

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Lokasi Penelitian**

Lokasi dalam penelitian ini dilakukan di wilayah RT 1 RW 11, Pulisen, Kecamatan Boyolali. Wilayah Desa Pulisen merupakan salah satu cakupan wilayah kerja Puskesmas Boyolali I. Berdasarkan data BPS Kabupaten Boyolali, jumlah penduduk Desa Pulisen Kecamatan Boyolali pada pendataan tahun 2022 sebanyak 11.449 jiwa. Di kecamatan Boyolali terdapat dua fasilitas pelayanan kesehatan Puskesmas, yaitu Puskesmas Boyolali I dan Puskesmas Boyolali II. Adapun dari segi mata pencaharian, mayoritas penduduk Desa Pulisen memiliki mata pencaharian sebagai petani dan pedagang.

Mengenai kondisi lingkungan, sebagaimana telah dibahas pada bab sebelumnya, penelitian ini berfokus pada Ny. N, seorang perempuan yang telah berumah tangga dengan usia 35 tahun dan hidup dengan HIV. Rumah Ny.N menggunakan penerangan listrik, pencahayaan cukup, lantai rumah berkeramik, penataan perabotan rumah tertata rapi, ventilasi ada di setiap jendela, jendela jarang dibuka. Dapur Ny. N terletak di sebelah kamar mandi dan di dekat ruang makan. Ny. N memasak menggunakan kompor gas 3 kg.

Selama 4 (empat) kali pertemuan Ny.N telah menjalani terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) untuk membantu menurunkan stresnya yang terkait dengan penyakitnya dan dikarenakan faktor sosial, yaitu adanya diskriminasi dari lingkungan sekitar serta faktor tekanan ekonomi sebagai orang tua tunggal yang ditinggalkan oleh suaminya dan membesarkan sendiri kedua anaknya.

Lokasi penelitian dipilih karena beberapa alasan berikut:

1. Ny. N tinggal di Desa Pulisen dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.
2. Desa Pulisen memiliki akses yang mudah ke layanan kesehatan, termasuk layanan konseling.

Penelitian ini juga dilakukan di Puskesmas Boyolali I, di mana Ny. N rutin melakukan perawatan kesehatan di layanan Program HIV. Penelitian di Puskesmas Boyolali I dilakukan untuk tujuan pengambilan data pendukung terkait pengobatan HIV Ny.N, termasuk pengambilan data riwayat kesehatan Ny.N.

## B. Pembahasan

Intervensi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) pada Ny.N sebagai Ibu Rumah Tangga dengan HIV yang merawat anak di Kecamatan Boyolali diperoleh hasil bahwa terapi SEFT terbukti dapat menurunkan tingkat stres pasien dengan penyakit HIV, khususnya pada kasus Ny.N. Hal ini dibuktikan dengan perolehan skor pada kuesioner DASS42, pada item pertanyaan tingkat stres, bahwa pada *post-test* (tes setelah menjalani terapi SEFT) menunjukkan tingkat stres menurun dengan skor 10, yang menunjukkan tingkat stres berada dalam kondisi normal. Hasil ini dibandingkan dengan skor pada *pretest* (tes sebelum menjalani terapi SEFT) di mana skor tingkat stres memperoleh nilai 18 yang menunjukkan pasien Ny.N mengalami stres ringan.

Hasil penelitian ini berada pada posisi mendukung teori yang telah dikemukakan sebelumnya mengenai terapi SEFT dan tingkat stres. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Metode SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) yang dikembangkan oleh Ahmad Faiz Zainuddin dari metode EFT (*Emotional Freedom Technique*) yang diprakarsai Garcy Craig tahun 2005. Metode terapi SEFT terbukti memiliki dampak positif terhadap penurunan tingkat stres (Astuti et al., 2015). Penelitian pun memperkuat teori yang dikemukakan Zainuddin dalam Nurjanah, et.al, bahwa tujuan terapi SEFT adalah untuk membantu orang lain baik individual maupun kelompok dalam mengurangi penderitaan psikis maupun fisik, sehingga acuannya dapat digunakan untuk melihat tujuan tersebut ada pada motto yang berbunyi “LOGOS” (*loving God, blessing to the others and self improvement*) (Nurjanah, et.al., 2022).

Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya. Misalnya, hasil penelitian Astuti et al., (2015), bahwa SEFT merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat stres dan depresi. Keefektifan SEFT terletak pada pengabungan antara *Spiritual Power* dengan *Energy Psychology*. *Spiritual Power* memiliki lima prinsip utama yaitu ikhlas, yakin, syukur, sabar dan khusyu. *Energy Psychology* merupakan seperangkat prinsip dan teknik memanfaatkan sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku. Ketidakseimbangan kimia dan gangguan energi dalam tubuh manusia dapat menyebabkan gangguan emosi, termasuk stres. Intervensi SEFT pada sistem energi tubuh inilah yang dapat mengubah kondisi kimia di dalam otak (*neurotransmitter*) yang selanjutnya dapat mengubah kondisi emosi seseorang termasuk kondisi stres. Selain itu SEFT efektif, mudah, cepat, murah, efeknya dapat permanen, tidak terdapat efek samping, bersifat universal, memberdayakan individu (tidak tergantung pada pemberi terapi), dan dapat dijelaskan secara ilmiah.

SEFT adalah salah satu bentuk terapi non-farmakologi penggabungan sistem energi tubuh dengan terapi spiritual dengan teknik *tapping* atau ketukan ringan pada titik-titik tertentu di tubuh. Prinsip kerja SEFT hampir sama dengan akupuntur dan akupresur yaitu menstimulus titik-titik kunci pada 14 jalur energi tubuh. Metode ini sangat membantu pasien untuk merasakan keseimbangan dan hubungan dengan sebuah energi yang lebih besar sehingga dapat memberikan manfaatnya dalam berbagai aspek utamanya membantu pasien mencapai tugas spiritual dan mendapatkan respon relaksasi, mengaktifkan jalur neurologis dalam proses penyembuhan diri, menimbulkan rasa percaya diri dan merasakan kehadiran Allah. Semakin tinggi tingkat spiritual ODHIV, akan semakin besar ketergantungannya terhadap Tuhan, meskipun tingkat kepatuhannya kepada ARV rendah. Oleh karena itu, spiritual menjadi domain penting yang perlu dilakukan investigasi lebih jauh SWT (Astuti et al., 2015).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Asmawati, et al, (2020), bahwa SEFT awalnya bernama metode *Emotional Freedom Technique* (EFT), yaitu teknik yang memberikan perubahan emosi dan sel darah yang dikombinasikan dengan doa. Dampaknya memberikan perubahan drastis yang bersifat emosional dan fisik. EFT dikembangkan lebih lanjut menjadi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), teknik yang menggabungkan spiritualitas dalam bentuk doa, ikhlas, dan penyerahan diri melalui energi psikologis dengan cara serangkaian prinsip dan prosedur untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku. SEFT dilakukan melalui tiga teknik sederhana yaitu *set-up*, *tune-in*, dan *tapping* (Asmawati et al., 2020).

Penelitian ini pun memiliki kesesuaian dengan hasil penelitian Ardtiyani, bahwa teknik SEFT menggabungkan sistem energi tubuh dan terapi spiritual yang digunakan sebagai salah satu teknik terapi untuk mengatasi masalah emosional dan fisik yaitu dengan melakukan ketukan ringan (*tapping*) pada titik syaraf (meridian tubuh). Spiritual dalam SEFT adalah doa yang diafirmasikan oleh klien pada saat akan dimulai hingga sesi terapi berakhir, yaitu fase *set-up*, *tune-in*, dan *tapping*. Pada fase *set-up*, klien diminta untuk berdoa kepada Allah SWT dengan penuh rasa khusyu', ikhlas menerima dan kita pasrahkan kesembuhannya pada-Nya. Pada fase *tune-in*, dilakukan dengan cara merasakan rasa sakit yang dialami, lalu mengarahkan pikiran ke tempat rasa sakit, dan secara bersamaan dibarengi dengan hati dan mulut mengucapkan doa. Bersamaan dengan *tune-in* ini dilakukan fase ketiga yaitu *tapping*. Pada proses ini (*tune-in* yang dilakukan bersamaan dengan *tapping*), yang akan menetralkan emosi negatif atau rasa sakit fisik. Klien juga diminta mengucapkan doa dengan kalimat tertentu ketika setiap titik-titik meridian diketuk ringan selama *tapping* (Ardiyani et al., 2014).

Intervensi SET pada Ny.N dengan Penyakit HIV yang merawat anak di Kecamatan Boyolali memiliki kesesuaian hasil dengan survei yang dilakukan Crane, *et.al* terhadap wanita dengan HIV, ditemukan hasil bahwa doa atau sembahyang (*prayer*) sebagai salah satu aspek spiritualitas berfungsi sebagai sumber yang sangat penting dalam pengambilan keputusan terapi antiretroviral HIV. Temuan penelitian tersebut mengungkapkan hal lain, bahwa doa dan dokter sama-sama memiliki pengaruh terhadap pengambilan keputusan ODHIV untuk terlibat dalam pengobatan HIV (Crane et al., 2017). Begitu pun dalam kasus Ny.N, obat ARV tetap digunakan untuk pengobatan medis dan terapi SEFT digunakan untuk menurunkan stres yang bersifat pengobatan non-farmakologis.

Penelitian di Kecamatan Boyolali ini pun mendukung survei yang dilakukan oleh Tahir di Makassar Indonesia yang menunjukkan bahwa ODHIV akan lebih menunjukkan kecenderungan terhadap kehidupan spiritual sebagai wujud dari menggantungkan harapan kepada Yang Maha Agung atas penyakit yang dideritanya. Hal ini meningkatkan *quality of life* pada ODHIV di saat mendekati diri dengan Sang Pencipta, selain berusaha dengan melakukan terapi ARV secara rutin (Tahir, 2019).

### C. Implikasi

Hasil penelitian tentang intervensi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) pada Ibu Rumah Tangga dengan HIV yang merawat anak pada keluarga Ny. N di Boyolali memiliki beberapa implikasi, khususnya terhadap asuhan keperawatan keluarga dan praktik keperawatan, yaitu:

1. Terapi SEFT dapat digunakan sebagai metode dalam menurunkan stres

Terapi SEFT telah terbukti dapat menurunkan tingkat stres, khususnya pada Ny.N di Boyolali sebagai pasien HIV yang merawat anak. Pengobatan HIV dapat dilakukan melalui pengobatan medis, misalnya dengan obat ARV dan juga dari aspek psikisnya dapat menggunakan metode SEFT.

2. Meningkatkan efektivitas asuhan keperawatan keluarga

Terapi SEFT terbukti efektif dalam membantu keluarga yang memiliki anggota dengan HIV untuk mengelola dan menurunkan stres. Hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup keluarga secara keseluruhan dan memperkuat hubungan antar anggota keluarga. Perawat dapat menggunakan terapi SEFT sebagai intervensi komplementer dalam asuhan keperawatan keluarga untuk membantu keluarga mencapai tujuan perawatannya.

3. Memperkuat peran perawat sebagai pendamping keluarga

Terapi SEFT berfokus pada pengembangan penerimaan diri (*self-acceptance*) pada individu dan keluarga. Hal ini sejalan dengan filosofi keperawatan yang berpusat pada klien dan keluarga. Perawat dapat menggunakan terapi SEFT untuk membantu keluarga mengembangkan mekanisme koping yang sehat dan meningkatkan kemampuan mereka untuk saling mendukung.

4. Bagi Puskesmas Terapi SEFT dapat dijadikan sebagai langkah preventif dan promotif

Dikarenakan dalam penelitian ini terapi SEFT terbukti dapat menurunkan tingkat stres pasien melalui terapi non-farmakologis, sehingga dapat dijadikan sebagai langkah preventif dan promotif bagi pasien-pasien yang menderita penyakit kronis dan berpotensi mengalami stres.

5. Diperlukan penelitian lebih lanjut

Penelitian ini terbatas pada kasus Ny.N sebagai pasien HIV yang merawat anak di Kecamatan Boyolali Kabupaten Boyolali, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efektivitasnya dalam berbagai konteks dan populasi.