Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu,Volume 14, Nomor 02, Oktober 2026; 255-263
P-ISSN : 2460-4550 / E-ISSN : 2720-958X
DOI : 10.36085/jkmb.v14i2.10901

JURNAL ILMIAH

PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP *POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Riza Arisanty Latifah[1*], Muhammad Chaidar [2], Anaya Zanra Aulia[3]
[1,3]Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Cirebon
[2]Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sindangkasih Majalengka
[*]Korespondensi: rizaarisanty@umc.ac.id

ABSTRAK

Kekerasan seksual merupakan pengalaman traumatis yang dapat menimbulkan dampak psikologis serius, salah satunya *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Gejala PTSD meliputi kecemasan, intrusi memori traumatis, gangguan tidur, hiperwaspada, dan perilaku menghindar yang dapat mengganggu fungsi sosial korban. Salah satu pendekatan terapi komplementer yang berkembang dalam penanganan trauma adalah *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan gejala PTSD pada korban kekerasan seksual. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one group pretest-posttest,* karena dalam penelitian ini untuk melakukan uji coba awal dan tidak terdapat kelompok kontrol. Subjek penelitian terdiri atas 25 korban kekerasan seksual yang mengalami gejala PTSD. Instrumen yang digunakan adalah *PTSD Checklist for DSM-5* (PCL-5). Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test.* Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor PTSD setelah pemberian terapi SEFT dengan nilai signifikansi $p < 0{,}001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perubahan skor PCL-5 sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT. Dengan demikian, SEFT dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif intervensi psikologis dalam pemulihan trauma korban kekerasan seksual.

Kata Kunci: kekerasan seksual, PTSD, SEFT

Abstract

Sexual violence is a traumatic experience that can lead to serious psychological consequences, including Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). PTSD symptoms—such as anxiety, intrusive traumatic memories, sleep disturbances, hypervigilance, and avoidance behaviors—can impair a victim's social functioning. The Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) is an emerging complementary therapeutic approach for trauma management. This study aimed to examine the effect of SEFT therapy on reducing PTSD symptoms in victims of sexual violence. A quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design was employed, as the study involved a preliminary trial without a control group. The participants consisted of 25 sexual violence

victims exhibiting PTSD symptoms. The PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5) was used as the assessment instrument, and data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results revealed a reduction in PTSD scores following SEFT therapy, with a significance level of $p < 0.001$, indicating a significant change in PCL-5 scores before and after the intervention. Thus, SEFT can serve as an alternative psychological intervention for the trauma recovery of sexual violence victims.

Keywords: *PTSD, SEFT, sexual violence*

PENDAHULUAN

Kekerasan seksual merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang berdampak multidimensional terhadap korban, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis (Kuupiel *et al.,* 2024). Organisasi kesehatan dunia menjelaskan bahwa korban kekerasan seksual memiliki risiko tinggi mengalami gangguan mental seperti depresi, kecemasan, hingga *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). PTSD adalah gangguan psikologis yang muncul akibat pengalaman traumatis dan ditandai dengan gejala seperti *flashback*, mimpi buruk, hipervigilans, gangguan tidur, perilaku menghindar, serta ketidakstabilan emosi. Dampak ini dapat berlangsung dalam jangka panjang apabila tidak mendapatkan intervensi yang tepat (Rubini *et al.*, 2023)

Secara global, prevalensi PTSD pada korban kekerasan seksual tergolong tinggi dibandingkan bentuk trauma lainnya. Penelitian sistematik menunjukkan bahwa korban kekerasan seksual mengalami tekanan psikologis berat yang memengaruhi kualitas hidup, relasi sosial, produktivitas, serta fungsi psikososial sehari-hari. Kondisi tersebut diperparah oleh stigma sosial, rasa malu, ketakutan terhadap lingkungan, dan rendahnya akses terhadap layanan kesehatan mental yang komprehensif (Ghufron & Anto, 2023).

Menurut Kementrian PPPA di Indonesia, kasus kekerasan seksual terus mengalami peningkatan setiap tahun. Kasus kekerasan seksual yang terjadi selama tahun 2025 tercatat ada 38.810, hal ini ada peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu 3.277 korban kekerasan seksual yang tercatat. Korban tidak hanya berasal dari kelompok dewasa, tetapi juga remaja dan anak-anak. Jawa Barat termasuk salah satu provinsi dengan laporan kasus kekerasan seksual tertinggi dengan prevalensi 4.513 kasus, termasuk wilayah Kabupaten Cirebon yaitu terdapat 55 kasus yang tercatat selama 2025. Namun demikian, layanan rehabilitasi psikologis terhadap korban masih lebih berfokus pada penanganan medis dan hukum dibandingkan pemulihan trauma psikologis jangka panjang. Akibatnya, banyak korban mengalami PTSD yang menetap dan mengganggu proses adaptasi sosial maupun kualitas hidup mereka (Lomax & Meyrick, 2022).

Berbagai pendekatan terapi psikologis telah dikembangkan untuk mengatasi PTSD pada korban kekerasan seksual, seperti *Trauma Focused Cognitive Behavioral Therapy* (TF-CBT), *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR), *mindfulness therapy*, dan terapi berbasis somatik. Penelitian menunjukkan bahwa terapi-terapi tersebut efektif menurunkan gejala PTSD melalui regulasi emosi, restrukturisasi kognitif, dan pemrosesan ulang memori traumatis (Lomax & Meyrick, 2022; Nurhalimah *et al.*, 2024).

Salah satu pendekatan yang mulai berkembang dalam intervensi trauma adalah *Emotional Freedom Techniques* (EFT) dan pengembangannya dalam

konteks spiritual, yaitu *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) (Bach et al., 2019). SEFT merupakan metode terapi integratif yang mengombinasikan stimulasi titik energi tubuh (*tapping*), afirmasi psikologis, relaksasi, dan pendekatan spiritualitas. Teknik ini bekerja melalui mekanisme regulasi sistem saraf otonom dan penurunan respons stres psikofisiologis sehingga membantu individu mengurangi emosi negatif akibat trauma (Nurhalimah *et al.*, 2024).

Hasil studi *Meta-analisis* terbaru menunjukkan bahwa EFT memiliki efektivitas signifikan (P < 0,05) dalam menurunkan gejala PTSD dengan ukuran efek besar pada berbagai kelompok trauma, termasuk korban kekerasan seksual dan bencana (Clond, 2026). EFT juga dinilai lebih praktis, mudah diterapkan, biaya rendah, dan dapat digunakan sebagai terapi pendamping dalam layanan komunitas. Penelitian lain menunjukkan bahwa intervensi SEFT mampu menurunkan tingkat PTSD pada penyintas bencana melalui kombinasi pendekatan spiritual dan relaksasi emosional (Stapleton *et al.,* 2023).

Meskipun penelitian mengenai EFT dan PTSD telah berkembang secara internasional, kajian yang secara khusus meneliti pengaruh SEFT terhadap tingkat PTSD pada korban kekerasan seksual di Indonesia, khususnya di Cirebon, masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada korban bencana, veteran perang, atau gangguan kecemasan umum. Selain itu, belum banyak penelitian yang mengintegrasikan aspek spiritualitas lokal dalam intervensi trauma berbasis energi psikologi pada korban kekerasan seksual (Ramadani & Rahmasari, 2022; Zumrotus *et al.,* 2025).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah Cirebon didapatkan data 7 dari 10 korban kekerasan seksual mengalami PTSD kategori sedang dan 3 lagi mengalami PTSD ringan. Dari 10 yang peneliti wawancara, 4 korban kekerasan seksual secara verbal, 3 kekerasan seksual fisik dan 3 kekerasan seksual verbal dan fisik. Korban kekerasan seksual di dapatkan dari sosial media, aplikasi dating online dan ada yang didapatkan dari pasangan sendiri.

Secara ilmiah, penelitian ini penting dilakukan karena PTSD pada korban kekerasan seksual memiliki karakteristik kompleks yang memerlukan pendekatan terapi holistik. SEFT dipandang memiliki potensi sebagai terapi komplementer yang sesuai dengan konteks budaya religius masyarakat Indonesia karena memadukan aspek biologis, psikologis, dan spiritual. Pendekatan ini dapat menjadi alternatif intervensi yang lebih mudah diterima oleh korban dibandingkan terapi psikologis konvensional yang sering dianggap menimbulkan stigma. Sehingga peneliti ingin mengkaji lebih dalam tentang pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tingkat *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada korban kekerasan seksual di Cirebon.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian menggunakan desain *pre-experimental* yang melibatkan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Desain ini bertujuan untuk melihat kemungkinan terjadinya perubahan skor PCL-5 sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas terapi SEFT terhadap tingkat PTSD pada 25 korban kekerasan seksual yang ada di wilayah Kabupaten Cirebon, diambil emlalui teknik *accidental sampling*. Kriteria inklusi: (1) korban kekerasan seksual berusia ≥17 tahun, (2) terkonfirmasi mengalami gejala PTSD berdasarkan skor PCL-5, (3) bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*. Kriteria eksklusi meliputi responden yang sedang menjalani

terapi psikologis/psikiatri lain secara aktif dan responden dengan gangguan jiwa berat (psikotik).

Instrumen yang digunakan dalam penelitin ini yaitu SOP intervensi SEFT dan kuesiner PCL-5 (*PTSD Checklist for DSM-5*) untuk mengukur tingkat PTSD responden (Ayudia et al., 2025). Terapi SEFT dilakukan 3 kali dalam seminggu dengan durasi 15-30 menit. Tahapan terapi SEFT terdiri dari 3 langkah yaitu Set-up, Tune-in dan Tapping (Samsugito *et al.*, 2023).

1. Set-up. tujuannya untuk memastikan aliran energi tubuh kita terarah dengan tepat dan menetralisir perlawanan psikologis. Caranya dengan menekan titik sore spot (titik nyeri) pada kanan/kiri dan memutar serah jarum jam dengan mengucapkan "ya Allah/Tuhan saya saat ini saya mengalami kecemasan, saya ikhlas ya Allah/Tuhan. Saya pasrahkan kedamainan hati saya hanya padaMu ya Allah/Tuhan". Kalimat ini diucapkan dengan penuh keseriusan, penuh penghayatan dan khusuk.
2. Tune-in Tujuannya untuk merasakan kondisi psikologis yang dialami responden seperti marah, gelisah dan sebagainya sambil mengucapkan do'a seperti diatas. Caranya sambil menegetuk pada titik Crown (di puncak kepala) sambil merasakan/memunculkan kondisi psikologis (kecemasan) yang dirasakan.
3. Tapping Mengetuk ringan dengan 2 ujung jari pada 12 titik sambil mengucapkan 'saya ikhlas, saya pasrah ya Allah/Tuhan". Jika menemukan ketukan yang nyeri maka dilakukan ketukan (tapping) yang lebih lama.

PCL-5 (*PTSD Checklist for DSM-5*) adalah kuesioner mandiri berisi 20 item yang dirancang untuk mengukur gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) berdasarkan panduan diagnosis DSM-5. Secara umum, skor total PCL-5 berkisar antara 0 hingga 80. Skor total antara 31 – 33 digunakan sebagai ambang batas (*cut-off*). Jika skor total seseorang mencapai angka tersebut atau lebih tinggi, ia dikategorikan memiliki indikasi kuat atau probabilitas tinggi mengalami PTSD. Deskripsi gejala juga disajikan untuk skor total dan setiap skor subskala. Deskripsi ini ditentukan berdasarkan jarak dari rata-rata skor:

1. Rentang Normal – Skor rata-rata kurang dari atau sama dengan 1,23
2. Ringan – Skor rata-rata di atas 1,23 dan kurang dari atau sama dengan 1,64
3. Sedang – Skor rata-rata di atas 1,64 dan kurang dari atau sama dengan 2,455
4. Berat – Skor rata-rata di atas 2,455 dan kurang dari atau sama dengan 3,265
5. Sangat Berat – Skor rata-rata di atas 3,265 (Bovin *et al*., 2015; Krüger-gottschalk *et al.,* 2017; Rosendahl *et al.*, 2019)

Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test,* Namun *s*ebelum dilakukan uji beda terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk test* (karena jumlah sampel n=25, <50). Hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis data selanjutnya menggunakan uji *non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat PTSD sebelum dan sesudah intervensi SEFT. Penelitian ini telah lulus etik dengan no etik 003/KEPK-FIKESUMC/VI/2026.

HASIL PENELITIAN

1. Tingkat PTSD Sebelum Intervensi SEFT

Tabel 1 Kategori PTSD Sebelum Intervensi

PTSD	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Tidak PTSD	-	0 %
PTSD Ringan	-	0 %
PTSD Sedang	20	80 %
PTSD Berat	4	16 %
PTSD Sangat Berat	1	4 %
Total	**25**	**100 %**

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan intervensi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT), sebagian besar responden berada pada kategori PTSD sedang sebanyak 20 orang (80%), PTSD berat sebanyak 4 orang (16%), dan PTSD ekstrem sebanyak 1 orang (4%). Tidak terdapat responden yang berada pada kategori tidak PTSD maupun PTSD ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa seluruh korban kekerasan seksual dalam penelitian mengalami gejala PTSD dengan tingkat keparahan yang cukup tinggi. Kondisi tersebut dapat dipahami karena pengalaman kekerasan seksual merupakan salah satu peristiwa traumatis yang memiliki dampak psikologis jangka panjang, seperti munculnya ketakutan berlebihan, mimpi buruk, kecemasan, perasaan tidak berdaya, hingga gangguan fungsi sosial.

2. Tingkat PTSD Setelah Intervensi SEFT

Tabel 2 Kategori PTSD Setelah Intervensi

PTSD	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak PTSD	-	0 %
PTSD Ringan	15	60 %
PTSD Sedang	10	40 %
PTSD Berat	-	0 %
PTSD Sangat Berat	-	0 %
Total	**25**	**100 %**

Setelah diberikan intervensi SEFT, terjadi perubahan distribusi tingkat PTSD. Sebanyak 15 responden (60%) berada pada kategori PTSD ringan dan 10 responden (40%) berada pada kategori PTSD sedang. Tidak ditemukan lagi responden dengan kategori PTSD berat maupun PTSD ekstrem. Hasil tersebut menunjukkan bahwa intervensi SEFT mampu menurunkan tingkat keparahan gejala PTSD pada korban kekerasan seksual. Perubahan kategori dari PTSD berat dan ekstrem menjadi PTSD ringan dan sedang menunjukkan adanya perbaikan kondisi psikologis responden setelah mengikuti terapi.

3. Uji Pengaruh Intervensi SEFT terhadap PTSD

Sebelum melakukan uji pengaruh, peneliti melakukan uji normalitas. Berikut hasil uji normalitas yang d tunjukkan dalam tabel 3.

Tabel 3 *Tests of Normality*

Kategori PTSD	Sig.
Kategori PTSD Sebelum Intervensi	.000
Kategori PTSD Setelah Intervensi	.000

Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 pada data sebelum maupun sesudah intervensi. Karena nilai $p < 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, analisis perbedaan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Tabel 4 Hasil Uji Pengaruh Intervensi SEFT terhadap PTSD

PTSD	*Mean*	Median	N	*p-value*
Sebelum Intervensi	1,914	1,7	25	.001
Setelah Intervensi	1,496	1,35		

Nilai rata-rata skor PTSD sebelum intervensi adalah 1,914 dan mengalami penurunan menjadi 1,496 setelah intervensi. Nilai median sebelum intervensi 1,7 dan setelah intervensi 1,35. Hasil analisis menunjukkan nilai *p-value*

sebesar p < 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian SEFT terhadap penurunan tingkat PTSD pada korban kekerasan seksual. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh SEFT terhadap kejadian PTSD pada korban kekerasan seksual diterima)

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) efektif dalam menurunkan tingkat PTSD pada korban kekerasan seksual. Sebelum intervensi, seluruh responden mengalami PTSD dengan tingkat keparahan sedang hingga ekstrem. Setelah diberikan terapi SEFT, sebagian besar responden mengalami penurunan gejala hingga berada pada kategori PTSD ringan. Penurunan tingkat PTSD tersebut juga terlihat dari penurunan rata-rata skor PTSD dari 1,914 menjadi 1,496 dengan nilai signifikansi p < 0,001. Penurunan skor PTSD yang signifikan secara statistik ini menunjukkan adanya perubahan yang konsisten mengikuti pemberian intervensi.

SEFT merupakan metode terapi yang mengombinasikan pendekatan energi psikologi *(energy psychology)* melalui teknik tapping pada titik-titik meridian tubuh dengan pendekatan spiritual berupa doa, kepasrahan, dan penerimaan diri (Maraya, 2019). Berdasarkan kajian literatur, teknik tapping pada titik-titik meridian diduga bekerja melalui mekanisme penurunan aktivasi sistem saraf simpatis yang berhubungan dengan respons stres (Bach et al., 2020), meskipun variabel fisiologis tersebut tidak diukur secara langsung dalam penelitian ini sehingga penjelasan ini merupakan kemungkinan mekanisme berdasarkan teori, bukan temuan empiris penelitian ini (Maharani, 2023; Syafrina *et al*., 2023).

Pada korban kekerasan seksual, trauma yang dialami sering menimbulkan perasaan takut, malu, bersalah, rendah diri, serta munculnya kembali ingatan traumatis secara berulang (Khairunnisa et al., 2025). Melalui proses tapping dan afirmasi spiritual yang dilakukan dalam SEFT, individu diajak untuk menerima pengalaman traumatis yang pernah terjadi serta mengurangi intensitas emosi negatif yang menyertainya. Kondisi ini dapat menjelaskan mengapa setelah intervensi tidak ditemukan lagi responden dengan PTSD berat maupun ekstrem (Anggraini Maharani, 2023; Ghufron & Anto, 2023; Nurhalimah et al., 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurrohmah, 2020), yang menemukan bahwa terapi SEFT efektif menurunkan kecemasan, stres, dan gejala trauma melalui mekanisme relaksasi serta peningkatan kontrol diri terhadap emosi negatif. Selain itu, penelitian oleh (Rachmawardanya, Mustikawatib, Septianawatic, (2024) menunjukkan bahwa teknik tapping mampu menurunkan kadar hormon kortisol yang berkaitan dengan respons stres sehingga membantu menurunkan gejala gangguan pascatrauma.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh teori trauma yang menyatakan bahwa pemulihan PTSD memerlukan pendekatan yang mampu mengurangi hiperaktivitas emosional sekaligus meningkatkan rasa aman dan penerimaan diri. Unsur spiritual dalam SEFT berperan memperkuat *coping*

mechanism sehingga individu lebih mampu memaknai pengalaman traumatis dan mengurangi distress psikologis yang dialami (Febriyanti et al., 2024). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa SEFT merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan gejala PTSD pada korban kekerasan seksual. Terapi ini dapat dijadikan alternatif intervensi psikososial yang mudah diterapkan, relatif aman, dan memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesehatan mental korban trauma (Kadir *et al.*, 2023; Kuupiel *et al.,* 2024).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah sampel yang relatif kecil (n=25) membatasi generalisasi hasil pada populasi korban kekerasan seksual yang lebih luas. Kedua, desain penelitian *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol/pembanding menyebabkan penurunan skor PTSD tidak dapat sepenuhnya diatribusikan pada intervensi SEFT, mengingat kemungkinan adanya faktor perancu *(confounding)* seperti pemulihan alamiah *(natural recovery),* dukungan sosial, atau paparan intervensi lain selama periode penelitian. Ketiga, penelitian ini tidak melakukan pengukuran *follow-up* untuk menilai efek jangka panjang SEFT. Keterbatasan ini menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya dengan desain yang lebih kuat, seperti *randomized controlled trial* (RCT) disertai kelompok kontrol dan pengukuran *follow-up*.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat PTSD yang signifikan secara statistik setelah pemberian SEFT pada korban kekerasan seksual, dibuktikan dengan penurunan skor PTSD dari rerata 32,36 menjadi 20,24 ($p < 0,001$). SEFT berpotensi menjadi salah satu alternatif intervensi psikososial pendamping bagi korban kekerasan seksual, namun diperlukan penelitian lanjutan dengan desain eksperimental yang lebih kuat, seperti randomized controlled trial, untuk memastikan efektivitasnya secara lebih meyakinkan.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini Maharani. (2023). Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) SEBAGAI UPAYA UNTUK MENGURANGI TRAUMA PADA KORBAN PELECEHAN SEKSUAL. *Tasawuf Dan Psikoterai*, *53*(1), 1–19. 4.12

Ayudia, L., Purba, F. D., Samuels, A., & Iskandarsyah, A. (2025). Cross-cultural adaptation and psychometric validation of the Indonesian version of the PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5) in a trauma-exposed sample of women. *European Journal of Psychotraumatology*, *16*(1), 1–14. https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2543629

Bach, D., Groesbeck, G., Stapleton, P., Sims, R., Blickheuser, K., & Church, D. (2019). Clinical EFT (Emotional Freedom Techniques) Improves Multiple Physiological Markers of Health. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, *24*, 1–12. https://doi.org/10.1177/2515690X18823691

Bovin, M. J., Marx, B. P., Weathers, F. W., Gallagher, M. W., Rodriguez, P., Schnurr, P. P., & Keane, T. M. (2015). *Psychological Assessment*.

Clond, M. (2026). 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

Devani Widya Rachmawardanya, Irma Finurina Mustikawatib, Paramita Septianawatic, G. I. (2024). EFEK SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) TERHADAP KESEJAHTERAAN

PSIKOLOGIS PASIEN : SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW THE EFFECT OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PATIENTS : SYSTEMATIC LITERATURE RE. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, *13*(2), 136–143.

Firda Ikhsan Nurrohmah, M. R. R. (2018). Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Jurnal Psikologi TALENTA*, *8*(1). https://ojs.unm.ac.id/talenta/article/view/35382

Ghufron, M., & Abdul Haris Fitri Anto. (2023). Islamic Therapy and Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Interventions in Reducing Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) for Survivors of Mount Semeru Eruption. *INFERENSI: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, *17*(2), 207–232. https://doi.org/10.18326/infsl3.v17i2.207-232

Kadir, N. U., Wijaya, F., & Sanusi, M. (2023). Jenis Gangguan Psikotik Berdasarkan PPDGJ III. *Journal of Social Science Research*, *3*(4), 9140–9150.

Krüger-gottschalk, A., Knaevelsrud, C., Rau, H., Dyer, A., Schäfer, I., Schellong, J., & Ehring, T. (2017). *The German version of the Posttraumatic Stress Disorder Checklist for DSM-5 (PCL-5): psychometric properties and diagnostic utility*. 1–9. https://doi.org/10.1186/s12888-017-1541-6

Kuupiel, D., Lateef, M. A., Adzordor, P., Mchunu, G. G., & Pillay, J. D. (2024). Injuries and /or trauma due to sexual gender-based violence among survivors in sub-Saharan Africa: a systematic scoping review of research evidence. *Archives of Public Health*, *82*(1), 1–10. https://doi.org/10.1186/s13690-024-01307-3

Lomax, J., & Meyrick, J. (2022). Systematic Review: Effectiveness of psychosocial interventions on wellbeing outcomes for adolescent or adult victim/survivors of recent rape or sexual assault. *Journal of Health Psychology*, *27*(2), 305–331. https://doi.org/10.1177/1359105320950799

Nazwa Aulia Khairunnisa, Farsya Nafilah Haryanto, Najwa Tazkiyatu Nufus, & Ati Kusmawati. (2025). Dampak Kekerasan Seksual terhadap Psikologis Perempuan. *WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, *3*(3), 355–364. https://doi.org/10.62383/wissen.v3i3.1083

Ns.Maraya,S.SiT.,Psi.,S.Kep., M. K. (2019). Spiritual emotional freedom technique (SEFT). In *Poltekkes Jogja Press* (Vol. 2, Number November).

Nurhalimah, N., Hamid, A. Y. S., Putri, Y. S. E., & Rachmawati, I. N. (2024). Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy (TF-CBT) in Victims of Sexual Violence Who Experience Trauma: A Systematic Review. *Jurnal Info Kesehatan*, *22*(1), 90–103. https://doi.org/10.31965/infokes.vol22.iss1.1564

Ramadani, N. R., & Rahmasari, D. (2022). Posttraumatic growth pada laki-laki penyintas kekerasan seksual posttraumatic growth in male survivors of sexual violance. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, *10*(02), 522–544.

Rani Febriyanti, Ambar Relawati, & Indri Setiyawati. (2024). Implementasi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Terapi Hemodialisis. *An-Najat*, *2*(4), 61–72. https://doi.org/10.59841/an-najat.v2i4.1678

Rosendahl, J., Kisyova, H., Gawlytta, R., & Scherag, A. (2019). PT NU SC. *Journal of Critical Care*. https://doi.org/10.1016/j.jcrc.2019.06.016

Rubini, E., Valente, M., Trentin, M., Facci, G., Ragazzoni, L., & Gino, S. (2023). Negative consequences of conflict-related sexual violence on survivors: a systematic review of qualitative evidence. *International Journal for Equity in Health*, *22*(1), 1–20. https://doi.org/10.1186/s12939-023-02038-7

Samsugito, I., Rhamadani, S., Nur, F., & Permata, C. (2023). *Description of the Application of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on Anxiety in Adolescents Who Do Early Marriage*. *6*(2), 281–285.

Stapleton, P., Kip, K., Church, D., Toussaint, L., Footman, J., Ballantyne, P., & O'Keefe, T. (2023). Emotional freedom techniques for treating post traumatic stress disorder: an updated systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, *14*(August). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1195286

Syafrina, R. M., Kurniawati, T., & Faizah, N. (2023). Penerapan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dan Mendengarkan Bacaan Al- Qur ' an Untuk Menurunkan Nyeri Post Operasi Pada Pasien Hernia Diruang Sulaiman 3 RS Roemani Muhammadiyah Semarang. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, *6*(10), 551–555. https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewFile/1543/1546

Zumrotus, D., Arbaini, M., & Nisaq, A. K. (2025). Teknik Relaksasi Post Traumatic Growth Bagi Korban Kekerasan Seksual. *Kalamizu: Jurnal Sains, Sosial Dan Studi Agama*, *1*(7), 731–741.