



**PENERAPAN EFEKTIVITAS GAYATRI EMOTIONAL FREEDOM
TECNIQUE UNTUK MENGATASI KELELAHAN KERJA
PERAWAT HEMODIALISA RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA TK.I R.SAID SUKANTO
JAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANJANI DARA NARULITA

2210721052

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**



**PENERAPAN EFEKTIVITAS GAYATRI EMOTIONAL FREEDOM
TECNIQUE UNTUK MENGATASI KELELAHAN KERJA
PERAWAT HEMODIALISA RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA TK.I R.SAID SUKANTO
JAKARTA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS
Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Profesi Ners**

**ANJANI DARA NARULITA
2210721052**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Anjani Dara Narulita

NIM : 2210721052

Tanggal : 27 April 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 27 April 2023

Yang menyatakan,



Anjani Dara Narulita

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anjani Dara Narulita
Nim : 2210721052
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta hak bebas royalti non eksklusif (*non-exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Penerapan Efektivitas *Gayatri Emotional Freedom Tecnique* untuk Mengatasi Kelelahan Kerja Perawat Hemodialisa Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I R. Said Sukanto Jakarta

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti ini universitas pembangunan nasional veteran jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan hasil kia saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat Di : Jakarta
Pada Tanggal : 27 April 2023

Yang Menyatakan,



(Anjani Dara Narulita)

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Anjani Dara Narulita

NIM : 2210721052

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIA : Penerapan Efektivitas Gayatri Emotional Freedom Tecnique untntuk
Mengatasi Kelelahan Kerja Perawat Hemodialisa Rumah Sakit
Bhayangkara TK.I R.Said Sukanto Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



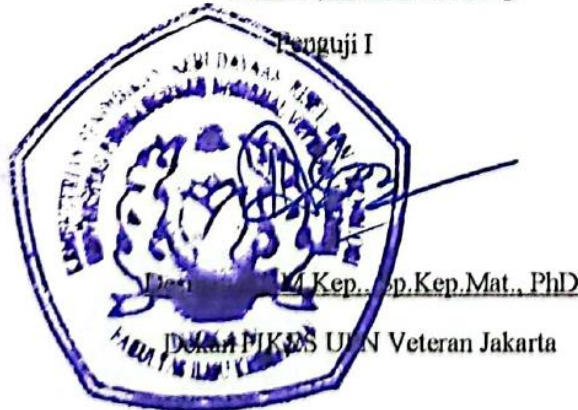
Dr. Sirajudin Noor, SKp., M.Kes.

Ketua Penguji



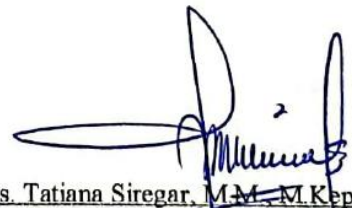
Ns. Nelly Febriani, M.Kep

Penguji I



Desi M. Kep., Sp.Kep.Mat., PhD

Dekan FIKES UIN Veteran Jakarta



Ns. Tatiana Siregar, M.M., M.Kep.

Penguji II (Pembimbing)

Ns. Dora Samaria, M.Kep.

Ketua Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 27 April 2023

**PENERAPAN EFEKTIVITAS GAYATRI EMOTIONAL FREEDOM
TECNIQUE UNTUK MENGATASI KELELAHAN KERJA
PERAWAT HEMODIALISA RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA TK.I R.SAID SUKANTO
JAKARTA**

Anjani Dara Narulita

Abstrak

Kelelahan kerja ialah mekanisme alami tubuh melakukan perlindungan agar terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Hasil observasi penulis di ruang hemodialisa Rumah Sakit Bhayangkara TK.I R.Said Sukanto Jakarta, perawat memiliki jam kerja selama 12 jam dengan melakukan asuhan keperawatan kepada 3-6 pasien sehari. Hal ini sejalan dengan hasil kuesioner yang telah disebarakan penulis menggunakan kuesione *Industrial Fatigue Research Commitee Of Japan Association Of Industrial Health (IFRS)* menunjukkan terdapat 6 perawat (67%) kategori kelelahan kerja rendah dan 3 perawat (33%) kategori kelelahan kerja tinggi. Berdasarkan hasil tersebut penulis melakukan penerapan evidence based practice nursing dengan memberikan terapi *gayatri emotional freedom technique* kepada perawat yang merasakan kelelahan kerja tinggi. Penerapan terapi *gayatri emotional freedom technique* dilakukan selama 3 hari dengan durasi selama 10 menit. Hasil post-test setelah dilakukan terapi GEFT didapatkan hasil adanya penurunan kategori kelelahan kerja tinggi ke kategori kelelahan kerja rendah pada 3 perawat (100%). Hasil tersebut terbukti penerapan efektivitas terapi *gayatri emotional freedom technique* dapat mengatasi kelelahan kerja perawat. Diharapkan perawat dapat melakukan terapi *gayatri emotional freedom technique* saat merasakan kelelahan kerja setelah melakukan asuhan keperawatan kepada pasien.

Kata Kunci: *Gayatri Emotional Freedom Tecnique (GEFT)*, Kelelahan Kerja, Perawat

**APPLICATION OF THE EFFECTIVENESS OF GAYATRI
EMOTIONAL FREEDOM TECNIQUE TO OVERCOME
WORK FATIGUE OF HEMODIALYSIS NURSES AT
BHAYANGKARA KINDERGARTEN HOSPITAL. I
R.SAID SUKANTO JAKARTA**

Anjani Dara Narulita

Abstract

Work fatigue is the body's natural mechanism of protection to avoid further damage so that recovery occurs after rest. The results of the author's observations in the hemodialysis room of Bhayangkara Kindergarten Hospital. I R.Said Sukanto Jakarta, a nurse has shift working for 12 hours by doing nursing care to 3-6 patients a day. This is in line with the results of the questionnaire that has been distributed by the author using the *questionnaire Industrial Fatigue Research Commitee Of Japan Association Of Industrial Health (IFRS)* showed that there were 6 nurses (67%) in the low work fatigue category and 3 nurses (33%) in the high work fatigue category. Based on these results, the author applied evidence-based practice nursing by providing *emotional freedom technique therapy* to nurses who felt high work fatigue. The application of *gayatri emotional freedom technique* therapy is carried out for 3 days with a duration of 10 minutes. Post-test results after GEFT therapy resulted in a decrease in the category of high work fatigue to the category of low work fatigue in 3 nurses (100%). With these results, it is proven that the application of the effectiveness of *emotional freedom technique therapy* can overcome nurses' work fatigue. It is expected that nurses can do *emotional freedom technique therapy* when feeling work fatigue after doing nursing care to patients.

Keywords:Gayatri Emotional Freedom Tecnique (GEFT), Nurse, Work Burnout

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT. Atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir Ners sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Judul dari karya ilmiah akhir ini “Penerapan Efektivitas *Gayatri Emotional Freedom Technique* untuk Mengatasi Kelelahan Kerja Perawat Hemodialisa Rumah Sakit Bhayangkara Tk. I R. Said Sukanto Jakarta”. Karya ilmiah akhir ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan profesi Ners Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Selama proses penyusunan proposal skripsi ini penulis mendapatkan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga proposal skripsi ini dapat selesai sesuai harapan penulis. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN Veteran Jakarta, Desmawati, SKp., M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, Ns. Dora Samaria, S.Kep, M.Kep selaku Kepala Program Studi Profesi Ners, Ns. Tatiana Siregar, M.M., M.Kep selaku Dosen Pembimbing yang sudah membimbing saya untuk menyelesaikan karya ilmiah ini, Staff dosen Bagian Pendidikan Fikes UPN Veteran Jakarta yang telah membantu dalam proses surat menyurat untuk keperluan perizinan dan Kepala Ruangan Hemodialisa yang mengizinkan penulis melakukan studi kasus. Serta tidak lupa kedua orang tua, kakak-kakak, sahabat, teman-teman saya yang selalu memberikan semangat dan dukungan penuh sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.

Penulis menyadari karya ilmiah akhir Ners ini masih memiliki kekurangan dalam penyusunannya. Maka dari itu penulis bersedia menerima segala macam kritik, saran dan masukan yang membangun agar karya ilmiah akhir ini menjadi lebih baik di masa yang akan datang.

Jakarta, 27 April 2023

Penulis

Anjani Dara Narulita

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penulisan.....	3
I.4 Manfaat Penulisan.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Tinjauan Kasus.....	5
II.2 Tinjauan Intervensi.....	22
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN.....	24
III.1 Pelaksanaan EBN.....	24
III.2 Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti.....	30
BAB IV PEMBAHASAN.....	33
IV.1 Analisis Situasi Manajemen Pelayanan Keperawatan Berdasarkan Konsep.....	33
IV.2 Analisis Penerepan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti.....	33
IV.3 Implikasi.....	36
BAB V PENUTUP.....	37
V.1 Kesimpulan.....	37
V.2 Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA.....	39
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kuesioner IFRS	25
Tabel 2	Gambaran Hasil Kuesioner IFRS Pada Perawat	26
Tabel 3	Gambaran Karakteristik Perawat Yang Mengalami Kelelahan Kerja.....	26
Tabel 4	Masalah SDM Perawat	27
Tabel 5	Plan Of Action (POA) Untuk SDM Perawat	28
Tabel 6	Implementasi Tindakan Untuk SDM Perawat	29
Tabel 7	Evaluasi Tindakan Untuk SDM Perawat.....	30
Tabel 8	SOP Terapi GEFT	30
Tabel 9	Komparasi Hasil Pre-Post Test	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Titik Lokasi Terapi GEFT.....	21
Gambar 2	Penerapan Terapi GEFT Pada Perawat.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kuesioner IFRS
- Lampiran 2 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 3 Materi SAP
- Lampiran 4 Produk Keluaran Hasil KIAN
- Lampiran 5 Lembar Monitoring
- Lampiran 6 Hasil Turnitin KIAN
- Lampiran 7 Hasil Turnitin Buku
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme