

**PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
TERHADAP PENURUNAN PERILAKU MEROKOK
DI DUSUN NITIPRAYAN KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA**

Aji Hari Setiawan¹, Wenny Savitri², Paulus Subiyanto³

INTISARI

Latar Belakang: Merokok merupakan suatu perilaku yang dapat merugikan kesehatan diri sendiri maupun orang lain yang terpapar oleh asap rokok. Indonesia menjadi negara ke-3 dengan jumlah perokok aktif terbanyak di dunia (61,4 juta perokok) setelah China dan India yang apabila tidak ditangani dapat menimbulkan berbagai penyakit dan kematian. Berbagai intervensi telah dikembangkan untuk menurunkan angka perilaku merokok salah satunya EFT. Akan tetapi keefektifan terapi tersebut belum teruji melalui studi ilmiah.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh EFT terhadap perubahan perilaku merokok di Dusun Nitiprayan, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain penelitian *quassy experiment*. Uji statistik menggunakan *Independent sample t-test* dan *Paired sample t-test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan responden sebanyak 30 perokok aktif dengan latar belakang emosional yang mencetuskan perilaku merokok. Sampel dibagi kedalam dua kelompok yaitu, kelompok intervensi ($n=15$) dan kelompok kontrol ($n=15$). Kelompok intervensi mendapatkan 3 kali intervensi EFT, sedangkan kelompok kontrol tidak mendapat intervensi EFT. Pengukuran perilaku merokok dilakukan sebelum dan setelah perlakuan.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa perokok di kelompok intervensi dengan EFT memiliki nilai rerata post tes yang lebih rendah 40,40 poin dari nilai pretes sedangkan kelompok kontrol mengalami sedikit penurunan nilai rerata 0,27 poin lebih rendah dari posttes. Hasil uji t-test berpasangan dengan tingkat kepercayaan 95%, didapatkan nilai ($t=8,102$, $dk=14$, $p<0,05$) pada kelompok intervensi sedangkan nilai ($t=0,297$, $dk=14$, $p>0,05$) pada kelompok kontrol. Sedangkan menurut uji t-test independen, didapatkan nilai ($t=7,726$, $dk=29$, $p<0,05$).

Kesimpulan: EFT memiliki pengaruh terhadap penurunan perilaku merokok pada perokok aktif secara bermakna dibandingkan dengan kelompok kontrol tanpa diberikan EFT.

Kata Kunci: EFT, Rokok, Perilaku Merokok

¹ Mahasiswa Progam Studi Ilmu Keperawatan STIKES Jend. A. Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Jend. A. Yani Yogyakarta

³ Dosen Akademi Keperawatan Panti Rapih Yogyakarta

THE EFFECT OF EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE TOWARDS THE DECREASE OF SMOKING BEHAVIOUR IN NITIPRAYAN KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA

Aji Hari Setiawan¹, Wenny Savitri², Paulus Subiyanto³

ABSTRACT

Background: Smoking is behaviour which can harm both the health of the smoker as well as the other people around. Indonesia ranks third in the world for the total number of active smokers (61,4 million smokers) after China and India. If smoking behaviour is not treated, it will cause many diseases and death. Various interventions have been developed to decrease smoking behaviour, one of them is EFT. However, the effectiveness of the therapy had not been examined through scientific studies.

Objective: To find out the effect of EFT towards the change of the smoking behaviour in Nitiprayan, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

Methods: This is an experiment study with quasi-experimental design. Statistical test used was independent t-test and paired t-test with the level of significance $\alpha=0.05$. The sampling technique was purposive sampling involving the respondents from 30 active smokers with the emotional background of smoking divided into two groups, intervention group (n=15) and control group (n=15). Intervention group received three times of EFT intervention while control group did not receive EFT intervention. The measurement of the smoking behaviour was done before and after the treatment.

Result: The results of the study showed that the smokers in intervention group with EFT had the average of post-test 40.40 point smaller than the score of pre-test while the control group had undergone a decline of average with 0.27 smaller than the post-test. The result of the paired t-test with the confidence level of 95% yielded the score ($t=8.102$, $df=14$, $p<0.05$) for the intervention group while for the control group the score that had been yielded was ($t=0.297$, $df=14$, $p>0.05$). Meanwhile, the independent t-test yielded the score ($t=7.726$, $df=29$, $p<0.05$).

Conclusions: EFT has a significant effect towards the decrease of the smoking behaviour compared with the control group without EFT.

Keyword: EFT, Cigarette, Smoking Behavior

¹ Student of Nursing Science in School of Health Science Jend. A. Yani
Yogyakarta

² Lecturer of Nursing Study Program in School of Health Science Jend. A. Yani
Yogyakarta

³ Lecturer in Nursing Academy of Panti Rapih Yogyakarta

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* TERHADAP PENURUNAN PERILAKU MEROKOK DI DUSUN NITIPRAYAN KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA

Dibuat untuk memenuhi persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, sejauh yang saya ketahui penelitian ini bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah digunakan untuk mendapat gelar sarjana di lingkungan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta maupun Perguruan Tinggi atau Institusi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Agustus 2012

Aji Hari Setiawan

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah rabbil'alamin. Puji syukur kehadiran Allah S.W.T yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan kasih sayang-Nya. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad S.A.W, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* TERHADAP PENURUNAN PERILAKU MEROKOK DI DUSUN NITIPRAYAN KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA”.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis memperoleh banyak bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. dr. I Edy Purwoko, Sp.B selaku Ketua STIKES A.YANI Yogyakarta
2. Dewi Retno Pamungkas, MNg selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES A. Yani Yogyakarta.
3. Wenny Savitri, MNS selaku Dosen Pembimbing I yang telah berkenan meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan, motivasi, pengarahan dan masukan yang sangat berarti bagi penulis.
4. Paulus Subiyanto, Sp.KMB selaku Dosen Pembimbing II yang juga telah berkenan meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan, motivasi, pengarahan, masukan dan nasehat dalam mengerjakan skripsi ini.
5. Agus Warseno, M.Kep selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran untuk kebaikan skripsi ini.
6. Kepada Kepala Dukuh Dusun Nitiprayan dan Ketua RT yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian di tempat tersebut.
7. Kepada responden yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini.
8. Kepada kedua orang tua saya yang tidak pernah lelah dalam berdoa dan mendukung dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu baik moral maupun spiritual dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan selanjutnya. Semoga karya yang sederhana ini dapat memberi manfaat dan tambahan pengetahuan bagi para pembaca.

Yogyakarta, Agustus 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN	ii
INTISARI	iii
ABSTRACT	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Rokok	8
B. Perilaku Merokok	9
C. Emotional Freedom Technique (EFT)	17
D. Kerangka Teori	26
E. Kerangka Konsep Penelitian	27
F. Hipotesis	27
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	28
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
D. Variabel Penelitian	31
E. Definisi Operasional	32
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	33
G. Analisa Data dan Model Statistik	35
H. Validitas dan Reliabilitas	38
I. Etika Penelitian	39
J. Pelaksanaan Penelitian	40
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	47
C. Keterbatasan	51
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 3.1. Rancangan Penelitian.....	28
Tabel 3.2. Definisi Operasional	32
Tabel 3.3. Kisi-kisi Skala Perilaku Merokok	34
Tabel 3.4. Output Hasil Normalitas Data.....	37
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Kontrol dan Intervensi.....	44
Tabel 4.2. Rata-Rata Perilaku Merokok pada Kelompok Kontrol	45
Tabel 4.3. Hasil Uji Paired Sample T-test Kelompok Kontrol	45
Tabel 4.4. Rata-Rata Perilaku Merokok pada Kelompok Intervensi	45
Tabel 4.5. Hasil Uji Paired Sample T-test Kelompok Intervensi	46
Tabel 4.6. Hasil Selisih Uji Independent Sample T-Test.....	46

PERPUSTAKAAN
 STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
 YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1. <i>Karate Chop</i>	21
Gambar 2.2. <i>Tapping</i>	22
Gambar 2.3. Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.4. Kerangka Konsep Penelitian	27

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 2. Prosedur EFT Untuk Menurunkan Perilaku Merokok
- Lampiran 3. Lembar Undangan dan Penjelasan Untuk Responden
- Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 5. Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 6. Surat Izin Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 9. Data Frekuensi Karakteristik Responden
- Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas Data
- Lampiran 11. Hasil Uji *Paired T-Test*
- Lampiran 12. Hasil Uji *Independent T-Test*
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 14. Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 15. Lembar Bimbingan Skripsi