

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, 15 April 2020

Penulis

Siti Rogayah
NIM. 161340139

ABSTRAK

Nama: **Siti Rogayah**, NIM: **161340139**, Judul Skripsi: **Spiritual Emotional Freedom Thechnique SEFT Dalam Mengatasi Gejala Fisik pada Penderita Hipertensi** (Studi di Kampung Kondang Amis Desa Cikolelet Kecamatan Cinangka Serang-Banten) Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 1441 H/2020 M.

Hipertensi adalah kondisi medis di mana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis, dalam penderita hipertensi ini banyak gejala ringan yang dialami oleh penderita, yaitu sakit kepala, jantung berdebar, telinga berdenging, gelisah, mimisan, muntah, mudah lelah, nyeri perut, penglihatan kabur dan berat badan menurun. Dalam penelitian ini, cara menangani gejala fisik tersebut dilakukan dengan terapi SEFT, sebagaimana yang dilakukan oleh beberapa responden penderita hipertensi yang mengalami gejala fisik.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: 1) Apa sajakah yang mempengaruhi hipertensi, 2) bagaimana penerapan terapi SEFT dalam mengatasi gejala fisik pada penderita hipertensi, 3) bagaimana hasil penerapan terapi SEFT dalam mengatasi gejala fisik pada penderita hipertensi.

Sedangkan Tujuan dalam penelitian ini yaitu: 1) Untuk menjelaskan apa sajakah yang mempengaruhi hipertensi, 2) Untuk menjelaskan penerapan terapi SEFT dalam mengatasi gejala fisik pada penderita hipertensi, 3) Untuk menjelaskan hasil penerapan terapi SEFT dalam mengatasi gejala fisik pada penderita hipertensi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian terapan (applied research), dengan metode penelitian kualitatif, sedangkan teknik yang digunakan purposive sampling dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) penyebab gejala fisik yang mempengaruhi pada penderita hipertensi yaitu sakit kepala, mudah lelah dan mual. 2) Adanya gejala fisik itu, peneliti menerapkan terapi SEFT yang terdapat tiga langkah yaitu: *set-up*, *tune-in*, dan *tapping*. 3) Setelah melakukan terapi terhadap responden mendapatkan hasil yang baik dari sebelumnya, mereka tidak merasakan gejala yang sering dirasakan seperti sakit kepala, mudah lelah dan lain sebagainya sehingga gejala tersebut tidak sering kambuh.

Kata kunci: Terapi SEFT, gejala fisik, penderita hipertensi

ABSTRACT

Name: **Siti Rogayah**, NIM: **161340139**, Skripsi Title: **Spiritual Emotional Freedom Thechnique (SEFT) Therapy in Overcoming Physical Symptoms in Patients with Hypertension** (Study in Kondang Amis Village Cikolelet Village Cinangka District Serang-Banten). Department Islamic Counseling Guidance Faculty Da'wah of UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten in 1441 H / 2020 M.

Hypertension is a medical condition in which there is a chronic increase in blood pressure, in patients with hypertension there are many mild symptoms experienced by sufferers, namely headaches, palpitations, ringing in ears, anxiety, nosebleeds, vomiting, fatigue, stomach pain, blurred vision and weight loss. In this study, the way to deal with physical symptoms is carried out with SEFT therapy, as practiced by several respondents with hypertension who experience physical symptoms.

The formulation of the problems in this study are: 1) What affects hypertension, 2) how the application of SEFT therapy in dealing with physical symptoms in hypertensive patients, 3) how the results of the application of SEFT therapy in overcoming physical symptoms in hypertensive patients.

While the objectives in this study are: 1) To explain what affects hypertension sufferers, 2) To explain the application of SEFT therapy in overcoming physical symptoms in hypertensive patients, 3) To explain the results of applying SEFT therapy in overcoming physical symptoms in patients hypertension.

This type of research is applied research (applied research), with qualitative research methods, while the technique used purposive sampling with data collection techniques using observation, interviews, and documentation.

The results showed that 1) the causes of physical symptoms affecting hypertension sufferers were headaches, fatigue and nausea 2) The existence of physical symptoms, the researchers applied SEFT therapy which contained three steps, namely: *set-up*, *tune-in*, and *tapping* 3) After conducting therapy the respondents get good results from before, they do not feel symptoms that are often felt such as headaches, fatigue and so on so that these symptoms do not recur frequently.

Keywords: SEFT therapy, physical symptoms, hypertension sufferers.



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

Nomor : Nota Dinas

Lamp :

Hal : **Ujian Skripsi**
a.n. Siti Rogayah
NIM : 161340139

Kepada Yth

Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH Banten

Di –

Serang

Assalamau'alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Siti Rogayah, NIM: 161340139 dengan judul “Terapi SEFT Dalam Mengatasi Gejala Fisik pada Penderita Hipertensi (Studi di Kampung Kondang Amis, Desa Cikolelet, Kecamatan Cinangka, 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, 15 April 2020

Pembimbing I

Dr. Masykur, M.Hum.
NIP: 197606172005011003

Pembimbing II

Dra. Eni Nura'eni, MSI
NIP: 196008081991032002

**SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)
DALAM MENGATASI GEJALA FISIK PADA PENDERITA
HIPERTENSI**

(Studi di Kampung Kondang Amis Desa Cikolelet Kecamatan Cinangka
Serang-Banten)

Oleh:

SITI ROGAYAH
NIM: 161340139

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Masykur, M.Hum.
NIP: 197606172005011003

Pembimbing II



Dra. Eni Nura'eni, MSI
NIP: 196008081991032002

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag.
NIP: 196311151994031002

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam



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

PENGESAHAN

Skripsi a.n **Siti Rogayah, NIM: 161340139**, yang berjudul **Spiritual Emotional Freedom Thechnique (SEFT) Dalam Mengatasi Gejala Fisik pada Penderita Hipertensi** (Studi di Kampung Kondang Amis Desa Cikolelet Kecamatan Cinangka Serang-Banten), telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tanggal 04 Juni 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, 04 Juni 2020

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,



Iwan Kosasih, S.Kom. M.M.Pd.
NIP. 1979022520061001



Maya Aufa, S.Th.I. MSI.
NIDN.2013068302

Anggota

Penguji I

Penguji II



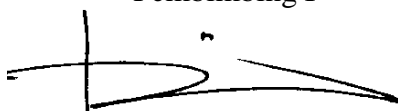
Dr. H Suadi Sa'ad, M.Ag.
NIP. 196311151994031002



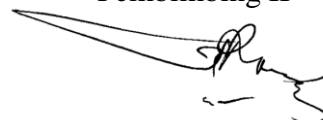
H. Agus Sukirno, M.Pd.
NIP: 197303282011011001

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Masykur, M.Hum.
NIP: 197606172005011003



Dra. Eni Nura'eni, MSI
NIP: 196008081991032002

PERSEMBAHAN

Puji syukur atas rahmat Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Skripsi ini penulis persembahkan untuk Mamah tercinta Junaenah dan Almarhum Bapak Sahrani, Keluarga Besar, kakak-kakak tercinta Mahpudoh dan Rintuziani, yang senantiasa selama ini mendukung penulis, mendoakan serta memberikan pengorbanannya yang tidak terhingga.

Tidak lupa penulis persembahkan skripsi ini untuk Akademisi Jurusan Bimbingan Konseling Islam, keluarga besar Bimbingan Konseling Islam 2016, Dosen Fakultas Dakwah, Keluarga Besar Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII) Rayon Dakwah, Community Of Counselor (COC), BKI kelas D 2016, BUMDES Desa Cikolelet, POKDARWIS Desa Cikolelet, Staf Desa Cikolelet, dan sahabat terbaik ARA kost yang selalu memberikan semangat dan *support*, Ibu Rina sebagai Dosen Trisakti yang selalu memberikan bimbingan dan semangatnya, Niar Suprianti sebagai Kaka angkat yang selalu membantu dan memberikan semangat yang luar biasa sehingga aku bisa menyelesaikan studiku dengan penuh kebahagiaan. Terimakasih karena kalianlah yang senantiasa berada disampingku, yang begitu banyak berperan dalam setiap perjalananku, memberikan doa, membantu dan membimbingku dalam kondisi tersulit. Semoga Allah memberkahi setiap langkah kalian. *Aamiin*.

MOTTO

فَمَا أُوتِيْتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَمَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَبْقَى لِلَّذِينَ آمَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ

Apapun (kenikmatan) yang diberikan kepadamu, maka itu hanyalah kesenangan hidup di dunia. Sementara apa (kenikmatan) yang ada di sisi Allah itu lebih baik dan lebih kekal bagi orang-orang yang beriman. Dan hanya kepada Tuhan mereka bertawakkal.

(Q.S As-Syura:: 36)

RIWAYAT HIDUP

Penulis yang bernama lengkap Siti Rogayah dilahirkan di Serang pada tanggal 10 Juni 1997, merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara dari orang tua yang bernama Bapak Sahrani Almarhum dan Ibu Junaenah. Bertempat tinggal di Serang kampung Kondang Amis Rt/Rw 004/005, Desa Cikolelet Kecamatan Cinangka.

Riwayat pendidikan formal penulis yakni, SDN Cikolelet Tahun 2009, MTS Al-Khaeriyah Cikolelet Tahun 2012, MA Al-Khaeriyah Rancaranji Tahun 2016. Menjadi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Tahun 2016 sampai tahun 2020.

Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif dalam komunitas *Community Of Counselor* (COC), dan organisasi eksternal kampus yaitu Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII), Gerakan Mahasiswa Al-khaeriyah (GEMA), dan selain itu juga aktif di Karang Taruna Desa Cikolelet, POKDARWIS, BUMDES, BPBD Desa Cikolelet sebagai sekretaris umum.

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 Univesitas 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 mengucapkan syukur, Alhamdulillah atas pertolongan Allah dan usaha yang sungguh-sungguh, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **Spiritual Emotional Freedom Thechnique SEFT Dalam Mengatasi Gejala Fisik pada Penderita Hipertensi (Studi di Kampung Kondang Amis Desa Cikolelet)**.

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 M. Hum, selaku Pembimbing I yang telah memberikan nasihat dan bimbingan selama pembuatan skripsi.
6. Ibu Dra. Eni Nura'eni MSI 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 Ojat Darajat selaku kepala Desa Cikolelet yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian.
10. Terima kasih kepada Responden T, R, J, A, dan U 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, 15 April 2020

Penulis

Siti Rogayah
NIM: 161340139

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PENGESAHAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan	11
F. Kerangka Teori	10
G. Metodologi Penelitian.....	33
H. Sistematika Penulisan	39
BAB II KONDISI OBJEKTIF DESA CIKOLELET DI KAMPUNG KONDANG AMIS KECAMATAN CINANGKA	
A. Letak Geografis dan Demografis Desa Cikolelet	41
B. Letak Geografis dan Demografis Kampung Kondang Amis	52
BAB III GAMBARAN UMUM KONDISI RESPONDEN PENDERITA HIPERTENSI	
A. Profil Responden.....	59
B. Faktor Penyebab Penderita Hipertensi	65

**BAB IV PENERAPAN TERAPI SEFT DALAM MENGATASI
GEJALA FISIK PADA PENDERITA HIPERTENSI**

A. Langkah-langkah Penerapan Terapi SEFT	73
B. Efektivitas Terapi SEFT	91
C. Hasil Terapi SEFT	99

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	101
B. Saran	103

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN