkan hasil pengkajian ECOG kondisi pasien menunjukan skala 3 yaitu : pasien hanya mampu melakukan pekerjaan tertentu, lebih 50% tidur. Hasil pengkajian HADS A menunjukan skor 9 yang menunjukan tingkat kecemasan pasien ringan. Sedangkan HADS D menunjukan skor 12 yang menunjukan tingkat depresi pasien berat. Mengukur tingkat kelelahan pasien menggunakan FAS (fatigue assessment scale) yang menunjukan skala 40 (kelelahan berat), dan untuk menilai tingkat kesejahteraan spiritual pasien menggunakan spiritual well-being scale yang menunjukan skore 69 (kesejahteraan spiritual sedang).

Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital menunjukan bahwa tekanan darah: 158/81 mmHg; nadi: 63x/menit, suhu: 36.2 oc, Respirasi rate: 20x/menit, dan SpO2: 95%. Kesadaran pasien composmentis, tapi minim interaksi, dan kekuatan otot ekstremitas atas 4/4 dan bawah 3/3. Tanggal 8-10 Agustus dilakukan pemeriksaan laboratorium pada pasien yang dilakukan di RSUP Dr. Sardjito 2025 Hb: 10.8 g/dL (rendah), Ht: 30.2% (rendah), Leukosit: 2.020³/μL (rendah), Netrofil: 22.4% (rendah), Bakteri: 199.4/μL (tinggi), Eosinofil: 5.4% (tinggi), dan Monosit: 35.6% (tinggi), SGOT: 26 U/L (normal), SGPT: 55 U/L (tinggi). Hasil radiodiagnostik (Foto toraks + survey skeletal): tak tampak metastasis

pulmonal, pulmo tak tampak kelainan, besar jantung normal, spondylosis thoracolumbalis, tak tampak skeletal metastasis pada sistem tulang yang tervisualisasi.

Berdasarkan keluhan pasien, masalah keperawatan yang muncul adalah distress berhubungan dengan penyakit terminal kanker (D.0082) (PPNI, 2017) ditandai dengan skor SWBS 69 (L.09091) (PPNI, 2019), dengan intervensi yang dilakukan yaitu dukungan Spiritual (I.09276) (PPNI, 2018) dengan pemberian terapi non farmakologi SEFT. Keletihan berhubungan dengan kondisi fisiologis (penyakit terminal: kanker (D.0057) (PPNI, 2017), ditandai dengan keluarga mengatakan pasien merasa lemas Keluarga mengatakan pasien selalu tidur dan jarang berbicara, nilai ESAS 8 dan nilai FAS 40 (L.05046) (PPNI, 2019), dengan intervensi edukasi aktivitas dan Istirahat (I.12362) (PPNI, 2018), dengan pemberian terapi nonfarmakologi *back massage*.

Implementasi dilakukan selama 3 hari. Implementasi dimulai tanggal 12-14 Agustus 2025. Implementasi yang dilakukan untuk pasien adalah berfokus pada pemberian terapi *back massage* diberikan selama 20-25 menit, selanjutnya dievaluasi kembali untuk menilai tingkat kelelahan menggunakan ESAS dan FAS. Setelah itu diberikan terapi SEFT selama 15-20 menit untuk menilai kembali tingkat spiritual menggunakan kuesioner SWBS. Terapi SEFT dan *back Massage* dilakukan secara rutin sampai pertemuan terakhir. Peneliti memperkenalkan diri dan mendemonstrasikan terapi tersebut kepada pasien dan keluarga selama 15-20 menit dan merekomendasikan untuk mengulang kembali setiap merasa kelelahan ataupun pasien merasa jauh dari Tuhan.

Peneliti mengkaji kesejahteraan spiritual menggunakan SWBS dan didapatkan skala kesejahteraan spiritual sebelum implementasi adalah 69 atau dikategorikan sedang, sedangkan untuk mengkaji kelelahan pasien menggunakan FAS didapatkan hasil sebelum implementasi 40 dengan kategori kelelahan berat.

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>

Efektivitas terapi *seft* dan *back massage* terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus

Tabel 1 Perbandingan Skala FAS And SWBS (Pre vs Post)

Measure	Pre-test	Post-test
FAS (Fatigue Assessment Scale)	40	32
SWBS (Spiritual Well-Being Scale)	69	98

Perubahan ini menunjukkan intervensi berhasil menurunkan tingkat kelelahan pasien, serta meningkatkan kesejahteraan spiritualnya meskipun keduanya masih berada dalam kategori berat dan sedang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi *back massage* dan *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) selama tiga hari memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan spiritualitas dan penurunan kelelahan pada pasien *Non-Hodgkin's Lymphoma Diffuse Large B-Cell (DLBCL) Cavum Nasi Dextra*. Berdasarkan Hasil pengukuran menunjukkan pada aspek kelelahan, skor FAS menurun dari 40 menjadi 32. Mengingat rentang skor FAS adalah 1-60 dengan interpretasi skor >30 menggambarkan kelelahan berat, maka penurunan ini menunjukkan bahwa kelelahan yang dialami pasien berkurang meskipun masih dalam kategori berat. Perubahan ini menandakan bahwa intervensi dapat memberikan efek relaksasi fisiologis yang baik, yang diduga terjadi melalui aktivasi sistem saraf parasimpatis, peningkatan aliran darah, serta pengurangan ketegangan otot.

Selanjutnya pada aspek spiritualitas, skor SWBS meningkat dari 69 menjadi 98. Berdasarkan kategori Spiritual Well-Being Scale, skor >99 termasuk spiritualitas tinggi, sehingga skor 98 masih berada dalam kategori spiritualitas sedang. Namun, kenaikan ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu memperkuat aspek *meaning*, *peace*, dan hubungan spiritual pasien, yang sangat berpengaruh pada coping emosional pasien kanker.

Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa SEFT mampu menurunkan kecemasan, stres, dan nyeri pada pasien kanker melalui mekanisme tapping yang bekerja pada sistem saraf otonom dan jalur neuroendokrin (Priyanto, Widyana, & Verasari, 2021). SEFT juga meningkatkan aspek spiritualitas melalui proses afirmasi, penerimaan diri, dan penyerahan spiritual yang memperkuat coping religius-positif (Salsabila & Novieastari, 2024). Sedangkan, intervensi *back massage* terbukti meningkatkan relaksasi, sirkulasi darah, dan merangsang pelepasan endorfin, sehingga efektif menurunkan fatigue pada pasien kanker dan penyakit kronis lainnya (Ayubbana, 2018; The ASCO Post, 2018; Dyah, 2021). Kombinasi efek fisiologis dan psikologis ini menjelaskan penurunan tingkat *fatigue* pada penelitian ini.

Menariknya, hingga saat ini belum ada publikasi ilmiah yang secara khusus meneliti tentang SEFT dan *back massage* sebagai intervensi kombinasi. Studi lain hanya menguji terapi SEFT bersama teknik relaksasi non-fisik lain seperti SEFT + pernapasan atau SEFT + dzikir serta SEFT + aromaterapi (Safitri & Machmudah, 2021; Xu & Xiao, 2025; Haris & Asnaniar, 2023). Sementara itu, intervensi *back massage* dilakukan secara terpisah tanpa komponen *tapping* atau afirmasi spiritual. Sehingga, penelitian ini mengisi gap penelitian lain untuk mengetahui efek antar relaksasi fisik (*back massage*) dan regulasi emosional-spiritual (SEFT). Pendekatan ini baru dan memiliki potensi kontribusi penting dalam praktik keperawatan paliatif.

Intervensi kombinasi ini memberikan manfaat karena bekerja pada dua domain: (1) aspek fisik melalui relaksasi otot, perbaikan sirkulasi, dan stimulasi hormon relaksasi; serta (2) aspek emosional-spiritual melalui aktivasi sistem relaksasi tubuh dan penurunan respon stres. Kombinasi ini dapat membantu menurunkan *fatigue* yang sering kali bersifat multidimensi pada pasien kanker, mencakup aspek fisik, emosional, dan spiritual. Efek peningkatan spiritualitas pada penelitian ini juga sejalan dengan teori bahwa healing spiritual dapat meningkatkan coping adaptif pada pasien dengan penyakit kronis dan terminal (Izgu, Metin, Eroglu, Semerci, & Pars, 2024).

Secara klinis, temuan ini memberikan implikasi bahwa terapi non-farmakologis integratif layak untuk dijadikan pilihan tambahan dalam manajemen kelelahan dan kesejahteraan spiritual pada pasien kanker. Perawat dapat mengadopsi intervensi ini karena mudah dipelajari, murah, tidak invasif, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>

Efektivitas terapi *seft* dan *back massage* terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus

pasien setelah diberikan edukasi. Penelitian ini juga membuka peluang bagi penelitian selanjutnya dengan desain lebih kuat seperti quasi-experimental atau randomized controlled trial untuk menguji efektivitas kombinasi SEFT dan *back massage* dalam populasi yang lebih besar.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa terapi kombinasi mampu memperbaiki kondisi fisik dan spiritual pasien meskipun belum mencapai kategori kelelahan sedang dan spiritualitas tinggi. Namun, peningkatan yang signifikan dari skor *post-test* menunjukkan arah perubahan yang positif.

SIMPULAN

Penelitian studi kasus ini menunjukkan bahwa kombinasi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dan *back massage* efektif dalam menurunkan kelelahan dan meningkatkan kesejahteraan spiritual pada pasien Non-Hodgkin's Lymphoma tipe DLBCL kavum nasi. Penurunan skor FAS dari 40 menjadi 32 menandakan perbaikan kelelahan yang cukup baik secara klinis, sedangkan peningkatan skor SWBS dari 69 menjadi 98 menunjukkan peningkatan kapasitas spiritual meskipun masih berada pada kategori sedang.

Temuan ini menegaskan bahwa integrasi relaksasi fisik dan modulasi emosional spiritual memberikan efek yang kompleks terhadap kelelahan multidimensi pada pasien kanker. Penelitian ini juga memberikan kontribusi baru karena belum ada studi sebelumnya yang menggabungkan SEFT dan *back massage* sebagai intervensi kombinatorik. Pendekatan ini layak dipertimbangkan sebagai terapi suportif non farmakologis yang sederhana, aman, dan aplikatif dalam praktik keperawatan onkologi maupun paliatif. Penelitian lanjutan dengan desain eksperimental dan jumlah sampel yang lebih besar direkomendasikan untuk menguji konsistensi temuan ini dan memperluas penerapannya pada populasi kanker lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

American Cancer Society. (2024). *Cancer-related Fatigue*. Diakses dari: <https://www.cancer.org/cancer/managing-cancer/side-effects/fatigue-weakness-sleep/fatigue.html>

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>

Aravind, A., Sharma, S., & Swarup, M. S. (2025). Primary diffuse large B-cell lymphoma of the nasal cavity: a rare aggressive entity. *International Journal of Otorhinolaryngology and Head and Neck Surgery*, 11(4), 450–453.

Ayubbana, S. (2018). Efektifitas Backmassage Terhadap Fatigue Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 3(1).

Che, Y.Q., Wang, D., Liu, P., Zhang, Y., Luo, Y., Liu, H.Y., Shen, D., & Cui, W. (2020). Rapid identification of novel independent serum biomarkers in diffuse large B-cell lymphoma. *Translational Cancer Research*, 9(8), 4534–4541.

Dyah, R. P. (2021). Penerapan Back Massage Terhadap Fatigue (Kelelahan) Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(1), 6–12.

Haris, R. P. Y. A., & Asnaniar, W. O. S. (2023). Intervensi Terapi Kombinasi: Dzikir dan SEFT Menurunkan Kecemasan Pasien Kanker. *Window of Nursing Journal*, 77-87.

Izgu, N., Metin, Z. G., Eroglu, H., Semerci, R., & Pars, H. (2024). Impact of spiritual interventions in individuals with cancer: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Oncology Nursing*, 71, 102646.

Miladinia, M., Voss, J. G., Molavynejad, S., Malehi, A. S., Zarea, K., Nouri, E. M., & Ahmadzadeh, A. (2021). Slow-stroke back massage compared with music therapy for leukemia-related pain and fatigue: a randomized controlled trial. *JCO oncology practice*, 17(11), e1614-e1621.

National Cancer Institute. (2025). Spirituality in Cancer Care. *Cancer.Gov*. diakses dari: <https://www.cancer.gov/about-cancer/coping/day-to-day/faith-and-spirituality/spirituality-pdq>

Padala, S. A., & Kallam, A. (2023). *Diffuse Large B-Cell Lymphoma (NIH, Ed.)*. Treasure Island (FL).

Efektivitas terapi *seft* dan *back massage* terhadap kelelahan dan spiritualitas pada pasien *non-hodgkin's lymphoma diffuse large b-cell cavum nasi dextra*: Studi kasus

- Paul, A., & Kalir, T. (2025). The Role of Spirituality/Religiosity in the Cancer Journey. *Medical Research Archives*, 13(3).
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed., Vol. 3). DPP PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1st ed., Vol. 2). DPP PPNI.
- PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (1st ed., Vol. 2). DPP PPNI.
- Priyanto, W., Widyana, R., & Verasari, M. (2021). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) to Reducethe Diabetes Distress in People with Diabetes Mellitus. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 66–36.
- Salsabila, M. P., & Novieastari, E. (2024). The Effectiveness Of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) On The Decrease of Psychological Issues In Cancer Patients: A Systematic Review. *Media Keperawatan Indonesia*, 7(3).
- 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.
- Salami, F. (2019). The Implementation of Spiritual Emotional Freedom Technique (S-EFT) to Reduce Self-discomfort: A Study among College Students. In *International Conference on Psychology*.
- Sleight, A. G., Crowder, S. L., Skarbinski, J., Coen, P., Parker, N. H., Hoogland, A. I., Gonzalez, B. D., Playdon, M. C., Cole, S., Ose, J., Murayama, Y., Siegel, E. M., Figueiredo, J. C., & Jim, H. S. L. (2022). A New Approach to Understanding Cancer-Related Fatigue: Leveraging the 3P Model to Facilitate Risk Prediction and Clinical Care. *Cancers*, 14(8), 1982.
- The ASCO Post. (2018). Massage Therapy for Patients With Cancer. Di akses dari: <https://ascopost.com/issues/april-25-2018/massage-therapy-for-patients-with-cancer/>
- Werdani, Y. D. W., Lilyana, M. T. A., & Putri, T. A. W. (2022). Multifaktorial Pemicu Cancer-Related (CRF) Pada Pasien Kanker. *Jurnal Ners LENTERA*, 10(1), 49–59.
- Xu, H., & Xiao, W. (2025). Aromatherapy Combined with Emotional Freedom Techniques on Fear of Recurrence and Sleep Quality in Lung Cancer Survivors. *Journal of Clinical and Nursing Research*, 9(10), 371–377.

Sri Wulandari*, Hamudi Prasestiyo

Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Korespondensi penulis: Sri Wulandari. *Email: hamudiprasestiyo@unisayogya.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i2.2073>