

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH NASIONAL

Judul Karya Ilmiah (Artikel)	: Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Efektif Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Wanita Pre Menopause	
Nama Penulis	: Nasrawati, Khalidatul Khair Anwar	
Jumlah Penulis	: 2 Orang	
Status Pengusul	: Penulis Pendamping Ke 1	
Identitas Jurnal/Artikel	a. Nama Jurnal	Window of Health : Jurnal Kesehatan
	b.Nomor ISSN	2614-5375
	c.Volume, Nomor, Bulan	Vol.3 No.4 Oktober 2020
	d.Penerbit	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia
	e.DOI artikel (kalau ada)	-DOI:10.33368/woh.v0i0.330
	f.Alat Web Jurnal	http://jurnal.fkmumi.ac.id
	g.Terindeks di	https://www.semanticscholar.org/paper/Terapi-Spiritual-Emotional-Freedom-Technique-(SEFT)-Nasrawati-Anwar/e409dd65ecd29bd4230b7e27f391b324541e1065
Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah (beri v pada kategori yang tepat)	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional Terakreditasi (peringkat 1 dan 2)
	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional Terakreditasi (3 dan 4)
	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional Bahasa Indonesia Peringkat (5 dan 6)
	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional di luar Peringkat

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang di Nilai	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah				
	Nasional Terakreditasi peringkat (1 dan 2)	Nasional Bahasa Inggris peringkat (3 dan 4)	Nasional Bahasa Indonesia peringkat (5 dan 6)	Nasional Di luar Peringkat	Nilai Akhir Yang diperoleh
	Nilaimaks 25	Nilaimaks 20	Nilaimaks 15	Nilaimaks 10	
a.Kelengkapan Unsur isi jurnal ilmiah (10%)	1				1
b. Ruang Lingkup dan Kedalaman Pembahasan (30%)	3				3
c.Kecukupan dan kemutakhiran data/ informasi dan metodologi (30%)	3				3
d.Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	3				3
Total = 100 %	40%x25=10				10
Nilai Pengusul =					

Catatan Peer Reviewer

- Kelengkapan unsure isi Jurnal Ilmiah : *Isi jurnal sudah lengkap*
- Ruang Lingkup dan Kedalaman Pembahasan : *Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan baik*
- Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi: *Kecukupan, kemutakhiran data dan metodologi sesuai dengan penelitian*
- Kelengkapan Unsur dan Kualitas Penerbit : *Unsur lengkap serta kualitas penerbit sangat baik*
- Indikasi Plagiasi : *Tidak ada indikasi plagiat*
- Kesesuaian Bidang Ilmu: *Artikel sesuai dengan bidang ilmu penulis.*

Kendari,
Reviewer 1

2022



Nama : Dr.Nurmiaty,S.SiT,MPH
 NIP : 198008192002122001
 Unit Kerja : Poltekkes Kemenkes Kendari
 Jabatan Fungsional : Lektor ,III/d
 Bidang Ilmu : Ilmu Kedokteran

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH NASIONAL

Judul Karya Ilmiah (Artikel)	: Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Efektif Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Wanita Pre Menopause	
Nama Penulis	: Nasrawati, Khalidatul Khair Anwar	
Jumlah Penulis	: 2 Orang	
Status Pengusul	: Penulis Pendamping Ke 1	
Identitas Jurnal/Artikel	a. Nama Jurnal	Window of Health : Jurnal Kesehatan
	b. Nomor ISSN	2614-5375
	c. Volume, Nomor, Bulan	Vol.3 No.4 Oktober 2020
	d. Penerbit	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia
	e. DOI artikel (kalau ada)	-DOI:10.33368/woh.v0i0.330
	f. Alamat Web Jurnal	http://jurnal.fkmumi.ac.id
	g. Terindeks di	https://www.semanticscholar.org/paper/Terapi-Spiritual-Emotional-Freedom-Technique-(SEFT)-Nasrawati-Anwar/e409dd65ecd29bd4230b7e27f391b324541e1065
Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah (beri v pada kategori yang tepat)	<input type="checkbox"/> Jurnal Nasional Terakreditasi (peringkat 1 dan 2)	
	<input type="checkbox"/> Jurnal Nasional Terakreditasi (3 dan 4)	
	<input type="checkbox"/> Jurnal Nasional Bahasa Indonesia Peringkat (5 dan 6)	
	<input type="checkbox"/> Jurnal Nasional di luar Peringkat	

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang di Nilai	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah				Nilai Akhir Yang diperoleh
	Nasional Terakreditasi peringkat (1 dan 2)	Nasional Bahasa Inggris peringkat (3 dan 4)	Nasional Bahasa Indonesia peringkat (5 dan 6)	Nasional Di luar Peringkat	
	Nilaimaks 25	Nilaimaks 20	Nilaimaks 15	Nilaimaks 10	
e. Kelengkapan Unsur isi jurnal ilmiah (10%)	1				1
f. Ruang Lingkup dan Kedalaman Pembahasan (30%)	3				3
g. Kecukupan dan kemutakhiran data/ informasi dan metodologi (30%)	3				3
h. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	3				3
Total = 100 %	40%x25=10				10
Nilai Pengusul =					

Catatan Peer Reviewer

- Kelengkapan unsure isi Jurnal Ilmiah : lengkap
- Ruang Lingkup dan Kedalaman Pembahasan : sangat baik
- Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi : penggunaan data/informasi update. Metodologi sesuai jenis penelitian
- Kelengkapan Unsur dan Kualitas Penerbit : sangat baik. Akreditasi peringkat II
- Indikasi Plagiasi : tidak ada
- Kesesuaian Bidang Ilmu : sesuai

Kendari,
 Reviewer 2

2022

Kaw

Nama : Dr. Kartini, S.SiT, M.Kes
 NIP : 198004202001122002
 Unit Kerja : Poltekkes Kemenkes Kendari
 Jabatan Fungsional : Lektor, III/d
 Bidang Ilmu : Ilmu Kedokteran

LEMBAR
HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH : JURNAL ILMIAH NASIONAL

Judul Karya Ilmiah (Artikel)	: Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Efektif Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Wanita Pre Menopause	
Nama Penulis	: Nasrawati, Khalidatul Khair Anwar	
Jumlah Penulis	: 2 Orang	
Status Pengusul	: Penulis Pendamping Ke 1	
Identitas Jurnal/Artikel	a. Nama Jurnal	Window of Health : Jurnal Kesehatan
	b. Nomor ISSN	2614-5375
	c. Volume, Nomor, Bulan	Vol.3 No.4 Oktober 2020
	d. Penerbit	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia
	e. DOI artikel (kalau ada)	-DOI:10.33368/woh.v0i0.330
	f. Alamat Web Jurnal	http://jurnal.fkmumi.ac.id
	g. Terindeks di	https://www.semanticscholar.org/paper/Terapi-Spiritual-Emotional-Freedom-Technique-(SEFT)-Nasrawati-Anwar/e409dd65ecd29bd4230b7e27f391b324541e1065
Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah (beri v pada kategori yang tepat)	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional Terakreditasi (peringkat 1 dan 2)
	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional Terakreditasi (3 dan 4)
	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional Bahasa Indonesia Peringkat (5 dan 6)
	<input type="checkbox"/>	Jurnal Nasional di luar Peringkat

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang di Nilai	Nilai Reviewer		Nilai Rata Rata
	Reviewer 1	Reviewer 2	
a. Kelengkapan Unsur isi jurnal ilmiah (10%)	1	1	
b. Ruang Lingkup dan Kedalaman Pembahasan (30%)	3	3	
c. Kecukupan dan kemutakhiran data/ informasi dan metodologi (30%)	3	3	
d. Kelengkapan 9nsure dan kualitas penerbit (30%)	3	3	
Total = 100 %	10	10	
Nilai Pengusul =			

Kendari,

2022

Reviewer 2

Reviewer 1



Nama : Dr. Kartini, S.SiT, M.Kes
 NIP : 198004202001122002
 Unit Kerja : Poltekkes Kemenkes Kendari
 Jabatan Fungsional : Lektor, III/d
 Bidang Ilmu : Ilmu Kedokteran



Nama : Dr. Nurmiaty, S.SiT, MPH
 NIP : 198008192002122001
 Unit Kerja : Poltekkes Kemenkes Kendari
 Jabatan Fungsional : Lektor, III/d
 Bidang Ilmu : Ilmu Kedokteran



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh3402>

Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Efektif Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Wanita Pre Menopause

Nasrawati¹, Khalidatul Khair Anwar²

^{1,2}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kendari

Email Penulis Korespondensi (K): khalidatul.megarezky@gmail.com

watinasra5@gmail.com¹, khalidatul.megarezky@gmail.com²

(085241586224)

ABSTRAK

Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) menggabungkan antara spiritualitas berupa do'a, keikhlasan, dan kepasrahan dengan energi psikologi berupa seperangkat prinsip dan teknik memanfaatkan sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi, dan perilaku yang dilakukan dengan tiga teknik sederhana yaitu *set-up*, *tune-in*, dan *tapping*. Pemanfaatan terapi SEFT dalam menurunkan kecemasan menjelang menopause didasari asumsi bahwa kesembuhan berasal dari Tuhan, begitu individu bisa ikhlas dan pasrah dengan penekanan pada keyakinan kepada Tuhan, secara tepat dan sederhana sehingga dapat memperbaiki *The Major Energy Meridians* yang berfungsi untuk menetralsir permasalahan fisik dan emosi sebagai penyebab kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa terapi SEFT memiliki efektivitas dalam menurunkan tingkat kecemasan pada wanita pre menopause. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan BAI (*Back Anxiety Inventory*). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 32 sampel. Pelaksanaan terapi SEFT dilakukan dengan 3 teknik yang meliputi *set-up*, *tune-in*, dan *tapping* dengan rancangan dalam penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design*. Teknik analisis data menggunakan *Uji Mann-Whitney* membandingkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p(0,000) < \alpha 0,05$. Ada perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen rata-rata penurunan tingkat kecemasan adalah 23.12 sedangkan pada kelompok kontrol penurunan tingkat kecemasan adalah 9.88. Ini menunjukkan bahwa terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* efektif menurunkan tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen, sedangkan pada kelompok kontrol cenderung mengalami peningkatan atau stagnan. Terapi SEFT dapat dijadikan sebagai terapi komplementer dalam penanganan kecemasan yang sering terjadi pada ibu pre-menopause.

Kata kunci : Terapi; kecemasan; pre-menopause

PUBLISHED BY :

Public Health Faculty

Universitas Muslim Indonesia

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)

Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woh@gmail.com, jurnalwoh.fkm@umi.ac.id

Phone :

+62 85255997212

Article history :

Received 15 Maret 2020

Received in revised form 08 Juni 2020

Accepted 09 Juni 2020

Available online 25 Oktober 2020

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

