

**TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) MEMPENGARUHI KUALITAS TIDUR DAN KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT PERTAMINA BINTANG AMIN KOTA BANDAR LAMPUNG**

Endah Fajrianti<sup>1\*</sup>, Djunizar Djamaludin<sup>2</sup>, Eka Yudha Chrisanto<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

Email Korespondensi: endah.fajrianti05@gmail.com

Disumbit: 14 Agustus 2024

Diterima: 05 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i2.16949>

**ABSTRACT**

*According to the World Health Organization (WHO) in 2020. Kidney disease is 1 of the 10 main causes of death in the world. This kidney disease has increased from being ranked 13th cause of death in the world to ranking 10th in 2019. According to data from the Indonesian Ministry of Health (2019). The prevalence of chronic kidney failure in Indonesia continues to increase from 2.0% in 2013 to 3.8% in 2018. Hemodialysis (HD) therapy in CKD patients takes a long time and can repeatedly cause physical and mental problems such as anxiety and quality problems. Sleep. One non-pharmacological intervention that can be used to overcome this problem is by using Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy. SEFT therapy is a type of therapy that combines mind-body by pressing the body's meridian points. The effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on sleep quality and anxiety in chronic renal failure patients undergoing hemodialysis. This research uses the Quasy Experiment method with a One Group Pre-Post Test. This research was conducted on 30 respondents using purposive sampling technique. The research instrument used a sleep quality questionnaire, namely the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire and an anxiety questionnaire, namely the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire and research therapy used Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the t-dependent test. The results of statistical tests of sleep quality pre-test ( $8.60 \pm 2.027$ ) and post-test ( $4.77 \pm 1.870$ ) while of pre-test anxiety ( $21.37 \pm 4.664$ ) and post-test ( $15.63 \pm 5.690$ ). The p-value obtained is 0.000. There is a significant influence between Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on sleep quality and anxiety in chronic renal failure patients undergoing hemodialysis at Pertamina Bintang Amin Hospital, Bandar Lampung City.*

**Keywords:** Renal Failure, Hemodialysis, SEFT Therapy, Sleep quality, Anxiety

**ABSTRAK**

Menurut World Health Organization (WHO) tahun (2020). Penyakit Ginjal merupakan 1 dari 10 penyebab utama kematian di dunia. Penyakit ginjal ini telah meningkat dari peringkat 13 penyebab kematian di dunia menjadi peringkat ke 10 pada tahun 2019. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

(2019). Prevalensi gagal ginjal kronik di Indonesia terus meningkat dari 2,0% pada tahun 2013 menjadi 3,8% pada tahun 2018. Terapi hemodialisa (HD) pada pasien GJK membutuhkan waktu yang lama dan berulang dapat menyebabkan masalah fisik dan mental seperti kecemasan dan masalah kualitas tidur. Salah satu intervensi nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut yaitu dengan menggunakan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Terapi SEFT ini merupakan jenis terapi yang menggabungkan mind-body dengan menekan titik-titik meridian tubuh. Diketahui pengaruh terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap kualitas tidur dan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Penelitian ini menggunakan metode Quasy Experiment dengan pendekatan One Group Pre-Post Test. Penelitian ini dilakukan terhadap 30 responden dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kualitas tidur yaitu kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Indeks (PSQI) dan Kuesioner kecemasan yaitu kuesioner Hamillton Anxiety Rating Scale (HARS) dan terapi penelitian menggunakan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji t-dependent. Hasil uji statistic nilai rerata pre-test kualitas tidur ( $8,60 \pm 2,027$ ) dan post-test ( $4,77 \pm 1,870$ ) sedangkan nilai rerata pre-test kecemasan ( $21,37 \pm 4,664$ ) dan post-test ( $15,63 \pm 5,690$ ). Diperoleh nilai p-value 0,000. Ada pengaruh yang signifikan antara terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* dengan kualitas tidur dan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa

**Kata Kunci:** Gagal ginjal, Hemodialisa, Terapi SEFT, Kualitas Tidur, Kecemasan

## PENDAHULUAN

Pada saat ini Gagal ginjal kronik (GJK) menjadi masalah Kesehatan Masyarakat di dunia baik negara maju maupun berkembang dimana angka kejadian gagal ginjal yang semakin meningkat. Gagal Ginjal Kronik (GJK) adalah salah satu penyakit yang sulit disembuhkan dan berpotensi fatal sehingga menyebabkan kematian ditandai dengan laju filtrasi glomerulus (GFR)  $< 60$  mL/menit per  $1,73$  m<sup>2</sup>. Penyebab gagal ginjal utama yang dapat memicu terjadinya penurunan fungsi ginjal adalah penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus (Kovesdy, 2022).

Gagal ginjal kronik (GJK) merupakan penyakit yang bersifat progresif dan irreversible dimana secara bertahap mengganggu fungsi ginjal, sehingga ginjal tidak dapat menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit tubuh sehingga mengganggu sistem tubuh secara

keseluruhan (C. T. Siregar, 2020). Kelainan structural dan fungsional ginjal tersebut terjadi selama lebih dari tiga bulan, dapat berupa kelainan structural yang dapat dideteksi dengan glomerular filtration rate (GFR).

Gagal Ginjal Kronik (GJK) apabila tidak ditangani akan menjadi penyakit Ginjal Kronis stadium akhir atau Gagal Ginjal Kronik Stage V yang dimana kondisi tersebut merupakan tahapan terakhir dari penyakit ginjal kronis, pada tahap ini ginjal sudah tidak mampu dalam menjalankan tugas yaitu dalam menyaring dan membuang limbah dan cairan dalam darah (Bahruddin & Hartono, 2023).

Menurut *World Health Organization (WHO)* tahun (2020). Penyakit Ginjal merupakan 1 dari 10 penyebab utama kematian di dunia. Penyakit ginjal ini telah meningkat dari peringkat 13 penyebab

kematian di dunia menjadi peringkat ke 10 pada tahun 2019. Angka kematian meningkat dari 813.000 jiwa pada tahun 2000 menjadi 1,3 juta pada tahun 2019. Data dunia menunjukkan bahwa 9,1% sampai 13,4% dari populasi (antara 700 juta dan satu miliar orang) memiliki penyakit gagal ginjal kronis pada tahun 2022, dengan Kanada menduduki peringkat pertama dengan jumlah 421,795 jiwa diikuti oleh UK dengan jumlah 391,618 jiwa (Sundstrom et al., 2022).

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2019). Prevalensi gagal ginjal kronik di Indonesia terus meningkat dari 2,0% pada tahun 2013 menjadi 3,8% pada tahun 2018. Jawa Barat merupakan provinsi tertinggi ke-1 dengan jumlah penderita gagal ginjal kronik terbanyak yaitu 131.846 jiwa. Provinsi Lampung sendiri menduduki posisi ke-18 dari 34 provinsi di Indonesia, dengan nilai prevalensi 1 tingkat di atas rata-rata nasional yaitu sebesar 0,39%. Berdasarkan survei data awal, didapatkan data tahun 2023 pasien rawat jalan yang menjalani terapi hemodialisa rutin di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin sebanyak 416 pasien.

Selain terapi diet dan obat-obatan, pengobatan gagal ginjal kronik juga dapat mencakup pemberian terapi pengganti untuk mengembalikan fungsi ginjal yang terdiri dari hemodialisa dan transplantasi ginjal. Hemodialisa (HD) merupakan salah satu metode pengobatan yang paling efektif, selain itu lebih mudah dan terjangkau dibandingkan dengan transplantasi ginjal. Pelaksanaan hemodialisa (HD) berlangsung 3-4 jam, dan dilakukan antara 2-3 kali dalam satu minggu (Sagala et al., 2023).

Prosedur hemodialisa (HD) membutuhkan waktu yang lama dan

berulang dapat menyebabkan masalah fisik dan mental seperti kelelahan, kecemasan, dan masalah kualitas tidur. Hemodialisa dapat berdampak negatif pada masalah fisiologis seperti hipotensi, kram otot, nyeri sendi, nyeri kepala, gejala neuropati, dan pruritus kronis. Banyak penelitian menunjukkan bahwa pasien yang menerima terapi hemodialisa (HD) memiliki risiko lebih besar menderita kualitas tidur yang buruk (Wahyuni et al., 2023).

Pasien yang sedang menjalani terapi Hemodialisa (HD) terdapat beberapa alternatif intervensi nonfarmakologis atau teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan kecemasan, salah satu terapi yang dapat digunakan yaitu dengan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan jenis terapi yang menggabungkan mind-body yang kemudian menjadi asuhan keperawatan komplementer (Rahmadania & Zoahira, 2021).

Berdasarkan fenomena di atas perlunya terapi alternatif yang bersifat non farmakologi untuk meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan Tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "*Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Kualitas Tidur dan Penurunan Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung Tahun 2024*".

## KAJIAN PUSTAKA

Gagal ginjal kronik (GGK) adalah suatu keadaan dimana fungsi

ginjal menurun secara tiba-tiba akibat adanya gangguan kronis pada fungsi ginjal sehingga menurunkan kemampuan keadaannya dimana fungsi ginjal menurun secara total dalam menjaga metabolisme dan keseimbangan cairan-elektrolit. Gagal ginjal terjadi ketika ginjal tidak mampu mengangkut produk limbah metabolisme tubuh atau menjalankan fungsi normalnya. Zat-zat yang normalnya dikeluarkan melalui urin terakumulasi dalam cairan tubuh akibat gangguan ekskresi ginjal dan mengakibatkan terganggunya fungsi endokrin dan metabolisme, cairan tubuh, elektrolit serta asam dan basa (Mustofa et al., 2022).

Penyakit ginjal kronik merupakan penyakit tidak menular yang perjalanan penyakitnya progresif, irreversibel, dan berlangsung lama. Kerusakan ginjal terjadi pada nefron termasuk glomeruli dan tubulus yang ditandai dengan peningkatan ureum-kreatinin dan penurunan laju filtrasi sehingga nefron yang rusak tidak dapat berfungsi normal kembali. Ginjal berfungsi melakukan proses penyaringan dan pembuangan produk metabolisme dari dalam tubuh. Penurunan fungsi ginjal dalam tubuh menyebabkan penimbunan sisa metabolisme terutama urea, gangguan keseimbangan cairan tubuh, serta penimbunan cairan dan elektrolit dalam tubuh. Situasi ini memerlukan perhatian khusus karena dapat menyebabkan situasi yang mengancam jiwa pasien (Siregar, 2020).

Hemodialisa merupakan terapi secara rutin yang dilakukan oleh penderita gagal ginjal kronik untuk membuang sisa metabolisme protein dan memperbaiki ketidakseimbangan elektrolit dalam tubuh melalui aliran darah ke dialisat. Pasien penyakit ginjal

kronis stadium akhir (GFR <15 mL/menit/1,73 m<sup>2</sup>) akan menjalani terapi hemodialisa seumur hidup. Pelaksanaan terapi ini berlangsung 3-4 jam, dan dilakukan antara 2-3 kali dalam satu minggu. Hemodialisa (HD) merupakan prosedur medis yang menggunakan teknologi canggih sebagai terapi pengganti ginjal bagi pasien yang mengalami kehilangan fungsi ginjal baik sementara maupun permanen akibat Penyakit Gagal Ginjal Kronik (GGK) (Sagala et al., 2023).

Tidur merupakan suatu hal yang sangat penting bagi kesehatan, karena pemulihan terjadi pada saat tidur, proses ini sangat berguna untuk mengembalikan kondisi tubuh seseorang seperti semula, tubuh yang tadinya lelah menjadi segar kembali. Tidur dan istirahat dapat membantu memulihkan energi seseorang, apabila waktu istirahat seseorang berkurang, maka orang tersebut menjadi mudah lelah, depresi, dan susah dalam mengontrol emosi (Siallagan et al., 2023).

Kualitas tidur merupakan fenomena kompleks yang mencakup berbagai aspek. Tidur kuantitatif dan kualitatif seperti waktu tidur, resistensi terhadap permulaan tidur, waktu bangun, efisiensi tidur dan kondisi yang mengganggu tidur. Kualitas tidur yang buruk pada penderita penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisa apabila tidak teratasi dengan baik dapat meningkatkan dampak negatif pada tingkat kesehatan seperti, penurunan kualitas hidup, risiko kecelakaan, malaise, fatigue, peningkatan risiko jatuh, penurunan kognitif, dan kematian (Mustofa et al., 2022).

Kecemasan adalah keadaan neurofisiologis otomatis yang ditandai dengan respons melawan atau lari dari penilaian terhadap ancaman saat ini atau yang akan

terjadi. Kecemasan berhubungan dengan rasa takut dan bermanifestasi sebagai keadaan suasana hati yang terdiri dari sistem kompleks respons kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku terhadap peristiwa atau keadaan yang dianggap mengancam. Kecemasan patologis dipicu ketika persepsi ancaman dilebih-lebihkan atau ancaman terhadap suatu situasi salah dinilai, sehingga menimbulkan respons yang berlebihan dan tidak tepat (Rosyanti et al., 2023).

Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan terapi yang dapat menciptakan keadaan emosi positif dan pikiran tenang dengan menggabungkan spiritual dan energi positif. SEFT merupakan teknik relaksasi yang menggunakan kombinasi sistem tubuh dan teknik terapi spiritual untuk menekan titik-titik tertentu pada tubuh (Susanto et al., 2023).

Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan salah satu terapi nonfarmakologi yang dipilih untuk meningkatkan relaksasi tubuh, terapi SEFT juga dapat digunakan oleh pasien gagal ginjal yang sedang menjalani Hemodialisa. digunakan untuk mengurangi kecemasan. Terapi SEFT berfokus pada perkembangan spiritual seseorang dengan tujuan membuat pasien merasa nyaman dan mengurangi kecemasan selama berjalannya terapi hemodialisa (Rahayu & Mariyati, 2023).

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap kualitas tidur dan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Selain itu, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada "Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom*

*Technique (SEFT)* Terhadap Kualitas Tidur dan Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung Tahun 2024?".

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian menggunakan metode Quasi-experiment, *one group pre and post test design*. Penelitian ini sudah lulus kelaikan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Malahayati dengan Nomor Surat 4342/EC/KEP-UNMAL/V/2024. Dan dilaksanakan di ruang hemodialisa RS. Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung pada tanggal 3-16 juni 2024.

Populasi seluruh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa sebanyak 416 orang. Penentuan sampel menggunakan Teknik purposive sampling yaitu didapatkan 30 responden. Alat ukur menggunakan kuesioner kualitas tidur yaitu Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dengan kategori 0 : Baik dan 1 : Buruk dan kuesioner kecemasan yaitu Hamillton Anxiety Rating Scale (HARS) dengan kategori 0 : Tidak ada Kecemasan, 1 : Kecemasan Ringan, 2 : Kecemasan Sedang, 3 : Kecemasan Berat dan 4 : Panik. Kuesioner PSQI telah diuji validitas dengan hasil nilai  $r \geq 0,4$  sehingga kuesioner ini dikatakan valid. Sedangkan reliabilitasnya didapatkan nilai  $\geq 0,60$  sedangkan hasil validitas kusioner HARS menunjukkan semua item valid, instrument HARS memiliki nilai reliabilitas yang tinggi yaitu dengan nilai ( $r=0,6$ ). Langkah-langkah yang dilakukan adalah memberi perlakuan yaitu memberi terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) selama 2 kali seminggu dengan durasi 15-30 menit setiap

pelaksanaan. Analisis uji statistic menggunakan uji t-dependent.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (N=30)

Karakteristik	N	%
<b>Usia :</b>		
- < 60 Tahun	12	40 %
- ≥ 60 Tahun	18	60%
<b>Jenis Kelamin :</b>		
- Laki-laki	16	53,3 %
- Perempuan	14	46,7 %
<b>Tingkat Pendidikan :</b>		
- Rendah	18	60,0 %
- Tinggi	12	40,0 %
<b>Lama Menjalani Hemodialisa :</b>		
- < 12 Bulan	13	43,3 %
- ≥ 12 Bulan	17	56,7 %

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak ialah pada rentang usia ≥ 60 tahun sebanyak 18 (60%) responden, mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki 16 (53,3%),

Tingkat pendidikan terbanyak ialah pada Tingkat pendidikan rendah sebanyak 18 (60%) responden, dengan mayoritas lama menjalani hemodialisa ≥ 12 bulan sebanyak 17 (56,7%) responden.

### Analisa Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur

Kategori Kelompok	N	Presentase
<b>Kualitas Tidur Sebelum</b>		
- Baik	0	0,0
- Buruk	30	100 %
<b>Kualitas Tidur Sesudah</b>		
- Baik	18	60,0 %
- Buruk	12	40,0 %

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui kualitas tidur responden sebelum dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* seluruhnya berada pada kategori buruk sebanyak 30 (100%)

responden, sedangkan setelah dilakukan terapi SEFT kualitas tidur mengalami peningkatan menjadi kategori baik sebanyak 18 (60,0%) responden dan Kategori buruk sebanyak 12 (40,0%) responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan

Kategori Kelompok	N	Presentase
<b>Tingkat Kecemasan Sebelum</b>		
- Tidak Cemas	0	0,0
- Kecemasan Ringan	10	33,3 %
- Kecemasan Sedang	15	50,0 %
- Kecemasan Berat	5	16,7 %
<b>Tingkat Kecemasan Sesudah</b>		
- Tidak Cemas	13	43,3 %
- Kecemasan Ringan	10	33,3 %
- Kecemasan Sedang	5	16,7 %
- Kecemasan Berat	2	6,7 %

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui kecemasan responden sebelum dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* 10 (33,3%) responden berada pada kategori Kecemasan ringan, 15 (50,0%) responden berada pada kategori kecemasan sedang, 5 (16,7%) responden berada pada kategori kecemasan berat,

sedangkan setelah dilakukan terapi SEFT tingkat kecemasan menurun dengan 13 (43,3%) responden menjadi tidak cemas, 10 (33,3%) responden berada pada kategori kecemasan ringan, 5 (16,7%) responden berada pada kecemasan sedang dan kategori kecemasan berat menjadi 2 (6,7%) responden.

#### Analisa Bivariat

Tabel 4. Pengaruh Terapi (*SEFT*) terhadap Kualitas Tidur

Variabel	N	Mean	SD	t-test	P-Value
Kualitas Tidur	30	3,833	2,052	10,230	0,000

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui dari hasil uji statistik menggunakan Paired Sample t - Dependent diperoleh nilai sign p-value = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik

yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung Tahun 2024. Berdasarkan hasil terlihat bahwa kualitas tidur meningkat sesudah diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* dengan selisih 3,833.

Tabel 5. Pengaruh Terapi (*SEFT*) terhadap Tingkat Kecemasan

Variabel	N	Mean	SD	t-test	P-Value
Tingkat Kecemasan	30	5,733	2,741	11,457	0,000

Berdasarkan tabel 5 diketahui dari hasil uji statistik menggunakan Paired Sample t - Dependent

diperoleh nilai p-value = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi

*Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap penurunan Tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota

Bandar Lampung Tahun 2024. Berdasarkan hasil terlihat bahwa Tingkat kecemasan menurun sesudah diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* dengan selisih 5,733.

## PEMBAHASAN

### Usia Responden

Pada penelitian ini jumlah responden terbanyak ialah yang berada pada rentang usia  $\geq 60$  tahun tahun sebanyak 18 (60%) responden yang peneliti ambil dari data pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung tahun 2024.

Hal ini dapat disebabkan karena semakin bertambah usia, semakin berkurang fungsi ginjal dan berhubungan dengan penurunan kecepatan ekskresi glomerulus dan memburuknya fungsi tubulus. Akibat ada beberapa faktor risiko dapat menyebabkan kelainan dimana penurunan fungsi ginjal terjadi secara cepat atau progresif sehingga menimbulkan berbagai keluhan dari ringan sampai berat, kondisi ini disebut gagal ginjal kronik (GGK) (Bahrudin & Hartono, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian Baharuddin & Hartono (2023). bahwa usia terbanyak yang mengalami gagal ginjal kronik adalah pada rentang usia 56-65 tahun sebanyak 29 orang (41.4%). Fisiologi manusia semakin bertambah usia semakin menurun kualitas kerjanya, begitu juga ginjal yang secara jangka panjang akan mengalami penurunan jumlah nefron dan GFR. Hal ini meningkatkan risiko terjadinya gagal ginjal kronik pada lansia.

Dari data diatas peneliti menyimpulkan bahwa usia dapat mempengaruhi kejadian gagal ginjal kronik karena pada usia lanjut akan lebih rentang terkena penyakit karena seseorang pada tahap ini

akan perlahan-lahan mengalami kemunduran fungsi pada fisiologis maupun biologis.

### Jenis Kelamin

Pada penelitian ini jumlah responden terbanyak ialah Laki-laki yaitu 16 (53,3%) responden, dari jumlah total 30 responden yang peneliti ambil dari data pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Amin Kota Bandar Lampung tahun 2024.

Hal ini dikarenakan peningkatan kreatinin dipengaruhi oleh massa otot dan terjadinya pemecahan otot (rhabdomyolisis). Laki-laki cenderung memiliki lebih banyak massa otot sehingga kadar kreatinin darah lebih tinggi laki-laki daripada perempuan. Kreatinin yang tinggi dapat menyebabkan sampah dan nitrogen yang dapat memperberat kerja ginjal. Oleh karena itu, laki-laki lebih tinggi untuk berisiko terkena penyakit ginjal kronik (Triyono et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Triyono et al (2023) yakni sebanyak 34 (60,7%) responden berjenis kelamin laki-laki. Jumlah pasien laki-laki yang lebih banyak mengalami gagal ginjal kronik dapat disebabkan oleh beberapa hal salah satunya karena pembentukan batu renal lebih banyak diderita oleh laki-laki karena saluran kemih pada laki-laki lebih Panjang sehingga pengendapan zat pembentuk batu lebih banyak dari pada Wanita (Triyono et al, 2023).

Dari data diatas peneliti menyimpulkan bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi kejadian gagal ginjal kronik karena faktor biologis maupun karena faktor gaya hidup.

### **Tingkat Pendidikan**

Pada penelitian ini jumlah responden terbanyak ialah pada Tingkat pendidikan rendah sebanyak 18 (60%) responden dari jumlah total 30 (100%) responden yang peneliti ambil dari data pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung 2024.

Hal ini dikarenakan pendidikan adalah segala upaya yang di rencanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu atau lebih tepatnya membantu mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Tingkat pendidikan sering dihubungkan dengan pengetahuan seseorang dimana tingkat pendidikan yang rendah berkaitan kurangnya pengetahuan seseorang terhadap akses pelayanan kesehatan. Akibat kurangnya pengetahuan, tingkat kesadaran seseorang menjadi rendah untuk melakukan deteksi dini, dan memeriksa diri ke pelayanan kesehatan, hal ini salah satu yang menyebabkan terjadinya peningkatan pasien penyakit ginjal kronik. Sedangkan seseorang dengan pendidikan yang tinggi akan memiliki pengetahuan yang lebih luas tentang kesehatan dan mampu menjaga status kesehatannya (Saadah & Hartanti, 2021).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Yatilah & Hartanti, (2021). Karakteristik pendidikan pada pasien yang mengalami gagal ginjal dengan hemodialisa terbanyak pada pendidikan dasar yaitu sebanyak 108 responden (46,8%). Tingkat pendidikan seseorang merupakan salah satu hal terpenting pada seseorang dalam menghadapi

masalahnya. Hal ini dikarenakan seseorang dengan latar belakang pendidikan tinggi mampu menghindari faktor predisposisi gagal ginjal. Latar belakang pendidikan yang tinggi menyebabkan seseorang memiliki pengetahuan yang luas tentang kesehatan dan mampu menjaga status kesehatannya serta mampu menghindari segala bentuk penyebab penurunan fungsi ginjal dengan menjalani pola hidup sehat (Yatilah & Hartanti, 2021).

Dari data diatas peneliti menyimpulkan bahwa Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kejadian gagal ginjal kronik karena semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan lebih memiliki pengetahuan yang luas tentang kesehatan dan mampu menjaga status kesehatannya.

### **Lama Menjalani Hemodialisa**

Pada penelitian ini jumlah responden terbanyak ialah yang menjalani terapi hemodialisa  $\geq 12$  bulan yaitu 17 (56,7%) responden.

Lama terapi hemodialisa dapat menjadi faktor yang sangat berperan penting dalam menimbulkan kecemasan bagi penderita Gagal ginjal. Proses yang berulang dapat menyebabkan trauma bagi penderita, pasien yang menjalani dialysis jangka panjang maka akan merasa khawatir atas kondisi sakitnya yang tidak dapat diramalkan dan berefek terhadap gaya hidup, hal ini berefek pada kualitas hidup penderita (Mustofa et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian Mustofa et al., (2022). Distribusi karakteristik responden lama menjalani hemodialisa yang menunjukkan hasil mayoritas responden dengan lama menjalani hemodialisa >1 tahun yaitu sebanyak 18 (60,6%) responden. Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani

hemodialisa rutin > 3 bulan Sebagian memiliki kualitas tidur buruk yang disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor tersebut adalah peningkatan kadar sitokin inflamasi yang menyebabkan perubahan kualitas tidur dan jumlah waktu tidur.

Dari data diatas peneliti menyimpulkan bahwa lama menjalani hemodialisa dapat mempengaruhi kejadian gangguan kualitas tidur dan meningkatkan kecemasan karena terapi hemodialisa membutuhkan waktu yang lama dan berulang sehingga menyebabkan trauma bagi penderitanya yang dapat mengganggu masalah psikologisnya.

#### **Analisa Univariat**

#### **Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Sebelum diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)***

Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa kualitas tidur responden sebelum dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* seluruhnya berada pada kategori buruk sebanyak 30 (100%) responden.

Gangguan tidur merupakan suatu kumpulan kondisi yang ditandai dengan adanya gangguan dalam jumlah, kualitas, atau waktu tidur pada seorang individu. Kualitas tidur adalah fenomena kompleks yang meliputi aspek kuantitatif dan kualitatif tidur seperti jumlah waktu tidur, hambatan memulai tidur, waktu terbangun, efisiensi tidur dan keadaan yang mengganggu saat tidur (Nurhayati et al., 2021).

Pasien yang menjalani hemodialisa akan mengalami permasalahan fisik dan psikologis. Aspek fisik yang dialami oleh pasien berupa ketidakstabilan hemodinamik, diantaranya hipotensi, denyut nadi tidak stabil, frekuensi nafas yang meningkat,

saturasi oksigen yang menurun. Selain itu terjadinya gangguan keseimbangan cairan, malnutrisi, kram dan gangguan tidur (Siregar et al., 2023).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nugroho & Islami, (2019) diketahui Rerata skala kualitas tidur pasien gagal ginjal kronik sebelum diberikan teknik SEFT adalah 10,75. Berbagai faktor dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang, diantaranya penyakit, lingkungan, kelelahan, gaya hidup, stress emosional, stimulan dan alkohol, medikasi, motivasi, dan nutrisi. Pada pasien hemodialisis yang menjadi faktor dalam gangguan tidur seperti durasi terapi hemodialisis, tingginya urea dan atau kreatinin, nyeri, disability, malnutrisi, kram otot, peripheral neuropathy, dan masalah somatic (Nurhayati et al., 2021).

Menurut pendapat peneliti kualitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah lamanya menjalani hemodialisa, pasien hemodialisa harus terus melakukan terapi dalam kurun waktu yang lama dan berulang, bahkan seumur hidup hal tersebut salah satu faktor pemicu terganggunya kualitas tidur.

#### **Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Setelah diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)***

Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa kualitas tidur setelah dilakukan terapi SEFT mengalami peningkatan menjadi kategori baik sebanyak 18 (60,0%) responden dan Kategori buruk sebanyak 12 (40,0%) responden.

Menurut (Lisarni et al., 2022) mengetuk titik-titik tertentu pada terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* menjadi mediator energi di meridian tubuh. Selain itu, kombinasi antara fisik, emosional,

dan spiritual melalui ketukan dengan campuran spiritual dalam doa, mengingat, dan mengatur pernapasan, membuat tubuh menjadi lebih rileks sehingga mengurangi kecemasan dan meningkatkan gelombang alfa pada otak sehingga memasuki fase tidur lebih awal.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nugroho & Islami, (2019) diketahui Rerata skala kualitas tidur pasien gagal ginjal kronik sesudah diberikan teknik SEFT adalah 7,00. Setelah diberikan teknik SEFT pasien merasa lebih tenang, dan rileks, karena teknik SEFT dapat mengendalikan dan mengembalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi lebih tenang dan rileks. Keadaan ini juga didukung dengan adanya keluarga dan perawat yang selalu memenuhi kebutuhan dasar pasien maka mekanisme koping pasien dalam meningkatkan kualitas tidur akan menjadi lebih baik sehingga kualitas dan kebutuhan tidur pasien akan meningkat.

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait, peneliti menyimpulkan bahwa setelah melakukan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terdapat perubahan kualitas tidur pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa menjadi lebih baik, hal ini dikarenakan terapi SEFT membuat responden menjadi rileks, tenang, dan bersyukur terhadap ketentuan Allah SWT. Selain itu, prosedur SEFT dilakukan dengan cara langsung mengetuk titik-titik yang sama dengan akupunktur.

#### **Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan sebelum diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)***

Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa kecemasan responden sebelum dilakukan terapi Spiritual Emotional Freedom

Technique (SEFT) 10 (33,3%) responden berada pada kategori Kecemasan ringan, 15 (50,0%) responden berada pada kategori kecemasan sedang, 5 (16,7%) responden berada pada kategori kecemasan berat.

Menurut Manurung (2019) Kecemasan merupakan perasaan takut atau kekhawatiran yang dialami oleh seseorang secara mendalam dan berkelanjutan, yang dapat menyebabkan perilaku terganggu tetapi masih dalam batas normal, Kecemasan merupakan perasaan khawatir, tidak nyaman, perasaan samar tetapi penyebabnya tidak diketahui oleh individu, rasa takut yang diakibatkan oleh antisipasi terhadap bahaya, individu mempunyai isyarat terhadap adanya bahaya atau ancaman sehingga individu mampu bertindak untuk mengatasi ancaman.

Kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pengobatan, lama melakukan HD, pembiayaan dan dukungan keluarga. Pasien yang melakukan terapi hemodialisa mengalami kecemasan, mereka cemas memikirkan terapi yang harus dijalannya seumur hidupnya, cemas terhadap mesin, selang-selang dialiri darah, cemas pada saat ditusuk dan juga cemas terhadap biaya yang akan dikeluarkan selama proses hemodialisa (Bahrudin & Hartono, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian Andiksar (2019) diketahui rata-rata kecemasan pasien hemodialisa sebelum dilakukan terapi SEFT yaitu 31.60 dengan standar deviasi 8.756. Pasien yang menjalani terapi hemodialisa mengalami gangguan fungsional tingkat tinggi, harapan hidup yang terbatas, dan pemanfaatan layanan kesehatan yang menyebabkan berbagai masalah psikologis.

Penderita penyakit ginjal stadium akhir seringkali mengalami masalah psikologis yang berat seperti gangguan kecemasan, gangguan depresi, atau kesulitan mengatasi stres yang berlebihan.

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait, peneliti menyimpulkan banyak faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa salah satunya akibat penyakit ginjal kronis yang dimilikinya sehingga harus melakukan terapi hemodialisa secara rutin dalam waktu yang lama bahkan seumur hidup, serta ketakutan akan kematian.

#### **Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan setelah diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)***

Dari hasil pengolahan data diketahui sesudah dilakukan terapi SEFT tingkat kecemasan menurun dengan 12 (40,0%) responden menjadi tidak cemas, 11 (36,7%) responden berada pada kategori kecemasan ringan, 5 (16,7%) responden berada pada kecemasan sedang dan kategori kecemasan berat menjadi 2 (6,7%) responden.

Terapi SEFT termasuk ke dalam kriteria terapi relaksasi, dimana terapi ini adalah bentuk dari mind- body therapy yang menggabungkan body energy system (sistem energi tubuh) atau yang disebut juga dengan energy medicine dengan spiritual therapy (terapi spiritual). Keyakinan spiritual ini akan memberikan rasa tenang dan harapan positif bagi yang mengalami sakit, sehingga diharapkan dapat menurunkan kecemasannya (Pratama et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan dengan penelitian Pratama et al, (2022) Menunjukkan angka tertinggi tingkat kecemasan pasien adalah 17 responden (63%) responden

Hipertensi mengalami kecemasan ringan setelah dilakukan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Penurunan kecemasan yang terjadi dikarenakan pasien merasa lebih tenang dan rileks karena terapi SEFT termasuk ke dalam kriteria terapi relaksasi. Pengembangan teknik ini meliputi gabungan teknik relaksasi yang memiliki unsur meditasi dengan melibatkan faktor kepasrahan dan keyakinan.

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti menyimpulkan bahwa pasien merasa lebih tenang dan rileks karena terapi SEFT termasuk ke dalam kriteria terapi relaksasi. Hal ini membuat responden lebih nyaman dan tenang sehingga responden saat relaksasi tersebut dapat mengeluarkan hormon dengan lebih stabil sehingga pikiran menjadi lebih tenang dan tenang.

#### **Analisa Bivariat**

##### **Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* Terhadap Kualitas Tidur**

Dari penelitian ini diketahui hasil uji statistik menggunakan Paired Sample t - Dependent diperoleh nilai p-value = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung Tahun 2024. Berdasarkan hasil terlihat bahwa kualitas tidur meningkat sesudah diberikan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dengan selisih 3,833.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Rahayu & Mariyati, (2023) bahwa terapi Spiritual emotional freedom technique (SEFT) merupakan salah

satu terapi nonfarmakologi yang dipilih untuk meningkatkan relaksasi tubuh, terapi SEFT juga dapat digunakan oleh pasien gagal ginjal yang sedang menjalani Hemodialisa. Terapi SEFT berfokus pada perkembangan spiritual seseorang dengan tujuan membuat pasien merasa nyaman selama berjalanya terapi hemodialisa.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Siregar et al., (2023). Yang memperoleh nilai p value 0,000 yang menunjukkan intervensi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dan efektif terhadap kualitas tidur pasien. Diperoleh kualitas tidur buruk yang meningkat 100% menjadi kualitas tidur baik. Hal ini dikarenakan saat melakukan tapping, terjadi peningkatan Hypothalamic Pituitary Adrenal (HPA) yang menyebabkan penghentian respon alarm dari sistem saraf simpatis bergantian dengan respon relaksasi dalam sistem saraf parasimpatis yang kemudian terjadi penurunan tingkat hormon kortisol. Kadar kortisol yang menurun dapat membuat pasien merasakan rileks, menurunkan tekanan darah, dan mengatasi gangguan tidur (Siregar et al, 2023).

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti menyimpulkan bahwa terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) mampu dalam meningkatkan kualitas tidur, Terapi SEFT membuat tubuh menjadi rileks, tenang, dan mengatasi gangguan tidur sehingga kualitas tidur dapat menjadi lebih baik.

#### **Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* Terhadap Tingkat Kecemasan**

Dari penelitian ini diketahui hasil uji statistik menggunakan Paired Sample t - Dependent

diperoleh nilai p-value = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung Tahun 2024. Berdasarkan hasil terlihat bahwa kualitas tidur meningkat sesudah diberikan terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dengan selisih 5,733.

Hal ini sejalan dengan teori Nurrohmah & Rinaldi, (2022) bahwa terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dapat menstimulus titik-titik tertentu tubuh yang kemudian memicu pelepasan hormon endorfin sehingga membuat perasaan lebih tenang dan nyaman. Hormon endorfin merupakan neurotransmitter mirip morfin yang diproduksi secara alami oleh tubuh dan memiliki reseptor pengikat spesifik dalam otak. Ketika pasien hemodialisa distimulasi untuk mencapai keadaan tubuh menjadi rileks, maka hormon endorfin berikatan dengan reseptor opioid di neuron yang dapat menghambat pelepasan neurotransmitter yang pada akhirnya menghalangi sinyal rasa sakit ke otak, Hal tersebut yang bisa menurunkan kecemasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Bahruddin et al (2023). bahwa ada Pengaruh Terapi Spiritual *Emotional Freedom Technique (SEFT)* Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Chronic kidney disease (CKD) Stage V Yang Menjalani HD Di RSUD Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan, didapatkan nilai P Value = 0,000 dengan signifikansi  $\alpha = 0,05$ , sehingga  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Ketukan pada titik tertentu pada SEFT dapat menjadikan mediator energi di meridian tubuh, aliran energi disetiap organ atau sel tubuh

manusia akan meningkatkan kemampuan adaptasi psikologi (Siregar et al., 2023).

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti menyimpulkan bahwa terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* mampu dalam menurunkan tingkat kecemasan, pasien merasa lebih tenang dan rileks karena terapi SEFT termasuk ke dalam kriteria terapi relaksasi. Hal ini membuat responden lebih nyaman dan tenang sehingga responden saat relaksasi tersebut dapat mengeluarkan hormon dengan lebih stabil.

### KESIMPULAN

Ada pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung tahun 2024 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ). Ada pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Kota Bandar Lampung tahun 2024 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ).

### Saran

#### Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan dasar pertimbangan bagi pihak Rumah Sakit dalam memberikan terapi nonfarmakologi khususnya perawat hemodilisa dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisa.

### Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau masukan

bagi peneliti selanjutnya tentang pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap kualitas tidur dan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Bagi peneliti selanjutnya dapat memberikan media leaflet atau media berupa video mengenai cara melakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* kepada responden agar dapat melakukan terapi dengan mandiri. Penelitian ini tidak hanya menggunakan desain *Quasy Experiment* tetapi dapat juga menggunakan eksperimen murni dengan kelompok control sebagai pembandingnya dan faktor perancu serta dapat mempertimbangkan homogenitas partisipan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Bahrudin, M. A., & Hartono, D. (2023). Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft)* Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Stage V Yang Menjalani Hd Di Rsud Dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(11), 1-10.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2019. *Kemendes Rj*, 53(9), Diakses Pada: 1689-1699. <https://Repository.Badankebijakan.Kemkes.Go.Id/Id/Eprint/3514/>
- Kovesdy, C. P. (2022). Epidemiology Of Chronic Kidney Disease: An Update 2022. *Kidney International Supplements*, 12(1), 7-11.
- Lisarni, L., Nauli, F. A., Marthiningsih, M., Huda, N., & Pranata, S. (2022). The Effectiveness Of Spiritual

- Emotional Freedom Technique In Improving Sleep Quality Among Cancer Patients. *International Journal Of Nursing And Health Services (Ijnhs)*, 5(4), 334-339.
- Mustofa, S., Kartinah, K., & Kristini, P. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(3), 1196-1200.
- Nugroho, S. H. P., & Islami, F. (2019). Pengaruh Teknik Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Chronic Kidney Disease. *Jurnal Surya*, 11(03), 16-25.
- Nurhayati, I., Hamzah, A., Erlina, L., & Rumahorbo, H. (2021). Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisa: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 1(1), 38-51.
- Nurrohmah, F. I., & Rinaldi, M. R. (2022). Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Psikologi Talenta*, 8(1), 18-25.
- Rahayu, D. A., & Mariyati, M. (2023). Penerapan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisa. *Prosiding Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang*, 5(1), 56-67.
- Rahmadania, W. O., & Zoahira, W. O. A. (2021). Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Keluarga Pasien Yang Kritis. *Jurnal Kepasienan Silampari*, 5(1), 610- 618.
- Rosyanti, L., Hadi, I., Antari, I., & Ramlah, S. (2023). Faktor Penyebab Gangguan Psikologis Pada Penderita Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis: Literatur Reviu Naratif. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 15(2), E1102-E1102.
- Saadah, S., & Hartanti, R. D. (2021). Gambaran Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa: Literature Review. *In Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 509-517.
- Sagala, D. S. P., Hutagaol, A., Anita, S. I., & Zamago, J. H. P. (2023). Hubungan Lama Menjalani Hemodialisa Dengan Status Depresi Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 9(2), 150-159.
- Siallagan, A., Ginting, A., & Margaret, T. (2023). Hubungan Penggunaan Media Social Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Smk Negeri 2 Tahun 2022. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 4912-4924.
- Siregar, C. T. (2020). *Buku Ajar Manajemen Komplikasi Pasien Hemodialisa (R. A. Ariga (Ed.))*. Yogyakarta: Deepublish.
- Siregar, M. A., Kaban, A. R., Harahap, Y. A., & Saftriani, A. M. (2023). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Dan Murottal Surah Ar Rahman Terhadap Kualitas Tidur Pasien Hemodialisa. *Jkep*, 8(2), 237-251.
- Sundström, J., Bodegard, J., Bollmann, A., Vervloet, M. G., Mark, P. B., Karasik, A., Taveira-Gomes, T., Botana, M., Birkeland, K. I., Thuresson, M., Jäger, L., Sood, M M Vanpottelbergh, G., & Tangri,

- N. (2022). Prevalence, Outcomes, And Cost Of Chronic Kidney Disease In A Contemporary Population Of 2•4 Million Patients From 11 Countries: The Careme Ckd Study. *The Lancet Regional Health - Europe*, 20, 1-14.
- Susanto, W. H. A., Purwoto, A., Dewi, S. U., Wardin, I., Yulis, R., Rachman, N., & Yulianita, M. E. (2023). *Keperawatan Holistik*. Global Eksekutif Teknologi.
- Triyono, A. H., Suandika, M., Wibowo, T. H., & Dewi, F. K. (2023). Gambaran Kejadian Komplikasi Intra Hemodialisa Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rs Tk Iii 04.06. 01 Wijayakusuma Purwokerto. *Journal Of Nursing And Health*, 8(1), 27-39.
- Wahyuni, T. D., Agustiyowati, T. H. R., & Rohyadi, Y. (2023). Lama Hemodialisis Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 15(2), 460-466.
- Yatilah, R., & Hartanti, R. D. (2021). Gambaran Self Care Management Pada Pasien Hemodialisa: Literature Review. *In Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 2340-2348.