

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Semua negara di dunia kini tengah mengalami kondisi yang sulit. Seluruh aspek kehidupan, mulai ekonomi, sosial, politik, budaya, berjalan terhambat tidak seperti sebelumnya. Hal ini merupakan dampak dari merebaknya wabah corona virus dengan kode nama COVID-19. Wabah virus ini bermula muncul di Wuhan Cina, selanjutnya menyebar dengan cepat sampai ke negara lainya. Indonesia tidak luput dari sebaran wabah virus ini. Kasus pertama orang yang terjangkit virus COVID-19 pada tanggal 03 Maret 2019 diumumkan langsung oleh presiden Joko Widodo.

Pemerintah menetapkan Wabah Corona Virus atau COVID-19 sebagai Bencana Nasional pada Sabtu, 14 Maret 2020. Dalam undang-undang bencana nomor 24/2007 menyatakan terdapat tiga jenis bencana yaitu; bencana alam, bencana non alam dan bencana sosial. Corona Virus termasuk kedalam bencana non alam. Saat ini Indonesia dalam posisi tanggap darurat bencana non alam Wabah COVID-19. Presiden juga membentuk Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, gugus tugas tersebut dalam rangka mengkoordinasikan kapasitas pusat dan daerah.

Tertuang dalam Surat Edaran Gubernur Jawa Timur Nomor 420/1780/101.1/2020 perihal peningkatan kewaspadaan terhadap Corona Virus Disease untuk menerapkan protocol kesehatan yang dianjurkan. Pemerintah Provinsi Jawa Timur juga telah mengeluarkan keputusan untuk mengantisipasi penyebaran Virus Corona. Salah satunya memutuskan kegiatan belajar mengajar semua jenjang dan jenis pendidikan di Jawa Timur libur mulai Tanggal 16-29 Maret 2020, Meskipun untuk peserta didik yang menajalani ujian tetap sesuai jadwal dengan pengawasan khusus. Disisi lain Gubernur Jawa Timur juga menghimbau seluruh satuan pendidikan berkoordinasi dengan Dinas Kesehatan, rumah sakit, atau puskesmas setempat untuk memastikan ketersediaan sarana dan prasarana serta tindak lanjut dalam menghadapi COVID-19.

Langkah menghadapi Virus Corona juga dilakukan lebih awal oleh Pemerintah Kota Surabaya. Salah satu kebijakan adalah meniadakan sementara kegiatan hari bebas kendaraan bermotor atau *Car Free Day* (CFD) yang digelar setiap Minggu pagi di beberapa titik Kota Surabaya guna meminimalkan dari kerumunan massa. Berikutnya Pemkot Surabaya juga meliburkan anak sekolah hingga sepekan. Langkah ini diterima masyarakat dengan berbagai respon. Hal

ini dikaitkan pula dengan dinas terkait khususnya Dinas Kesehatan Kota Surabaya.

Dinas Kesehatan Kota Surabaya memberikan himbauan kepada masyarakat untuk tidak panik, namun tetap melakukan langkah pencegahan penularan wabah ini. Langkah pencegahan ini dimulai dari diri sendiri dengan melakukan pola hidup bersih dan sehat. Makan makanan yang sehat dan bergizi, pola istirahat yang sesuai dan budaya hidup bersih digalakkan kembali. Menggalakkan budaya cuci tangan menggunakan air dan sabun dan mengurangi interaksi sosial. Dengan menerapkan pola kehidupan seperti itu diharapkan imun tubuh menjadi baik serta resiko penularan bisa diperkecil.

Disisi lain Dinas kesehatan kota Surabaya juga menginstruksikan kepada seluruh Puskesmas di Kota Surabaya untuk membuka layanan khusus, yakni layanan informasi corona. Layanan ini memberikan informasi kepada masyarakat terkait wabah corona, mulai mengenali corona, gejala-gejala yang tampak, sistem penularan, alur pemeriksaan dan lain sebagainya. Hal ini dirasa penting melihat berita serta isu-isu corona yang merebak di masyarakat simpang siur dan banyak juga ditemui berita hoax, ini berpotensi menjadi kecemasan bahkan dikhawatirkan terjadi kegaduhan di masyarakat (Antara, 2020).

Penetapan Wabah Corona Virus atau COVID-19 sebagai Bencana Nasional oleh pemerintah ternyata secara langsung direspon oleh masyarakat. Sehari setelah penetapan, senin 16 Maret 2020 masyarakat memadati puskesmas. Sebagiian besar masyarakat bertanya terkait corona. Banyak yang memerikasakan diri dengan keluhan gejala yang mirip dengan gejala corona. Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) juga menyampaikan terkait dengan status darurat yang ditetapkan oleh BNPB ini, bahwa mengajak masyarakat bersama-sama dapat melakukan pencegahan penyebaran virus Corona (COVID-19) ini dengan melakukan *social distancing*. Menjaga jarak sosial (*social distancing measure*) adalah salah satu bentuk pencegahan nonfarmasi untuk memutus mata rantai penyebaran COVID-19. Hal tersebut merupakan instruksi dari Presiden Joko Widodo (BNPB, 2020).

Realisasi dari instruksi tersebut, Kapolri Telah mengeluarkan maklumat dengan nomor Mak/2/III/2020 tentang kepatuhan terhadap kebijakan pemerintah dalam penanganan penyebaran Virus Corona (COVID-19) yang dikeluarkan pada kamis, 19 Maret 2020. Terdapat 6 poin maklumat tersebut, yaitu (1) Tidak mengadakan kegiatan sosial kemasyarakatan yang menyebabkan berkumpulnya massa dalam jumlah banyak, baik ditempat umum maupun di lingkungan sendiri, yaitu: a. Pertemuan sosial, budaya, keagamaan dan aliran kepercayaan dalam bentuk seminar, lokakarya, dan kegiatan lainnya yang sejenis; b. Kegiatan konser

musik, pekan raya, festival, bazar, pasar malam, pameran dan resepsi keluarga; c. Kegiatan olah raga, kesenian dan jasa hiburan; d. Unjuk rasa, pawai dan karnaval; e. kegiatan lainnya yang sifatnya berkumpulnya massa. (2) Tetap tenang dan tidak panik serta lebih meningkatkan kewaspadaan di lingkungan masing-masing dengan selalu mengikuti informasi dan himbauan resmi yang dikeluarkan oleh pemerintah. (3) Apabila dalam keadaan mendesak dan tidak dapat dihindari, kegiatan yang melibatkan banyak orang dilaksanakan dengan tetap menjaga jarak dan wajib mengikuti prosedur pemerintah terkait pencegahan penyebaran COVID-19. (4) Tidak melakukan pembelian dan/atau menimbun kebutuhan bahan pokok maupun kebutuhan masyarakat lainnya secara berlebihan. (5) Tidak terpengaruh dan menyebarkan berita-berita dengan sumber tidak jelas yang dapat menimbulkan keresahan di tengah masyarakat. (6) Apabila ada informasi yang tidak jelas sumbernya dapat menghubungi kepolisian setempat (Humas Polri, 2020).

Maklumat tersebut bersifat imbauan kepada seluruh lapisan masyarakat, sehingga masyarakat diharapkan mematuhi kebijakan tersebut. Disisi lain, resiko tertinggi penularan COVID-19 adalah melalui kotak tubuh, sehingga bentuk *social distancing* yang paling sederhana adalah dengan meminimalkan kontak langsung antar manusia dan menjaga jarak tertentu. Bentuk *social distancing* yang dapat dilakukan seperti tidak mendatangi tempat-tempat pusat keramaian dan menghindari pertemuan publik yang mendatangkan banyak orang. Bentuk *social distancing* yang diatur oleh pemerintah, misalnya penangguhan event-event besar dan menutup ruang-ruang publik dalam beberapa hari yang ditentukan.

Menyesuaikan dengan himbauan pemerintah untuk menjalankan *social distancing* maka sebagian besar perkantoran pemerintahan maupun swasta, akademisi maupun perusahaan menyesuaikan keadaan ini dengan mengandalkan media virtual atau digital. Aktifitas pekerjaan sehari-hari tetap berlangsung secara online melalui *videoconference* atau aplikasi online lain seperti WhatsApp, Fitur Gmail, dan e-learning. *Videoconference* merupakan seperangkat teknologi telekomunikasi interaktif yang memungkinkan dua pihak atau lebih di lokasi berbeda dapat berinteraksi melalui pengiriman dua arah audio dan video secara bersamaan (Wikipedia, 2020). Metode tersebut diharapkan dapat menggantikan pertemuan yang sebelumnya memerlukan kehadiran secara fisik.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, pada masa darurat Bencana Nasional wabah COVID-19 terjadi peningkatan jumlah kunjungan masyarakat ke puskesmas sebesar 39%. Kedatangan masyarakat ke puskesmas untuk memeriksakan dirinya terpapar virus COVID-19 atau tidak, dan sebagian yang

lain ingin mendapatkan informasi terkait virus COVID-19. Antusiasme ini juga memberikan dampak kepada petugas kesehatan. Petugas kesehatan yang berada di puskesmas dimungkinkan mengalami kecemasan. Petugas kesehatan yang ada di Puskesmas merupakan bagian dari garda depan yang berhadapan langsung dengan masyarakat. Masyarakat hari ini belum cukup memiliki pengetahuan dan kesadaran yang merata akan menghadapi wabah virus corona ini. Sehingga masyarakat yang datang ke Puskesmas belum melaksanakan anjuran pencegahan penyebaran virus COVID-19, seperti harus mengenakan masker, mencuci tangan sebelum memasuki Puskesmas, dan menjaga jarak. Ini membuat petugas kesehatan merasa mempunyai tingkat resiko tinggi cenderung sehingga membuat cemas.

Seorang peneliti dari departemen psikiatri di First Affiliated Hospital of Zhejiang University School of Medicine di Hangzhou, China, menulis studi mengenai status kesehatan mental tenaga kesehatan yang merawat pasien COVID-19. Dilansir Medical News Today, responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 1.257 petugas kesehatan di 34 rumah sakit di wilayah China. Itu adalah data yang diambil dari 29 Januari 2020 hingga 3 Februari 2020. Hasilnya, secara keseluruhan penelitian ini menemukan Sebanyak 50,4% responden memiliki gejala depresi, 44,6% memiliki gejala kecemasan, 34,0% melaporkan gejala insomnia, dan 71,5% melaporkan perasaan tertekan (Chozanah, 2020). Gambaran kondisi masyarakat Indonesia secara umum dalam menghadapi wabah ini tergambar dari survei secara online yang dilakukan oleh Iskandarsyah,dkk (2020) mengenai Informasi COVID-19 tentang Perilaku Sehat dan Kondisi Psikologis di Indonesia dengan responden 3.686 orang menghasilkan gambaran keadaan masyarakat saat ini. Hasil survei menunjukkan mayoritas responden menilai bahwa COVID-19 adalah hal yang berbahaya (87%), merasa cemas dengan penyebaran COVID-19 di Indonesia (73%), dan sebanyak (23%) menunjukkan kondisi psikologis tidak bahagia/tertekan pada situasi pandemic COVID-19 ini. Data tersebut menjadi proyeksi yang berpeluang terjadi keterpurukan kondisi mental tenaga kesehatan di Indonesia secara umum dan khususnya di puskesmas Bulak Banteng.

Dalam konteks kehidupan yang normal, kecemasan itu sendiri merupakan perwujudan dari berbagai emosi yang terjadi karena seseorang mengalami tekanan perasaan dan tekanan batin. Kondisi tersebut membutuhkan penyelesaian yang tepat sehingga individu akan merasa aman dan lebih tenang. Namun, pada kenyataannya tidak semua kecemasan dapat diselesaikan dengan baik oleh individu yang mengalaminya, bahkan ada yang merasa baik-baik saja namun sebenarnya nampak khawatir sehingga terkesan mengidahkan perasaan tersebut.

Situasi ini dapat menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dalam bentuk perasaan gelisah, takut maupun khawatir. Kecemasan timbul karena adanya sesuatu yang tidak jelas atau tidak diketahui sehingga muncul perasaan yang tidak tenang, rasa khawatir, atau ketakutan. (Zainuddin,2009).

Anxietas merupakan gangguan kecemasan dimana penderitanya terus merasakan cemas berlebihan yang dapat mengganggu kesehariannya. Menurut Psikiater RSCM Jakarta dr Gina Anindyajati, rasa khawatir dapat dibentuk menjadi sebuah tindakan pencegahan. Hanya saja, hal itu cukup sulit bagi mereka yang memiliki *anxietas*. Ada risiko mereka akan semakin terpuruk dalam pusaran pikiran dan perasaan cemas (Antara, 2020). Hal tersebut menunjukkan pentingnya untuk segera mengatasi kecemasan. Dalam hal ini, problematika kecemasan yang muncul sebagai efek dari wabah COVID-19. Mengingat kecemasan dapat sedikit banyak menyebabkan terganggunya aktifitas sehari-hari. Apabila kecemasan tersebut tidak segera diatasi, lambat laun akan menjadi kendala dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan. Sedangkan petugas kesehatan saat ini dalam menghadapi wabah virus COVID-19 dituntut dalam kondisi kesehatan yang selalu prima. Kecemasan yang tidak teratasi akan berpengaruh pada penurunan kesehatan fisik, dan resiko penularan berbagai macam virus pada petugas kesehatan akan semakin tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu perawat di Puskesmas Bulak Banteng. Banyak hal yang menjadi kekhawatirannya. Diantaranya mengkhawatirkan tentang tatalaksana pemberian layanan kesehatan. Tatalaksana pemberian pelayanan kesehatan saat ini dinilai beresiko tinggi untuk petugas kesehatan. Kekhawatiran selanjutnya terhadap pasien yang datang tidak jujur kepada petugas atas keluhan yang dialami. Hal ini menjadi menakutkan karena petugas tidak dapat mengantisipasi tindakan yang akan diambil, membuat petugas kesehatan semakin tinggi resiko tertular. Hasil wawancara secara keseluruhan pada petugas kesehatan di puskesmas Bulak Banteng secara acak dengan sembilan petugas di dapati hasil bahwa petugas kesehatan di puskesmas bulak banteng mengalami kecemasan. Gejala yang dikeluhkan cukup beragam, sebagian besar mengalami gangguan tidur, atau merasa sulit tidur dan tidurnya kurang nyenyak. Beberapa merasa perasaanya semakin tidak tenang ketika pulang dinas dirumah mendengar atau membaca berita terkait covid 19. Gejala lain dari kecemasan juga banyak dialami. Kondisi ini di perparah dengan berkembangnya berita yang tidak benar, yang menyebarkan ketaakutan. Menteri Komunikasi dan Informatika Johnny G Plate menyatakan bahwa per tanggal 10 Maret 2020 pihaknya menemukan ada 187 berita bohong atau hoaks dengan topik COVID-19 di Indonesia yang tersebar melalui media sosial diantaranya

seperti Facebook, Twitter, Instagram. Pernyataan tersebut merupakan hasil monitoring dari *cyber drone* Kementerian Informasi dan Komunikasi Republik Indonesia. (Antara, 2020).

Beberapa kasus dalam keadaan cemas, seseorang bisa mengalami paranoid dan berpikir aneh-aneh yang bersifat khayalan. Seseorang akan menjadi lebih waspada dan curiga terhadap emosi serta fakta. Kemudian, berujung dengan mengasingkan dan mengisolasi diri sendiri. Gangguan kecemasan juga berdampak pada fisik, seperti denyut jantung yang cepat, gemetar, kelelahan, pusing, kesulitan berkonsentrasi, mual, dan mengalami masalah tidur. Kecemasan dalam jangka Panjang tidak baik untuk sistem kardiovaskular dan kesehatan jantung. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kecemasan meningkatkan risiko penyakit jantung pada orang yang sehat. Gangguan kecemasan bisa berdampak pada sistem kekebalan. Dalam jangka pendek, kecemasan dapat meningkatkan respons sistem kekebalan. Namun, kecemasan yang berkepanjangan dapat memiliki efek sebaliknya (Tammase, 2020). Kondisi ini memungkinkan orang dengan gangguan kecemasan kronis mudah terkena flu dan infeksi virus atau bakteri.

Runtutan dampak mewabahnya Virus COVID-19 jelas menimbulkan dampak bagi keadaan psikologis individu baik disadari maupun tidak, khususnya pada petugas kesehatan sebagai garda depan menghadapi pasien. Kumpulan dari gejala-gejala kecemasan yang dirasakan hendaknya harus segera diminimalisir dengan penyikapan yang baik. Kecemasan akan semakin tinggi jika mekanisme yang dilakukan justru menghabiskan energi seseorang. Sedangkan keyakinan atau pandangan positif adalah sumber daya psikologis yang sangat penting untuk menjaga kestabilan energi khususnya petugas kesehatan. Mengatasi kecemasan ini dibutuhkan sebuah penanganan atau tindakan terapi yang diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan pada petugas kesehatan. Terapi tersebut dapat diberikan dan dimonitoring oleh seorang ahli atau terapis. Terapi tersebut sebagai langkah pertolongan pertama kepada petugas kesehatan yang mengalami gangguan psikologis.

Melihat fenomena yang tampak masif tersebut, perlu kiranya dilakukan pertolongan psikologis pertama dengan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap seseorang dengan gangguan kecemasan. Terapi SEFT adalah gabungan *Spiritual Power* dan *Energy Psychology* yang dapat mengubah kondisi kimia di dalam otak (*Neurotransmitter*) yang selanjutnya dapat mengubah kondisi emosi seseorang termasuk kecemasan.

Terapi ini merupakan suatu teknik penggabungan dari sistem energi tubuh (*energy medicine*) dan terapi spiritualitas dengan menggunakan metode *tapping*

(ketukan) beberapa titik tertentu pada tubuh. Banyak manfaat yang dihasilkan dengan terapi SEFT yang telah terbukti membantu mengatasi berbagai masalah fisik maupun emosi. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) termasuk teknik relaksasi, merupakan salah satu bentuk *mind-body therapy* dari terapi komplementer dan alternatif keperawatan yang memanfaatkan sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku manusia (Zainuddin, 2009). Dari paparan tersebut dihubungkan dengan kecemasan yang merupakan respon ketegangan mental, maka *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan.

Sehubungan dengan masa *sosial distancing* perlunya sebuah inovasi agar sebuah kepentingan yang biasanya dilakukan secara langsung tetap dapat terlaksana tanpa mengurangi maksud dan tujuan kepentingan tersebut. Menurut Dekisa (2017) konferensi video (Inggris: *videoconference*) adalah seperangkat teknologi telekomunikasi interaktif yang memungkinkan dua pihak atau lebih di lokasi berbeda dapat berinteraksi melalui pengiriman dua arah audio dan video secara bersamaan. Dalam hal ini dapat diupayakan memodifikasi intervensi *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) untuk diberikan kepada responden melalui media *videoconference*.

Berkaitan dengan uraian diatas, maka peneliti terinspirasi untuk meneliti *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) dengan menggunakan media *videoconference* untuk menurunkan kecemasan pada petugas kesehatan di Puskesmas Bulak Banteng dalam menghadapi Wabah COVID-19.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) menggunakan media *videoconference* efektif untuk menurunkan kecemasan pada petugas kesehatan di Puskesmas Bulak Banteng dalam menghadapi Wabah COVID-19?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) menggunakan media *videoconference* untuk menurunkan kecemasan pada petugas kesehatan di Puskesmas Bulak Banteng dalam menghadapi Wabah COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

1. Adanya penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi perkembangan keilmuan psikologi (psikologi klinis) serta menambah wawasan SEFT sebagai terapi untuk pertolongan psikologis pertama bagi individu dengan gangguan kecemasan.
2. Modul *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan media *conference* diharapkan dapat membantu menurunkan kecemasan pada petugas keehatan dalam menghadapi wabah COVID-19.

b. Manfaat Praktis

1. Manfaat untuk subjek, dengan diberikan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) diharapkan dapat menurunkan bahkan kecemasan yang muncul dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada pasien di saat mewabahnya Virus COVID-19. Subjek menjadi pribadi yang lebih sehat secara jasmani dan rohani sehingga dapat melaksanakan pelayanan prima.
2. Manfaat untuk instansi, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat dijadikan alternatif guna menjaga kualitas SDM petugas kesehatan yang berdampak pada mutu pelayanan instansi. Untuk penanganannya bisa melalui pemantauan terapis atau tenaga psikologi.
3. Manfaat untuk peneliti lain, hasil penelitian ini bisa dijadikan acuan dalam pengembangan media untuk menurunkan kecemasan dengan memanfaatkan teknologi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan Novianti,dkk (2018) yang berjudul “Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap *Self Acceptance* Warga Binaan di Lembaga Pemasarakatan Perempuan” menjelaskan Menjadi warga binaan tidak jarang menimbulkan konflik-konflik psikologis dalam diri seseorang. Warga binaan seringkali mengalami masalah mental yang disebabkan oleh isolasi sosial dalam penjara, sehingga memicu munculnya rasa rendah diri, menyalahkan diri sendiri, maupun tidak menerima diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tingkat penerimaan diri warga binaan Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II A Malang. Penelitian ini menggunakan pretest-posttest control group design dengan jumlah 15 responden pada

kelompok eksperimen dan 16 responden pada kelompok kontrol, yang diperoleh dengan teknik purposive sampling. Intervensi dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan (dua kali sehari dengan durasi waktu 20-30 menit). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan dari pretest ke posttest dengan nilai signifikansi sebesar .021 ($p < .050$). Dalam jurnal ini ditunjukkan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap peningkatan penerimaan diri warga binaan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Malang.

Penelitian yang dilakukan oleh Ardian (2015) dengan judul "*Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk Mengurangi Kecemasan Pada Orang Tua Yang Anaknya Menjadi Korban Pelecehan Seksual". Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas SEFT untuk mengurangi kecemasan pada orang tua korban pelecehan seksual. SEFT secara khusus dikenakan pada simtom-simtom kecemasan yang dapat dirasakan secara sadar oleh subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini sebanyak dua orang, yang merupakan orang tua dari anak-anak yang mengalami pelecehan seksual. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Pre-experimental Design: one-shoot Case Study*. Dalam design penelitian ini perlakuan yang dimaksud adalah SEFT sebagai variable bebas dan kecemasan sebagai variable tergantung. Perlakuan berupa SEFT diberikan kepada subjek penelitian dan kemudian diamati bagaimana efektifitasnya untuk menurunkan simtom-simtom kecemasan. Tatalaksana terapi dilakukan selama dua minggu dengan 4 kali pertemuan. Berdasarkan hasil penelitian melalui wawancara dan pengamatan pada subjek penelitian setelah diberikan SEFT, yaitu terdapat penurunan kecemasan pada subjek penelitian.

Penelitian yang lain dilakukan oleh Alwan (2018) dengan judul "Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kecemasan, Saturasi Oksigen dan Kualitas Tidur Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik". Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh SEFT terhadap kecemasan, saturasi oksigen dan kualitas tidur pasien PPOK. Metode yang digunakan adalah *Quasy Experiment* dengan pendekatan *Pre-Post test control grup design*. populasi pada penelitian ini pasien PPOK di RSUD dr. H. Koesnandi Bondowoso dan RS Bhayangkara Bondowoso. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling sesuai dengan kriteria inklusi dengan total 68 pasien. Intervensi SEFT dilakukan 8 kali selama 1 bulan. Alat ukur kecemasan menggunakan HARS, Saturasi oksigen menggunakan pulse oximetry dan kualitas tidur menggunakan PSQI. Analisa data menggunakan Uji Mann Whitney. Dalam tesis ini dijelaskan perbedaan tingkat kecemasan (p

0,000) dan kualitas tidur ($p = 0,008$) setelah dilakukan intervensi SEFT, namun tidak terdapat perbedaan saturasi oksigen ($p = 0,136$) setelah diberikan intervensi SEFT. Kesimpulan yang didapatkan adalah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pasien PPOK, jika dilakukan secara teratur dan berkelanjutan. Intervensi tersebut berfokus untuk mengurangi masalah psikologis yang disebabkan oleh emosional atau psikosomatik.

Terdapat pula penelitian yang dilakukan oleh Prastowo, dkk (2015) dengan judul, "Pengaruh Pemberian *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Kemoterapi Di SMC RS Relogorejo". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian SEFT terhadap penurunan kecemasan pasien yang menjalani kemoterapi. Metode penelitian ini menggunakan *pre eksperimental design*, dengan teknik purposive sampling, dan menggunakan Uji statistik Wilcoxon. Banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 17 responden. Berdasarkan karakteristik responden, pada variabel usia terdapat 9 (53,0%) responden dalam kategori dewasa akhir (36-45), pada variabel jenis kelamin terdapat 10 (58,8%) perempuan, diagnosa kanker yang paling banyak adalah Ca Payudara 8 (41,7%) responden, Hasil uji Wilcoxon pada pengaruh pemberian SEFT terhadap penurunan kecemasan pasien kemoterapi menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna SEFT terhadap penurunan kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo. Rekomendasi dari hasil penelitian ini adalah dapat dijadikan tindakan non farmakologi untuk menurunkan kecemasan.

Penelitian berkenaan dengan kecemasan pernah dilakukan oleh Julistia, dkk (2016) dengan judul "*The Difference Level Of Anxiety In Junior Dentists And Dental Nurses In Treating The Patients*". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada dokter gigi muda dan perawat gigi muda saat menghadapi pasien. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik proportional sampling. Jumlah keseluruhan subjek penelitian adalah 200 orang, yang terdiri dari 100 orang dokter gigi muda dan 100 orang perawat gigi muda. Data dikumpulkan melalui skala kecemasan yang terdiri dari 28 pernyataan. Analisis data menggunakan teknik Mann-Whitney dengan hasil Z yang di peroleh yaitu sebesar -4,242 ($p = 0,000 < 0,05$). Dengan demikian hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada dokter gigi muda dan perawat gigi muda saat menghadapi pasien.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Arisandi,dkk (2017) berjudul “Kecemasan Perawat Dalam Merawat Pasien Dengan Perilaku Kekerasan”. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan perawat dalam merawat pasien dengan perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Aceh. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yang dilaksanakan mulai tanggal 10 sampai dengan 17 Juli 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bertugas di Instalasi Gawat Darurat, Ruang Rawat Inap Serune, Mawar, Melati Rumah Sakit Jiwa Aceh. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total populasi (47 orang). Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar mengalami cemas ringan sebanyak 24 responden (51,1%), sedang 12 responden (25,5%) dan tidak cemas sebanyak 11 responden (23,5). Kesimpulan sebagian besar responden mengalami cemas ringan.

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, pada penelitian ini akan meneliti Efektivitas *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dengan menggunakan media *videoconference* dalam usaha menurunkan kecemasan pada petugas kesehatan di Puskesmas Bulak Banteng dalam menghadapi Wabah COVID-19, yang mana tidak ditemukan kesamaan dengan penelitian sebelumnya.

