

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP PENURUNAN TINGKAT
INTENSITAS FOBIA SPESIFIK**



Disusun oleh:

MUHAMMAD AKHSAN ZADI

20140310127

**PENDIDIKAN SARJANA KEDOKTERAN UMUM
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2018**

HALAMAN PENGESAHAN KTI

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM*
TECNIQUE TERHADAP FOBIA**

Disusun oleh:

MUHAMMAD AKHSAN ZADI

20140310127

Telah disetujui pada tanggal:

12 Mei 2018

Dosen Pembimbing

dr. Oryzati Hilman Agrimon, M.Sc, CMFM, PhD

NIK: 173043

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaykum Wr. Wb.

Alhamdulillah rabbil'amin, puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga dipermudah untuk dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah yang berjudul: “**PENGARUH TERAPI SEFT TERHADAP FOBIA SPESIFIK**”. Sholawat serta salam selalu tercurahkan keharibaan Nabi Muhammad SAW, yang telah mengajarkan dan membimbing umat Islam dengan ajaran agama Allah SWT, serta membawa umatnya dari zaman yang gelap gulita, kepada zaman terang benderang.

Proposal penelitian ini memiliki fokus dalam bidang Ilmu Kesehatan Masyarakat dan telah disusun dengan sebaik-baiknya. Proposal ini disusun juga untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan program S1 program studi pendidikan dokter di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Hambatan dan rintangan tentu hadir dalam pembuatan proposal KTI ini. Namun *Alhamdulillah* berkat bantuan Allah SWT, semangat, tekad, dan dorongan terus hadir sehingga proposal ini dapat terselesaikan. Bantuan berupa bimbingan dan semangat dari dosen selaku pembimbing, teman-teman, dan pihak-pihak lainnya juga turut berperan dalam mengatasi rintangan-rintangan yang hadir. Terimakasih juga penulis haturkan kepada kedua orang tua, Ayah tercinta **dr. H. Dimiyati Ahmad, Sp.B** dan Ibunda yang paling aku sayangi **Elly Kartina** yang dengan sabar dan ikhlas menyayangi, mendidik, dan membantu dari berbagai sisi kehidupan dan dengan sepenuh kekuatan dan cinta. Kepada kedua kakak **Muhammad Fahri, Muhammad Nur Fajri**, dan juga kakak ipar **Gika**

Fajariana Hadikusuma, yang turut meberi ide, masukan-masukan, dan doa sehingga penyusunan proposal ini menjadi lebih lancar.

Tak lupa penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. **Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes** sebagai Dekan Pendidikan Sarjana Kedokteran Umum Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. **dr. Oryzati Hilman, MSc. CMFM, PhD** yang telah bersedia menerima penulis dan banyak membantu dari pemilihan judul hingga proses-proses penyusunan sehingga proposal ini dapat tersusun.
3. Kepada seluruh dosen dan staf pengajar di Pendidikan Sarjana Kedokteran Umum Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat selama saya mengikuti pendidikan sarjana kedokteran dan staf-staf di bagian pengajaran yang selalu membantu dalam kegiatan dan jadwal-jadwal akademik.
4. Terakhir, kepada teman – teman yang sedikit banyak telah menghibur dan memberi semangat disaat kesulitan-kesulitan menyusun proposal ini melanda.

Saya benar-benar menyadari bahwa dalam penyusun proposal KTI yang pertama ini terdapat banyak sekali kekurangan dan kesalahan, sehingga segala kritik dan saran akan sangat saya terima guna memperbaiki dan menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Semoga, karya tulis ilmiah ini dapat memberi manfaat yang sebaik-baiknya dan dapat menyejahterakan masyarakat. Aamiin.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	3
C. TUJUAN PENELITIAN.....	4
D. MANFAAT PENELITIAN.....	5
1. Aspek Teoritis	5
E. KEASLIAN PENELITIAN	6
BAB II.....	7
A. TINJAUAN PUSTAKA	7
1. Fisiologi Rasa Takut.....	7
2. Fobia.....	9
3. Diagnosis Fobia Spesifik.....	11
4. Systemic Desensitization.....	12
5. SEFT.....	13
6. Terapi EFT (Emotional Freedom Techniques) terhadap Fobia Hewan Kecil.....	15
7. Subjective Units of Disturbance Scale (SUDS)	16
B. KERANGKA TEORI	17
C. KERANGKA KONSEP.....	18
D. HIPOTESIS.....	19
BAB III	20
METODE PENELITIAN.....	20
A. JENIS DAN DESAIN PENELITIAN.....	20
B. POPULASI DAN SAMPEL	20
C. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	21
1. LOKASI PENELITIAN	21
2. WAKTU PENELITIAN.....	21
D. VARIABEL DAN DEFINISI OPERASIONAL	22

E. INSTRUMEN PENELITIAN	23
F. CARA PENGUMPULAN DATA	24
G. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	26
H. ANALISIS DATA	26
I. ETIKA PENELITIAN	27
1. INFORMED CONSENT	27
2. KERAHASIAAN DATA	27
3. TIDAK MENYERTAKAN NAMA	27
BAB IV	28
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
A. Hasil Penelitian.....	28
B. Pembahasan	33
BAB V.....	38
A. Kesimpulan.....	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN.....	42
Lampiran 1. Lembar Persetujuan Peserta (Inform Consent)	42
Lampiran 2. SUDS (Subjective Units of Distress)	43
Lampiran 3. PETUNJUK.....	44
Lampiran 4.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2. Waktu Penelitian.....	21
Tabel 3. Karakteristik Responden Penelitian.....	28
Tabel 4. Perubahan Skor Tingkat Kecemasan Berdasarkan SUDS.....	30
Tabel 5. Hasil uji normalitas terhadap skor pre-post test SUDS pada kelompok kontrol dan intervensi.....	31
Tabel 6. Hasil uji beda wilcoxon terhadap tingkat kecemasan fobia sebelum dan sesudah terapi seft pada kelompok intervensi dengan suds.....	32
Tabel 7. Hasil Uji Selisih pre-post test scoring SUDS pada tingkat kecemasan fobia spesifik.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	17
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	18