



## **Pemberian Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) bagi Pasien Terkonfirmasi Covid-19**

**Nirva Rantesigi<sup>1</sup>, Agusrianto<sup>1</sup>, Supriadi<sup>2</sup>, Ulfa Sufyaningsih<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Prodi DIII Keperawatan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Poso, Indonesia

<sup>2</sup>Prodi DIII Keperawatan Palu, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia

<sup>3</sup>Stikes Husada Mandiri Poso, Poso, Indonesia

Email korespondensi: [nirvarantesigi@gmail.com](mailto:nirvarantesigi@gmail.com)



### **Article history:**

Received: 04-11-2022

Accepted: 16-06-2023

Published: 18-06-2023

### **Kata kunci:**

Covid-19, terapi SEFT.

### **ABSTRAK**

Pandemi Covid-19 dapat memberi dampak permasalahan baik fisik maupun psikologis bagi setiap individu, khususnya yang harus mengalami isolasi/karantina. Bentuk distress yang muncul akibat COVID-19 diantaranya: masalah tidur, ketakutan terhadap virus, susah fokus, cemas, dan depresi. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) adalah salah satu teknik yang telah terbukti efektif dalam menangani kecemasan dan meningkatkan motivasi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, Mengurangi kecemasan, dan mengurangi stress pasien terkonfirmasi Covid-19. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Gebang Rejo dengan menggunakan LCD dan buku saku sebagai media. Edukasi terkait dampak atau bahaya kecemasan ini dihadiri oleh 24 peserta, yang terdiri dari 20 perempuan dan 4 laki-laki. Masyarakat sangat antusias dalam mendengarkan materi edukasi tersebut. Setelah pemberian edukasi kemudian dilanjutkan dengan pemberian terapi SEFT. Dari hasil evaluasi tingkat kecemasan setelah dilakukannya pengabdian kepada masyarakat, didapatkan terjadi penurunan angka pada kecemasan berat yang sebelumnya 20,8% menjadi 2,4%, kecemasan sedang yang sebelumnya 37,5% menjadi 20,8% dan terjadi peningkatan pada kecemasan ringan yang sebelumnya 41,6% menjadi 75%. Kesimpulannya bahwa pemberian terapi SEFT dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien terkonfirmasi Covid-19.

### **Keywords:**

Covid-19;  
SEFT Therapy

### **ABSTRACT**

*The covid-19 pandemic can have an impact on both physical and psychological problems for every individual, especially those who have to experience isolation/ quarantine. The forms of distress that arise due to COVID-19 include: sleep problems, fear of viruses, difficulty focusing, anxiety, and depression. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) is one technique that has been proven effective in dealing with anxiety and increasing motivation. The purpose of this activity is to increase knowledge, reduce anxiety, and reduce stress for confirmed Covid-19 patients. This community service was carried out in the Gebang Rejo Village by using video as a medium. This education related of the impact or danger of anxiety was attended by 24 participants, consisting of 20 women and 4 men. The community was very enthusiastic in listening to the educational materials. After providing education, then continued with the provision of SEFT therapy. From the results of the evaluation of the level of anxiety after community service, it was found that there was a decrease in the number of severe anxiety from 20,8% to 2,4%, moderate anxiety from 37,5% to 20,8% and an increase in mild anxiety from 41,6% to 75%. The conclusion is that giving SEFT therapy can reduce anxiety levels in confirmed covid-19 patients.*



## PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). SARS-CoV-2 merupakan coronavirus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian ([Rahmatina, Nugrahaningrum, Wijayaningsih, & Yuwono, 2021](#))

Keluhan pasien COVID-19 tidak terbatas pada gejala fisik tetapi juga mempengaruhi psikologis penderita, Penelitian yang dilakukan oleh Feng dkk (2020) menemukan bahwa COVID-19 menyebabkan distress bagi masyarakat umum khususnya masyarakat yang harus mengalami isolasi/karantina karena Covid 19. ([Mahfud & Gumantan, 2020](#)) . Masyarakat harus tinggal di rumah khusus karantina karena dianggap tidak mampu melakukan karantina mandiri di rumah dan berpotensi untuk menyebarkan Covid 19. Hal ini bisa menyebabkan gangguan mental emosional ([Siregar, Tarigan, & Purba, 2022](#)). Respon dari lingkungan masyarakat sekitar, terisolasi, berpisah dengan anggota keluarga di rumah, menjadi faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan mental emosional. Respon yang muncul bisa bermacam macam. Mulai dari sakit kepala, kehilangan nafsu makan, tidur tidak nyenyak, merasa tegang, khawatir maupun cemas. Kondisi karantina (pembatasan gerak aktivitas) juga bisa menyebabkan aktivitas sehari hari menjadi terganggu ([Herfinanda, Puspitasari, Rahmadian, & Kaloeti, 2021](#)).

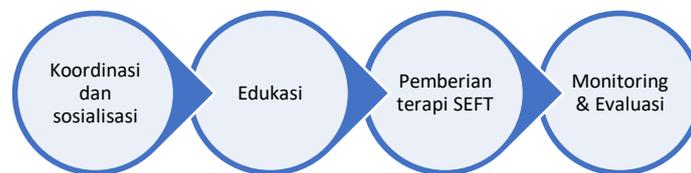
Penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurjanah, 2020 terhadap pasien COVID-19 menunjukkan bahwa keluhan terbanyak adalah keluhan psikis yaitu merasa cemas, tegang/khawatir (40%), diikuti dengan keluhan aktivitas, tidak adanya motivasi (37%), kehilangan nafsu makan (30%) dan tidur tidak nyenyak (30%). Pada penelitian ini ditemukan 90 Subjek (57,3 %) mengalami distress selama pandemi COVID-19 ([Nurjanah, 2020](#)). Hasil yang serupa juga ditemukan oleh Wang dkk (2020) ketika melakukan penelitian di Wuhan. Orang-orang yang tinggal di daerah terpapar virus memiliki skor distress yang tinggi daripada yang tidak tinggal disana. Selain itu, pemberitaan media masa dalam melaporkan COVID-19 juga berpengaruh terhadap skor distress. Bentuk distress yang muncul akibat COVID-19 diantaranya: masalah tidur, ketakutan terhadap virus, susah fokus, cemas, dan depresi ([Wang et al., 2020](#)).

Teknik yang telah terbukti efektif dalam menangani kecemasan secara umum, diantaranya adalah Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) ([Chodijah, Nurjannah, Yuliyanti, & Kamba, 2020](#)). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) adalah salah satu teknik yang telah terbukti efektif dalam menangani kecemasan dan meningkatkan motivasi ([Rachmanto & Pohan, 2021](#)). Secara umum. Beberapa penelitian yang menggunakan terapi SEFT antara lain: efektivitas terapi SEFT terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien paska-operasi Sectio Caesaria ([Aprillya Dwi Sarweni & Novita Wulan Sari, 2020](#)), pengaruh SEFT terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang ([Safira et al., 2019](#)), pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan tingkat kecemasan pada para pengguna NAPZA ([Dewi & Fauziah, 2018](#)). Berkenaan dengan situasi pandemik COVID-19 ini maka teknik ini dianggap mampu mengatasi berbagai permasalahan yang muncul terutama yang menimbulkan kecemasan dan meningkatkan motivasi sembuh bagi mereka yang terdampak ([Desmaniarti, Avianti, & ..., 2019](#))

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada peserta karantina Covid-19 di rumah, 5 dari 7 peserta yang diwawancarai mengatakan stress akibat proses karantina yang sementara dijalani, selain stress mereka juga khawatir dan cemas jika keadaan mereka nantinya akan semakin memburuk dan dapat menularkan kepada anggota keluarga lainnya. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui upaya preventif yang dilakukan secara terpadu terarah dan terus menerus.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Kelurahan Gebangrejo didasarkan pada masalah dan kebutuhan masyarakat khususnya yang terkonfirmasi covid-19 sebagai mitra, oleh karenanya skema kegiatan ini adalah Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dengan sasaran masyarakat yang terkonfirmasi covid-19 yang lagi isolasi mandiri. Kegiatan ini dilakukan oleh dua orang dosen sejak Februari sampai dengan September 2022. Langkah-langkah kegiatan:



Gambar 1. Bagan Alur kegiatan PKM

### 1. Koordinasi dan sosialisasi

Kegiatan ini dilaksanakan oleh pengabdian dengan berkoordinasi bersama Lurah Gebangrejo, Ketua RT dan Satgas Covid-19 Puskesmas Kayamanya. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mendapatkan arahan, dan petunjuk, teknis pelaksanaan serta tempat pelaksanaan kegiatan pemberian terapi SEFT (*spiritual emotional freedom technique*) untuk peserta karantina yang terkonfirmasi covid-19.

### 2. Edukasi

Sebelum pemberian edukasi diawali dengan pengukuran tingkat pengetahuan peserta dengan membagikan kuesioner tentang dampak kecemasan terhadap imunitas tubuh, hal ini untuk mengetahui pengetahuan peserta karantina selanjutnya pemberian edukasi yang diikuti oleh peserta karantina yang terkonfirmasi Covid-19 di kelurahan Gebangrejo sebanyak 24 orang dengan materi yang meliputi definisi kecemasan, tanda gejala, dampak yang ditimbulkan, serta cara penanganan dan dilanjutkan dengan tanya jawab.

### 3. Pemberian terapi SEFT

Sebelum pemberian terapi SEFT, peserta diukur tingkat kecemasannya dengan menggunakan kuesioner skala HARS.

Pemberian terapi SEFT diberikan kepada seluruh peserta yakni 24 orang. Terapi SEFT ini dilaksanakan dalam 2 sesi. Sesi umum yakni dilakukan oleh seluruh peserta, dan sesi khusus yang hanya diberikan kepada 14 peserta yang terdeteksi melalui skrining diperoleh tingkat kecemasannya adalah sedang dan berat.

### 4. Monitoring & Evaluasi

Monitoring dan evaluasi merupakan tahap akhir dari rangkaian kegiatan Pengabdian kepada masyarakat kepada para peserta karantina yang terkonfirmasi Covid-19, evaluasi dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dilakukan pengabdian dan setelah

dilakukan pengabdian. Adapun variabel yang akan diukur yaitu pengetahuan dan tingkat kecemasan peserta. Pengukuran tingkat pengetahuan peserta menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang Covid-19 dengan kategori hasil adalah pengetahuan baik, cukup dan kurang dan pengukuran tingkat kecemasan para peserta karantina mandiri Covid-19 menggunakan kuesioner skala HARS yang berisi pertanyaan tentang gejala dan tanda kecemasan dengan hasil pengukuran dengan kategori tidak ada kecemasan, kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat dan panik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

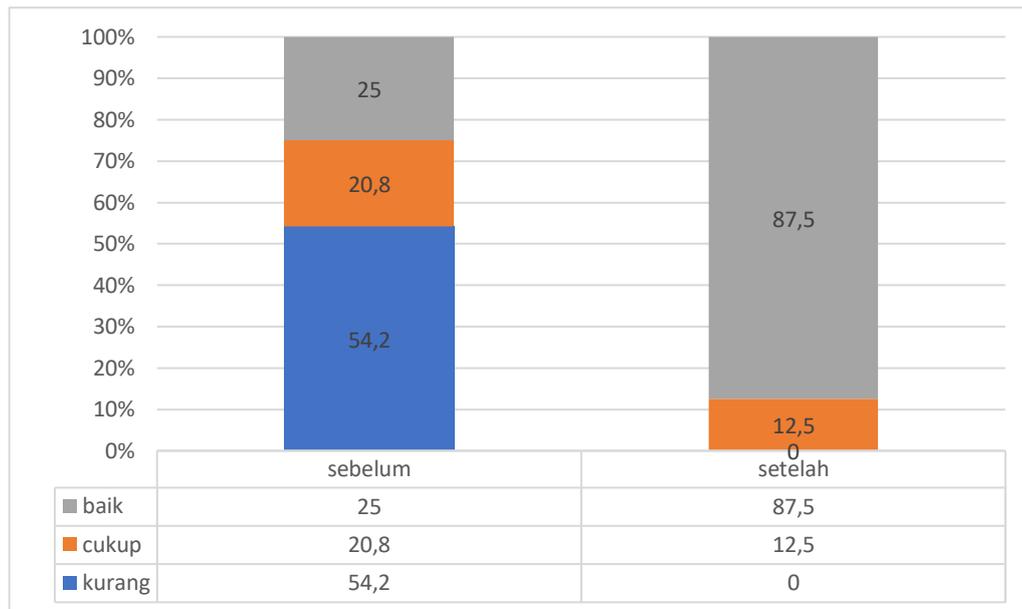
### 1. Edukasi dan diskusi

Edukasi adalah segala keadaan, hal, peristiwa, kejadian, atau tentang suatu proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok dalam usaha mendewasakan manusia. (Putri & Rahmah, 2020). Edukasi dilakukan melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Edukasi yang dilakukan oleh pengabdian dalam hal ini berfokus pada dampak kecemasan terhadap imunitas tubuh yang meliputi pengertian, dampak kecemasan berlebih. Pelaksanaan edukasi ini menggunakan media LCD dan buku saku (Ausrianti, Andayani, Surya, & Suryani, 2020).

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan peserta dan merupakan suatu kegiatan yang mendidik peserta memberi pengetahuan, informasi-informasi dan berbagai kemampuan agar dapat membentuk sikap dan perilaku hidup yang seharusnya (Syamson, Fattah, & Nurdin, 2021). Edukasi ini juga bertujuan untuk mengubah kehidupan masyarakat menjadi lebih baik. Edukasi memungkinkan seseorang mempunyai pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang matang, mandiri, serta mempunyai rasa tanggung jawab (Putri & Rahmah, 2020).

Sebelum diberikan edukasi terlebih dahulu dibagikan kuesioner tentang bahaya kecemasan dalam menurunkan imunitas tubuh untuk menilai pemahaman peserta selanjutnya diberikan edukasi dan dilanjutkan dengan diskusi. Edukasi terkait dampak atau bahaya kecemasan ini dihadiri oleh 24 peserta, yang terdiri dari 20 perempuan dan 4 laki-laki. Masyarakat sangat antusias dalam mendengarkan materi edukasi tersebut, hal ini dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang masuk terkait betapa pentingnya menjaga diri dari kecemasan berlebih.

Gambar 2 menunjukkan bahwa pengetahuan peserta terkonfirmasi Covid-19 sebelum diberikan edukasi paling banyak adalah pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (54,2%), pengetahuan sedang sebanyak 5 orang (20,8%), pengetahuan baik sebanyak 6 orang (25%) dan setelah diberikan edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang dampak kecemasan terhadap imunitas tubuh dengan pengetahuan baik sebanyak 21 orang (87,5%), pengetahuan sedang hanya 3 orang (12,5%) dan tidak ada pengetahuan kurang (0%). Pengetahuan yang baik diperoleh karena peserta diberi edukasi tentang dampak kecemasan terhadap imunitas tubuh (gambar 3) dan dilanjutkan dengan pemberian terapi SEFT yang bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasan (gambar 4).



**Gambar 2.** Gambaran Pengetahuan pasien terkonfirmasi Covid-19 Sebelum dan Setelah Edukasi dampak kecemasan terhadap imunitas tubuh



**Gambar 3** pengukuran tingkat kecemasan sebelum edukasi



**Gambar 4** Edukasi SEFT

## 2. Pemberian Terapi SEFT

Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) adalah terapi dengan menggunakan gerakan sederhana yang dilakukan untuk membantu menyelesaikan permasalahan sakit fisik maupun psikis, meningkatkan kinerja dan prestasi, meraih kedamaian dan kebahagiaan hidup (Rina Elsa Rizkiana & Dwi Mulianda, 2021). Rangkaian yang dilakukan adalah the set-up (menetralkan energi negatif yang ada ditubuh), the tune-in (mengarahkan pikiran pada tempat rasa sakit) dan the tapping (mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu ditubuh manusia) (Siregar et al., 2022). Terapi ini menggunakan gabungan dari sistem energi psikologi dan spiritual, sehingga terapi SEFT selain sebagai metode penyembuhan, juga secara otomatis individu akan masuk

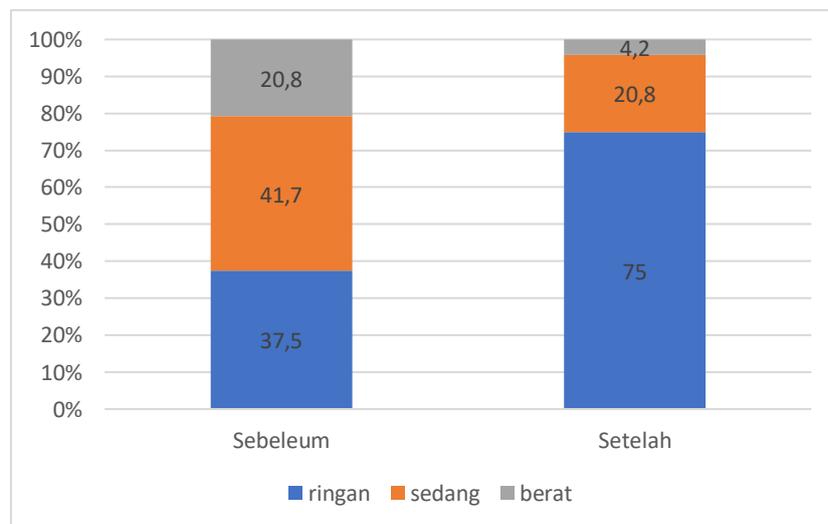
dalam ruang spiritual (spiritual space) yang menghubungkan manusia dengan Tuhannya (Mugihartadi, Sakiyan, 2020).

Pemberian terapi SEFT diberikan kepada seluruh peserta yakni 24 orang. Sebelum pemberian terapi SEFT peserta terkonfirmasi Covid-19 diukur tingkat kecemasannya dan setelah pemberian terapi diukur kembali untuk mengetahui efektifitas pemberian terapi. Terapi SEFT ini dilaksanakan dalam 2 sesi. Sesi umum yakni dilakukan oleh seluruh peserta, dan sesi khusus pada hari berikutnya yang hanya diberikan kepada 14 peserta yang terdeteksi melalui skrining mempunyai tingkat kecemasan sedang dan berat. Pada sesi ini dilakukan latihan serta pengajaran terapi SEFT untuk diaplikasikan pada diri sendiri dengan tujuan peserta dapat mentransfer ilmu kepada orang lain (Marhamah & Gamayanti, 2021).

Pengajaran dan pembelajaran adalah tumpuan individu dan masyarakat pada era sekarang. Pada dasarnya pembelajaran adalah suatu bentuk desakan bagi "kemandirian" manusia. pengajaran merupakan proses yang berfungsi membimbing para pelajar/siswa di dalam kehidupan, yakni membimbing dan mengembangkan apa yang harus dijalankan oleh para siswa. Pengajaran akan melibatkan peran guru, sedangkan pembelajaran selain melibatkan guru juga melibatkan siswa (Afif, 2019).

Latihan dan pengajaran terapi SEFT ini bertujuan agar masyarakat mampu menanggulangi masalah-masalah Kesehatan terutama masalah psikologi yang terjadi pada dirinya sendiri (Nurrohmah & Rinaldi, 2022). Latihan pengajaran terapi SEFT ini memberikan dampak positif bagi masyarakat, (Adhistry et al., 2019), hal ini dibuktikan dengan semangat masyarakat dalam bertanya dan meminta untuk mengulang kembali pengajaran yang sudah diberikan, hal ini juga dibuktikan dengan durasi panjang dari pengajaran terapi SEFT, yang awalnya dijadwalkan hanya 1 jam 30 menit bertambah menjadi 2 jam 30 menit. Untuk sesi ini, pengabdian membekali masyarakat dengan video SEFT untuk dapat dilihat Kembali dirumah, sekiranya terdapat hal-hal yang terlupakan saat hendak mencoba menerapkan terapi SEFT dirumah masing-masing.

Pemberian terapi SEFT ini membuat masyarakat sangat antusias, hal ini dibuktikan dengan dibukakannya kesempatan untuk diterapi setelah berlangsungnya kegiatan pengabdian masyarakat.



**Gambar 5.** Gambaran kecemasan pasien terkonfirmasi Covid-19 Sebelum dan Setelah pemberian terapi SEFT

Gambar 5 menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi SEFT tingkat kecemasan peserta paling banyak adalah kecemasan sedang sebanyak 10 orang (41,7%), kecemasan ringan sebanyak 9 orang (37,5%), kecemasan berat sebanyak 5 orang (20,8%) dan setelah diberikan terapi SEFT mampu menurunkan tingkat kecemasan peserta terkonfirmasi Covid-19 yaitu dengan terlihat bahwa peserta yang memiliki tingkat kecemasan ringan meningkat menjadi 18 orang (75%), kecemasan sedang menurun menjadi 5 orang (20,8%) dan kecemasan berat juga menurun menjadi 1 orang (4,2%).

### 3. Evaluasi dan monitoring

Kegiatan ini dilakukan dengan menilai pengetahuan tentang kecemasan dalam menurunkan imunitas dan tingkat kecemasan para peserta karantina mandiri Covid-19 setelah pemberian terapi SEFT. Evaluasi tingkat kecemasan dan tingkat pengetahuan dilakukan bersamaan dengan memberikan kuisioner yang sama dengan saat evaluasi sebelum kegiatan. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui dampak dan manfaat dari pengabdian masyarakat yang dilaksanakan. Setelah dilakukan evaluasi akhir masih ada 1 orang terkonfirmasi Covid-19 yang memiliki tingkat kecemasan berat. Oleh karena itu pengabdian melakukan pengkajian mendalam dan ternyata hal ini dikarenakan masalah pribadi yang terjadi dalam rumah tangganya, dengan demikian khusus untuk yang tingkat kecemasannya berat akan ditangani langsung oleh therapist sebagai spesialis jiwa, dalam hal ini sebagai mitra pengabdian kepada masyarakat.

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil pengabdian masyarakat dengan tema Pemberian terapi SEFT. untuk peserta karantina Covid-19 dirumah dengan kriteria Orang Tanpa Gejala menunjukan bahwa pemberian terapi SEFT dapat menurunkan tingkat kecemasan. Kami menyarankan agar masyarakat pada umumnya dan dikalangan ibu rumah tangga khususnya, untuk dapat menerapkan terapi SEFT untuk mengurangi tingkat kecemasan, stress, dan depresi dalam menghadapi permasalahan kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhistry, K., Rica, D. S., Zaleha, Marista, D., Winni, P. A., Agustin, I., & Dwi, S. (2019). The Effect Of Complementer Therapy : Seft Therapy On Stress And. In *Seminar Nasional Keperawatan*. <http://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1646>
- Afif, N. (2019). Pengajaran dan Pembelajaran di Era Digital. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 2(01), 117–129. <https://doi.org/10.37542/iq.v2i01.28>
- Aprillya Dwi Sarweni, & Novita Wulan Sari. (2020). Penerapan Terapi Seft Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Binaan Puskesmas Rowosari Semarang. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 5(2), 59–65. <https://doi.org/10.55606/sisthana.v5i2.69>
- Ausrianti, R., Andayani, R. P., Surya, D. O., & Suryani, U. (2020). Edukasi Pencegahan Penularan Covid 19 serta Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pengemudi Ojek Online. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 2(2), 59–64. <https://doi.org/10.37287/jpm.v2i2.101>
- Chodijah, M., Nurjannah, D. S., Yuliyanti, A. Y., & Kamba, M. (2020). SEFT sebagai terapi mengatasi kecemasan menghadapi Covid-19. *Karya Tulis Ilmiah LPPM UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 2–8. <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30760>

- Desmanianti, D., Avianti, N., & ... (2019). The Effectiveness Relaxation Techniques and SEFT towards Children's Stres at Rehabilitation Center for Inmate Children Bandung. *International* ..., (December), 7–8. [https://www.academia.edu/11639271/The\\_Effectiveness\\_of\\_Relaxation\\_Training\\_on\\_Anxiety\\_of\\_Disordered\\_Childrens\\_Mothers](https://www.academia.edu/11639271/The_Effectiveness_of_Relaxation_Training_on_Anxiety_of_Disordered_Childrens_Mothers)
- Dewi, I. P., & Fauziah, D.-. (2018). Pengaruh Terapi Seft Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Para Pengguna Napza. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i2.1094>
- Herfinanda, R., Puspitasari, A., Rahmadian, L., & Kaloeti, V. S. (2021). Family Resilience during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Literature Study. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–11. [10.21070/IIUCP.V1I1.625](https://doi.org/10.21070/IIUCP.V1I1.625)
- Mahfud, I., & Gumantan, A. (2020). Survey Of Student Anxiety Levels During The Covid-19 Pandemic. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 86–97. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v4i1.1103>
- Marhamah, A., & Gamayanti, W. (2021). Pengaruh Terapi Seft Terhadap Kecemasan Para Remaja Desa Cipendawa di Era Pandemi Covid 19. *Proceeding UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(26), 10–21. Retrieved from <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/Proceedings>
- Mugihartadi, Sakiyan. (2020). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Selama Masa Pandemi Covid-19. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 1(2), 38–47. <https://doi.org/10.53510/nsj.v1i2.43>
- Nurjanah, S. (2020). Gangguan mental emosional pada klien pandemi Covid 19 di rumah karantina. *Journal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(3), 329–334. <https://doi.org/10.32584/jikj.v3i3.628>
- Nurrohmah, F. I., & Rinaldi, M. R. (2022). VTerapi Spiritual Emotional Freedom Technique ( SEFT ) Untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 8(1), 18–25. <https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.849>
- Putri, N. W., & Rahmah, S. P. (2020). Edukasi Kesehatan untuk Isolasi Mandiri dalam Upaya Penanganan COVID-19 di Kanagarian Koto Baru, Kabupaten Solok. *Jurnal Abdidas*, 1(6), 547–553. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i6.124>
- Rachmanto, T. A., & Pohan, V. Y. (2021). Terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. *Ners Muda*, 2(3), 100. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8496>
- Rahmatina, Z., Nugrahaningrum, G. A., Wijayaningsih, A., & Yuwono, S. (2021). Social Support for Families Tested Positive for Covid-19. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.21070/iiucp.v1i1.614>
- Rina Elsa Rizkiana, & Dwi Mulianda. (2021). Penerapan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Daerah Ungaran. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 6(1), 23–30. <https://doi.org/10.55606/sisthana.v6i1.73>
- Safira, M., Utari, N., Pitoyo, J., Kurniasari, F., Kemenkes, P., & Malang, C. (2019). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Perubahan Nilai Ankle Brachiale Index (Abi) Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Effect of Freedom Spiritual Therapy Technique (Seft) Toward Changes in Ankle Brachiale Index (Abi) Value. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 5(2), 141–151. <https://doi.org/10.31290/jiki.v5i2.1411>
- Siregar, R. N., Tarigan, M., & Purba, J. M. (2022). Pengalaman Pasien Terkonfirmasi Covid-19 Selama Menjalani Perawatan Di Ruang Isolasi Covid-19 Di Kota Medan, Sumatera Utara. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 55–64. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v13i3.1686>
- Syamson, M. M., Fattah, A. H., & Nurdin, S. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Kecemasan Lansia Tentang Penularan Corona Virus Disease (Covid 19). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 177–182. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.576>
- Wang, Y., Zhang, D., Du, G., Du, R., Zhao, J., Jin, Y., ... Wang, C. (2020). Remdesivir in adults with severe COVID-19: a randomised, double-blind, placebo-controlled, multicentre trial. *The Lancet*, 395(10236), 1569–1578. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31022-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31022-9)