

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Bila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencotek karya tulis orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 27 Juni 2020

Penulis

Wiwin Wihdatul Ummah
NIM: 161340135

ABSTRAK

Nama: **Wiwin Wihdatul Ummah**, NIM: **161340135**, Judul Skripsi: ***Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Mengatasi *Stress* pada Perawat ODGJ** (Studi Kasus di Kampung Gunung Buntung, Desa Keramat Laban, Kecamatan Padarincang, Serang-Banten), Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 1441 H/ 2020 M.

Stress merupakan kondisi dinamis yang sering terjadi pada manusia. Jika disikapi dengan sesuatu yang negatif, maka akan menghasilkan yang negatif. *Stress* yang dirasakan oleh perawat ODGJ dapat dilihat seberapa banyak respon negatif dari reaksi-reaksi emosional dan fisiologis sebagai suatu dampak dari *stress* yang muncul pada diri responden. Dalam praktiknya, cara menangani *stress* pada perawat ODGJ dilakukan dengan menggunakan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* pada lima perawat ODGJ.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: 1). Bagaimana gambaran umum *stress* pada perawat ODGJ?. 2). Bagaimana efektifitas hasil penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam mengatasi *stress* pada perawat ODGJ?. 3). Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam mengatasi *stress* pada perawat ODGJ?.

Sedangkan tujuan dalam penelitian ini, yaitu: 1). Untuk menjelaskan gambaran umum *stress* pada perawat ODGJ, 2). Untuk menjelaskan efektifitas hasil penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam mengatasi *stress* pada perawat ODGJ, 3). Untuk menjelaskan faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam mengatasi *stress* pada perawat ODGJ.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan (*action research*), dengan metode penelitian kualitatif, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1). Perawat ODGJ yang mengalami *stress* merasakan adanya reaksi emosional dan fisiologis yang negatif, seperti sedih, putus asa, *insomnia*, dan *hipertensi*. 2). Efektif penerapan SEFT pada perawat ODGJ yang mengalami *stress* itu dengan adanya perubahan emosional dan fisiologis yaitu responden merasa tenang, sabar, badan terasa rileks, tidur nyenyak, dan pengaplikasian terapi SEFT secara mandiri. 3). Faktor pendukung selama terapi SEFT yaitu responden dan peneliti sudah saling kenal, rumah responden terjangkau, bahasa yang digunakan responden mudah dimengerti sehingga peneliti mudah untuk melakukan terapi SEFT. Sedangkan, faktor penghambat selama terapi SEFT yaitu responden sulit konsentrasi, sulit mengingat kalimat *set-up* dan 18 titik meridian.

Kata kunci: *Spiritual Emotional Freedom Technique*, *Stress*, Perawat ODGJ.

ABSTRACT

Name: **Wiwini Wihdatul Ummah**, NIM: **161340135**, Thesis Title: **Spiritual Emotional Freedom Technique For Dealing With Stress In Nurses ODGJ** (Study case in the Gunung Buntung Village, Keramat Laban Village, Padarincang District, Serang-Banten). Department Islamic Counseling Guidance, Faculty Da'wah of UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten in 1441 H / 2020 M.

Stress is dynamic condition which often seen in humans, if one were to respond to something negative then it will produce something negative. Stress felt by the ODGJ nurse can be seen how much negative response from emotional, biological, and physiological reactions such as an impact of stress that appears in the respondent. In practice, how to manage stress in a nurse ODGJ, Do it by using spiritual therapy of emotional freedom techniques in five nurses ODGJ.

The problems in this research, that is: 1). How is the common image of stress on the ODGJ nurse?, 2). How is the effectiveness application of the spiritual output of freedom techniques in tackling stress on nodes ODGJ?, 3). What are the supporting factors and the inhibition of the emotional spiritual in the application of freedom technique in overcoming stress on the ODGJ nurse?.

The purposes of this research are: 1). To explain the common image of stress on the ODGJ nurse. 2). To explain the effectiveness application of the spiritual output of freedom technique in overcome the stress on the ODGJ nurse. 3). To explain the supporting factors and the inhibition of the emotional spiritual in the application of freedom technique in overcoming stress on the ODGJ nurse.

The kinds of research he used was studies *action research*, with qualitative method, while sampling technique in this research, researcher using non-probability sampling with purposive sampling type (key person). Whereas data collection techniques use observation, interview, documentation, and combined or triangulation.

Research shows that: 1). Nurse ODGJ experienced stress feel the emotional and physiological reactions negative, as feel sad, dispirited, insomnia, hypertensi. 2). Effective of the application of SEFT in nurses ODGJ experienced stress the existence of emotional and physiological change namely respondent feel calm, patient, the body feels relaxed, sleep soundly, increased spiritual beliefs, and application of SEFT therapy independently. 3). Supporting factors during SEFT therapy is respondents and researchers already know each other, affordable respondents house, the language of the respondent used simple understood. When obstacle factors during SEFT therapy is difficult concentration respondent, difficult to remember sentence set-up, and 18 meridian points.

Keywords: Spiritual Emotional Freedom Technique, Stress, Nurse ODGJ.



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp :	Dekan Fakultas Dakwah
Hal : Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
a.n. Wiwin Wihdatul Ummah	Di –
NIM : 161340135	Serang

Assalamau’alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Wiwin Wihdatul Ummah, NIM: 161340135 dengan judul “*Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Mengatasi *Stress* pada Perawat ODGJ (Studi kasus di Kampung Gunung Buntung, Desa Keramat Laban, Kecamatan Padarincang, Serang-Banten)” telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI), Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Demikian, atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.
Wassalamu’alaikum Wr.Wb

Serang, 27 Juni 2020

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Masykur, M.Hum.
NIP: 197606172005011003

Hilda Rosida, M.Pd.
NIP: 198311212011012011

***Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Mengatasi
Stress pada Perawat ODGJ**

(Studi kasus di Kampung Gunung Buntung, Desa Keramat Laban,
Kecamatan Padarincang, Serang-Banten)

Oleh:

WIWIN WIHDATUL UMMAH

NIM: 161340135

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Masykur, M.Hum.

NIP: 197606172005011003

Hilda Rosida, M.Pd.

NIP: 198311212011012011

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam

Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag.

NIP: 196311151994031002

H. Agus Sukirno, M.Pd.

NIP: 197303282011011001

PENGESAHAN

Skripsi a.n **Wiwin Wihdatul Ummah, NIM: 161340135**, yang berjudul “*Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Mengatasi *Stress* pada Perawat ODGJ (Studi kasus di Kampung Gunung Buntung, Desa Keramat Laban, Kecamatan Padarincang, Serang-Banten)”, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tanggal 1 Juli 2020. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
Serang, 1 Juli 2020

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

Iwan Kosasih, S.Kom.,M.M.Pd
NIP: 197902252006041001

Maya Aufa, S.Th.I.,M.S.I.
NIP: 198306132014092201

Anggota

Penguji I

Penguji II

H. Agus Sukirno, M.Pd.
NIP: 197303282011011001

Agus Ali Dzawafi, M. Fil. I.
NIP: 197708172009011013

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Masykur, M.Hum.
NIP: 197606172005011003

Hilda Rosida, M.Pd.
NIP: 198311212011012011

MOTTO

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

Tuhanmu tidak meninggalkan engkau (Muhammad) dan tidak pula membencimu.

(Q. S. Ad- Duha: 3).

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua tercinta, almarhum ayahanda Wirya dan ibunda Junariyah yang selalu menjadi inspirasi penulis, kakak-kakak serta keluarga yang lainnya terimakasih untuk kalian atas segala do'a, dukungan, kasih sayang, dan pengorbanan yang tulus.

Terima kasih pula kepada kakak Stivan Harry Uniberua, S. E., M.Ak, kakak Achmad Khusnul Iman, S. E., M.Ak, Alsri Nurcahya, S. Sos, Inten Septifiani, Ramadhan Syahputra, Sukmayati, tim *Emergency Respont Unit*, siaga bencana koordinator wilayah Banten, himpunan mahasiswi persatuan Islam pimpinan wilayah Banten, palang merah Indonesia Kota Serang, keluarga besar lembaga amil zakat pusat zakat umat Banten yang penulis tidak bisa sebutkan namanya satu-persatu, yang telah menjadi figur dalam pendidikan di luar kampus.

Terimakasih pula untuk teman-teman relawan psikososial Lombok 2018, relawan psikososial tsunami selat sunda 2019, keluarga BKI D, serta teman-teman seperjuangan angkatan 2016, yang salalu mensupport, mendoakan dan membantu peneliti.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Wiwin Wihdatul Ummah, lahir di Serang, 19 Juli 1996, penulis beralamat di Kampung Gunung Buntung, RT/RW 015/005, Desa Keramat Laban, Kecamatan Padarincang, Kabupaten Serang, Provinsi Banten. Penulis adalah anak ke tujuh dari tujuh bersaudara dari pasangan Bapak Wirya (Alm) dan ibu Junariyah.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh MI PERSIS 72 Padarincang lulus pada tahun 2009, MTs PERSIS 72 Padarincang lulus pada tahun 2012, MA PERSIS 72 Padarincang lulus pada tahun 2015. Kemudian penulis melanjutkan ke perguruan tinggi Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten mengambil jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Selain menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, penulis mengikuti kegiatan di organisasi himpunan mahasiswi persatuan Islam, siaga bencana persatuan Islam koordinator wilayah Banten, lembaga amil zakat pusat zakat umat Banten, palang merah Indonesia Kota Serang. Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang perguruan tinggi Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

KATA PENGANTAR

Bismillahi rohamanirrohim

Puji serta syukur kita limpahkan atas kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana Starta Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Shalawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan oleh baginda kita yakni Nabi Muhammad SAW. Serta keluarganya dan sahabatnya hingga akhir zaman ini.

Dengan mengucap syukur, Alhamdulillah atas pertolongan Allah dan usaha yang sungguh-sungguh, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ***Spiritual Emotional Freedom Technique dalam Mengatasi Stress pada Perawat ODGJ (Studi kasus di Kampung Gunung Buntung, Desa Keramat Laban, Kecamatan Padarincang, Serang-Banten).***

Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberi kesempatan penulis untuk belajar di UIN SMH Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

3. Bapak H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd, Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islama yang telah memberikan semangat untuk segera menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Dr. Masykur, S. Ag., M. Hum, selaku Pembimbing I yang telah memberikan nasihat dan bimbingan selama pembuatan skripsi.
6. Ibu Hilda Rosida, S.S., M. Pd, selaku pembimbing II yang telah berkenan menyempatkan waktunya dalam memberikan bimbingan skripsi.
7. Seluruh Dosen dan Staf Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, khususnya Dosen dan Staf Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
8. Seluruh keluarga terutama Almarhum Bapak saya dan Ibunda Tercinta yang selalu menjadi inspirasiku, juga kakak-kakakku dan keponakanku yang telah memberikan dukungan serta motivasi dan doa selama penyusunan skripsi.
9. Terima kasih kepada Bapak Sanwani kepala Desa Keramat Laban yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian.
10. Terima kasih kepada Responden DN, IN, AJ, RF, dan ST yang senantiasa membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh Rekan Mahasiswa BKI 2016 UIN SMH Banten khususnya BKI D 2016 yang memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

12. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, kelemahan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat sebagai bahan pertimbangan dan ilmu pengetahuan Islam.

Serang, 27 Juni 2020
Penulis

Wiwini Wihdatul Ummah
NIM: 161340135

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	10
F. Kajian Teori	12
G. Metode Penelitian	24
H. Sistematika Penelitian	34
BAB II KONDISI OBJEKTIF DESA KERAMAT LABAN	
A. Kondisi Geografis Dan Demografis Desa Keramat Laban	36

1. Sejarah Desa Keramat Laban	36
2. Visi Dan Misi Desa Keramat Laban	39
3. Kondisi Geografis Desa Keramat Laban.....	39
4. Kondisi Demografis Desa Keramat Laban	41
5. Kondisi Sosial, Keagamaan, Dan Ekonomi Desa Keramat Laban	44
B. Gambaran Umum Kampung Gunung Buntung	51
1. Kondisi Geografis Dan Demografis Kampung Gunung Buntung	51
2. Kondisi Sosial, Mata Pencarian, Dan Kesehatan Mental Masyarakat Kampung Gunung Buntung	52

**BAB III GAMBARAN UMUM *STRESS* PADA PERAWAT
ODGJ**

A. Profil Responden	55
B. Faktor Penyebab Dan Gejala <i>Stress</i> Pada Perawat ODGJ	60
1. Faktor Penyebab <i>Stress</i> Pada Perawat ODGJ.....	60
2. Gejala <i>Stress</i> Pada Perawat ODGJ	64

**BAB IV *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* DALAM MENGATASI *STRESS*
PADA PERAWAT ODGJ**

A. Tahapan- Tahapan Penerapan Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> dalam Mengatasi <i>Stress</i> pada Perawat ODGJ	72
--	----

B. Efektifitas Hasil Penerapan Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> dalam Mengatasi <i>Stress</i> pada Perawat ODGJ	92
C. Faktor Pendukung Dan Penghambat dalam Penerapan Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> Pada Perawat ODGJ	96

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	99
B. Saran	100

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN- LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	periode masa jabatan	37
Tabel 2.2	Struktur pejabat Desa Keramat Laban	38
Tabel 2.3	Jumlah penduduk Desa Keramat Laban menurut jenis Kelamin	42
Tabel 2.4	Jumlah penduduk Desa Keramat Laban dilihat dari segi jenjang pendidikan	43
Tabel 2.5	Jumlah gedung pendidikan Desa Keramat Laban	44
Tabel 2.6	Jumlah pekerja di Desa Keramat Laban	48
Tabel 2.7	Jumlah masyarakat Desa Keramat Laban berdasarkan keagamaan	50
Tabel 2.8	Jumlah sarana prasarana keagamaan Desa KeramatLaban	50
Tabel 3.1	Gambaran <i>stress</i> dari hasil wawancara responden sebelum dilakukan terapi SEFT	70
Tabel 3.2	Tingkatan dan gejala <i>stress</i> yang dialami oleh Responden	71
Tabel 4.1	Perubahan kondisi responden sebelum dan setelah proses terapi SEFT.....	94

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 18 titik meridian terapi SEFT	19
Gambar 2.1 Peta Desa Keramat Laban	51