



Review article



The Effectiveness Of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) On The Decrease of Psychological Issues In Cancer Patients: A Systematic Review

Meliawati Putri Salsabila¹, Enie Novieastari²

¹ Master of Nursing specialisation in Oncology, Faculty of Nursing, University of Indonesia, Depok, Indonesia

² Faculty of Nursing, University of Indonesia, Depok, Indonesia

Article Info

Article History:

Submitted: Nov 10th, 2024

Accepted: Dec 1st, 2024

Published: Dec 31st, 2024

Keywords:

SEFT Therapy; Cancer Patients; Self-Concept

Abstract

Cancer is a cellular disease characterised by disruption or failure of multi-application regulatory mechanisms and other homeostasis functions in multicellular organisms. Basically, cancer can occur due to genetic changes (mutations), especially in the gene that regulates growth, namely oncogenes. Self-concept is a mental representation that a person has of who they are, including self-assessment, body image, self-esteem, and social roles. For women with cervical cancer, their self-concept is often disrupted due to physical, emotional, and social changes that occur during the treatment process Objective: This study uses a systematic review approach to examine the effect of SEFT on the formation of self-concept of patients with cancer. This literature study uses search engine databases namely ProQuest, ScienceDirect, Pubmed, and Scopus, with article publications ranging from 2018 to 2024. The literature search strategy involved keywords related to the topic and title of the study, namely: "Massage" OR "foot massage" OR "reflexiology" AND "Fatigue" AND "Haemodialysis" OR "Chronic kidney disease" AND "Randomised Control" OR "Clinical Trial". 6 articles showing effective results of SEFT application in various populations. The results of this literature study show that SEFT therapy has been shown to improve the self-concept of patients with cancer. The Spiritual Emotional Freedom (SEFT) technique has shown a promising effect on cancer patients' self-concept by addressing emotional and spiritual well-being.

PENDAHULUAN

Di Indonesia pada tahun 2020, kasus baru kanker berjumlah 396.914 dengan dengan kanker payudara merupakan kasus terbanyak. Sedangkan angka kematian kanker di Indonesia sebanyak 234.511 kasus [1]. Kanker serviks adalah salah satu kanker paling mematikan yang menyerang wanita di seluruh dunia. Kanker serviks merupakan kanker terbanyak kedua setelah

kanker payudara. Insiden ini telah menarik perhatian dunia karena menyebabkan peningkatan angka kematian dan kesakitan di kalangan perempuan. Menurut data WHO, terdapat 570.000 kasus baru kanker serviks pada tahun 2018, atau mencakup 6,6% dari seluruh kanker pada wanita di seluruh dunia [2]. Bentuk utama pengobatan kanker adalah pembedahan, radioterapi, kemoterapi, terapi hormon, imunoterapi, dan terapi kombinasi yang

Corresponding author:

Enie Novieastari

enie@ui.ac.id

Media Keperawatan Indonesia, Vol 7 No 3, Dec 2024

e-ISSN: 2615-1669

ISSN: 2722-2802

DOI: 10.26714/mki.7.3.2024.265-275

menggabungkan semua pengobatan kanker [3].

Penggunaan kemoterapi antineoplastic telah menjadi salah satu cara yang paling menjanjikan untuk melawan kanker. Namun, beberapa faktor harus diperhitungkan selama perencanaannya, seperti usia pasien, status gizi, fungsi ginjal, hati dan paru-paru, ada atau tidak adanya infeksi, jenis tumor, adanya metastasis, dan kondisi kehidupan pasien [4]. Perubahan yang terjadi pada tubuh pasca kemoterapi antara lain mual, muntah, diare, sembelit, alopecia (rambut rontok), anoreksia (kehilangan nafsu makan), penurunan berat badan, kerusakan saraf, peradangan kulit, dan nyeri, dan perdarahan [5]. Perubahan kondisi tubuh dapat mempengaruhi psikologis seseorang [6].

Tidak hanya aspek fisik, pasien kanker yang menjalani kemoterapi juga rentan mengalami masalah psikologis seperti kecemasan, stres, dan depresi. Proses pengobatan yang panjang, ketidakpastian prognosis, dan perubahan fisik yang dialami dapat meningkatkan beban emosional pasien [1]. Oleh karena itu, dukungan psikologis dan terapi komplementer diperlukan untuk membantu pasien mengatasi dampak emosional selama menjalani perawatan. Salah satu terapi komplementer yang mulai banyak digunakan adalah Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). SEFT mengombinasikan teknik tapping (mengetuk titik-titik meridian tubuh) dengan afirmasi positif dan doa, sehingga membantu pasien mengatasi kecemasan dan meningkatkan ketenangan emosional serta spiritual [7]. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa SEFT efektif dalam mengurangi stres dan kecemasan, terutama pada pasien dengan penyakit kronis seperti kanker, serta mampu meningkatkan motivasi dan kualitas hidup mereka [8].

Pengalaman kanker dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan psikologis pasien. Aspek ini meliputi penilaian pasien

terhadap kecemasan depresi, stres, dan kualitas hidup psikologis mereka. Pasien mungkin menghadapi tantangan emosional dan perlu mengembangkan strategi untuk mengatasi dan mengelola perasaan tersebut [9]. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pasien kanker sering mengalami perubahan fisik dan psikologis yang signifikan selama perawatan, termasuk terapi kemoterapi. Perubahan fisik, seperti kebotakan rambut, perubahan berat badan, atau efek samping seperti mual dan muntah, dapat mempengaruhi citra tubuh dan konsep diri pasien. Selain itu, efek samping psikologis seperti kecemasan, depresi, dan perasaan rendah diri juga dapat mempengaruhi konsep diri pasien. Mereka sangat membutuhkan dukungan sosial karena banyak tekanan hidup yang mereka alami [10].

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan konsep diri pada wanita penderita kanker payudara yang menjalani mastektomi setelah pengobatan dengan terapi SEFT, dengan nilai $p = 0,05$. Disarankan agar perawat melatih keterampilan SEFT ini sebagai terapi pelengkap dan mengajarkan pasien dan keluarga untuk menggunakannya secara mandiri. Manajer layanan dapat mempertimbangkan untuk menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk mengembangkan rencana perawatan dan prosedur operasi standar untuk perawatan pasien [11]. Dalam praktik Teknik Kebebasan Emosional Spiritual (SEFT), dimensi spiritual pasien diprioritaskan melalui fokus pada khusuk, ikhlas, dan penyerahan diri. Pasien diyakinkan bahwa hasil tergantung pada keikhlasan mereka, kepasrahan, dan keyakinan pada Tuhan.

Tingkat keikhlasan, penyerahan diri, dan keyakinan yang lebih besar dalam penyembuhan ilahi atau ketenangan emosional akan menghasilkan hasil yang lebih menguntungkan. SEFT diakui sebagai modalitas terapeutik yang mampu mengurangi keadaan emosi negatif, termasuk stres dan gejala terkait. Selama

penerapan SEFT, pasien didorong untuk mengartikulasikan semua emosi negatif yang dialami selama pertempuran mereka dengan kanker serviks, memfasilitasi katarsis—proses melepaskan perasaan negatif yang terpendam dan beban emosional [12].

Kesejahteraan emosional pada pasien kanker payudara pasien kanker payudara berhubungan dengan perubahan konsep diri. Namun, tidak semua variabel yang terlibat yang terlibat pada konsep diri memiliki hubungan langsung dengan kesejahteraan emosional. Penelitian ini berkontribusi pada pemahaman kita tentang bagaimana tubuh mempengaruhi kesejahteraan emosional dengan perantara [13].

Dukungan spiritual dalam terapi kesehatan dinilai penting karena dapat memberikan kekuatan mental dan harapan bagi pasien dalam menghadapi penyakit. Dalam konteks ini, penerapan SEFT berperan sebagai pelengkap terapi medis utama seperti kemoterapi. Meskipun demikian, penelitian lebih lanjut tentang efektivitas SEFT pada penurunan masalah psikologis pasien kanker yang menjalani kemoterapi masih sangat dibutuhkan untuk memberikan bukti ilmiah yang lebih kuat. Tujuan review ini adalah ingin mengetahui penerapan SEFT dalam mengatasi masalah psikososial pada pasien kanker.

METODE

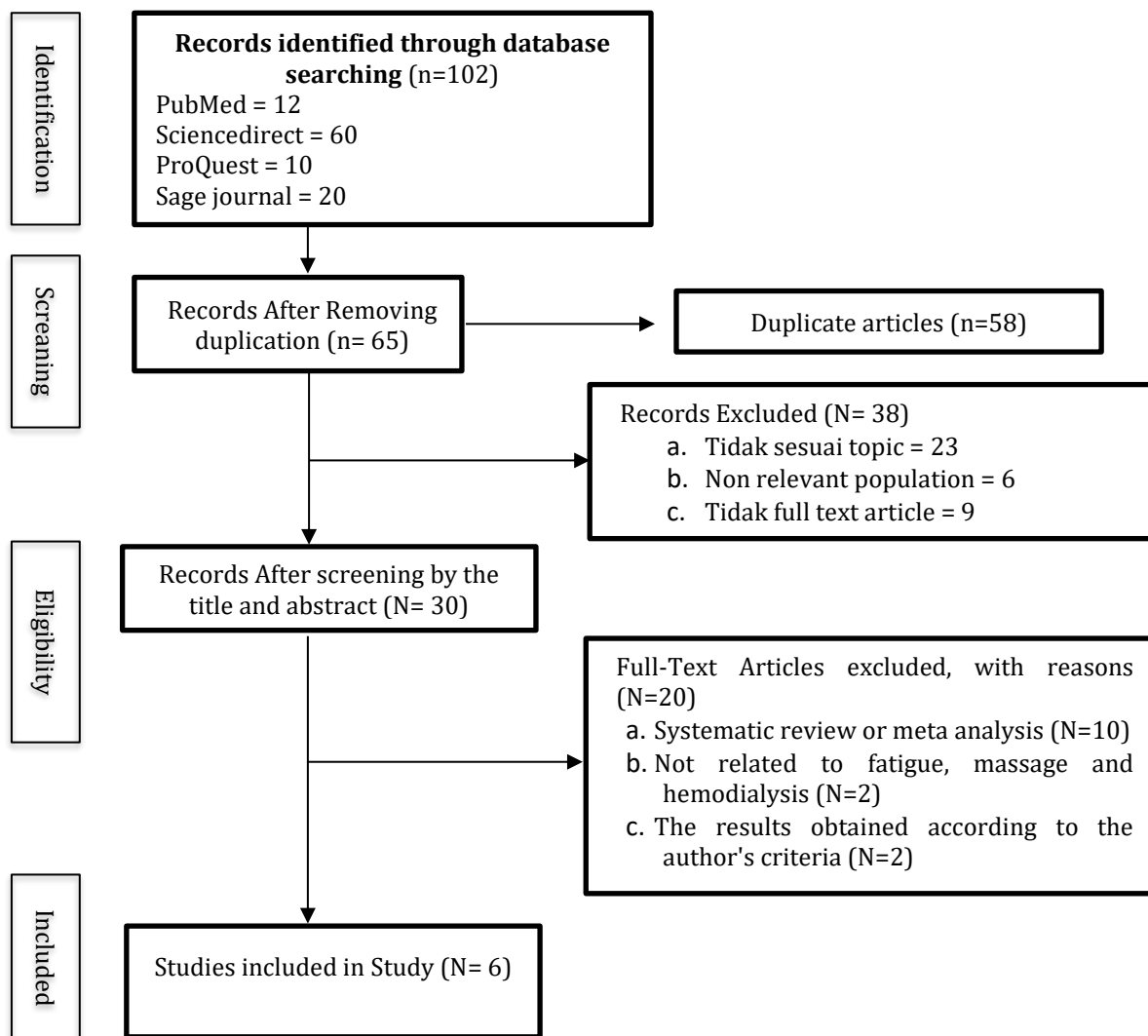
Studi ini adalah kajian literatur dari sejumlah temuan kunci dari penelitian yang membahas efektivitas terapi SEFT pada penurunan masalah psikologis pasien kanker. Ketika mengevaluasi dan memilih publikasi penelitian, penulis mengikuti pendekatan standar *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis* (PRISMA). Untuk menentukan persyaratan kelayakan untuk jurnal yang ditinjau, peneliti menggunakan standar PICO (S). Jurnal yang harus ditinjau memenuhi persyaratan jurnal pada tabel 1.

Sumber artikel yang akan digunakan dalam Studi Literatur ini menggunakan database *search engine* yaitu *ProQuest*, *Scencedirect*, *Pubmed*, dan *Sage journal*, dengan publikasi artikel berkisar tahun 2018-2024. Strategi pencarian literatur melibatkan kata kunci yang berhubungan dengan topik dan judul penelitian menggunakan Operator Boolean standar “AND” dan “OR”. kata kunci termasuk: “SEFT” OR “*Spiritual Emotional Freedom Technique*” OR “*SEFT Therapy*” AND “*Psychologycal Problem*” OR “*Psychological Issue*” AND “*Cancer Patient*” AND “*Randomised Control*” OR “*Clinical Trial*”. Kriteria artikel yang dipilih merupakan artikel berbahasa inggris terbitan jurnal bereputasi internasional, tersedia secara *open acces*, dan artikel Artikel yang membahas mengenai konsep diri dan terapi SEFT pada pasien kanker.

Diagram PRISMA empat fase digunakan untuk menggambarkan metodologi pemilihan artikel (Gambar 1). Peneliti menyebutkan jumlah total artikel yang berasal dari semua pertanyaan database selama fase identifikasi. Pada fase berikutnya, penyaringan, peneliti menyusun artikel berdasarkan judul dan abstraknya. Artikel dianggap memenuhi syarat untuk dimasukkan jika memenuhi kriteria yang telah ditentukan, sedangkan yang tidak dikecualikan. Pada tahap ketiga, peneliti menilai kelayakan artikel menggunakan evaluasi teks lengkap. Artikel disertakan jika selaras dengan kriteria inklusi, sedangkan yang gagal melakukannya dibuang. Selanjutnya, ketelitian metodologis publikasi yang telah menjalani evaluasi teks komprehensif dan memenuhi kriteria inklusi dinilai. Pada tahap akhir, artikel yang berkaitan dengan materi pelajaran dan judul penelitian diperiksa secara ketat. Ketelitian metodologis publikasi yang telah menjalani analisis teks komprehensif dan memenuhi kriteria inklusi diteliti. Pada fase penutup, artikel yang berkaitan dengan topik dan judul penelitian dianalisis secara sistematis menggunakan metode evaluasi kritis berdasarkan instrumen CASP.

Tabel 1
Kriteria Jurnal

Kriteria	Hasil
Problem	Pasien kanker
Intervention	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)
Comparison	Terdapat kelompok yang tidak diberikan terapi SEFT
Outcome	Mengetahui Terapi SEFT dalam penurunan masalah psikologis pasien kanker
Study Design	Studi Eksperimen, <i>Randomized Control Trial</i> (RCT), Quasi Eksperimen,



Gambar 1
PRISMA Flow Chart

HASIL

Ditemukan 102 jurnal menggunakan hasil pencarian jurnal berdasarkan kata kunci yang telah ditetapkan. Setelah penyaringan, 58 jurnal diduplikasi. Pendekatan PRISMA kemudian digunakan untuk melakukan

evaluasi kelayakan, dengan hasil bahwa 6 jurnal layak untuk selanjutnya dilakukan analisis, Nama penulis, tahun publikasi, negara penelitian, desain penelitian, dan temuan penelitian diperoleh dari artikel yang ditemukan (Tabel 2). Keenam artikel ilmiah tersebut terdiri dari lima artikel yang

difokuskan pada pasien yang mengalami masalah depresi, kecemasan serta stress, kemudian 1 diantaranya difokuskan pada pasien yang mengalami gangguan kualitas tidur yang juga akan berdampak pada psikologis pasien. Penelitian pada artikel ilmiah dilakukan pada pasien yang menderita kanker dimana kondisi tersebut bersifat kronis dan memerlukan intervensi terapeutik yang panjang.

Hasil analisis dari 6 jurnal tersebut menunjukkan hasil yang efektif dari penerapan SEFT pada berbagai populasi. Penelitian menunjukkan bahwa SEFT ada pengaruh yang signifikan antara SEFT terapi pada tingkat kecemasan untuk pasien kemoterapi [14]. Tubuh dapat

mempengaruhi keseimbangan emotional seseorang, oleh karenanya pemberian SEFT tepat dilakukan dikarenakan pada pelaksanaannya berfokus mendorong ketenangan emotional seseorang dengan pendekatan spiritual. Dalam praktik SEFT, dimensi spiritual pasien diprioritaskan melalui fokus pada khusuk, ikhlas, dan penyerahan diri. Pasien diyakinkan bahwa hasilnya tergantung pada keikhlasan mereka, kapasitas untuk penyerahan diri, dan keyakinan pada Tuhan. Semakin besar tingkat keikhlasan, penyerahan diri, dan kepercayaan pada penyembuhan atau pengaruh yang menenangkan dari yang ilahi, semakin menguntungkan hasilnya [12]

Tabel 2
Hasil Analisis Jurnal

No	Datab ase	Judul, Penulis	Judul Jurnal	Tahun	Metode, Sampel	Intervensi	Hasil
1.	Sage Journ al	<i>The Therapy of Emotional Freedom Technique (SEFT) on The Anxiety Level of Cancer Patients Undergoing The</i> Adisurya Saputra, Muhammad Saputra	Journal of Nursing and Midwifery Research	2022	quasi experiment dengan one group pretest-posttest design, Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 30 yang terbagi 2 kelompok yang setiap kelompok terdiri dari 15 orang	latihan inti SEFT yang terdiri dari the set-up, the tune-in, the tapping	tingkat kecemasan setelah diberikan SEFT dibandingkan antara kelompok kontrol dan intervensi diperoleh nilai = (0,014) < α (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara SEFT terapi pada tingkat kecemasan untuk pasien kemoterapi.
2.	ProQu est	<i>Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Menurunkan Stres Pasien Kanker Serviks (Spiritual Emotional Freedom Technique Decreasing Stress on Patiens with Cervical Cancer)</i> Desmaniarti, Z., Nani Avianti	Indonesian Journal of Global Health Research	2013	Penelitian ini menggunakan quasy experiment pre dan post test randomize control group design, Pasien kanker serviks	latihan inti SEFT yang terdiri dari the set-up, the tune-in, the tapping	Hasil independent t-test menunjukkan bahwa SEFT bermakna menurunkan stres pasien kanker serviks

No	Datab ase	Judul, Penulis	Judul Jurnal	Tahun	Metode, Sampel	Intervensi	Hasil
3.	Scienc eDire ct	<i>Influence Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy for Reducing Depression Levels</i> Sugih Wijayati, Suci Abrelia Fitriyanti, Arwani;	Jurnal Keperawat an Padjadjara n	2020	Method Pre experimental study one group pr test post test, pasien dengan kanker Serviks yang mengalami depresi	latihan inti SEFT yang terdiri dari the set-up, the tune-in, the tapping	terdapat efek terapi SEFT pada Mengurangi tingkat depresi pada pasien kanker serviks
4.	Scienc eDire ct	<i>SEFT combined zikr effects on depression and quality of life in colon cancer patients undergoing chemotherapy</i> Majid Sukartini	Jurnal Keperawat an	2024	<i>Quasy- Experimental with pre posttest control group design. The study sample totaled 36 respondens consisting of 18 intervention groups and 18 control groups</i>	Kelompok intervensi diberi SEFT dan Kombinasi dzikir. Sementara intervensi di grup kontrol dengan terapi standar intervensi yang hanya disediakan oleh rumah sakit	Hasilnya menunjukkan bahwa setelah diberi seft intervensi dikombinasikan dengan dhikr di kelompok intervensi mayoritas memiliki sangat baik kualitas hidup, saat berada di kelompok kontrol setelah menjadi diberikan rumah sakit standar sebagian besar memiliki kualitas sedang-baik artinya bahwa kelompok kontrol tidak pengalaman yang signifikan peningkatan kualitas hidup.
5.	Scopu s	<i>The Effectiveness of Spiritual Emotional Freedom Technique in Improving Sleep Quality among Cancer Patients</i> Linda Lisarni, Fathra Anis Nauli, Marthiningsih, Nurul Huda, Satriya Pranata	Internation al Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)	2022	Quasi- experiment dengan pre test dan post test dengan 30 responden yang ditetapkan melalui purposive sampling	Kelompok eksperimen diberikan penjelasan tentang kualitas tidur dan terapi SEFT selama 10 menit. Responden diberikan terapi SEFT selama 15 menit, dilakukan 6 hari seminggu dari pukul 4:00-5:00 sore, sedangkan	SEFT dapat meningkatkan kualitas tidur pasien kanker. Meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker dapat mengurangi kelelahan, efek samping utama dari menjalani terapi.

No	Datab ase	Judul, Penulis	Judul Jurnal	Tahun	Metode, Sampel	Intervensi	Hasil
						kelompok kontrol menerima manajemen perawatan biasa untuk mengatasi masalah tidur. Selanjutnya, setelah menyelesaikan penelitian, kelompok kontrol mendapatkan edukasi tentang SEFT dan cara mengatasi masalah tidur juga.	
6.	Proquest	<i>The effect of spiritual emotional freedom (SEFT) therapy on stress levels of breast cancer patients</i> Nasution RM, Effendi Z, Hikayati	Seminar Nasional Keperawatan “Pemenuhan Kebutuhan Dasar dalam Perawatan Paliatif pada Era Normal Baru” Tahun 2020	2020	Quasy eksperimental with non-equivalent control group design. The sample population was 24 respondents consisting of 12 intervention groups and 12 control groups in the surgical oncology inpatient room of Dr. Mohammad Hoesin Hospital Palembang.	The intervention was carried out by giving SEFT therapy to the intervention group based on the SOP for 3 days with 1 treatment every day in the intervention group.	Hasilnya menunjukkan pengaruh antara SEFT Terapi dan tingkat stres payudara kanker Pasien.

PEMBAHASAN

Tinjauan ini dilakukan untuk mengidentifikasi intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap masalah psikologis pasien kanker serta mencerminkan upaya untuk mengevaluasi pendekatan holistik dalam mengatasi kecemasan pasien kanker selama kemoterapi. *Spiritual Emotional Freedom*

Technique (SEFT) merupakan intervensi yang memadukan spiritualitas dan teknik pengelolaan emosi yang bertujuan untuk meredakan tekanan psikologis. Relevansi pada penelitian-penelitian yang ditinjau dalam artikel ini terletak pada meningkatnya kebutuhan untuk mendukung kesehatan mental pasien kanker yang utamanya seringkali muncul akibat dari efek samping kemoterapi dan

ketidakpastian prognosis. Saat pelaksanaan SEFT, pasien diminta menceritakan semua perasaan negatif yang dialami selama menderita kanker serviks, dan bersamaan dengan hal itu terjadi katarsis atau proses pengeluaran perasaan/beban emosi negatif pada pasien [12]. Hal ini diperlukan untuk meningkatkan dukungan psikososial, meningkatkan adaptasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien yang sedang menjalani pengobatan kanker serviks [8].

Penggunaan metode SEFT untuk mengurangi stres pada pasien kanker ini juga dinilai relevan mengingat pasien kanker kanker sering kali mengalami stres akibat tekanan fisik, emosional, dan sosial yang dihadapi selama diagnosis dan proses pengobatan. Selain itu, penelitian yang ditinjau mencerminkan fokus pada efektivitas SEFT sebagai alternatif untuk mengurangi depresi. Hal tersebut terbukti melalui hasil penelitian yang dilakukan pada pasien dengan penyakit terminal dan terdapat pengaruh terapi spiritual dan teknik kebebasan emosional dalam mengendalikan tingkat depresi pada orang dengan HIV dan AIDS [15]. Hal ini menjadi relevan melihat salah satu gangguan psikologis yang paling umum dan memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup adalah depresi. Berdasarkan hasil telaah jurnal yang telah dilakukan, pada penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa terapi SEFT memiliki potensi untuk mengurangi perasaan putus asa dengan mengintegrasikan komponen spiritual, psikologis, dan fisik dimana masalah masalah tersebut yang banyak dialami oleh pasien-pasien kanker [16].

Dampak positif pada kesejahteraan spiritual dapat sangat memengaruhi pasien kanker, meningkatkan kualitas hidup mereka dan menanamkan rasa vitalitas yang lebih besar. Penelitian telah menunjukkan bahwa kanker payudara, khususnya, memiliki dampak yang signifikan pada ketahanan psikologis. Faktor-faktor seperti usia, jumlah anak, durasi diagnosis, dan stadium kanker

berkorelasi dengan perubahan kesejahteraan psikologis, dengan ketahanan psikologis menurun seiring dengan meningkatnya faktor-faktor ini [17]. Upaya mengevaluasi pendekatan spiritual integratif seperti SEFT dengan zikir dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup pasien merupakan pendekatan yang unik. Pendekatan ini memungkinkan pelepasan emosi dan penguasaan spiritualitas berbasis keagamaan untuk mengurangi depresi dan meningkatkan kualitas hidup. Hasilnya menunjukkan bahwa setelah diberi terapi SEFT pasien memiliki kualitas hidup yang sangat baik [18].

Terapi SEFT efektif dalam meningkatkan kualitas tidur di antara pasien kanker. Masalah tidur pada pasien kanker biasanya disebabkan oleh kombinasi faktor fisik, seperti nyeri, dan efek samping pengobatan, serta distress psikologis seperti kecemasan dan depresi. Melalui terapi SEFT dengan pendekatan integratifnya menawarkan potensi untuk mengurangi stres yang mengganggu pola tidur. Hal ini memberikan efek pasien merasa lebih rileks dan tenang; dampak lain pada peningkatan kualitas tidur. Meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker dapat mengurangi kelelahan, efek samping utama dari menjalani terapi. SEFT dapat digunakan sebagai alternatif asuhan keperawatan untuk mengatasi masalah tidur pada pasien kanker di rumah sakit tanpa efek samping [19]. Dengan membebaskan pasien dari perasaan cemas dan stres yang menekan, teknik ini memungkinkan pasien untuk menilai diri mereka dengan cara yang lebih positif dan realistis. Ketika pasien merasa lebih tenang dan memiliki kualitas tidur yang lebih baik, mereka cenderung memiliki energi mental dan emosional untuk merawat diri mereka dengan lebih baik, yang berujung pada peningkatan konsep diri [20]. Penelitian ini menjadi penting karena kualitas tidur yang buruk dapat memperburuk kesehatan fisik dan emosional pasien, menghambat pemulihan, dan menurunkan kualitas hidup.

Berdasarkan artikel penelitian yang ditinjau menunjukkan bahwa intervensi SEFT dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis untuk manajemen nyeri pada pasien dengan kanker payudara stadium lanjut [21]. SEFT juga membantu mengurangi stres yang berkaitan dengan nyeri, baik melalui pelepasan emosi negatif maupun melalui teknik spiritual yang menenangkan. Ketika stres berkurang, pasien lebih mampu menerima diri mereka sendiri, meskipun mengalami tantangan fisik yang berat. Dengan pengurangan stres, nyeri lebih dapat dikelola, dan konsep diri meningkat karena pasien merasa lebih damai dan lebih seimbang [22].

Tingkat stres pada responden kelompok intervensi sebelum dilakukan SEFT dengan rerata tingkat stres yang tinggi. Penyebab stres dalam penelitian yang dilakukan sebelumnya adalah emosi negatif akibat ketidakmampuan dalam mengatasi ancaman psikologis yang ditimbulkan oleh kondisi penyakit kanker payudara yang dikenal sebagai penyakit mematikan. Emosi negatif yang menjadi stressor bagi responden tersebut adalah kekhawatiran yang mendalam mengenai efek samping dari pengobatan yang sedang dijalani serta merasa belum siap dalam menerima penyakit kanker yang diderita. Setelah diberikan SEFT rerata tingkat stres menjadi menurun. Hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa setelah diberikan SEFT membantu pasien memberikan rasa damai dan kontrol diri karena spiritualitas sering kali menjadi sumber kekuatan pasien kanker, terutama di budaya yang menghargai nilai spiritual [23].

Pada tinjauan artikel ini penelitian-penelitian yang telah dilakukan memunculkan konflik teoritis yang berkisar pada kurangnya penjelasan mekanisme ilmiah yang mendasari bagaimana SEFT mempengaruhi depresi. Depresi biasanya ditangani dengan terapi berbasis bukti seperti CBT atau intervensi farmakologis yang telah terbukti mempengaruhi neurotransmitter terkait suasana hati.

Dalam konteks SEFT, belum jelas bagaimana komponen spiritual dan emosionalnya dapat memberikan dampak terapeutik yang setara. Selain itu penelitian lain menghadapi konflik teoritis karena pengurangan stres melalui SEFT belum memiliki landasan ilmiah yang kokoh dibandingkan dengan terapi stres yang lebih terstandarisasi seperti mindfulness atau teknik relaksasi progresif. Elemen spiritual dalam SEFT mungkin tidak dapat diukur dengan alat yang objektif, sehingga sulit untuk membuktikan bahwa pengurangan stres berasal dari mekanisme terapi, bukan dari keyakinan religius atau efek plasebo. Selain itu, pendekatan SEFT memungkinkan untuk tidak relevan secara universal, karena pasien dengan latar belakang non-spiritual berpotensi untuk tidak merasakan manfaat yang sama. Analisis ini menggambarkan tantangan teoritis yang dihadapi SEFT dalam membuktikan efektivitasnya sebagai metode terapeutik di berbagai konteks klinis. Hal ini menekankan pentingnya desain penelitian yang kuat dan penggunaan metode ilmiah yang terstandarisasi untuk mengurangi skeptisme dan konflik teori.

Terlepas dari konflik teoritis yang dimiliki, penelitian yang ditinjau dalam artikel ini menunjukkan hasil yang kuat untuk menjadi alternatif intervensi mengurangi distress psikologi pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. SEFT menawarkan pendekatan holistik yang memadukan pelepasan emosional dan penguatan spiritual yang sejalan dengan kebutuhan pasien dalam menghadapi ketidakpastian dan rasa takut. SEFT menawarkan pendekatan non-farmakologis yang dapat mengurangi distress psikologis pada pasien kanker dengan aman dan bebas efek samping, serta tidak menimbulkan ketergantungan. SEFT memiliki potensi untuk dapat memperkuat efek dari pengobatan medis utama [8,14,18,19,23,24].

SIMPULAN

Berdasarkan analisis terhadap judul-judul penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan pendekatan holistik yang menawarkan potensi dalam mengelola berbagai dampak psikologis pada pasien kanker, seperti kecemasan, stres, depresi, gangguan tidur, dan penurunan kualitas hidup. Penelitian-penelitian ini menekankan relevansi SEFT sebagai terapi non-farmakologis yang mengintegrasikan teknik pelepasan emosional dan elemen spiritual untuk mendukung kesejahteraan psikologis pasien. Dalam praktik SEFT, dimensi spiritual pasien diprioritaskan melalui fokus pada khusuk, ikhlas, dan penyerahan diri. Pasien diyakinkan bahwa hasilnya tergantung pada keikhlasan mereka, kapasitas untuk penyerahan diri, dan keyakinan pada Tuhan. Terdapat konflik teoritis yang melibatkan kurangnya bukti empiris yang kuat dan tantangan dalam mengukur efektivitas mekanisme SEFT secara objektif dibandingkan dengan terapi berbasis bukti lainnya. Meskipun demikian, pendekatan ini memiliki nilai tambah, terutama dalam konteks budaya yang menghargai spiritualitas sebagai bagian penting dari proses penyembuhan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian makalah telaah jurnal ini.

REFERENSI

- [1] International Agency for Research on Cancer. GLOBOCAN 2020, Cancer Today: Indonesia 2022.
- [2] World Health Organization. WHO Cervical Cancer. 2018.
- [3] EM S, Silva SR. Perfil de pacientes com câncer ginecológico em tratamento quimioterápico. *Rev Bras Enferm* 2010;4:152.
- [4] Leite MAC, Nogueira DA, Terra F de S. Evaluation of self-esteem in cancer patients undergoing chemotherapy treatment. *Rev*

Lat Am Enfermagem 2015;23:1082-9. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.0575.2652>.

- [5] Ramesh A. Toxicities of anticancer drugs and its management. *International Journal of Basic & Clinical Pharm* 2016:1-11.
- [6] Indriastuti NA, Oktafia R, Riswanti N. Self-concept of cervical cancer patients after chemotherapy in Yogyakarta. *Journal of Health Technology Assessment in Midwifery* 2021;4:37-43. <https://doi.org/10.31101/jhtam.1914>.
- [7] Chaar EA, Hallit S, Hajj A, Aaraj R, Kattan J, Jabbour H, et al. Evaluating the impact of spirituality on the quality of life, anxiety, and depression among patients with cancer: an observational transversal study. *Supportive Care in Cancer* 2018;26:2581-90. <https://doi.org/10.1007/s00520-018-4089-1>.
- [8] Sugih Wijayati, Fitriyanti SA, Arwani. Influence Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy for Reducing Depression Levels. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran* 2020.
- [9] Guo YQ, Ju QM, You M, Yusuf A, Wu Y, Soon LK. A Qualitative Study on Coping Strategies of Chinese Women With Metastatic Breast Cancer Undergoing Chemotherapy. *Front Psychol* 2022;13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.841963>.
- [10] Saraf S, Singh TB, Khurana S. Cervical Cancer Survivors: Meaning in Life. *Psychol Stud (Mysore)* 2013;58:144-52. <https://doi.org/10.1007/s12646-013-0186-x>.
- [11] Afriyanti E, Wenni BP. The Effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on the Self Concept of Breast Cancer Patients with Mastectomy. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran* 2018;6:243-52. <https://doi.org/10.24198/jkp.v6i3.733>.
- [12] Nurhidayati T, Firdaus AD, Harningtyas S. The relationship between family support with self-concept in patients with post mastectomy. *The Journal of Palembang Nursing Studies* 2023;2:42-9. <https://doi.org/10.55048/jpns.v2i1.61>.
- [13] Pintado S. Self-concept and emotional well-being in patients with breast cancer. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud* 2017;8:76-84. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2017.08.007>.

- [14] Saputra A, Saputra M. The Therapy Effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on The Anxiety Level of Cancer Patients Undergoing The Chemotherapy Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Cahaya Bangsa Banjarmasin. *Jurnal Kes STIKES Darul Azhar Batulicin* 2021;9.
- [15] Ardan M, Zulkifli A, Jafar N. Therapy SEFT for controlling the level of depression in people with HIV and AIDS. *Enferm Clin* 2020;30:444-7. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.10.119>.
- [16] Irman O, Wijayanti AR. Reduction of Hopelessness Through Spiritual Emotional Freedom Techniques Therapy in Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis. *Jurnal Keperawatan Indonesia* 2022;25:95-102. <https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.849>.
- [17] Er ÖS, Erkan HN. The Mediating Role of Psychological Resilience in the Relationship Between Spiritual Well-Being and Supportive Care Needs in Women With Breast Cancer. *Eur J Breast Health* 2023;19:297-303. <https://doi.org/10.4274/ejbh.galenos.2023.2023-6-5>.
- [18] Majid, Sukartini. SEFT combined zikr effects on depression and quality of life in colon cancer patients undergoing chemotherapy. *Jurnal Keperawatan* 2024.
- [19] Lisarni L, Nauli FA, Marthiningsih, Huda N, Pranata S. The Effectiveness of Spiritual Emotional Freedom Technique in Improving Sleep Quality among Cancer Patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)* 2022;5:334-9. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v5i4.611>.
- [20] Civelek GM, Akinci MG, Dalyan M. Evaluation of Sleep Quality, Depression, and Quality of Life in Patients with Breast Cancer Related Lymphedema. *Lymphat Res Biol* 2023;21:289-95. <https://doi.org/10.1089/lrb.2022.0031>.
- [21] Rumambi MF, Suprapti F, Susilo WH. The Effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on Pain Intensity of Advanced Breast Cancer Patients in X Hospital Tangerang. *Journal of Holistic Nursing* 2024;42:S99-109. <https://doi.org/10.1177/08980101231204754>.
- [22] Durosier Mertilus DS, Lengacher CA, Rodriguez CS. A Review and Conceptual Analysis of Cancer Pain Self-Management. *Pain Management Nursing* 2022;23:168-73. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2021.04.005>.
- [23] Nasution RM, Effendi Z H. The effect of spiritual emotional freedom technique (SEFT) therapy on stress levels of breast cancer patients. *Seminar Nasional Keperawatan "Pemenuhan Kebutuhan Dasar Dalam Perawatan Paliatif Pada Era Normal Baru" 2020*.
- [24] Desmaniarti Z, Avianti N. spiritual emotional freedom technique (SEFT) menurunkan stres pasien kanker serviks. *Indonesian Journal of Global Health Research* 2013.