

JURNAL KEPERAWATAN 'AISYIYAH'

1. Pengaruh *Supportive Educative* terhadap *Self Care* Pasien Hipertensi pada Salah Satu Puskesmas di Bandung
Endang Lukmawati, Angga Wilandika, Anggriyana Tri Widianti
2. Pengaruh *Emotional Freedom Technique* (EFT) terhadap Tingkat Agresifitas Pasien Resiko Perilaku Kekerasan
Rizki Muliani, Imam Abidin, Ridha Adawiyah
3. Hubungan Lamanya Menjalani Hemodialisis dengan Depresi pada Klien Gagal Ginjal Kronik
R. Siti Jundiah, Ingrid Dirgahayu, Fita Nisa Rahmadina
4. Penanganan Klien dengan Gangguan Spektrum Autisme di *Autis Center*
Ricky Ersaputra, Sitti Syabariyah, Usman
5. Hubungan Kejadian *Postpartum Blues* dengan Motivasi Ibu dalam Menyusui
Aam Aminah, Ariani Fatmawati, Nina Gartika
6. Hubungan Adekuasi Hemodialisis *Urea Reduction Rate* (URR) dengan Tingkat *Fatigue* pada Pasien *End Stage Renal Disease* (ESRD)
Fahmi Khaerudin, Nina Gartika, Angga Wilandika
7. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi
Hasim Ramadan, Tantri Puspita, Purbayanty Budhiaji, M. Hadi Sulhan
8. Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha
Yaumil Khaeria, La Rangki, Parawansah
9. Gambaran *Self Efficacy* pada Pasien TB Paru untuk Menyelesaikan Pengobatan di Poli Dots pada Salah Satu Rumah Sakit Umum Daerah di Garut
Irmawati, Titis Kurniawan, Bambang Aditya Nugraha
10. Hubungan Pola Asuh Pemberian Makan oleh Ibu dengan Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 2-5 Tahun
Rani Putri Pribadi, Hendra Gunawan, Rahmat

Alamat Redaksi:

STIKes 'Aisyiyah Bandung
Jl. KH. Ahmad Dahlan Dalam No. 6 Bandung 40264
Telp. (022) 7305269, 7312423 - Fax. (022) 7305269

DEWAN REDAKSI

JURNAL KEPERAWATAN 'AISYIYAH (JKA)

Volume 6 | Nomor 2 | Desember 2019

Pelindung:

Ketua STIKes 'Aisyiyah Bandung

Penanggung Jawab:

Fatih Handayani, S.ST.,M.Keb.

Ketua:

Sajodin, S.Kep., M.Kes., AIFO.

Sekretaris/Setting/Layout:

Aef Herosandiana, S.T., M.Kom.

Bendahara:

Riza Garini, A.Md.

Penyunting/Editor :

Perla Yualita, S.Pd., M.Pd.

Pemasaran dan Sirkulasi :

Nandang JN., S.Kp., M.Kep.,Ns., Sp.Kep., Kom.

Mitra Bestari :

Neti Juniarti, BN, M.Health, M.Nurs, PhD (Universitas Padjadjaran)
DR. Sitti Syabariyah, S.Kp.,MS.Biomed (STIKes 'Aisyiyah Bandung)
DR. Aprina Murhan, S.Kp, M.Kes (Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang Lampung)
Mohammad Afandi, S.Kep., Ns., MAN. (Universitas Muhammadiyah Yogyakarta)
DR. Dessy Hermawan, S.Kep.Ners.,M.Biomed. (Universitas Malahayati)

Alamat Redaksi:

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah
Jl. KH. Ahmad Dahlan Dalam No. 6, Bandung
Telp. (022) 7305269, 7312423 - Fax. (022) 7305269
e-mail: jka.aisyiyahbdg@gmail.com

DAFTAR ISI

1. Pengaruh *Supportive Educative* terhadap *Self Care* Pasien Hipertensi pada Salah Satu Puskesmas di Bandung
Endang Lukmawati, Angga Wilandika, Anggriyana Tri Widiанти 1-7
2. Pengaruh *Emotional Freedom Technique* (EFT) terhadap Tingkat Agresifitas Pasien Resiko Perilaku Kekerasan
Rizki Muliani, Imam Abidin, Ridha Adawiyah 9-16
3. Hubungan Lamanya Menjalani Hemodialisis dengan Depresi pada Klien Gagal Ginjal Kronik
R. Siti Jundiah, Ingrid Dirgahayu, Fita Nisa Rahmadina 17-24
4. Penanganan Klien dengan Gangguan Spektrum Autisme di *Autis Center*
Ricky Ersaputra, Sitti Syabariyah, Usman 25-33
5. Hubungan Kejadian *Postpartum Blues* dengan Motivasi Ibu dalam Menyusui
Aam Aminah, Ariani Fatmawati, Nina Gartika 35-40
6. Hubungan Adekuasi Hemodialisis *Urea Reduction Rate* (URR) dengan Tingkat *Fatigue* pada Pasien *End Stage Renal Disease* (ESRD)
Fahmi Khaerudin, Nina Gartika, Angga Wilandika 41-51
7. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi
Hasim Ramadan, Tantri Puspita, Purbayanty Budhiaji, M. Hadi Sulhan 53-58
8. Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha
Yaumil Khaeria, La Rangki, Parawansah 59-66
9. Gambaran *Self Efficacy* pada Pasien TB Paru untuk Menyelesaikan Pengobatan di Poli Dots pada Salah Satu Rumah Sakit Umum Daerah di Garut
Irmawati, Titis Kurniawan, Bambang Aditya Nugraha 67-78
10. Hubungan Pola Asuh Pemberian Makan oleh Ibu dengan Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 2-5 Tahun
Rani Putri Pribadi, Hendra Gunawan, Rahmat 79-86

PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT)* TERHADAP TINGKAT AGRESIFITAS PASIEN RESIKO PERILAKU KEKERASAN

Rizki Muliani¹, Imam Abidin², Ridha Adawiyah³

rmuliani0501@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan jiwa merupakan keadaan yang tidak normal baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Dari beberapa kondisi neuropsikiatri ini tercatat pasien dengan masalah keperawatan yang berbeda-beda, salah satunya perilaku kekerasan. Agresifitas merupakan bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental pada pasien perilaku kekerasan. *EFT* merupakan salah satu terapi untuk menangani masalah agresifitas yang ada pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan, di mana *EFT* membantu menyeimbangkan energi dalam tubuh yang menyebabkan gangguan emosional. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *Emotional Freedom Technique (EFT)* terhadap tingkat agresifitas pasien resiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre experiment* dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Jumlah sampel sebanyak 19 orang dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data untuk tingkat agresivitas menggunakan *the Aggression Questionnaire*, sedangkan untuk pelaksanaan *EFT* menggunakan panduan pelaksanaan terapi *EFT*. *EFT* dilakukan selama 5 hari, sehari 1 kali selama 7 menit. Data dianalisis menggunakan *Paired T test*. Hasil dan pembahasan : Hasil penelitian menunjukkan tingkat agresifitas sebelum dilakukan *EFT* hampir seluruh (89,5%) pasien resiko perilaku kekerasan memiliki tingkat agresifitas yang tinggi, sedangkan tingkat agresifitas sesudah dilakukan *EFT* sebagian (52,6%) pasien resiko perilaku kekerasan memiliki tingkat agresifitas tinggi. Hasil penelitian menunjukkan *p-value* = 0,000 sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap tingkat agresifitas pasien resiko perilaku kekerasan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka disarankan *Emotional Freedom Technique (EFT)* bisa dijadikan terapi alternatif dalam membantu menangani masalah tingkat agresifitas.

Kata kunci : *emotional freedom technique (EFT)*, resiko perilaku kekerasan, tingkat agresifitas

Abstract

Mental disorders are abnormal conditions that are either physical or mental. Out of these neuropsychiatric conditions are recorded patients with different nursing issues, one of which is violent behavior. Aggression is a form of behavior that is intended to harm someone physically and mentally to violent behavior patients. Emotional Freedom Technique (EFT) is one of the therapies to address the problem of aggression in patients at risk for violent behavior, where EFT helps balance the energy in the body causing an emotional disturbance. The purpose of this study was to find out the influence of EFT on the aggressiveness of patients' risk of violent behavior at West Java Provincial Hospital. The type of research used is pre-experiment with the design of One Group Pretest Posttest. The sample size was 19 with a purposive sampling technique. Data collection for aggression level using the Aggression Questionnaire, whereas for EFT implementation using EFT therapy implementation guide. EFT is performed for 5 days, 1 day for 7 minutes. Data were analyzed using the Paired T-test. Result and Discussion : The results showed that aggressiveness before EFT was nearly complete (89.5%) of high-risk patients with high levels of aggression, whereas aggressive levels after partial EFT (52.6%) of high-risk violence patients had high levels of aggression. The results showed p-value = 0.000

and it was concluded that there is an influence of the Emotional Freedom Technique on the level of aggression of patients at risk of violent behavior. Based on the results of this research it is recommended that the Emotional Freedom Technique (EFT) can be an alternative therapy in helping to deal with issues of aggression.

Keywords: *emotional freedom technique (EFT), level of aggression, risk of violent behavior*

^{1,2,3}Universitas Bhakti Kencana

PENDAHULUAN

Kehidupan yang semakin berat dan sulit dialami hampir oleh semua kalangan masyarakat sehingga dapat mengakibatkan gangguan kesehatan jiwa. Gangguan jiwa merupakan gangguan pikiran, perasaan atau tingkah laku yang dapat menimbulkan penderitaan dan terganggunya fungsi atau kegiatan sehari-hari. Menurut data WHO (2016), terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena skizofrenia serta 47,5 juta terkena demensia. Menurut data Riskesdas (2018), penderita skizofrenia atau psikosis sebesar 7 per 1000. Sedangkan prevalensi gangguan mental emosional pada usia lebih dari 15 tahun sebesar 9,8%, meningkat dibandingkan tahun 2013 sebesar 6%. Tingginya angka gangguan kesehatan jiwa merupakan masalah kesehatan yang besar jika dibandingkan dengan masalah kesehatan lainnya yang ada di masyarakat. Dari kondisi neuropsikiatri ini tercatat pasien dengan masalah keperawatan yang berbeda-beda meliputi perilaku kekerasan, halusinasi, menarik diri, harga diri rendah, defisit perawatan diri, waham dan resiko bunuh diri.

Rumah Sakit Jiwa provinsi Jawa Barat sendiri tercatat pasien dengan resiko perilaku kekerasan atau perilaku kekerasan menempati urutan kedua terbanyak setelah kurang perawatan diri. Perilaku kekerasan merupakan respon maladaptif dari marah, apabila diungkapkan secara tidak tepat dapat menimbulkan permusuhan dan agresi yang tidak mampu diungkapkan secara asertif, dapat memanjang hingga respon yang

paling maladaptive (Pangestika & Rochmawati, 2016). Selain itu, perilaku kekerasan juga dapat berupa ancaman, serangan verbal, perilaku yang merugikan diri sendiri dan perilaku yang merusak lingkungan (Karabekiroğlu, Pazvantoğlu, Karabekiroğlu, Böke, & Korkmaz, 2016). Meskipun tidak semua pasien psikiatri melakukan tindakan kekerasan, penyakit mental yang serius sering dikaitkan dengan peningkatan resiko perilaku kekerasan. Resiko perilaku kekerasan atau agresif adalah perilaku yang menyertai marah dan merupakan dorongan untuk bertindak dalam bentuk destruktif dan masih terkontrol. Agresifitas merupakan bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental. Seseorang dengan agresifitas akan dengan mudah melakukan hal-hal yang tidak baik seperti mengancam, atau intimidasi orang lain, sering memulai perkelahian fisik, menggunakan senjata yang dapat menyebabkan luka fisik, memaksa seseorang untuk melakukan aktifitas seksual (Sturmey, Allen, & Anderson, 2017).

Ada beberapa penanganan atau penatalaksanaan yang sering dilakukan terhadap pasien gangguan emosional atau marah. Penatalaksanaan secara farmakologis menggunakan golongan obat antianxiety dan sedative hipnotics seperti lorazepam dan clonazepam yang sering digunakan untuk menenangkan perlawanan klien. Ada juga golongan *Antidepressants*, jenis obat yang termasuk golongan ini seperti *Amitriptyline* dan *Trazadone*. Obat ini menghilangkan agresifitas yang diberikan pada pasien dengan gangguan mental (Yosep,

2011). Tetapi yang kita ketahui bahwa hanya dengan diberikan obat saja tidak akan mengurangi akar masalah. Terapi non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap terapi farmakologis. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan untuk masalah agresifitas yang ada pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan adalah *Emotional Freedom Technique (EFT)*, karena *EFT* dapat membantu menyeimbangkan energi dalam tubuh yang menyebabkan gangguan emosional, di mana *EFT* dapat menurunkan aktivitas system limbic sehingga dapat mengurangi respon stress dan emosi (Clond, 2016). Intervensi *EFT* pada sistim energi tubuh inilah yang dapat mengubah kondisi kimia di dalam otak (*neurotransmitter*) yang selanjutnya dapat mengubah kondisi emosi seseorang. Selain itu *EFT* efektif, mudah, cepat, murah, efeknya dapat permanen, tidak terdapat efek samping, bersifat universal, memberdayakan individu (tidak tergantung pada pemberi terapi), dapat dijelaskan secara ilmiah (Zainudin, 2012 dalam Astuti, Yosep, & Susanti, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Church et al (2012) dalam Clond (2016) didapatkan bahwa setelah dilakukan *EFT* terjadi penurunan sekresi kortisol yang berdampak pada penurunan tingkat stress dan kecemasan responden. *EFT* menggunakan *tapping* (ketukan) dapat menyeimbangkan sistem energi tubuh yang tersumbat yang dapat mengakibatkan perubahan terhadap pikiran, perilaku, dan emosi (Patterson, 2016). Church (2010) dalam Patterson (2016) terapi *EFT* memberikan pengaruh terhadap masalah emosional setelah dilakukan terapi selama 5 hari berturut-turut. *EFT* dapat dilakukan dengan beberapa metode yaitu *The Movie Technique*, *Borrowing Benefit (BB)*, *Journaling*, *Tell the Story Technique*. Dalam penelitian ini pelaksanaan terapi *EFT* menggunakan teknik *Borrowing Benefit*, dimana responden mengikuti alur terapi *EFT (tapping)* dengan cara melihat instruktur langsung atau bisa menggunakan

video. *Borrowing Benefit* juga memungkinkan banyak orang untuk mencapai kebebasan emosi tanpa harus memahami *EFT* dan secara dramatis akan meningkatkan efektifitas *EFT* yang dilakukan secara berkelompok.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan alasan yang menunjukkan ancaman yang cukup berbahaya dari pasien dengan perilaku kekerasan, seperti alasan masuk pasien yang diantaranya karena melakukan amuk, mengancam warga di sekitar rumah, dan melakukan kekerasan terhadap ibunya sendiri. Selain itu berdasarkan penuturan perawat-perawat yang ada di ruangan menyebutkan bahwa pasien dengan perilaku kekerasan sering menunjukkan gejala resiko perilaku kekerasan seperti tidak mau diam, agresif, ketika berbicara banyak yang tidak bisa dialihkan, jika pembicaraannya disela pasien memasang muka merah dan melotot seperti ingin marah, jika sedang dalam ruangan dan tidak ada aktifitas ada juga pasien yang berteriak-teriak dengan isi pembicaraan seperti mengancam seseorang atau menuntut seseorang. Dengan alasan ini maka diperlukan sekali penanganan yang efektif untuk mengatasi perilaku kekerasan. Berdasarkan data dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui "Pengaruh *Emotional Freedom Technique (EFT)* Terhadap Tingkat Agresifitas Pasien Resiko Perilaku Kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat."

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan pendekatan "One Group Pretest Posttest design". Populasi dalam penelitian ini adalah pasien ruang tenang Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat dengan diagnosa Resiko Perilaku Kekerasan yang berjumlah 126 orang. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling* yaitu pengambilan sampel didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat

oleh peneliti sendiri, adapun kriteria sampel yang diambil adalah pasien resiko perilaku kekerasan yang sudah kooperatif dan tidak mengikuti Terapi Aktifitas Kelompok (TAK) di ruangan. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 19 orang.

Pengukuran tingkat agresivitas menggunakan *the Aggression Questionnaire*, sedangkan untuk pelaksanaan EFT menggunakan panduan pelaksanaan terapi EFT. Pengumpulan data diawali dengan cara mencari sampel yang sesuai dengan kriteria. Setelah sampel didapat, 15 menit sebelum melakukan terapi *EFT*, peneliti mengobservasi dengan melakukan pengamatan secara langsung selama 5 menit dan mewawancarai tingkat agresifitas pasien yang diukur dengan menggunakan skala *The Buss-Perry Aggression Questionnaire*. Hasil pengukuran tersebut dijadikan sebagai data *pre test*. Setelah dilakukan terapi *EFT* oleh peneliti dan dibantu fasilitator 1 orang selama 5 hari dengan jumlah 1 kali sehari selama 7 menit dengan waktu rentang dari jam 9 - 11 siang. Peneliti menanyakan kembali

tentang agresifitas pasien menggunakan *The Buss-Perry Aggression Questionnaire*. Hasil pengukuran tersebut digunakan sebagai data *post test*. Data dianalisis dengan menggunakan *Paired t-test*.

HASIL

Pada penelitian ini diukur tingkat agresivitas pasien RPK (Resiko Perilaku Kekerasan) sebelum dan sesudah dilakukan EFT.

Tabel 1. Skor Tingkat Agresifitas Pasien RPK Sebelum Dilakukan EFT Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat

Kriteria	f	%
Tinggi	17	89,5%
Rendah	2	10,5%
Total	19	100%

Tingkat agresifitas pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan *Emotional Freedom Technique* dari 19 sebanyak 17 pasien resiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat memiliki tingkat agresifitas yang tinggi dengan persentase 89,5%.

Tabel 2. Tingkat Agresifitas sebelum Dilakukan EFT Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat Berdasarkan Aspek Tingkat Agresifitas

Aspek Tingkat Agresifitas	Tinggi	%	Rendah	%	Total
<i>Physical Aggression</i>	10	52,6%	9	47,4%	19
<i>Verbal Aggression</i>	12	63,2%	7	36,8%	19
<i>Anger</i>	19	100%	0	0%	19
<i>Hostility</i>	18	94,7%	1	5,3%	19

Jumlah tingkat agresifitas sebelum dilakukan *Emotional Freedom Technique* di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat berdasarkan aspek tingkat agresifitas menunjukkan seluruh pasien resiko perilaku kekerasan memiliki tingkat agresifitas dengan aspek *anger* yang tinggi dengan persentase 100%.

Tabel 3 Tingkat Agresifitas Pasien RPK Sesudah Dilakukan EFT Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat

Kriteria	f	%
Tinggi	10	52,6%
Rendah	9	47,4%
Total	19	100%

Tingkat agresifitas pada tabel 3 menunjukkan bahwa sesudah dilakukan *Emotional Freedom Technique* sebagian besar pasien resiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit

Jiwa Provinsi Jawa Barat mengalami perubahan tingkat agresifitas tinggi dengan persentase 57,9%.

Tabel 4. Tingkat Agresifitas sesudah Dilakukan EFT Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat Berdasarkan Aspek Tingkat Agresifitas

Aspek Tingkat Agresifitas	Tinggi	%	Rendah	%	Total
<i>Physical Agression</i>	5	26,3%	14	73,7%	19
<i>Verbal Agression</i>	10	52,6%	9	47,4%	19
<i>Anger</i>	16	84,2%	3	15,8%	19
<i>Hostility</i>	11	57,9%	8	42,1%	19

Jumlah tingkat agresifitas sesudah dilakukan *Emotional Freedom Technique* di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat berdasarkan aspek tingkat agresifitas pada tabel 4 menunjukkan

hampir seluruh pasien resiko perilaku kekerasan masih memiliki tingkat agresifitas dengan aspek *anger* yang tinggi dengan persentase 84.2%.

Tabel 5. Pengaruh EFT Terhadap Tingkat Agresifitas Pasien RPK Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat

Variabel	Tinggi	Rendah	Mean	t	P-value
Sebelum Terapi EFT	17	2	93,16	4,698	0,000
Sesudah Terapi EFT	10	9	79,26		0,000

Hasil *Paired T test* menunjukkan *p-value* = 0,000 sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap tingkat agresifitas pasien resiko perilaku kekerasan.

PEMBAHASAN

Perilaku kekerasan adalah salah satu respon maladaptif dari marah yaitu bentuk ekstrim dari agresi yang memiliki kerusakan fisik parah (misalnya cedera serius atau kematian) sebagai tujuannya, mencoba melukai seseorang, ancaman, serangan lisan (Sturmey et al., 2017). Alasan perilaku agresif berbeda-beda untuk setiap orang. Salah satu faktor yang dapat menimbulkan agresif adalah frustrasi dan provokasi. Frustrasi adalah terhambatnya atau tercegahnya upaya mencapai

tujuan (Baron, Branscombe & Byrne (2008) dalam Sturmey et al (2017) open-ended and semi-structured interviews, and informal and anecdotal observations to examine the modes (e.g. vertical versus horizontal/oblique. Penelitian dilakukan bertepatan dengan bulan puasa akhir mendekati hari raya Idul fitri, sehingga pada saat dilakukan penelitian pasien resiko perilaku kekerasan merasa frustrasi karena tidak bisa pulang segera dan berkumpul dengan keluarga. Tapi agresif tidak selalu muncul karena frustrasi. Provokasi juga dapat menjadi penyebab dari agresif. Dengan alasan inilah timbul respon kemarahan yang dibuktikan dengan tetap tingginya aspek *anger* saat dilakukan *Emotional Freedom Technique*.

Emotional Freedom Technique (EFT)

adalah teknik yang efektif untuk mengatasi masalah yang berhubungan dengan emosi negatif (Gunawan, 2012). Dengan diberikannya tindakan *EFT* yang dilakukan dengan cara mengetukkan dua jari pada 12 titik meridian maka pemulihan fungsi motorik serta sistem kekebalan tubuh dapat terstimulasi oleh adanya efek imunomodulator sehingga mempengaruhi tingkat agresifitas pasien resiko perilaku kekerasan yang sebelumnya tinggi menjadi rendah. *Emotional Freedom Technique* dilakukan satu kali sehari selama 7 menit dalam 5 hari berturut-turut. Hari pertama sebelum dilakukan terapi, pasien RPK menunjukkan respon non verbal yang berbeda-beda. Ada pasien yang menunjukkan ketidaksukaannya terhadap kegiatan penelitian, ada juga yang langsung menolak mengikuti kegiatan ini tetapi selanjutnya setelah melihat teman-temannya ikut akhirnya menawarkan diri untuk jadi responden. Setelah dilakukan *Emotional Freedom Technique* klien yang awal tingkat agresifitas tinggi mengatakan merasa lebih rileks, tenang dan tidur pada malam hari pun lebih nyenyak, bahkan ada pasien resiko perilaku kekerasan yang mengatakan bahwa setiap setelah melakukan terapi rasanya segar seperti sudah selesai mandi. Pernyataan ini juga didukung dengan raut wajah pasien resiko perilaku kekerasan yang lebih tenang dan lebih menikmati kegiatan yang dilakukan.

Dari 2 pasien resiko perilaku kekerasan yang mengalami tingkat agresifitas rendah 1 diantaranya mengalami perubahan tingkat agresifitas menjadi tinggi. Setelah dilakukan pengkajian ternyata pasien resiko perilaku kekerasan (RPK) ini sedang merasa cemas karena baru saja dipindahkan ke ruangan lain. Pasien RPK ini merasa aneh kenapa dirinya harus dipindahkan ke kamar yang kosong. Padahal sebelumnya dirinya berada di kamar bersama teman-temannya. Pasien RPK ini juga merasa bahwa orang-orang di ruangan barunya selalu melihat ke arahnya, sehingga pasien merasa tidak

tenang. Kecemasan ini juga digambarkan dengan kebiasaan pasien yang mondar-mandir saat diwawancara. Sementara itu tingkat agresifitas dengan aspek *anger* menunjukkan hampir seluruh pasien resiko perilaku kekerasan masih tinggi. Ini bisa dilihat juga dari keluhan pasien resiko perilaku kekerasan yang sampai hari terakhir penelitian mengeluh ingin segera pulang.

Hasil *Paired t-test* menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap tingkat agresifitas pasien resiko perilaku kekerasan. Stimulasi dari titik-titik akupunktur melepaskan serotonin, opioid, dan gamma-aminobutyric acid (GABA) dalam amigdala dan korteks prefrontal dan juga membantu mengatur hormon stres kortisol. Kenaikan endomorphin-1, beta endorphin, enkefalin, serotonin, dan dopamin menyebabkan analgesia, sedasi, dan pemulihan fungsi motorik serta memiliki efek imunomodulator pada sistem kekebalan tubuh (Sebastian & Nelms, 2017). Sistem limbik sangat terlibat dalam menstimulasi timbulnya perilaku bermusuhan dan respon agresif. Terapi *EFT* pada sistem energi tubuh inilah yang dapat mengubah kondisi seseorang termasuk kondisi marah atau agresif. Karena dengan melakukan ketukan ringan pada titik meridian bisa gangguan listrik pada jalur meridian yang terjadi setelah adanya gangguan emosi menjadi lebih negatif. Ketika gangguan listrik teratasi, otomatis emosi negatif juga teratasi (Gunawan, 2012). *EFT* dapat membantu menyeimbangkan energi dalam tubuh yang menyebabkan gangguan emosional, di mana *EFT* dapat menurunkan aktivitas system limbic sehingga dapat mengurangi respon stress dan emosi (Clond, 2016).

Hasil systematic review yang dilakukan oleh Sebastian & Nelms (2017) menunjukkan bahwa serangkaian sesi 4-10 *EFT* adalah pengobatan yang efektif untuk PTSD

(posttraumatic stress disorder), kecemasan, depresi dengan berbagai populasi. Church (2010) dalam Sebastian & Nelms (2017) melakukan penelitian pada 11 veteran yang memiliki gejala gangguan psikologis seperti depresi, cemas, *posttraumatic stress disorder (PTSD)* menyatakan bahwa setelah dilakukan terapi *EFT* pada veteran dengan masalah psikologi trauma menunjukkan hasil adanya penurunan tekanan psikologis secara signifikan. Hal ini menunjukkan juga bahwa manfaat *Emotional Freedom Technique* dapat mengubah emosi seseorang. Dalam penelitian ini terapi komplementer: *Emotional Freedom Technique* yang dilakukan 5 kali selama 5 hari berturut-turut kepada pasien resiko perilaku kekerasan dan efektif memberikan pengaruh terhadap tingkat agresifitas.

Sebelum dilakukan *Emotional Freedom Technique* hampir seluruh pasien resiko perilaku kekerasan memiliki tingkat agresifitas yang tinggi, sedangkan sesudah dilakukan terapi komplementer: *Emotional Freedom Technique* sebagian pasien resiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat mengalami perubahan tingkat agresifitas tinggi. Saat proses penelitian pasien resiko perilaku kekerasan terlihat senang dan cukup kooperatif untuk mengikuti kegiatan setiap harinya dikarenakan mereka menganggap kegiatan ini sebagai bagian dari proses penyembuhan. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat agresifitas pada pasien resiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh antara tingkat agresifitas sebelum dan sesudah dilakukan *Emotional Freedom Technique* di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat dengan nilai *p-value* = 0,000. Sehingga disarankan *Emotional Freedom*

Technique (EFT) bisa dijadikan terapi alternatif dalam membantu menangani masalah tingkat agresifitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R., Yosep, I., & Susanti, R. D. (2015). Pengaruh Intervensi Spiritual *Emotional Freedom Technique* terhadap Penurunan Tingkat Depresi Ibu Rumah Tangga dengan HIV di Kota Bandung. *Universitas Padjadjaran*.
- Clond, M. (2016). Emotional freedom techniques for anxiety a systematic review with meta-analysis. *Journal of Nervous and Mental Disease, 204*(5), 388–395. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000483>
- Gunawan, A.W. (2012). *The Miracle of Mind Body Medicine: How to Use Your Mind for Better Health*, Vol.5. Jakarta, Gramedia Pustaka Utama
- Karabekiroğlu, A., Pazvantoğlu, O., Karabekiroğlu, K., Böke, Ö., & Korkmaz, I. Z. (2016). Associations with violent and homicidal behaviour among men with schizophrenia. *Nordic Journal of Psychiatry, 70*(4), 303–308. <https://doi.org/10.3109/08039488.2015.1109139>
- Pangestika, A. T., & Rochmawati, D. H. (2016). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kemampuan Mengontrol Marah pada Pasien Risiko Perilaku Kekerasan di RSJD dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Karya Ilmiah*.
- Patterson, S. L. (2016). The effect of emotional freedom technique on stress and anxiety in nursing students: A pilot study. *Nurse Education Today, 40*, 104–110. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2016.02.003>
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata

Dasar (RISKESDAS).

- Sebastian, B., & Nelms, J. (2017). The Effectiveness of Emotional Freedom Techniques in the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder: A Meta-Analysis. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 13(1), 16–25. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2016.10.001>
- Sturmey, P., Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2017). Aggression and Violence: Definitions and Distinctions. *The Wiley Handbook of Violence and Aggression*, 1–14. <https://doi.org/10.1002/9781119057574.whbva001>
- WHO. (2016). *World Health Statistics 2016*.
- Yosep, Iyus. (2011). *Keperawatan Jiwa*. Bandung, PT Refika Aditama

