

**PENGARUH TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE*) TERHADAP PERILAKU
MEROKOK PADA REMAJA SMP
KUNIR LUMAJANG**

SKRIPSI



**Oleh :
Pipit Sugiyarti
NIM. 20010110**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2024**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Pengaruh Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja SMP Kunir Lumajang telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Pipit Sugiyarti
NIM : 20010110
Hari, Tanggal : Jumat, 19 Juli 2024
Program Studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
dr. Soebandi

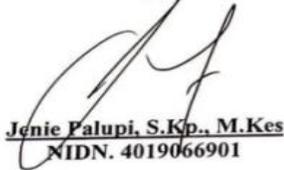
Tim Penguji

Ketua Penguji,



Kiswati, S.ST., M.Kes
NIDN.4017076801

Penguji II,



Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes
NIDN. 4019066901

Penguji III,



Mahmud Adv Yuwanto, S.Kep.,Ns.,MM., M.Kep
NIDN. 0708108502

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIK.198912192013092038

**PENGARUH TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE*) TERHADAP PERILAKU
MEROKOK PADA REMAJA SMP
KUNIR LUMAJANG**

*The Influence of SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)
Therapy on Smoking Behavior in Teenager of
Junior High School Kunir Lumajang*

Pipit Sugiyarti¹, Jenie Palupi², Mahmud Ady Yuwanto¹

¹Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi, Email: pipitsugiyarti3@gmail.com

¹Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi, Email: astiadanh@gmail.com

²Ilmu Kesehatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang : yoga_jenie@yahoo.com

Received: Accepted: Published:

Abstrak

Latar Belakang: kegiatan merokok merupakan salah satu bentuk perilaku yang sangat beresiko dikalangan remaja, anak dibawah umur dan lansia. Merokok merupakan kegiatan yang masih sulit dihentikan dikalangan masyarakat, salah satu kasus yang ditemui adalah kebiasaan merokok dikalangan remaja. Terapi SEFT sudah banyak dikembangkan di Indonesia sebagai salah satu terapi yang dapat mengatasi masalah fisik, emosional, yang menggabungkan energi tubuh dan ada teknik spiritual didalamnya serta terapi ini juga mengkombinasikan dengan ketukan ringan pada titik meridian. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi SEFT terhadap perilaku merokok pada remaja SMP. **Metode:** Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Quasy Experiment one group pre dan post-tes*. Terdapat 37 sampel dari total populasi 97 yang diambil dengan metode *simple random sampling* dan di uji menggunakan uji statistik *Wilcoxon*. Analisis univariat distribusi frekuensi, analisis bivariat uji *Wilcoxon*. **Hasil:** Sebelum dilakukan Terapi rata-rata perilaku merokok siswa berada pada kategori ringan sebanyak 62,2% dan merokok sedang 37,8%. Hasil sesudah diberikan Terapi jumlah siswa yang merokok dalam kategori sedang menurun menjadi 18,9% (14 siswa menjadi 7 siswa). Berdasarkan hasil dari uji statistik *wilcoxon* didapatkan pengaruh

terapi SEFT $p\text{-value} = 0,01 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) terhadap perilaku merokok remaja SMP di Kec.Kunir Lumajang. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) terhadap perilaku merokok remaja SMP di Kec.Kunir Lumajang.

Kata Kunci: Terapi SEFT; Perilaku Merokok; Remaja SMP