

**PENGARUH APLIKASI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM  
TECHNIQUE (SEFT)* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
DALAM PROSES PERSALINAN  
DI TPMB DEBA KUSMIATY I**

**SKRIPSI**



**Oleh :  
DEBA KUSMIATY.I  
NIM. 512021086**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG  
2023**

**PENGARUH APLIKASI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM  
TECHNIQUE (SEFT)* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM  
PROSES PERSALINAN DI TPMB DEBA KUSMIATY I**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu  
Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung*



**Oleh :  
DEBA KUSMIATY.I  
NIM. 512021086**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

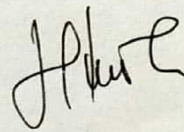
**DEBA KUSMIATY I  
NIM. 512021086**

**PENGARUH APLIKASI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM  
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
DALAM PROSES PERSALINAN  
DI PMB DEBA KUSMIATY I**

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan  
Pada Seminar Proposal/Ujian Sidang Skripsi

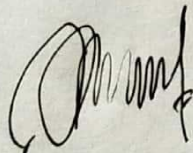
Oleh :

Pembimbing Utama



**Maya Sukmayati, S.ST., M.KM.,  
NPP. 2010021274035**

Pembimbing Pendamping



**Nurlatifah, S.ST., M.Keb  
NPP. 2010210886037**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

**PENGARUH APLIKASI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)  
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM PROSES PERSALINAN DI TPMB  
DEBA KUSMIATY. I**

Disusun Oleh :

**DEBA KUSMIATY. I**  
**NIM : 512021086**

Telah disetujui dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi Program Studi  
Sarjana Kebidanan Alih Jenjang Universitas Aisyiyah Bandung dan Dinyatakan Telah  
Memenuhi Syarat untuk Diterima

Bandung, 26 Januari 2023

Penguji I



Inggriane Puspita Dewi., S.Kep., Ners M.Kep  
NPP. 1999020874006

Penguji II



Giari Rahmilasari, S.ST., M.Keb  
NPP. 2011150881045

Pembimbing Utama



Maya Sukmayati, S.ST., M.KM.  
NPP. 2010021274035

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Deba Kusmiaty.I

NIM : 512021086

Program Studi : Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/ pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Skripsi yang berjudul:

**"PENGARUH APLIKASI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM PROSES PERSALINAN DI TPMB DEBA KUSMIATY I"**

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pancabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, Januari 2023  
Yang membuat pernyataan,



Deba Kusmiaty. I

**SURAT PERNYATAAN  
KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Deba Kusmiaty

NIM : 512021086

Prodi : Sarjana Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive RoyaltyFree Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

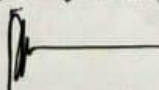
**Pengaruh Aplikasi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Proses Persalinan di TPMB Deba Kusmiaty I**

Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, Januari 2023

Yang Menyatakan,



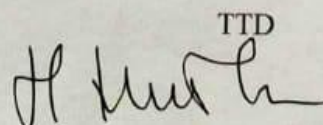
Deba Kusmiaty

Mengetahui, Tim Pembimbing

Nama

Maya Sukmayati, S.ST., M.KM

Nurlatifah, S.ST., M.Keb

TTD  


**Universitas ‘Aisyiyah Bandung  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi Sarjana Kebidanan**

**Skripsi, Bandung Januari 2023  
DEBA KUSMIATY I  
NIM: 512021086**

**PENGARUH APLIKASI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DALAM PROSES PERSALINAN DI TPMB DEBA KUSMIATY I**

**ABSTRAK**

Persalinan normal adalah sesuatu yang didambakan oleh pasangan suami istri yang menginginkan anak. Akan tetapi persalinan normal yang diharapkan tidak selalu terlaksana. Kecemasan yang tinggi bisa mengakibatkan persalinan menjadi tidak normal. Ada beberapa penelitian yang bisa menurunkan tingkat kecemasan, diantaranya terapi Murotal Al Qur’an, aromaterapi dan Terapi SEFT. Tujuan penelitian untuk menganalisis apakah ada pengaruh aplikasi terapi SEFT terhadap tingkat kecemasan dalam proses persalinan di TPMB Deba Kusmiaty I.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design* dengan pendekatan *one grup pretest and posttest design*. Metode sampling yang digunakan adalah metode sampling bertarget. Sampel pada penelitian ini adalah 30 responden, terapi SEFT dilakukan pada kala I dan kala IV. Penelitian ini dilakukan di pada bulan Oktober – Desember 2022. Pengambilan data menggunakan kuesioner yang sudah baku yaitu *Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS)*. Uji Etik penelitian No. 374/KEP.01/UNISA-BANDUNG/I/2023.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perubahan tingkat kecemasan pada ibu bersalin setelah dilakukan terapi SEFT. Hasil penelitian diperkuat oleh hasil perbedaan nilai uji dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* didapatkan *p value* sebesar 0,000 (*p value* < 0,005) dengan arti bahwa terdapat perbedaan nilai yang sangat bermakna.

Sehingga dapat disimpulkan dalam penelitian ini bahwa terapi SEFT efektif untuk mengurangi tingkat kecemasan dalam proses persalinan di TPMB Deba Kusmiaty I.

Kata Kunci: Kecemasan, Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*, Persalinan.

**Universitas 'Aisyiyah Bandung  
Faculty of Health Sciences  
Midwifery Undergraduate Study Program**

**Undergraduate Thesis, Bandung January 2023  
DEBA KUSMIATY I  
NIM: 512021086**

**THE EFFECT OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)  
APPLICATION ON ANXIETY LEVEL IN DELIVERY PROCESS AT TPMB  
DEBA KUSMIATY I**

#### **ABSTRACT**

Normal delivery is something coveted by married couples who want children. However, the expected normal delivery is not always carried out. High anxiety can cause labor to be abnormal. There are several studies that can reduce anxiety levels, including Murotal Al Qur'an therapy, aromatherapy and SEFT therapy. The aim of the study was to analyze whether there was an effect of the application of SEFT therapy on the level of anxiety in the delivery process at TPMB Deba Kusmiaty.

The method used in this research is Pre-Experimental Design with one group pretest and posttest design approach. The sampling method used is targeted sampling method. The sample in this study were 30 respondents (30 mothers in the first and fourth stages of labor were given SEFT therapy). Data collection used a standardized questionnaire, namely the Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS).

The results of this study indicate that there is a change in the level of anxiety in birthing mothers after SEFT therapy. The results of the study were reinforced by the results of the difference in test values using the Wilcoxon statistical test, which obtained a p value of 0.000 (p value <0.005) meaning that there were very significant differences in values.

So it can be concluded in this study that SEFT therapy is effective in reducing anxiety levels in the delivery process at TPMB Deba Kusmiaty I.

Keywords: Anxiety, Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy, Childbirth.



## KATA PENGANTAR

مُؤَلِّمَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. karena rahmat dan hidayah-Nyalah, penulis akhirnya dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul: **“Pengaruh Aplikasi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Proses Persalinan Di TPMB Deba Kusmiaty I”**. Shalawat serta salam semoga semoga tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, yang membawa manusia dari alam kegelapan menuju alam yang terang benderang.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bantuan, bimbingan dan Kerjasama yang ikhlas dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Pada kesempatan ini pula, penulis mengucapkan terimakasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Tia Setiawati, S.Kp.,M.Kep., selaku Ketua Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
2. Dr. Siti Syabariyah, S.Kep.,Ms.Biomed., selaku wakil rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
3. Popy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
4. Annisa Ridlayanti, M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan.

5. Maya Sukmayati, S.ST.,M.KM, selaku pembimbing utama proposal penelitian.
6. Nurlatifah, S.ST.,M.Keb, selaku pembimbing pendamping proposal penelitian.
7. Kepada suami dan anak-anakku tercinta yang selalu memberikan semangat, kasih sayang, doa serta dorongan moril maupun materil yang tak terhingga.
8. Dan kepada rekan, sahabat, saudara dan berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, penulis ucapkan banyak terimakasih atas setiap bantuan dan doa yang diberikan. Semoga Allah SWT berkenan membalas kebaikan kalian;

Akhir kata semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan. aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandung, Januari 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .	iv
ABSTRAK .....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR BAGAN .....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Sistematika Penulisan .....	6
F. Materi Skripsi.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. <i>Spiritual Emotinal Freedom Technique (SEFT)</i> .....	8
B. Kecemasan .....	20
C. Persalinan .....	26
D. Bidan Praktek Mandiri.....	32

E. Standar Kompetensi Bidan dalam Persalinan .....	34
F. Kerangka Teori .....	38
G. Kerangka Konsep .....	38
H. Hipotesis Penelitian .....	39
I. Hasil Penelitian yang Relevan .....	39
BAB III METODE PENELITIAN .....	49
A. Jenis dan Rencana Penelitian .....	49
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	50
D. Subjek Penelitian .....	51
E. Variabel Penelitian .....	51
F. Definisi Operasional .....	52
G. Instrumen Penelitian .....	53
H. Validitas dan Reliabilitas.....	55
I. Rencana Analisis Data .....	56
J. Etika Penelitian .....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	59
A. Hasil Penelitian .....	59
B. Pembahasan .....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	68
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran .....	68
DAFTAR PUSTAKA .....	69

LAMPIRAN ..... 71

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	38
Bagan 2.2 Kerangka Konsep .....	38

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Hasil Penelitian yang Relevan .....	40
Tabel 3.1	Desain Penelitian .....	49
Tabel 3.2	Definisi Operasional .....	52
Tabel 3.3	Kisi-kisi Variabel Kecemasan .....	53
Tabel 3.4	Teknik Penilaian Instrumen <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i> ....	54
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Paritas, dan Pekerjaan di TPMB Deba Kusmiaty I.....	59
Tabel 4.2	Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan dalam proses persalinan sebelum dan sesudah dilakukan terapi SEFT di TPMB Deba Kusmiaty I .....	60
Tabel 4.3	Hasil Uji Normalitas .....	61
Table 4.4	Hasil Uji Wilcoxon Signe Test .....	62

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, D.M & Saryono. 2013. Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020. [Online]. Tersedia:  
<https://diskes.jabarprov.go.id/assets/unduh/Profil%20Kesehatan%20Jawa%20Barat%20Tahun%202020.pdf>
- Imamah. 2012. Perencanaan Bidan Praktek Mandiri BPM. <http://imamah03.blogdetik.com/2012/01/11/perencanaanbidanpraktekmandiri-bpm>.
- Jannah, Nurul. 2015. Buku Ajar Asuhan Kebidanan- Persalinan. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- JNPK-KR. 2017. Asuhan Persalinan Normal & Inisiasi Menyusui Dini. Jakarta: Depkes RI.
- Mander, R. 2012. Nyeri Persalinan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Mardiyatani HS, SKM.,MKM *et al.* 2022. Kehamilan dan Persalinan. Malang: CV Literasi Nusantara Abadi.
- Mochtar, Rustam. 2012. Sinopsis Obstetri : Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi. Edisi ketiga. Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Palifiana, Dheska Arthyka dan Khasanah, Nur. 2019. Pendidikan Kesehatan tentang Pengurangan Nyeri saat Persalinan pada Ibu Hamil. Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada.
- Permenkes RI Nomor.28 tahun 2017 tentang Izin Dan Penyelenggaraan Praktik Bidan. Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Prawirohardjo, Sarwono, 2014. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. [http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil)



[%20Risksedas%202018.pdf](#)

- Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sulistianingsih, Andi Rispah dan Bantas, Krisnawati. 2018. Peluang Menggunakan Metode Sesar Pada Persalinan di Indonesia (Analisi Data SDKI Tahun 2017). Jurnal Ilmiah.
- Stuart, Gail W. 2012. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 5. Edisi Revisi. Jakarta: EGC.
- Stuart & Sundeen. 2015. Buku Saku Keperawatan Jiwa.. Jakarta: EGC.
- Trisiani, D., Hikamawati, R. 2016. Hubungan Kecemasan Ibu Hamil terhadap Kejadian Preeklampsia di RSUD Majalaya Kabupaten Bandung. Jurnal Ilmiah,
- Wagiyo, Ns, Putranto. 2016. asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal & bayi baru lahir fisiologis dan patologis. Yogyakarta: CV.Andi.
- World Health Organization (WHO). 2019. Maternal mortality. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.
- Zainuddin, Ahmad Faiz. 2012. Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT). Jakarta: Afzan Publishing.