

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa *mean* skor tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi adalah  $58.20 \pm 15.780$  sedangkan *mean* skor tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi adalah  $45.75 \pm 15.681$  dengan rata-rata penurunan sebesar -12,45. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hasil yang signifikan dari terapi *Emotional Freedom Techinque* (EFT) yang dilakukan sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa proses tapping pada terapi *Emotional Freedom Technique* (EFT) dapat berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker.

#### **7.2 Saran**

##### **7.2.1 Bagi Pasien Kanker**

Bagi pasien kanker, diharapkan untuk dapat mengatasi kecemasan pada saat kecemasan tersebut muncul dengan melakukan kembali terapi *Emotional Freedom Technique* (EFT) secara mandiri sehingga dapat membantu kecemasan yang dialami.

##### **7.2.2 Bagi Perawat**

Bagi perawat diharapkan dapat menggunakan terapi *Emotional Freedom Technique* (EFT) sebagai intervensi non farmakologi dalam membantu pasien kanker dengan kecemasan.

### **7.2.3 Bagi Keluarga**

Bagi keluarga diharapkan dapat dapat menggunakan dan membantu pasien kanker dalam melakukan terapi *Emotional Freedom Technique* (EFT) dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker.

### **7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dilanjutkan dan dilakukan kembali dengan memodifikasi penelitian menggunakan jumlah responden yang lebih besar, dan intensitas terapi *Emotional Freedom Technique* (EFT) yang lebih tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, Z., & Rehman, S. (2018). An Overview of Cancer Treatment Modalities. *Intech Open*, 32, 137–144. <http://www.intechopen.com/books/trends-in-telecommunications-technologies/gps-total-electron-content-tec-prediction-at-ionosphere-layer-over-the-equatorial-region%0AInTec>
- Alagizy, H. A., Soltan, M. R., Soliman, S. S., Hegazy, N. N., & Gohar, S. F. (2020). Anxiety, depression and perceived stress among breast cancer patients: single institute experience. *Middle East Current Psychiatry*, 27(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-020-00036-x>
- Aly, H. Y., Eilateef, A. A. E. A., & Mohamed, A. E. S. (2017). Depression and Anxiety among Females with Breast Cancer in Sohag University: Results of an Interview Study. *Remedy Publications LLC.*, 2, 1–7. <https://doi.org/http://remedyoa.com/>
- Ambarwati, W. N., & Wardani, E. K. (2013). Efek Samping Kemoterapi Secara Fisik Pasien Penderita Kanker Serviks. *Journal of Clinical Oncology*, 97–106. <file:///C:/Users/USER/Downloads/1428-2969-1-SM.pdf>
- American Cancer Society. (2020). *Signs and Symptoms of Cancer*. [Www.Cancer.Org](http://www.cancer.org).
- Anxiety & Depression Association Of America. (2021). *Types Of Therapy*.
- Bach, D., Groesbeck, G., Stapleton, P., Sims, R., Blickheuser, K., & Church, D. (2019). Clinical EFT (Emotional Freedom Techniques) Improves Multiple Physiological Markers of Health. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 24, 1–12. <https://doi.org/10.1177/2515690X18823691>
- Bannatyne, A. J., Urzi, K.-C., Porter, B., & Sheldon, T. (2016). Food for Thought: A Randomised Controlled Trial of Emotional Freedom Techniques and Cognitive Behavioural Therapy in the Treatment of Food Cravings. *Applied Psychology: Health and Well Being*, 8(2), 232–257.
- Bougea, A. M., Spandideas, N., Alexopoulos, E. C., Thomaides, T., Chrousos, G. P., & Darviri, C. (2013). Effect of the emotional freedom technique on perceived stress, quality of life, and cortisol salivary levels in tension-type headache sufferers: A randomized controlled trial. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 9(2), 91–99. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2012.12.005>
- Calys-Tagoe, B., NAH, S., CA, A., & Clegg-Lamptey, J. N. (2017). Anxiety and Depression Among Breast Cancer Patients in a Tertiary Hospital in Ghana.

- Postgraduate Medical Journal of Ghana*, 6(July), 54–58.
- Cancer Helps. (2010). *Stop Kanker: Panduan Deteksi Dini & Pengobatan Menyeluruh Berbagai Jenis Kanker*. Surabaya:Agro Media Pustaka. <https://books.google.co.id/books?id=8ErRCgAAQBAJ&pg=PA21&dq=JENIS-JENIS+PENGOBATAN+KANKER&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj28LHqqnuAhUI73MBHa2iDuYQ6AEwAnoECAYQAg#v=onepage&q=JENIS-JENIS PENGOBATAN KANKER&f=false>
- Church, D. (2013). *eft Emotional Freedom Technique*. (3rd ed.). Santa Rosa:Energy Psychology Press.
- Church, D., Stapleton, P., Mollon, P., Feinstein, D., Boath, E., Mackay, D., & Sims, R. (2018). Guidelines for the Treatment of PTSD Using Clinical EFT (Emotional Freedom Techniques). *Healthcare*, 6(4), 146. <https://doi.org/10.3390/healthcare6040146>
- Church, D., Yount, G., & Brooks, A. J. (2012). The effect of emotional freedom techniques on stress biochemistry: A randomized controlled trial. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 200(10), 891–896. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31826b9fc1>
- Desen, W. (2011). *Buku Ajar Onkologi Klinis* (2nd ed.). Jakarta:Balai Penerbit FKUI.
- Feinstein, D. (2012). Accupoint stimulation on treating psychological disorders:Evidence Of Efficacy. *Review Of General Psychology*, 16(4), 364–380.
- Fudyartanta, K. (2012). *Psikologi Kepribadian (Paradigma Filosofis, Tipologis, Psikodinamik, dan Organismik-Holistik)*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Hartanto, P. D., Ketut, N., Ariani, P., Nyoman, L., & Aryani, A. (2019). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA KARSINOMA Program Studi Pendidikan Dokter , Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana / Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah. *Medika Udayana*, 8(6), 1–9.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres,Cemas, dan Depresi* (Ke-2). Jakarta:Balai Penerbit FKUI.
- Hidayat, A. A. A. (2014). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan* (4th ed.). Jakarta:Salemba Medika.
- Huang, G., Wu, Y., Zhang, G., Zhang, P., & Gao, J. (2010). Analysis of the psychological conditions and related factors of breast cancer patients. *The Chinese-German Journal of Clinical Oncology*, 9(1), 53–57. <https://doi.org/10.1007/s10330-009-0135-2>

- Indah, Y. (2010). *Stop Kanker Panduan Deteksi Dini dan Pengobatan Menyeluruh Berbagai Jenis Kanker*. Surabaya:Agro Media Pustaka.
- Iskandar, E. (2010). *The Miracle of Touch: Panduan Menerapkan Keajaiban EFT (Emotional Freedom Technique) untuk Kesehatan, Kesuksesan, dan Kebahagiaan Anda*. Bandung:Mizan Pustaka.
- Isnadiya, A., Ryandini, F. R., & Utomo, T. P. (2019). Pengaruh Emotional Freedom Technique (EFT) terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Percutaneous Coronary Intervention (PCI) di SMC RS Telogorejo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 1(2), 12. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v1i2.187>
- Jannah, A. A., Ardiana, A., & Purwandari, R. (2020). *HUBUNGAN PERILAKU CARING PERAWAT DENGAN TINGKAT HARAPAN SEMBUH PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI PROGRAM KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT BALADHIKA HUSADA JEMBER The Relationship Between Nurses Caring Behavior and Recovery Hope Level of Cancer Patients Undergoin*. 169–177.
- Jeklin, A. (2016). *Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Kanker Di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya*. July, 1–23.
- Julian, L. J. (2011). Measures of anxiety: State-Trait Anxiety Inventory (STAI), Beck Anxiety Inventory (BAI), and Hospital Anxiety and Depression Scale-Anxiety (HADS-A). *Arthritis Care and Research*, 63(SUPPL. 11), 467–472. <https://doi.org/10.1002/acr.20561>
- Linden, W., Vodermaier, A., MacKenzie, R., & Greig, D. (2012). Anxiety and depression after cancer diagnosis: Prevalence rates by cancer type, gender, and age. *Journal of Affective Disorders*, 141(2–3), 343–351. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.03.025>
- Lubis, D. (2009). *Dukungan Sosial Pada Pasien Kanker, perlukah?* (1st ed.). Medan:USU Press.
- Mangan, Y. (2009). *Solusi Sehat Mencegah & Mengatasi Kanker*. Surabaya:Agro Media Pustaka.
- Maramis, W. F., & Maramis, A. A. (2012). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (2nd ed.). Surabaya:Airlangga University Press.
- Melbourne Integrative Oncology Group. (2020). *Emotional Freedom Technique (EFT) for Coping with Cancer*. <https://www.miog.com.au/blog/emotional-freedom-technique--eft--for-coping-with-cancer>
- Misgiyanto, & Susilawati, D. (2014). Hubungan Antara Dukungan Keluarga

Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i2.647>

Moore-Hafter, B., Barbee, J., Zacharias-Miller, C., & Shaner, L. (2021). *Free tapping manual: A comprehensive introductory guide to EFT (Emotional Freedom technique)* (Issue 1176538). <https://eftinternational.org/wp-content/uploads/EFT-International-Free-Tapping-Manual.pdf>

National Cancer Institute. (2015). *What is cancer?* Www.Cancer.Gov.

National Cancer Institute. (2019). *Adjustment to Cancer: Anxiety and Distress – Patient Version*. Www.Cancer.Gov. <https://www.cancer.gov/about-cancer/coping/feelings/anxiety-distress-pdq>

Nikbakhsh, N., Moudi, S., Abbasian, S., & Khafri, S. (2014). Prevalence of depression and anxiety among cancer patients. *Caspian Journal of Internal Medicine*, 5(3), 167–170.

Ningsih, S. F., Karim, D., & Sabrian, F. (2015). Efektivitas Terapi Emotional Freedom Technique (Eft) Terhadap Kecemasan Pasien Kanker Payudara Stadium II Dan III. *JOM*, 2(2), 1501–1509.

Nurpeni, R. K. (2014). Hubungan dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara (Ca Mammae) di Ruang Angsoka III RSUP Sanglah Denpasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 29–36.

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (4th ed.). Jakarta:Salemba Medika.

Oetami, F., Thaha, ida leida, & Wahiduddin. (2014). *Psychological Impact of Breast Cancer Treatment in Hospital Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar*.

Oktiawati, A., Itsna, I. N., & Ni'mah, J. (2020). Emotional Freedom Technique (EFT) Menurunkan Kecemasan Ibu Yang Memiliki Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR). *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(1), 8–15. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i1.421>

Pratiwi, S. R., Widiyanti, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>

Riskesdas. (2018). LAPORAN NASIONAL RISKESDAS 2018. In *Laporan Riskesdas Nasional 2018*.

Rogers, R., & Sears, S. (2015). Emotional Freedom Techniques (EFT) for Stress in Students: A Randomized Controlled Dismantling Study. *Energy Psychology*, 7(2), 26–32. <https://doi.org/10.9769/epj.2015.7.2.rr>

- Rufaida, Z., Lestari, S. W. P. L., & Sari, D. P. (2018). *Terapi Komplementer*. STIKes Majapahit Mojokerto. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-49054-9\\_1734-1](https://doi.org/10.1007/978-3-662-49054-9_1734-1)
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). *Synopsis Of Psychiatry Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry* (11th ed.). Philadelphia:Wolters Kluwer.
- Setiawan, D. (2015). the Effect of Chemotherapy in Cancer Patient To Anxiety. *Jurnal Majority*, 4(4), 94–99. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/587>
- Sudewo, B. (2012). *Basmi Kanker dengan Herbal*. <https://books.google.co.id/books?id=pDL2AwAAQBAJ&pg=PA1&dq=apa+itu+kanker&hl=jv&sa=X&ved=2ahUKEwiOxJ3ut9TuAhUGfX0KHccQDN UQ6AEwCHoECAQQA#v=onepage&q=apa+itu+kanker&f=false>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung:ALPABETA.
- Sugiyono. (2015). *Statistik Nonparametris untuk Penelitian*. Bandung:Alfabeta.
- Suliswati. (2014). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta:EGC.
- Sunaryati, S. . (2011). *14 Penyakit Paling Sering Menyerang dan Mematikan*. Yogyakarta:Flash Books.
- Sutiyarsih, E., & Sri, F. A. (2017). Efektifitas Emotional Freedom Technique (EFT) Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 01. <https://doi.org/10.32831/jik.v6i1.145>
- Sutja, A. (2018). *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (Cara Cepat Mengatasi Gangguan Emosi & Penyakit Fisik)* (ke-1). Jakarta:Alfabeta,cv.
- Theofilou, P. (2011). Depression and Anxiety in Patients with Chronic Renal Failure: The Effect of Sociodemographic Characteristics. *International Journal of Nephrology*, 2011, 1–6. <https://doi.org/10.4061/2011/514070>
- Tim Riskesdas Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Wahyuningsih, S., Dhamayanti, I. W., Irdianti, M. S., & Sari, F. S. (2021). *Indonesian Journal of Global Health Research THE EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE REDUCES THE ANXIETY OF THE*. 3(4), 445–450.
- Wati, N. M. N., Mirayanti, N. W., & Juanamasta, I. G. (2019). The Effect of Emotional Freedom Technique Therapy on Nurse Burnout. *Jurnal*

*Medicoeticolegal Dan Manajemen Rumah Sakit*, 8(3), 173–178.  
<https://doi.org/10.18196/jmmr.83104>

Wells, S., & Lake, D. (2010). Enjoy Emotional Freedom: Simple Techniques for Living Life to the Full - Steve Wells M. Psych, Steve Wells - Google Books. In *National Library of Australia*. Waterford Publishing. [https://books.google.co.id/books?id=R5thD-NoK-cC&printsec=frontcover&dq=emotional+freedom+technique&hl=jv&sa=X&ved=2ahUKEwIjwovt9\\_PrAhVn7XMBHZ2hBPwQ6AEwBnoECAgQA#v=onepage&q=emotional freedom technique&f=false](https://books.google.co.id/books?id=R5thD-NoK-cC&printsec=frontcover&dq=emotional+freedom+technique&hl=jv&sa=X&ved=2ahUKEwIjwovt9_PrAhVn7XMBHZ2hBPwQ6AEwBnoECAgQA#v=onepage&q=emotional%20freedom%20technique&f=false)

WHO. (2020). *Who Report on Cancer*.

Widya Shari, W., S, S., & Emaliyawati, E. (2014). Emotional Freedom Techniques dan Tingkat Kecemasan Pasien yang akan Menjalani Percutaneous Coronary Intervention. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, v2(n3), 133–145. <https://doi.org/10.24198/jkp.v2n3.1>

Yudono, D. T. (2019). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Ca Mammae Dengan Tindakan Kemoterapi. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(02), 53–63. <https://doi.org/10.35960/vm.v11i02.461>

Yunitasari, L. N. (2013). Hubungan Beberapa Faktor Demografi Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pasca Diagnosis Kanker Di RSUP Dr. Kariadi Semarang. *Medica Hospitalia: Journal of Clinical Medicine*, 1(2), 127–129. <https://doi.org/10.36408/mhjcm.v1i2.58>