

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM  
TECHNIQUE*) TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN  
BAGI SISWA SMP DALAM MENGHADAPI UJIAN  
DI SMP NEGERI 1 KASIHAN**

**Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**Disusun Oleh:**

**KAUTSAR AKBAR  
20120310037**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2016**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Kautsar Akbar

NIM : 20120310037

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 28 April 2016

Yang membuat pernyataan,

Kautsar Akbar

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan karunia dan hidayah-Nya sehingga pembuatan Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul **“Pengaruh Terapi SEFT ( *Spiritual Emotional Freedom Technique*) terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan bagi Siswa SMP Negeri 1 Kasihan”** dapat selesai sebagaimana yang diharapkan. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Dengan terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT atas kekuasaan Nya selalu memberikan nikmat sehat dan kekuatan sehingga penulis dapat melaksanakan dan menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah ini. Kemudian tak lupa juga penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An. M,Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
2. dr. Orizati Hilman, M.Sc, CMFM,PhD selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan semangat, masukan, kritikan, dan bimbingan kepada penulis selama penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini.
3. Para dosen serta staf karyawan yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis dan belajar di Prodi Pendidikan Dokter, FKIK Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Kedua orang tua tercinta, Bapak Muhammad Masdar dan Ibu Tuti Nurtika serta saudara saya Fasta dan Nauval yang telah memberi dukungan moral, material, dan senantiasa mendoakan untuk terselesaikannya proposal ini.
5. Sahabat-sahabat yang selalu memberi support Aziz, Firda, Arnis, Hilmi, Rosi, Satrio, Nadya, Saufi, Shasa, Aswin, group pengajian serta rekan-rekan angkatan 2012 Pendidikan Dokter UMY.
6. Semua pihak yang telah membantu terselesaiya skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangannya, sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan dan peningkatan kualitas Karya Tulis Ilmiah ini. Akhir kata, penulis mengharapkan Karya Tulis Ilmiah ini dapat diterima dan penelitian dapat berjalan dengan lancar.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 28 April 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
<b>BAB IPENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	3
E. Keaslian Penelitian.....	4
<b>BAB IITINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Kecemasan .....	7
2. Kecemasan Menghadapi Ujian.....	14
3. Metode SEFT .....	16
B. Kerangka Konsep.....	24
C. Hipotesis .....	24
<b>BAB IIIMETODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	25
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	27
D. Cara Pengambilan Sample .....	27
E. Variabel Penelitian.....	27
F. Definisi Operasional .....	28
G. Instrumen Penelitian .....	28
H. Uji Validitas dan Reabilitas .....	29
I. Jalannya Penelitian.....	30
J. Analisis Data.....	30
<b>BAB IVHASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	31
B. Pembahasan.....	36
<b>BAB VKESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	39
B. Saran .....	39
DAFTAR PUSTAKA .....	40
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan SEFT dengan Akupunktur dan Akupresur .....	17
Tabel.2 Perbedaan SEFT dengan EFT .....	18
Tabel 3. <i>pretest-post test</i> .....	25
Tabel 4. Rencana Penelitian .....	27
Tabel 5. Tingkat Kecemasan Sampel .....	31
Tabel 6. Karakteristik jenis siswa pada kelompok terapi dan kontrol .....	32
Tabel 7. Perubahan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian .....	33
Tabel 8. Karakteristik tingkat kecemasan subyek kontrol dan terapi .....	34
Tabel 9. Hasil Wilcoxon pretest dan posttest tingkat kecemasan skala TMAS ...	34
Tabel 10. Hasil Wilcoxon pretest dan posttest tingkat kecemasan skala persepsi pasien tentang kecemasan .....	35
Tabel 11. Perbedaan hasil <i>posttest</i> skala TMAS dengan skala persepsi pasien ..	35
Tabel 12. Uji <i>Mann-Whitney</i> .....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	23
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	24