



**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA DI SMPN
14 KOTA DEPOK TAHUN 2017**

SKRIPSI

DHANIEL HASUDUNGAN

1310711062

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN
2017**





**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA DI SMPN
14 KOTA DEPOK TAHUN 2017**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

DHANIEL HASUDUNGAN

1310711062

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN
2017**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Dhaniel Hasudungan

NRP : 1310711062

Tanggal : 05 Juli 2017

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

Jakarta, Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Dhaniel Hasudungan)

**PERYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Dhaniel Hasudungan

NRP : 1310711062

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : S1 Keperawatan

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Hak Bebas Royalti Non Ekklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja di SMPN 14 Kota Depok

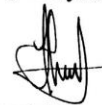
Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 05 Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Dhaniel Hasudungan)

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Dhaniel Hasudungan
NRP : 1310711062
Program : S-1 Ilmu Keperawatan
Judul Penelitian : **Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Perilaku Merokok Remaja Di SMPN 14 Kota Depok**

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



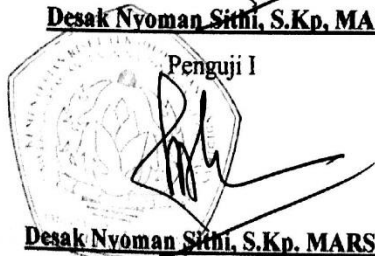
Ns. Evin Novianti, M.Kep, Sp.Kep.J

Ketua Penguji



Desak Nyoman Sithi, S.Kp, MARS

Penguji I



Desak Nyoman Sithi, S.Kp. MARS

Dekan FIKES UPNVJ



Ns. Diah Ratnawati, M.Kep, Sp.Kep.Kom

Penguji II (Pembimbing)



Ns. Santi Herlina, M.Kep., Sp.Kep.MB

Ketua Jurusan Keperawatan

Ditetapkan di: Jakarta,
Tanggal ujian: 05 Juli 2017

PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA DI SMPN 14 KOTA DEPOK

Dhaniel Hasudungan

Abstrak

Pada usia remaja yaitu 15-18 tahun mulai timbul perilaku menyimpang dan masalah yang sering terjadi adalah perilaku merokok. Riskedas (2010) menyebutkan bahwa 58,6 juta orang Indonesia berumur 15 tahun keatas menjadi perokok aktif. Salah satu terapi yang kemungkinan dapat membantu untuk mengurangi kebiasaan merokok adalah terapi SEFT. Terapi SEFT dilakukan dengan menggunakan tapping 18 titik kunci disepanjang 12 jalur energi tubuh. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektifitas *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk menurunkan perilaku merokok pada remaja. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 14 Kota Depok yang berjumlah 15 orang. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik purposive sampling.. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu quasi eksperiment pre test dan post test group design without control group. Intervensi yang digunakan adalah pelatihan *Spiritual emotional Freedom Technique* yang dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu selama 4 minggu. Analisis uji statistik independen t-test menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi SEFT terhadap perilaku merokok pada remaja ($p=0.001$). Berdasarkan hasil penelitian di simpulkan bahwa SEFT dapat menurunkan perilaku merokok pada remaja. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pelayanan keperawatan untuk menjadikan terapi SEFT sebagai terapi yang dapat menurunkan perilaku merokok pada remaja. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan edukasi kepada keluarga tentang SEFT agar dapat membantu remaja dalam mengurangi perilaku merokok.

Kata Kunci : *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), Perilaku Merokok, Remaja

EFFECT OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) ON ADOLESCENT IN SMPN 14 DEPOK CITY

Dhaniel Hasudungan

Abstract

At the age of adolescents are 15-18 years began to arise deviant behavior and the problem that often happens is smoking behavior. According to Riskedas (2010) states that 58.6 million Indonesians aged 15 years and above become active smokers. This study aims to determine the effectiveness of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) to reduce smoking behavior in adolescents. Subjects in this study were students of SMPN 14 Depok. Subjects were 15 people. Sampling using purposive sampling technique. Subject criteria are grade VIII.7 - VIII.9 students who smoke, willing to follow SEFT by filling in the willingness sheet and not being on therapy or other programs related to smoking. The method used in this research is quasi eksperiment type pre test and post test group design without control group. The intervention used was Spiritual emotional Freedom Technique training which was done 2 times a week for 4 weeks. This study using independent t-test statistical analysis showed that there was a difference between before and after SEFT therapy intervention on smoking behavior in adolescent ($p = 0.001$). Based on the results of the study concluded that SEFT can reduce smoking behavior in adolescents. This study can be an input for nursing services to make SEFT therapy as a therapy that can reduce smoking behavior in adolescents.

Keyword : *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT), smoking behaviour, adolescent*

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan yang maha Esa karena berkat dan karunia-Nya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada program studi keperawatan fakultas kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Judul skripsi yang saya ajukan adalah “Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap Perilaku Merokok Pada remaja di SMPN 14 Kota Depok”. Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Terimakasih penulis ucapkan kepada, Ibu Desak Nyoman Sithi,SKp,MARS selaku Dekan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta sekaligus Penguji, Ns. Santi Herlina,S.Kep,M.Kep,Sp.Kep.Mb selaku kepala program studi S1 keperawatan Kepala Jurusan FIKES UPN “VETERAN” Jakarta, Ibu Diah Ratnawati, M.Kep,Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing yang senantiasa membimbing setiap penulisan skripsi yang saya susun

Selain itu, ucapan terima kasih kepada Bapak Togar dan Mamah Serpi serta Kakak Olin atas jasa-jasanya,kesabaran, doa dan tidak pernah lelah dalam mendidik dan memberikan nasihat serta memberikan dukungan kepada saya sampai saat ini, teman-teman Orang Pea yang telah memberikan suport atas kedukaan yang sempat saya alami saat penulisan dan penyusunan skripsi saat ini, serta kepada Rika Hewilda yang selalu membantu dalam penyusunan skripsi dan selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga penulisan skripsi ini selesai. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik dari berbagai pihak.

Jakarta, Juli 2017

Penulis

Dhaniel Hasudungan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	10
DAFTAR GAMBAR.....	11
DAFTAR SKEMA	12
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR LAMPIRAN	14
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	6
I.3 Tujuan Penelitian	7
I.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
II.1 Teori Remaja	9
II.2 Teori Merokok	14
II.3 Teori SEFT	19
II.4 Penelitian Terkait.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	29
III.1 Kerangka Konsep	29
III.2 Hipotesis Penelitian	30
III.3 Definisi Operasional	31
III.4 Desain Penelitian	32
III.5 Populasi dan Sampel	33
III.6 Lokasi Penelitian	35
III.7 Etika Penelitian	35
III.8 Metode Pengumpulan Data	37
III.9 Instrument Penelitian	37
III.10 Analisa Data	38
III.11 Analisis Uji	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
IV.1 Gambaran Profil Tempat Penelitian.....	43
IV.2 Pembahasan Univariat.....	44
IV.3 Pembahasan Bivariat.....	46
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	51
BAB V PENUTUP	52

V.1	Kesimpulan.....	52
V.2	Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA		55
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional	31
Tabel 2	Populasi Siswa SMPN 14 Kota Depok	33
Tabel 3	Uji Univariat	42
Tabel 4	Uji Bivariat	42
Tabel 5	Distribusi Ferkuensi Responden Berdasarkan Usia (n=15).....	44
Tabel 6	Uji Normalitas.....	46
Tabel 7	Analisis hubungan usia responden dengan perilaku merokok.....	46
Tabel 8	Perbedaan perilaku merokok responden sebelum dan sesudah diberiksn Intervensi SEFT (n=15).....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Titik Taping Versi Pendek	22
Gambar 2 Titik Taping Versi Lengkap	23
Gambar 3 The Gamut Procedure	24

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori	28
Skema 2 Kerangka Konsep	30

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	45
Tabel 2 Populasi Siswa SMPN 14 Depok Kelas VIII.7-VIII.9	47
Tabel 3 Uji Univariat	56
Tabel 4 Uji Bivariat.....	56
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Di SMPN 14 Kota Depok	58
Tabel 6 Uji Normalitas.....	60
Tabel 7 Analisis Hubungan Usia Responden dengan Perilaku Merokok di SMPN 14 Kota Depok	60
Tabel 8 Perbedaan Perilaku Merokok Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi SEFT di SMPN 14 Kota Depok.....	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan
Lampiran 2	Berita Acara
Lampiran 3	Lembar Kartu Bimbingan
Lampiran 4	Lembar Izin Penelitian
Lampiran 5	Lembar Etik Penelitian
Lampiran 6	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 7	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 8	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 9	Lembar Instrumen Penelitian
Lampiran 10	Lembar Observasi Instrumen Perilaku Merokok Kelompok Intervensi
Lampiran 11	SOP SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)