



AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies

Journal website: <https://al-afkar.com>

P-ISSN : 2614-4883; E-ISSN : 2614-4905
<https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v7i3.1595>

Vol. 7 No. 3 (2024)
pp. 1237-1252

Research Article

Bimbingan Rohani Islam dalam Mengurangi Kecemasan Pasien Kemoterapi dengan Spiritual Emotional Technique (SEFT)

Latifatul Khairul Umam¹, Aep Kusnawan², Isep Zaenal Arifin³

1. UIN Sunan Gunung Djati Bandung; tifah.o8.ku@gmail.com 
2. UIN Sunan Gunung Djati Bandung; aep.kusnawan@uinsgd.ac.id
3. UIN Sunan Gunung Djati Bandung; isep.zaenal@uinsgd.ac.id



Copyright © 2024 by Authors, Published by AL-AFKAR: Journal For Islamic Studies. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>).

Received : May 25, 2024
Accepted : July 07, 2024

Revised : June 22, 2024
Available online : August 14, 2024

How to Cite: Latifatul Khairul Umam, Aep Kusnawan and Isep Zaenal Arifin (2024) "Islamic Spiritual Guidance in Reducing the Anxiety of Chemotherapy Patients with Spiritual Emotional Technique (SEFT)", *al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 7(3), pp. 1237–1252. doi: 10.31943/afkarjournal.v7i3.1595.

Islamic Spiritual Guidance in Reducing the Anxiety of Chemotherapy Patients with Spiritual Emotional Technique (SEFT)

Abstract. Chemotherapy patients frequently have high anxiety levels because of a variety of factors, including their environment and the information they are given, their lack of knowledge about the chemotherapy procedure, the physical decline they go through, and their worries about the family they leave behind. Given the significance of a successful course of treatment, chemotherapy patients should receive Islamic spiritual counsel. In Al Ihsan Hospital, Islamic spiritual guidance specifically designed

to lessen chemotherapy patients' anxiety can use the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) as part of the guidance. The research adopts a qualitative approach with descriptive methods. Data collection techniques include interviews, observations, and documentation. The informants in this study are the researcher as the spiritual guide, chemotherapy patients, and chemotherapy nurses. The results of this study indicate that the anxiety conditions of chemotherapy patients are influenced by personal and social factors, with variations ranging from mild to panic anxiety. The spiritual guidance provided using SEFT involves the delivery of Quranic verses and historical stories to strengthen faith and SEFT techniques to address anxiety.

Keywords: SEFT, Anxiety, Islamic Spiritual Counseling.

Abstrak. Pasien kemoterapi sering mengalami tingkat kecemasan yang tinggi karena berbagai faktor, termasuk lingkungan dan informasi yang mereka terima, kurangnya pengetahuan tentang prosedur kemoterapi, penurunan fisik yang mereka alami, dan kekhawatiran mereka tentang keluarga yang mereka tinggalkan. Mengingat pentingnya keberhasilan jalannya pengobatan, pasien kemoterapi sebaiknya mendapatkan bimbingan spiritual Islami. Di Rumah Sakit Al Ihsan, bimbingan spiritual Islami yang dirancang khusus untuk mengurangi kecemasan pasien kemoterapi dapat menggunakan *Spiritual Emotional Technique* (SEFT) sebagai bagian dari bimbingan tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Informan pada penelitian ini adalah peneliti sekaligus pembimbing rohani, pasien kemoterapi dan perawat kemoterapi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi kecemasan pasien kemoterapi dipengaruhi oleh faktor personal dan sosial, dengan variasi dari kecemasan ringan hingga panik. Bimbingan rohani yang dilakukan menggunakan SEFT melibatkan penyampaian ayat-ayat al-Qur'an, dan kisah terdahulu untuk memperkuat keimanan dan teknik SEFT untuk mengatasi kecemasan.

Kata Kunci: SEFT, Kecemasan, Bimbingan Rohani Islam.

PENDAHULUAN

Bimbingan Rohani Islam dari adalah memberikan landasan ilmiah bagi pengembangan dan pemenuhan standar kesehatan internasional yang sesuai dengan paradigma bio-psiko-sosio-spiritual terbaik.¹ Mengintegrasikan unsur spiritual dalam pelayanan kesehatan memerlukan disiplin keilmuan, tenaga profesional, tenaga ahli, lembaga pendidikan yang memberikan pengajaran dilapangan atau pelatihan. Sehingga perawatan terhadap kesehatan manusia dilakukan secara holistik-komprehensif dan saling melengkapi antara pengobatan medis dan spiritual (rohani).

Kesehatan manusia menjadi aspek utama dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Namun, manusia juga sering mengalami gangguan pada kesehatannya dan memeriksakan diri ke klinik dan atau rumah sakit. Ketika seseorang melakukan perawatan sering kali disebut dengan pasien dengan berbagai kecemasannya untuk mencapai kesembuhan. Sebagian besar dari pasien tidak memiliki motivasi yang tinggi untuk sembuh, dan kurangnya dukungan dari lingkungan setempat, ada yang ditakut-takuti oleh tetangganya, ada yang cemas akan keadaan anak yang ditinggalkannya, bahkan kebanyakan dari pasien takut akan proses dan efek samping

¹ Zalussy Debby Styana, Yuli Nurkhasanah, and Ema Hidayanti, "Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih," *Jurnal Ilmu Dakwah* 36, no. 1 (2017): 45-69.

dari perawatan.² Oleh sebab itu untuk pasien muslim membutuhkan bimbingan islam, di rumah sakit itu sendiri ada pelayanan Bimbingan Rohani Islam jika pasien di rumah sakit membutuhkan bimbingan konseling.³

Teknik bimbingan konseling islam di RSUD Al Ihsan itu sendiri beragam ada dengan Teknik Qur'anic Healing (Ruqyah Syar'iyah), SEFT, Bekam, Hipnoterapi dan MHT. Untuk kecemasan pasien kemo saat ini peneliti sering menggunakan Teknik SEFT. SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) merupakan teknik gabungan dari sistem energi tubuh dengan terapi spiritualitas dengan metode Tapping pada beberapa titik tertentu pada tubuh.⁴ Teknik SEFT ini berfokus pada kata dan kalimat yang diucapkan secara berulang kali dengan ritme yang teratur disertai sikap pasrah kepada Tuhan sesuai dengan keyakinan pasien.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif.⁵ Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Informan pada penelitian ini adalah peneliti sekaligus pembimbing rohani, pasien kemoterapi dan perawat kemoterapi.

PEMBAHASAN

SEFT merupakan metode baru dalam melakukan EFT, penemunya adalah Ahmad Faiz Zainuddin lulusan psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Beliau mengenal EFT melalui Steve Wells (Australia) dan belajar melalui video course dari Gary Craig.⁶ SEFT mulai diperkenalkan di Indonesia pada tanggal 17 Desember 2005, beliau memperkenalkannya melalui konsultasi pribadi, seminar, workshop, dan pelatihan baik di Indonesia, Malaysia, Singapura dan beberapa negara di Asia Tenggara. Dalam SEFT ada unsur spiritual, yaitu memasukkan "Doa" sebagai bagian dari dimulainya proses terapi hingga terapi berakhir.⁷ Teknik SEFT ini diduga cocok dikarenakan melibatkan spiritual untuk penanganan Bimbingan Rohani Islam pada kecemasan pasien kemoterapi. Di RSUD Al Ihsan sendiri terdapat aktifitas Bimbingan Rohani Islam yang menggunakan Teknik SEFT untuk pasien kemoterapi.

SEFT adalah pengembangan dari metode EFT yang fokus pada kontrol pikiran dan emosi untuk mengurangi kerentanan terhadap gangguan. Teknik ini menggunakan metode tapping, yaitu pengetukan lembut dan nyaman dengan dua ujung jari pada titik-titik meridian tubuh. Pendekatan ini bertujuan untuk melancarkan aliran energi dalam tubuh, yang pada gilirannya mempengaruhi regulasi

² Rizky Hardhiyani, "Hubungan Komunikasi Therapeutic Perawat Dengan Motivasi Sembuh Pada Pasien Rawat Inap," *Developmental and Clinical Psychology* 2, no. 2 (2013).

³ Nurul Hidayati, "Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit," *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5, no. 2 (2014): 207-22.

⁴ Alwan Revai, "Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Kecemasan, Saturasi Oksigen Dan Kualitas Tidur Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)," *Universitas Sriwijaya*, 2018, 10-153.

⁵ Moleong, J., *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja. Rosdakarya, 2006).

⁶ Hendri Fajri Rofacky and Faridah Aini, "Pengaruh Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi," *Jurnal Keperawatan Soedirman* 9, no. 1 (2015): 41-52.

⁷ Cintami Farmawati, "Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) as A Sufistic Therapy Method," *Madaniyah* 8, no. 1 (n.d.): 75-94.

emosi dan membantu dalam pengambilan keputusan secara lebih bijak.⁸

International Agency for Research on Cancer (IARC), sebuah lembaga kanker internasional yang dimandati oleh WHO, dalam jurnal Hafsah (2022) memprediksi bahwa total pasien kanker di seluruh dunia akan terus bertambah pada 28,9 juta di tahun 2040. Dari 19,3 juta kasus kanker diseluruh dunia penyakit paling umum ialah kanker payudara sebesar 11,7%, kemudian kanker paru-paru 11,4%, kanker usus besar 10%, kanker prostat 7,3%, kanker perut 5,6%, kanker serviks 3,1% kanker hati 4,7%, serta 46% dari kanker lainnya ke Amerika latin dan Karibia, 5,7% ke Afrika dan 1,3% ke Oesiania.⁹

Kecemasan pasien kemoterapi di RSUD Al Ihsan dapat terlihat dari perilaku dan motivasi pasien. Panjangnya proses kemoterapi dan penyesuaian penerimaan terhadap kanker ini terbilang suatu proses yang panjang dan penyesuaian akan berhasil ketika pasien mampu menekan emosional mereka. Beberapa pasien mempunyai emosi positif, seperti harapan dan rasa syukur, namun lebih banyak pasien yang mengalami kesulitan dengan emosi negatifnya termasuk kecemasan, kesedihan, rasa bersalah, dan ketakutan. Kondisinya beragam hampir seluruh pasien kemoterapi yang baru mendapatkan terapi mempunyai rasa cemas menghadapi kemo itu sendiri takut akan efek yang didapatkan setelah kemo ini, rasa cemas akan dirinya yang tidak bisa menjalani kewajiban sebagai seorang suami atau istri sekaligus sebagai seorang ibu dan kepala keluarga, dan ada rasa takut menghadapi kematian.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Teknik SEFT dalam Bimbingan Rohani Islam dimana penelitian ini belum peneliti temukan hal ini menjadi pembaruan dalam penelitian ini, karena dengan mengkombinasikan Bimbingan Rohani Islam dengan terapi SEFT ini mendapatkan hasil yang lebih maksimal, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih dalam lagi mengenai Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dalam Bimbingan Rohani Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Pasien Kemoterapi (Penelitian di Rumah Sakit Umum Daerah Al Ihsan Provinsi Jawa barat Jl. Kiastramanggala, Baleendah, Kec. Baleendah Kab. Bandung). Peneliti berharap, bahwa inovasi ini dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan ajar bagi pihak yang memiliki masalah yang sama.

Kecemasan menjadi bagian dari kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.¹⁰ Kecemasan ini terjadi sebagai respon pada landasan emosional yang dihadapi pasien kemo itu sendiri. Stuart (2022) menjelaskan bahwa ada empat tingkat kecemasan yaitu kecemasan ringan, sedang, berat dan tingkat panik dari ansietas. Sedangkan dalam perspektif psikoanalisis, kecemasan merupakan bentuk konflik emosional antara id dan superego. Id melambangkan dorongan insting primitif, sedangkan superego merepresentasikan hati nurani yang diatur oleh norma-norma budaya. Ego, sebagai mediator, bertugas untuk menangani permintaan dari kedua elemen yang

⁸ Andri Yan Prima Zani and Weni Widya Shari, "Eft, Terapi Doa, Dan Seft Untuk Mengurangi Tingkat Stres, Kecemasan Dan Depresi: Literatur Review," *Jurnal Ners* 8, no. 2 (2024): 1241-51.

⁹ Listyana Hafsah, "Gambaran Tignkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu," *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)* 5, no. 1 (2022): 21-28, <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22338>.

¹⁰ Gail W Stuart, "Buku Saku Keperawatan Jiwa" (Egc, 2006).

bertentangan tersebut. Kecemasan berfungsi sebagai pengingat bagi ego bahwa ada ancaman atau bahaya yang harus dihadapi. Adapun Kecemasan yang sering terjadi pada pasien kemoterapi itu sendiri ialah merasa takut dalam menghadapi kemoterapi itu sendiri, takut efek samping dari kemo itu sendiri, cemas tidak bisa menjalankan kewajiban sebagai ibu dengan baik hingga cemas akan keadaan anak-anak yang ditinggalkan, takut menghadapi kematian. Kecemasan ini dapat menurunkan imunitas tubuh, menurunkan HB pasien kemoterapi. Hal ini perlu adanya penanganan khusus agar tidak berlarut larut dan menghambat kesembuhan pasien kemoterapi, sebagaimana yang telah kita ketahui bahwa dalam teori kesehatan yang terkenal baik di Barat maupun di timur yaitu Sakit tidak selalu disebabkan oleh kelemahan fisik, tetapi juga bisa disebabkan oleh ketidakseimbangan kejiwaan, teori ini dikemukakan oleh Ibnu Sina dalam bahasa arab yang ditulis oleh Ishom (2024) teorinya berbunyi

العقل السليم في الجسم السليم

Artinya: "Akal yang sehat terdapat dalam badan yang sehat."

Maka dengan adanya bimbingan rohani maka pasien kanker itu akan diarahkan dan dikelola secara mendalam ketika dia terdiagnosa kanker ada landasan emosi yang menyertainya, hal inilah yang harus diperhatikan secara seksama apalagi ketika dia menjadi pasien kanker yang menjalani kemoterapi dia akan merasakan kecemasan yang mendalam dari berbagai faktor baik internal maupun eksternal hal tersebut akan mempengaruhi kestabilan kesehatan fisiknya, maka pasien tersebut memerlukan Bimbingan Rohani Islam.

Mengenai Bimbingan Rohani Islam adalah proses pemberian bantuan, pemeliharaan, pengembangan dan pengobatan rohani dari segala macam gangguan dan penyakit yang mengotori kesucian fitrah rohani manusia agar selamat sejahtera dunia akhirat didasarkan kepada tuntunan Al-Qur'an dan As-Sunnah dan hasil ijtihad.¹¹

Dari semua perawatan yang terdapat di Rumah Sakit, kemoterapi menjadi satu dari sekian perawatan yang ditakuti oleh pasien. Karena kemoterapi adalah prosedur pengobatan atau terapi kanker dengan memberikan obat-obatan untuk membunuh sel kanker. Jaringan tubuh kita terdiri dari milyaran sel, di mana sel-sel tersebut akan terus tumbuh dan berkembang.¹² Proses ini akan terus berjalan apabila terdapat sel yang memerlukan perbaikan. Umumnya, sel-sel dalam tubuh akan terus tumbuh dan mati dengan cara yang terkendali. Namun, pada kondisi kanker, sel kanker tumbuh tanpa kendali. Sehingga, dibutuhkan kemoterapi untuk menghentikan penyebaran atau memperlambat pertumbuhan sel kanker tersebut.

Tujuan dari perawatan ini juga untuk memberikan harapan hidup serta meningkatkan kualitas hidup pasien. Cara kerja kemoterapi dalam mengobati kanker cara kerja kemoterapi adalah dengan menghentikan atau memperlambat

¹¹ Isep Zaenal Arifin, *Bimbingan Dan Perawatan Rohani Islam Di Rumah Sakit* (Bandung: CV. Mimbar Pustaka, 2022).

¹² Tim Medis Siloam Hospitals, "Kemoterapi, Prosedur Pengobatan Pada Pasien Kanker," [Siloamhospital.com](https://silohospital.com) (Tangerang, 2023).

pertumbuhan dan pembelahan sel kanker yang tumbuh dan berkembang dalam tubuh penderita. Obat-obatan dari kemoterapi akan mengalir ke dalam aliran darah dan menyerang sel kanker yang sedang tumbuh atau merusak bagian pusat kendali sel.¹³

Dalam proses terapi yang tidak singkat ini para pasien kanker yang di kemoterapi mengalami beberapa kecemasan yang perlu diperhatikan dimana harus adanya kerjasama antara medis dan penunjang medis yaitu bagian BIMROH (Bimbingan Rohani).

Untuk mengatasi kecemasan pasien kemoterapi, salah satu teknik yang digunakan dalam Bimbingan Rohani Islam adalah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), yang merupakan pengembangan dari *Emotional Freedom Technique* (EFT).¹⁴ EFT sendiri adalah teknik yang menggabungkan akupunktur dengan pendekatan perilaku dalam psikologi. Teknik ini diperkenalkan oleh Gary Craig pada tahun 1990, dan dianggapnya sebagai kombinasi efektif dari teknik mind-body dan akupresur. Prinsip dasar EFT adalah bahwa semua emosi dan pikiran merupakan bentuk energi.

SEFT adalah terapi yang sederhana dan terjangkau, menggunakan teknik tapping dengan dua ujung jari (tengah dan telunjuk) yang diketuk pada titik-titik meridian tubuh. Terapi ini memberikan manfaat secara bertahap, membantu mengatasi masalah psikologis dan fisiologis. SEFT merupakan kombinasi antara energi spiritual dan psikologi. Gerakan tapping dalam SEFT berfungsi untuk mengaktifkan energi negatif yang terjebak dalam tubuh. Terapi ini memfasilitasi kelancaran sistem energi tubuh dengan menetralkan kembali sistem yang terhambat atau tidak lancar, termasuk pikiran negatif.¹⁵ Selain itu, SEFT mencakup teknik "simple meditation" yang tidak ada dalam EFT. Teknik ini mengharuskan praktisi berada dalam kondisi khusyu' untuk berdoa, pasrah, dan ikhlas, yang menghubungkan masalah dengan Allah dan meningkatkan kekuatan penyembuhan, baik untuk penyakit fisik maupun mental.

Rumah Sakit Umum Daerah Al Ihsan yang didirikan pada tahun 1995 mempunyai tujuan antara lain memberi pelayanan kesehatan yang islami, mulai dari saat pasien datang ke rumah sakit, dirawat sampai pilang baik dalam keadaan sembuh maupun meninggal. Saat penting dalam tahap kehidupan manusia adalah akhir hayatnya akan berakhir secara khusnul khatimah.

Pelayanan khas di RSUD Al Ihsan, disamping memberikan pelayanan secara medis juga memberikan asuhan keperawatan spiritual muslim khususnya pada pasien yang terdiagnosa kanker ini tidak jarang pasien mempunyai kecemasan yang tinggi, dalam keadaan seperti ini mental (rohani) pasien akan terguncang dan menyebabkan ketidak stabilan emosinya.

¹³ Fransisca Anjar Rina Setyani and Cindy Daniela Milliani, "Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Yang Mendapatkan Kemoterapi," *Carolus Journal of Nursing* 2, no. 2 (2020): 170-76.

¹⁴ Siti Nuroh, "PENGARUH TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) UNTUK MENGATASI THANATOPHOBIA PADA LANSIA [THE EFFECT OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) THERAPY FOR OVERCOMING THANATOPHOBIA IN THE ELDERLY]," *Acta Islamica Counsensusia: Counselling Research and Applications* 2, no. 1 (2022).

¹⁵ Ahmad Faiz Zainuddin, *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* (Jakarta: PT. ARG A Publishing, 2020).

Bersamaan dengan asuhan keperawatan, dokter, psikiater, Bimroh berfungsi memberikan bimbingan secara aktif sesuai dengan petunjuk agama baik bagi pasien dan keluarga.

Sangat ironis, ternyata pasien yang terdiagnosa kanker yang harus dikemoterapi ternyata mempunyai kecemasan yang tinggi yang harus senantiasa kita perhatikan, kecemasan itu terpengaruh dari lingkungan sosialnya. Seperti yang dikemukakan oleh Keren Horney yang melopori teori kepribadian psikososial. Kesadaran perspektif dalam konsep kecemasan yang berkembang dari pengaruh sosial seseorang dalam bentuk dominasi orang dewasa yang dapat menyebabkan rasa isolasi dan impotensi.¹⁶ Perasaan tidak menyenangkan yang muncul diantaranya: (1) rasa takut melakukan kemoterapi karena beranggapan kemoterapi itu menyakitkan seperti yang diucapkan orang yang berbicara kepadanya, (2) rasa cemas menghadapi efek samping dari kemoterapi (3) rasa cemas akan keadaan anak-anak yang ditinggalkan (4) takut menghadapi kematian (5) takut terulang, (6) takut hidup dalam ketidakpastian.

Tekanan emosional tersebut merupakan hal penting yang harus kita perhatikan dan jika tekanan emosional berlanjut semakin parah maka akan berkaitan dengan berkurangnya kepatuhan pengobatan, peningkatan resiko perkembangan penyakit, terganggunya spiritualitas pasien dan kematian. Hal ini tidak perlu terjadi apabila pasien, keluarga, dokter, dan ahli agama sama sama memahami kondisi penyakit, cara perawatan, dan pelaksanaan ibadah pasien.

Beberapa hal yang menjadi item penelitian diantaranya: (1) Metode yang telah dilakukan oleh petugas RSUD Al Ihsan (2) Materi yang digunakan oleh petugas, (3) Sarana (media) yang digunakan dalam proses bimbingan, (4) Pelaku dari pelayanan bimbingan rohani terdiri dari: petugas Bimroh, dan perawat, (5) Objek penelitian terdiri dari petugas bimroh dan pasien (6) evaluasi terhadap kegiatan teknik seft dalam bimbingan rohani islam yang telah dilakukan di RSUD Al Ihsan Baleendah.

Secara umum bahwa kecemasan merupakan salah satu jenis ketakutan atau kekhawatiran bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Ada banyak topik yang dapat menimbulkan kecemasan seperti, kehidupan pribadi, hubungan sosial, ujian, karir, hubungan internasional, dan lingkungan.¹⁷ Kecemasan adalah respon normal terhadap kanker, dan setiap orang mengalami kecemasan saat menjalani tes skrining kanker, menunggu hasil tes, didiagnosis menderita kanker, menerima pengobatan kanker, atau mengantisipasi kambuhnya kanker. Kecemasan terhadap kanker dapat meningkatkan rasa sakit, mengganggu kemampuan tidur seseorang, menyebabkan mual dan muntah, serta mengganggu kualitas hidup pasien dan keluarganya.¹⁸

Demikian pula, kecemasan yang terlihat pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi disebabkan oleh penurunan kapasitas fisik dan efek lanjutan dari kemoterapi, sehingga menimbulkan konsekuensi negatif bagi pasien karena kesulitan

¹⁶ Aep Kusnawan, "Peran PABKI Dalam Menjawab Berbagai Persoalan Kehidupan," 2017.

¹⁷ Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, and Beverly Greene, *Psikologi Abnormal*, 5th ed. (Jakarta: Erlangga, 2005).

¹⁸ Smitha Bhandari, "Anxiety and Cancer Patients," WebMD (New York, 2023).

dalam memenuhi kebutuhan dasar.¹⁹ Selain itu, kecemasan pada pasien kanker dapat berdampak negatif terhadap kemoterapi yang mereka terima, pemulihan psikologis dan medis mereka. Kekhawatiran ini dapat menyebabkan pasien menghentikan pengobatan kemoterapi. Karena pasien merasa tidak berdaya berupa gangguan emosi seperti menangis, cemas dan rasa khawatir memikirkan dampak pengobatan.²⁰

Kecemasan juga dapat muncul (selain gangguan penyesuaian diri dengan suasana hati yang cemas) lebih sering karena fobia yang disebabkan oleh beberapa aspek perawatan medis, kepanikan, dan gangguan kecemasan umum. Fobia, seperti halnya klaustrofobia, dapat mempersulit tindakan medis dan bahkan mengakibatkan penolakan terhadap intervensi medis yang dibutuhkan. Pasien-pasien ini memiliki pemahaman bahwa ketakutan mereka tidak realistis, dan sesuai dengan intervensi psikofarmakologis atau perilaku untuk membantu mereka mengatasi kesulitan mereka.

Gangguan panik, serangan tiba-tiba dari ketidaknyamanan dan ketakutan yang berlebihan dengan gejala fisik seperti sesak napas dan jantung berdebar mungkin sulit dibedakan dengan gangguan somatik, riwayat gangguan panik yang sudah ada sebelumnya biasanya diketahui oleh keluarga atau pasien itu sendiri dan membantu diagnosis gangguan ini. Gangguan kecemasan umum dapat muncul pada pasien yang sudah mengalami masalah kecemasan atau merupakan konsekuensi dari ketakutan yang terpendam dari hasil diagnosis kanker. Gangguan kecemasan umum didefinisikan sebagai kecemasan yang tidak realistis atau berlebihan sehubungan dengan peristiwa kehidupan dan memiliki durasi lebih dari 6 bulan.

Komunikasi sangat penting baik perawat dan pasien. Khususnya bagi pasien yang akan menjalani proses kemoterapi. Sebagian besar pasien yang menjalani kemoterapi mengalami kecemasan. Pasien sangat memerlukan pelayanan keperawatan yang baik. Komunikasi timbal balik yang baik akan menentukan tahap kemoterapi selanjutnya. Pasien yang cemas terhadap kemoterapi kemungkinan besar mengalami efek yang tidak menyenangkan dan berbahaya bagi pasien.

Kemudian dalam penelitiannya²¹ menyimpulkan bahwa sebesar 10% kecemasan mempengaruhi pada pasien kanker. Selain itu, dalam penelitian²² menyatakan bahwa pasien yang mengalami kecemasan sangat tinggi berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Selanjutnya menurut²³ faktor kecemasan pada kemoterapi yaitu faktor intrinsik seperti usia pasien, pengalaman pasien menjalani pengobatan, sedangkan faktor ekstrinsik yaitu seperti kondisi medis (diagnosis

¹⁹ Siti Rahmiati Pratiwi, Efri Widiyanti, and Tetti Solehati, "Gambaran Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara Dalam Menjalani Kemoterapi," *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 3, no. 2 (2017): 167, <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>.

²⁰ Fratiwi Oetami, Ida Leida Thaha, and Wahiduddin, "Analisis Dampak Psikologis Pengobatan Kanker Payudara Di RS Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar," *Hasanuddin University*, 2014, 1-16.

²¹ Alexandra Pitman et al., "Depression and Anxiety In Patients With Cancer," *BMJ Journals* 361, no. April (2018): 1-6, <https://doi.org/10.1136/bmj.k1415>.

²² Konstantinos Tsaras et al., "Assessment of Depression and Anxiety in Breast Cancer Patients: Prevalence and Associated Factors," *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention* 19, no. 6 (2018): 1661-69, <https://doi.org/10.22034/APJCP.2018.19.6.1661>.

²³ Dany Agustianto, "Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi," *Naskah Publikasi*, 2022.

penyakit), tingkat pendidikan, akses informasi, proses adaptasi, tingkat sosial ekonomi, dan jenis tindakan kemoterapi.

Selain itu, didalam penelitian²⁴ bahwa terdapat hubungan negatif yang artinya jika tingkat adaptasinya buruk maka tingkat kecemasannya tinggi. Pasien dengan tingkat adaptasi yang buruk maka setengah persen dari jumlah pasien mengalami kecemasan berat. Dikarenakan adaptasi seseorang sangat penting untuk mempersiapkan kondisi fisik dan psikologisnya selama pasien menjalani tindakan pengobatan. Begitu juga dengan faktor usia, dan pendidikan pasien dimana pada masing-masing faktor menyumbang pengaruh sebesar 35% pada faktor usia, 32% pada faktor tingkat pendidikan, dan tingkat adaptasi sebesar 46% terhadap kecenderungan menurunnya kecemasan pasien dalam menjalani kemoterapi. Selain itu, dalam penelitiannya²⁵ terdapat hubungan antara usia, tingkat pendidikan, akses informasi, komunikasi terapeutik dengan tingkat kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi.

Secara etimologis kata bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris yaitu kata "Guidance" berasal dari kata kerja "to guidance" yang mempunyai arti menunjukkan, membimbing, menuntun, ataupun membantu, sesuai dengan istilahnya, maka secara umum dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan. Selain itu kata "Guidance" dengan arti pertolongan, sedangkan kata rohani dari kata bahasa Arab نَاحِرٌ yang mempunyai arti "jiwa". Berdasarkan definisi tersebut, bimbingan berarti bantuan, tuntunan atau mendampingi; tetapi tidak semua bantuan, tuntunan atau pendampingan berarti konteksnya bimbingan.²⁶

Adapun menurut Bimo Walgito berpandangan bahwasannya suatu bimbingan merupakan bantuan, pertolongan yang diberikan kepada seseorang atau sekelompok orang untuk menghindari maupun mengatasi kesulitan yang dihadapinya Dengan harapan, hal ini dapat memperbaiki kesejahteraan hidup mereka.²⁷

Selain definisi bimbingan secara umum yang sudah dikemukakan. Maka, munculah definisi bimbingan dengan menggunakan sudut pandang Islam. Di mana, salah satu tokoh yang mengemukakannya yaitu, Tohari Musnamar. Beliau mengartikan bahwa Bimbingan Islam menurut Musnamar²⁸ adalah: "Pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan diakhirat'.

²⁴ Umi Lutfia and Arina Maliya, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Dalam Tindakan Kemoterapi Di Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta," *Berita Ilmu Keperawatan* 1, no. 4 (2008): 113-29.

²⁵ Septiana Liling, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di RS Stella Maris Makassar" (STIK Stella Maris Makassar, 2017).

²⁶ Henni Syafriana Nasution and Abdillah, *Bimbingan Dan Konseling. Konsep, Teori, Dan Aplikasinya*, ed. Rahmat Hidayat (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia, 2019).

²⁷ Deva Awaludin, "Materi Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit (Studi Terhadap Pandangan Pembina Rohani Di Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung)," *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin* 2, no. 3 (2022): 687-706, <https://doi.org/10.15575/jpiu.v2i3.17018>.

²⁸ Tuti Alawiyah, "Metode Pelayanan Bimbingan Rohani Islam Rumah Sakit Bagi PPL Mahasiswa Jurusan BKI (Bimbingan Konseling Islam)," *ORASI: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 7, no. 2 (2016).

Sedangkan menurut Arifin²⁹ bimbingan dan perawatan rohani Islam adalah proses pemberian bantuan, pemeliharaan, pengembangan dan pengobatan spritual dari segala macam penyakit dan gangguan yang mengotori kesucian fitrah rohani manusia agar selamat sejahtera dunia akhirat didasarkan kepada tuntunan Al-Qur'an, Al-Sunnah dan hasil ijtihad melalui metodologi penalaran dan pengembangan secara: istinbathiy (deduktif), istiqro'iy (induktif/riset), iqtibasiy (meminjam kajian) dan iraniy (laduni/hudhuri).

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diketahui bahwa Bimbingan Rohani Islam adalah proses pendampingan yang bertujuan untuk membantu individu hidup sesuai dengan kehendak Allah SWT, mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat, serta menjaga kesucian fitrah rohani mereka. Proses ini menggunakan berbagai metode yang didasarkan pada Al-Qur'an, Al-Sunnah, dan ijtihad (penalaran dan usaha intelektual dalam Islam).

Rumah sakit sebagai Lembaga Kesehatan, mengemban misi Kesehatan yang utuh bagi pasiennya, merupakan aspek yang mendorong pentingnya kehadiran konselor di rumah sakit. Pada saat sekarang di rumah sakit telah muncul kesadaran baru bahwa Kesehatan secara utuh pada diri pasien adalah penting. Mengingat sukses atau tidaknya pengobatan dan perawatan pasien secara fisik dipengaruhi oleh kondisi psikis (mental), sosial, ekonomi, dan relegius.hal ini sejalan dengan konsep sehat yang dirancang oleh WHO tahun 1984, yaitu sehat fisik, psikis, sosial dan spiritual (bio-psiko-sosio, dan spiritual).

Seluruh umat Islam percaya bahwa Al-Qur'an dan Hadits memberikan panduan bagi umat Islam untuk melakukan semua pekerjaan mereka sepanjang hidup mereka, bahkan urusan yang bersifat privasi, Al-Qur'an juga memberikan pedoman untuk diikuti oleh umat Islam dengan tanpa paksaan agar hidupnya bahagia di dunia dan di akhirat.³⁰

Secara umum Al-Qur'an dan Hadits menjadi landasan bagi Bimbingan Rohani Islam. Namun, rohaniawan dapat mengembangkan metode bimbingan sesuai dengan situasi dan kondisi psikologis pasien. Landasan pelaksanaan bimbingan kerohanian Islam oleh seorang pembimbing rohani kepada pasien di rumah sakit didasarkan pada Al-Qur'an sebagai firman Allah SWT yang tidak dapat disangkal. Banyak orang menggunakannya sebagai bentuk terapi penyembuhan dengan menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an.³¹

Penerapan Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit bertujuan untuk mendukung proses kesembuhan pasien dengan melibatkan petugas rohani. Mereka memberikan bimbingan kepada pasien, keluarga, dan seluruh staf rumah sakit dengan tujuan untuk meringankan penderitaan secara kejiwaan melalui pengajaran dan keimanan dalam ajaran agama Islam.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan atau kegiatan bimbingan rohani pasien

²⁹ Isep Zaenal Arifin, "Bimbingan Dan Perawatan Rohani Islam Di Rumah Sakit," *Bandung: Fokusmedia*, 2017.

³⁰ Hidayati, "Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit."

³¹ Dika Sahputra, "Buku Ajar Bimbingan Kerohanian Islam Di Rumah Sakit," *Medan: UIN Sumatera Utara*, 2020.

rawat inap adalah sebagai berikut:³²

Tahap Pra Pelayanan Bimbingan Rohani Islam

Petugas ruang rawat inap menyiapkan formulir permintaan bimbingan yang telah diisi oleh pasien dan keluarga pasien. Jika ada permintaan bimbingan rohani dari pihak rumah sakit, petugas rawat inap akan menghubungi rohaniawan yang ditunjuk oleh rumah sakit dan menentukan jadwal bimbingan yang tepat. Jika bimbingan rohani dilakukan oleh rohaniawan yang didatangkan oleh keluarga pasien, petugas rawat inap akan menentukan jadwal bimbingan sesuai waktu yang disepakati.

Tahap Proses Pelayanan Bimbingan Rohani Islam

1. Perkenalkan diri secara khusus kepada pasien,
2. Lakukan wawancara singkat tentang penyakit dan harapan pasien dengan bersahabat dan penuh empati,
3. Tidak larut dalam kesedihan pasien,
4. Berikan sentuhan-sentuhan tangan terhadap pasien sebagai rasa empati,
5. Berikan pengertian untuk tetap sabar dalam menghadapi cobaan,
6. Anjurkan untuk tetap melakukan ibadah sesuai agama pasien sekemampuan pasien,
7. Berikan doa-doa

Integrasi SEFT dalam Bimbingan Rohani Islam

Menggabungkan Teknik SEFT dengan pendekatan bimbingan rohani islam untuk pertamakalinya dalam konteks perawatan pasien kemoterapi. Hal ini menciptakan intervensi holistik yang mencakup aspek emosional, fisik dan spiritual yang belum banyak dieksplorasi dalam penelitian sebelumnya.

Gunakan Pendekatan Holistik Multidimensional

Penelitian ini bisa menunjukkan bahwa pendekatan multidimensional (emosional, spiritual, fisik) lebih efektif dalam mengurangi kecemasan pada pasien kemoterapi dibandingkan dengan pendekatan tunggal. Ini memberikan bukti bahwa kombinasi SEFT dalam bimbingan rohani islam dapat memberikan hasil yang lebih baik.

Manfaat SEFT dalam Konteks Perubahan Fisik Akibat Perubahan Kemoterapi

Menunjukkan bahwa SEFT tidak hanya membantu dan mengelola kecemasan tetapi juga memberikan dukungan emosional yang signifikan bagi pasien yang mengalami perubahan fisik akibat kemoterapi seperti rambut rontok, badan mengecil, alisnya hilang dsb. Ini bisa menyoroti manfaat SEFT dalam membantu pasien menghadapi perubahan penampilan fisik mereka.

³² Alawiyah, "Metode Pelayanan Bimbingan Rohani Islam Rumah Sakit Bagi PPL Mahasiswa Jurusan BKI (Bimbingan Konseling Islam)."

Pengembangan Protokol Terapi Baru

Penelitian ini mungkin mengarah pada pengembangan protokol terapi baru yang mengintegrasikan SEFT dan Bimbingan rohani islam, yang bisa diteparkan di rumah sakit atau klinik onkologi untuk mendukung pasien kemoterapi. Ini juga bisa menjadi model perawatan yang dapat direplikasi diberbagai tempat. Dengan adanya temuan kebaruan ini, peneliti berharap dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam bimbingan Kesehatan mental dan pengobatan holistik serta memberikan dasar untuk intervensi yang lebih efektif dan komperhensif bagi pasien kemoterapi.

Kondisi Kecemasan Pasien Kemoterapi

Berdasarkan analisis kondisi kecemasan pada pasien-pasien yang menjalani kemoterapi, dapat disimpulkan bahwa setiap individu mengalami tingkat kecemasan yang berbeda-beda, kondisi kecemasan pasien kemoterapi berada dalam empat tingkatan yaitu kecemasan ringan, sedang, berat dan panik.

1. Kecemasan Ringan

Kondisi kecemasan pasien kemoterapi ringan jenis kecemasannya terfokus pada proses kemoterapi, efek samping, serta kekhawatiran terhadap anak-anaknya yang masih kecil.

2. Kecemasan Sedang.

Kondisi kecemasan pasien kemoterapi sedang kecemasannya dipicu oleh perasaan tidak berdaya terhadap anak-anaknya, terkait dengan masalah finansial keluarga dan kondisi kesehatannya yang menyebabkan pendarahan terus-menerus, adanya perubahan fisik yang signifikan akibat kemoterapi, seperti rambut rontok dan perasaan bersalah terhadap keluarganya, nyeri fisik yang intens dan ketidaknyamanan selama proses kemoterapi.

3. Kecemasan Berat.

Kondisi kecemasan pasien kemoterapi berat dipengaruhi oleh diagnosis penyakit yang sulit disembuhkan, jumlah sesi kemoterapi yang intensif, takut kematian dan kekhawatiran besar terhadap nasib anak-anaknya jika ia tidak mampu bertahan.

4. Kecemasan Panik.

Kecemasannya terfokus pada rasa sakit yang parah, kekhawatiran akan anaknya yang tersisa, serta ketakutan akan kematian yang mengakibatkan bloking mental hingga tidak bisa diajak komunikasi. Selain tingkat kecemasan diatas faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien kemoterapi seperti kondisi Kesehatan pribadi, dukungan sosial dan persepsi terhadap pengobatan.

Proses SEFT dalam Bimbingan Rohani Islam untuk Kecemasan Pasien Kemoterapi

Proses Seft dalam bimbingan rohani islam terdiri tujuh tahap yaitu

1. Perkenalan diri secara khusus kepada pasien
2. Wawancara singkat tentang penyakit dan harapan pasien dengan bersahabat dan penuh empati
3. Tidak larut dalam kesedihan pasien
4. Memberikan sentuhan-sentuhan tangan terhadap pasien sebagai rasa empati
5. Memberikan pengertian untuk tetap sabar dalam menghadapi cobaan

6. Menganjurkan pasien untuk tetap melakukan ibadah sesuai agama pasien dan sekemampuan pasien.
7. Memberikan doa-doa dengan suara lambat.

Dalam proses tersebut melibatkan unsur-unsur sebagai berikut :

1. Konselor: Pembimbing rohani telah memenuhi kualifikasi yang dibutuhkan di rumah sakit, termasuk memiliki sertifikasi SEFT dan izin dari direktur rumah sakit untuk melakukan bimbingan rohani menggunakan SEFT.
2. Konseli: Konseli dari penelitian ini adalah pasien-pasien yang sedang menjalani kemoterapi yang mengalami kecemasan. Penelitian ini melibatkan delapan pasien, terdiri dari tujuh perempuan dan satu laki-laki, baik yang baru pertama kali menjalani kemoterapi maupun yang sudah beberapa kali.
3. Metode: menggunakan konseling individu metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan tanya jawab untuk penyampaian materi keimanan dalam bimbingan rohani islam dan tekniknya SEFT dimulai dengan tahap Set-Up, Tune-In, dan Tapping, di mana pasien mengucapkan doa-doa pasrah dan melakukan tapping pada titik-titik energi tubuh untuk mengatasi kecemasan dengan
4. Materi: Materi bimbingan rohani yang diberikan sebelum pelaksanaan SEFT meliputi penguatan keimanan kepada Allah. Ini dilakukan melalui penyampaian materi keimanan, penyampaian ayat-ayat al-Qur'an yang memotivasi pasien untuk bersyukur, bersabar, kesiapan menerima takdir dan yakin bahwa ujian yang mereka hadapi adalah bagian dari kasih sayang Allah.
5. Media: Media yang digunakan adalah alat tulis untuk mencatat, al-Qur'an sebagai referensi spiritual, rekaman, dan kamera.
6. Evaluasi: Evaluasi dilakukan sebelum dan setelah terapi SEFT. Sebelumnya, evaluasi dilakukan terhadap tingkat kecemasan pasien dan keyakinan mereka setelah bimbingan keimanan. Setelah terapi SEFT, evaluasi dilakukan dengan mewawancarai pasien untuk mengukur perubahan yang terjadi setelah intervensi.

Dengan pendekatan ini, integrasi SEFT dalam bimbingan rohani Islam di rumah sakit bertujuan untuk memperkuat dimensi spiritual pasien dalam menghadapi tantangan medis yang mereka hadapi, dengan harapan dapat memberikan dukungan holistik yang melampaui aspek medis semata.

Hasil Teknik SEFT dalam Mengurangi Kecemasan Pasien Kemoterapi

Hasil Teknik SEFT dalam mengurangi kecemasan pasien kemoterapi terlihat dari berkurangnya empat jenis kecemasan mulai kecemasan ringan berkurang menjadi tidak ada kecemasan, kecemasan sedang menjadi ringan, kecemasan berat menjadi sedang, dan kecemasan panik menjadi sedang.

Berdasarkan hasil yang dicatat dari berbagai pasien yang menjalani terapi ini, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan kecemasan pasien kemoterapi berkurang pasien mengalami perbaikan dalam kondisi emosional dan kecemasan setelah aplikasi SEFT.

Secara khusus, setiap pasien menunjukkan penurunan tingkat kecemasan dan peningkatan rasa tenang serta keikhlasan setelah terapi SEFT. Mereka

menggambarkan perasaan lebih rileks, pasrah kepada Allah, dan kemampuan untuk menghadapi situasi dengan lebih tenang. Beberapa pasien juga menyatakan bahwa mereka merasa lebih mampu menghadapi ujian yang mereka alami, serta lebih yakin akan dukungan dan rencana yang Allah berikan untuk mereka.

Terdapat variasi dalam respons pasien terhadap terapi ini. Beberapa pasien menunjukkan hasil yang lebih mendalam dalam pengurangan kecemasan, sementara yang lain masih mengalami sedikit kekhawatiran yang tersisa meskipun secara umum merasa lebih baik setelah terapi.

Dengan demikian, Teknik SEFT menunjukkan potensi sebagai pendekatan yang bermanfaat dalam meredakan kecemasan pasien kemoterapi dengan fokus pada penguatan keimanan dan rasa pasrah kepada Tuhan.

Program SEFT dalam Bimbingan Rohani Islam Untuk Mengurangi Pasien Kemoterapi di RSUD Al Ihsan

Program SEFT dalam Bimbingan Rohani Islam untuk mengurangi pasien kemoterapi:

1. Harus ada integrasi SEFT dalam bimbingan rohani islam
2. Gunakan pendekatan holistik multidimensional
3. SEFT harus dilibatkan dalam mengurangi kecemasan karena SEFT memberikan dukungan emosional yang signifikan bagi pasien kemoterapi.
4. Sebagai pengembangan protokol terapi baru

Sehingga ketika bimbingan rohani untuk mengurangi kecemasan pasien kemoterapi tanpa SEFT maka tidak maksimal begitupun SEFT tanpa bimbingan rohani maka tidak akan berjalan dengan baik.

KESIMPULAN

Program dirancang untuk memberikan dukungan holistik kepada pasien kemoterapi, menggabungkan Teknik SEFT dengan nilai-nilai spiritual Islam. Dukungan yang konsisten, diharapkan pasien dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan emosional serta spiritual mereka. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan yang melibatkan sampel yang lebih luas dan beragam, serta variasi dalam konteks klinis, untuk memvalidasi efektivitas SEFT dalam mengelola kecemasan pada pasien kanker, menggunakan teknik *Focus Group Discussion* (FGD) untuk mendapatkan wawasan yang lebih dalam dari pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan tentang pengalaman mereka terkait kecemasan selama kemoterapi, mengevaluasi implementasi SEFT di berbagai pengaturan klinis untuk menentukan faktor-faktor yang mendukung atau menghambat keberhasilan intervensi ini. Serta untuk pembaca diharapkan menjadi khazanah keilmuan dan menyadari pentingnya kesehatan mental dalam pengobatan kanker, baik bagi pasien maupun keluarga mereka. Memahami bahwa kecemasan adalah reaksi alami yang perlu dikelola dengan baik selama proses pengobatan, mengenali SEFT sebagai salah satu teknik yang dapat membantu mengurangi kecemasan.

REFERENSI

- Agustianto, Dany. "Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi." *Naskah Publikasi*, 2022.
- Alawiyah, Tuti. "Metode Pelayanan Bimbingan Rohani Islam Rumah Sakit Bagi PPL Mahasiswa Jurusan BKI (Bimbingan Konseling Islam)." *ORASI: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 7, no. 2 (2016).
- Arifin, Isep Zaenal. "Bimbingan Dan Perawatan Rohani Islam Di Rumah Sakit." *Bandung: Fokusmedia*, 2017.
- . *Bimbingan Dan Perawatan Rohani Islam Di Rumah Sakit*. Bandung: CV. Mimbar Pustaka, 2022.
- Awaludin, Deva. "Materi Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit (Studi Terhadap Pandangan Pembina Rohani Di Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung)." *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin* 2, no. 3 (2022): 687–706. <https://doi.org/10.15575/jpiu.v2i3.17018>.
- Bhandari, Smitha. "Anxiety and Cancer Patients." WebMD. New York, 2023.
- Farmawati, Cintami. "Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) as A Sufistic Therapy Method." *Madaniyah* 8, no. 1 (n.d.): 75–94.
- Hafsah, Listyana. "Gambaran Tignkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu." *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)* 5, no. 1 (2022): 21–28. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22338>.
- Hardhiyani, Rizky. "Hubungan Komunikasi Therapeutic Perawat Dengan Motivasi Sembuh Pada Pasien Rawat Inap." *Developmental and Clinical Psychology* 2, no. 2 (2013).
- Hidayati, Nurul. "Metode Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit." *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5, no. 2 (2014): 207–22.
- Hospitals, Tim Medis Siloam. "Kemoterapi, Prosedur Pengobatan Pada Pasien Kanker." *Siloamhospital.com*. Tangerang, 2023.
- Kusnawan, Aep. "Peran PABKI Dalam Menjawab Berbagai Persoalan Kehidupan," 2017.
- Liling, Septiana. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di RS Stella Maris Makassar." *STIK Stella Maris Makassar*, 2017.
- Lutfu, Umi, and Arina Maliya. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Dalam Tindakan Kmoterapi Di Rumah Sakit Dr.Moewardi Surakarta." *Berita Ilmu Keperawatan* 1, no. 4 (2008): 113–29.
- Moleong.J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja. Rosdakarya, 2006.
- Nasution, Henni Syafriana, and Abdillah. *Bimbingan Dan Konseling. Konsep,Teori,Dan Aplikasinya*. Edited by Rahmat hidayat. Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia, 2019.
- Nevid, Jeffrey S., Spencer A. Rathus, and Beverly Greene. *Psikologi Abnormal*. 5th ed. Jakarta: Erlangga, 2005.
- Nuroh, Siti. "PENGARUH TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) UNTUK MENGATASI THANATOPHOBIA PADA LANSIA [THE EFFECT OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) THERAPY FOR OVERCOMING THANATOPHOBIA IN

- THE ELDERLY].” *Acta Islamica Counsnesia: Counselling Research and Applications* 2, no. 1 (2022).
- Oetami, Fratiwi, Ida Leida Thaha, and Wahiduddin. “Analisis Dampak Psikologis Pengobatan Kanker Payudara Di RS Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar.” *Hasanuddin University*, 2014, 1–16.
- Pitman, Alexandra, Sahil Suleman, Nicholas Hyde, and Andrew Hodgkiss. “Depression and Anxiety In Patients With Cancer.” *BMJ Journals* 361, no. April (2018): 1–6. <https://doi.org/10.1136/bmj.k1415>.
- Pratiwi, Siti Rahmiati, Efri Widiyanti, and Tetti Solehati. “Gambaran Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara Dalam Menjalani Kemoterapi.” *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 3, no. 2 (2017): 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>.
- Revai, Alwan. “Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Kecemasan, Saturasi Oksigen Dan Kualitas Tidur Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK).” *Universitas Sriwijaya*, 2018, 10–153.
- Rofacky, Hendri Fajri, and Faridah Aini. “Pengaruh Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi.” *Jurnal Keperawatan Soedirman* 9, no. 1 (2015): 41–52.
- Sahputra, Dika. “Buku Ajar Bimbingan Kerohanian Islam Di Rumah Sakit.” *Medan: UIN Sumatera Utara*, 2020.
- Setyani, Fransisca Anjar Rina, and Cindy Daniela Milliani. “Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Yang Mendapatkan Kemoterapi.” *Carolus Journal of Nursing* 2, no. 2 (2020): 170–76.
- Stuart, Gail W. “Buku Saku Keperawatan Jiwa.” Egc, 2006.
- Styana, Zalussy Debby, Yuli Nurkhasanah, and Ema Hidayanti. “Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih.” *Jurnal Ilmu Dakwah* 36, no. 1 (2017): 45–69.
- Tsaras, Konstantinos, Ioanna V. Papatou, Dimitra Mitsi, Aikaterini Veneti, Martha Kelesi, Sofia Zyga, and Evangelos C. Fradelos. “Assessment of Depression and Anxiety in Breast Cancer Patients: Prevalence and Associated Factors.” *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention* 19, no. 6 (2018): 1661–69. <https://doi.org/10.22034/APJCP.2018.19.6.1661>.
- Zainuddin, Ahmad Faiz. *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*. Jakarta: PT. ARGA Publishing, 2020.
- Zani, Andri Yan Prima, and Weni Widya Shari. “Eft, Terapi Doa, Dan Seft Untuk Mengurangi Tingkat Stres, Kecemasan Dan Depresi: Literatur Review.” *Jurnal Ners* 8, no. 2 (2024): 1241–51.