

**INOVASI DIGITAL DAN UJI VALIDITAS APLIKASI SPIRITUAL ISLAM DAN
SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)
BERBASIS ANDROID SEBAGAI UPAYA MENGURANGI
KECEMASAN PASIEN**

**Murtiningsih^{1*}, Umar Ruswandi², Mariyatul Kiptiyah³, Dwi Novitasari⁴
Rani Rohmawati⁵, Selvi Audia Riva'i⁶, Hanif Abdul Latif⁷**

¹⁻²Institut Kesehatan dan Teknologi PKP DKI Jakarta

³⁻⁶Rumah Sakit Umum Daerah Bakti Pajajaran

⁷Techno

Email Korespondensi: murtiningsihkadun@gmail.com

Disubmit: 14 September 2025

Diterima: 30 September 2025

Diterbitkan: 01 Oktober 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i10.22648>

ABSTRACT

Hospitalized patients often experience anxiety, which can be alleviated through various interventions, including spiritual approaches. This study focuses on developing a digital innovation in the form of an Islamic spiritual application that provides worship guidance for patients during illness and integrates the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). The application was developed using the PDCA (Plan, Do, Check, Act) model, and its validity was evaluated through expert review by five information technology specialists and five Sharia experts. Validity testing with Aiken's V analysis yielded values ranging from 0.80 to 1.00, indicating that all assessment items were considered valid. These results demonstrate that the application has a high level of content validity and can be implemented without major revisions. The Islamic spiritual application shows good usability and is suitable for clinical use as a supportive intervention to reduce patient anxiety.

Keywords: Digital Innovation, Islamic Spiritual Applications, SEFT

ABSTRAK

Pasien yang dirawat di rumah sakit dapat mengalami kecemasan. Upaya untuk mengurangi kecemasan pasien dapat dilakukan dengan berbagai metode, pendekatan spiritual merupakan salah satu metode yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pasien. Pengembangan inovasi digital aplikasi spiritual islam berisi tentang panduan ibadah pasien ketika sakit dan mengintegrasikan Teknik SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*). Tujuan penelitian ini untuk mengembangkan inovasi digital aplikasi spiritual islam dan uji validitas aplikasi spiritual Islam. Pengembangan Inovasi digital Aplikasi Spiritual Islam menggunakan metode PDCA (*Plan, Do, Check, Action*). Uji validitas aplikasi spiritual Islam dilakukan dengan pendekatan expert review oleh 5 orang pakar teknologi informasi dan 5 orang pakar syariah. Hasil Uji validitas menggunakan analisis Aiken's V didapatkan semua item penilaian berada antara 0,80-1.00 artinya seluruh butir dinilai valid oleh pakar teknologi informasi dan pakar syariah. Aplikasi memiliki Tingkat validitas isi yang tinggi, sehingga dapat

digunakan tanpa revisi mayor. Aplikasi spiritual Islam memiliki usability yang baik dan layak digunakan pada implementasi klinis sebagai Upaya mengurangi kecemasan pasien.

Kata Kunci: Inovasi Digital, Aplikasi Spiritual Islam, SEFT

PENDAHULUAN

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan penyakit pembunuh secara diam-diam (silent killer). Himpunan Hipertensi Indonesia mendefinisikan hipertensi peningkatan tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 85 mmHg. Hipertensi dapat terjadi tanpa gejala (asimptomatik). Pasien yang mengalami hipertensi tanpa gejala dapat berlangsung bertahun-tahun sampai pada akhirnya mengalami penyakit jantung, stroke, kerusakan ginjal sampai menyebabkan kematian.(Hartono, 2011).

Kecemasan pada seseorang dapat menyebabkan hipertensi, begitu juga sebaliknya seseorang yang terdiagnosis hipertensi juga dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan yang terjadi pada pasien hipertensi berdasarkan hasil penelitian dari 78 responden yang tidak cemas 12,8%, cemas ringan 29,5%, sedang 25,6%, berat 26,9 %, berat sekali 5,1%.(Kati et al., 2018).

Upaya untuk mengurangi kecemasan pasien dapat dilakukan dengan berbagai metode, pendekatan spiritual merupakan salah satu metode yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pasien. Pengembangan inovasi digital aplikasi spiritual Islam berisi tentang panduan ibadah pasien ketika sakit dan mengintegrasikan Teknik SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique). Terapi spiritual dapat menurunkan kecemasan.(Galih et al., 2022).

Aplikasi spiritual Islam dengan mengintegrasikan Teknik SEFT berbasis android dikembangkan sebagai Upaya untuk mengurangi kecemasan pasien.

KAJIAN PUSTAKA

Kecemasan menurut American Psychiatric Association (2013) dalam (Swarjana,2022)mendefinisikan perasaan tidak nyaman atau ketakutan terkait antisipasi bahaya, yang sumbernya sering tidak spesifik atau tidak diketahui.

Pasien yang cemas akan mempengaruhi lama perawatan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kecemasan dengan lama rawat pasien penyakit jantung Akut Miokard Infark (AMI). Mayoritas pasien cemas moderat (43,3%) dan lama tinggal lebih cepat (56,7%).(Karima et al., 2017).

Kecemasan dapat menurun dengan menggunakan pendekatan spiritual yaitu terapi SEFT. Terapi SEFT dapat menurunkan kecemasan pasien hipertensi.(Pratama et al., 2022). Faktor yang mempengaruhi kesembuhan menurut (Murtiningsih, 2022) yaitu Sabar dan Sholat, Pasrah, Istigfar, Ridho, Ikhlas, Tilawah AlQur'an, Ujian, Assyafi', Lapang dada, Iman, Sholawat, Lazimkan zikir, Amal Sholeh dan Munajat disingkat menjadi SPIRITUAL ISLAM.

Berdasarkan permasalahan kecemasan pasien, perlu dilakukan suatu Upaya untuk mengurangi kecemasan dengan pendekatan spiritual yang menggabungkan terapi SPIRITUAL ISLAM dan

mengintegrasikan terapi SEFT. Terapi tersebut disusun dengan inovasi digital aplikasi SPIRITUAL ISLAM berbasis android.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu research and development dengan menggunakan metode PDCA (Plan, Do, Check, Action). Tahapan tersebut merupakan salah satu bentuk continuous improvement membantu Upaya perbaikan atas masalah yang terjadi secara berkesinambungan.(Purnomo, 2023).

Sebelum penelitian telah dilakukan uji etik dan telah mendapatkan persetujuan dari komite etik Rumah Sakit Bakti Pajajaran dengan Nomor:000.9.2/4301-um.

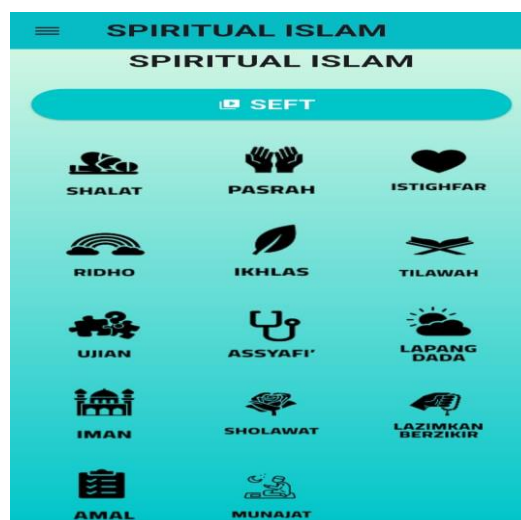
Pada tahap perencanaan (Plan) dilakukan focus Group discussion antara tim peneliti yang terdiri dari bidang keperawatan, statistik, teknologi informasi dan syariah. Setelah disepakati mulai mencari evidence based practice dari aplikasi spiritual islam. Hasil studi literatur didapatkan seperti berikut: Ada hubungan yang signifikan antara

sholat dengan tekanan darah sistole dan diastole pasien hipertensi p value=0,000 dan $r=-0,524$ untuk tekanan darah sistole dan $p=0,023$, $r=-0,338$ untuk tekanan darah diastole. Hal ini bermakna semakin tinggi nilai skor sholat, semakin rendah nilai tekanan darah.(Hanik Fitria Cahyani, 2014)

Hasil penelitian tentang sholat pasien yang dirawat di rumah sakit menunjukkan mayoritas 27 dari 65 pasien (41,5%) tidak melakukan sholat Ketika dirawat di Rumah Sakit. Alasan tidak melakukan sholat diantaranya tidak tahu cara sholat (23,1%), sebelum sakit jarang sholat (18,5%), kalau sakit tidak perlu sholat (9,2%), tidak ada perlengkapan sholat (4,6%).(Safri & , Sofiana Nurchayati, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut direkomendasikan perlu training untuk melakukan sholat dan bersuci pada saat sakit. Pada kondisi sakit ibadah ada kemudahan.

Pada tahap pelaksanaan (Do) menyiapkan konten aplikasi SPIRITUAL ISLAM diantaranya modul panduan ibadah orang sakit, video tata cara wudhu dan tayamum, video SEFT dan konten SPIRITUAL ISLAM.



Gambar 1. Aplikasi Spiritual Islam

Masing-masing fitur pada aplikasi tersebut terdapat panduan dalam bentuk materi, video tata cara wudhu dan tayamum, video SEFT dan juga audio dari rekaman bacaan AlQur'an.

Pada tahap penilaian (Check) dilakukan uji validitas menggunakan analisis Aiken's V. Penilaian

dilakukan oleh expert review 5 orang dari pakar syariah dan 5 orang dari pakar teknologi informasi.

Pada tahap Tindakan (Action) merevisi dari aplikasi yang telah diberikan kepada responden secara berkala dan juga persiapan untuk dimasukkan dalam google playstore.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Analisis Aiken's V

Heuristik	Aspek Evaluasi	Aiken's V	Status
H1	Visibility of system status	0.733	VALID
H2	Match between system and real world	0.733	VALID
H3	User control and freedom	0.867	VALID
H4	Consistency and standards	0.733	VALID
H5	Error prevention	0.800	VALID
H6	Help users recognize, diagnose, and recover from errors	0.667	VALID
H7	Help and documentation	0.733	VALID
H8	Recognition rather than recall	0.867	VALID
H9	Flexibility and efficiency of use	0.867	VALID
H10	Aesthetic and minimalist design	0.733	VALID

Penelitian ini melakukan evaluasi usability terhadap aplikasi Digital Spiritual Islam yang mengintegrasikan pendekatan SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) untuk mengurangi kecemasan pasien. Evaluasi dilakukan oleh 5 ahli IT dan 5 ahli syariah menggunakan 10 prinsip

heuristik Nielsen dengan validasi instrumen menggunakan koefisien Aiken's V. Hasil menunjukkan bahwa seluruh aspek heuristik memiliki validitas tinggi (100%) dengan nilai Aiken's V berkisar antara 0.667-0.867, mengindikasikan aplikasi memiliki usability yang baik dan layak untuk implementasi klinis.

PEMBAHASAN

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa aplikasi Digital Spiritual Islam telah memenuhi standar usability yang baik berdasarkan prinsip Nielsen. Hal ini penting untuk aplikasi kesehatan mental karena:

1. **Aksesibilitas:** Pengguna dapat menggunakan aplikasi tanpa pelatihan khusus
2. **User Experience:** Desain intuitif mendukung penggunaan dalam kondisi kecemasan
3. **Reliabilitas:** Validitas instrumen memastikan evaluasi objektif.

4. **SEFT** (spiritual emotional freedom technique) adalah tehnik penyembuhan yang memadukan kemampuan energi psikologi dengan doa dan spiritualitas. Energi psikologis adalah ilmu yang menerapkan berbagai prinsip dan teknik berdasarkan konsep sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku seseorang.

Pemberian terapi SEFT akan memberikan pengaruh penurunan tingkat kecemasan yang signifikan apabila dilakukan dengan lima kunci keberhasilan terapi SEFT. Lima kunci keberhasilan terapi SEFT adalah meyakini bahwa segala sesuatu merupakan kuasa Tuhan, mengucapkan doa dengan khusyu' yang berarti diucapkan dari hati dan fokus, berusaha ikhlas menerima segala cobaan sakit fisik maupun mental dengan tidak mengeluh atas keadaan yang dialami. Kemudian berpasrah dengan menyerahkan segala sesuatu kepada-Nya diiringi dengan perasaan bersyukur atas nikmat Tuhan yang masih Ia berikan hingga saat ini (Sulistiyowati, 2023).

KESIMPULAN

Aplikasi Digital Spiritual Islam dengan pendekatan SEFT telah memenuhi standar usability yang

tinggi berdasarkan evaluasi heuristik Nielsen. Dengan validitas instrumen 100% (semua heuristik $V > 0.6$) dan rata-rata skor 3.33/4.00, aplikasi ini layak untuk diimplementasikan dalam setting klinis. Area perbaikan terfokus pada sistem error recovery dan feedback status, namun secara keseluruhan aplikasi menunjukkan kualitas desain yang baik untuk mendukung intervensi pengurangan kecemasan berbasis spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifqi, U. (2024). *Implementasi Spiritual Emotional Freedom Technique Untuk Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak: Di Griya Sehat Holistik Kajen* (Doctoral Dissertation, Uin Kh Abdurrahman Wahid Pekalongan).
- Amelia, L. (2025). *Pengaruh Dukungan Spiritual Perawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Keluarga Pasien Di Ruang Icu Rumah Sakit Awal Bros Bagan Batu* (Disertasi Doktor Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Erianti, S. (2023). *Hubungan Perilaku Caring Islami Dengan Kepuasan Pasien Bpjs Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang* (Disertasi Doktor, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Galih, E. Z., Adi Nugroho, H., Kusuma, H., Keperawatan, J., & Kemenkes Aceh, P. (2022). Terapi Spiritual Terhadap Kecemasan Dan Depresi Pada Pasien Hemodialisis : Literatur Review. *Journal Keperawatan*, 1(1), 36-42. [Http://Jourkep.Jurkep-Poltekkesaceh.Ac.Id/Index.Php/Jourkep](http://Jourkep.Jurkep-Poltekkesaceh.Ac.Id/Index.Php/Jourkep)

- Hanik Fitria Cahyani. (2014). *Hubungan Sholat Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. <https://Repository.Uinjkt.Ac.Id/Dspace/Bitstream/123456789/24130/1/Hanik%20fitria%20cahyani-Fkik.Pdf>
- Hartono, B. (2011). *Hipertensi: The Silent Killer*. http://Faber.Inash.Or.Id/Upl oad/News_Pdf/News_Dr._Drs._Bambang_Hartono,_Se13.Pdf
- Kati, R. K., Opod, H., & Pali, C. (2018). *Gambaran Emosi Dan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bahu*.
- Naja, S. (2025). Alternatif Mindfulness Islami Untuk Terapi Modern. *Nihayah: Jurnal Kajian Islam*, 1 (2), 123-141.
- Nasikin, M. (2024). *Pengaruh Kepemimpinan Spiritual Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Yang Dimediasi Oleh Motivasi Intrinsik* (Disertasi Doktor, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Pratama, E. R., Suri, S. I., & Damaiyanti, S. (2022). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi. *Malahayati Nursing Journal*, 4(8), 1983-1994. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V4i8.6738>
- Prihatini, W. (2025). *Pengaruh Telenursing Terhadap Kepatuhan Self Care Penderita Gagal Ginjal Yang Menjalani Terapi Hemodialisa Di Ruang Bougenville Rumah Sakit Awal Bros Pekanbaru* (Disertasi Doktor Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Purnomo, S. (2023). *Pdca*. Pt Wijaya Karya Beton, Tbk.
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2022). *Buku Panduan Terapi Sqeft (Spiritual Qur'anic Emotional Freedom Technique)*. Deepublish.
- Rismawan, W., Marchira, Cr, & Rahmat, I. *Hipnoterapi Lansia Integrasi Aplikasi Mobile Dan Teknik Manual Untuk Mengatasi Depresi*. Penerbit Adab.
- Safri, & , Sofiana Nurchayati, S. R. (2018). *Gambaran Asuhan Keperawatan Dimensi Spiritual*. 9(1), 1-10. <https://www.google.com/search?q=Gambaran+Asuhan+Keperawatan+Dimensi+Spiritual&Oq=Gambaran+Asuhan+Keperawatan+Dimensi+Spiritual&Aqs=Chrome..69i57.1649j0j15&Sourceid=Chrome&le=UTF-8>
- Swarjana, I. K. (2022). *E Book Pengukuran Kecemasan*. <https://play.google.com/books/reader?id=Apfeeaaaqbaj&pg=GBs.Pp1>
- Sulistyowati, D. A., & Rahmawati, U. A. A. (2023). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Selama Pandemi Covid-19 Di Wilayah Surakarta. *Penerbit Tahta Media*.