

APLIKASI SPIRITUAL ISLAM BERBASIS ANDROID DAN EVIDENCE BASED PRACTICE SEFT (SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE) PADA PASIEN

Murtiningsih, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.

Ir. Umar Ruswandi, M.Si.

Hanif Abdul Latif, S.Kom.

Dwi Novitasari, S.Kep.

Rani Rohmawati, S.Kep.

Selvi Audia Riva'i, S.Kep.

Fadia Renita Putri, S.Kep.



Aplikasi Spiritual Islam Berbasis Android dan *Evidence Based Practice* SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) pada pasien

Murtiningsih, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.

Ir. Umar Ruswandi, M.Si.

Hanif Abdul Latif, S.Kom.

Dwi Novitasari, S.Kep.

Rani Rohmawati, S.Kep.

Selvi Audia Riva'i, S.Kep.

Fadia Renita Putri, S.Kep.



PT YAPINDO JAYA ABADI

Anggota IKAPI: No. 627/DKI/2023

Aplikasi Spiritual Islam Berbasis Android dan *Evidence Based Practice SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* pada pasien

Penulis : Murtiningsih, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., Ir. Umar
Ruswandi, M.Si., Hanif Abdul Latif, S.Kom., Dwi
Novitasari, S.Kep., Rani Rohmawati, S.Kep., Selvi
Audia Riva'i, S.Kep., dan Fadia Renita Putri, S.Kep.
ISBN : 978-634-7789-44-0 (PDF)
Penyunting Naskah : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Tata Letak : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Desain Sampul : Novikean Keysah Sanisri

PT Yapindo Jaya Abadi

Jl. Tanjung Duren Raya No. 89 C RT 06/RW 05, Kelurahan Tanjung Duren
Selatan, Kecamatan Grogol Petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah
Khusus Ibukota Jakarta 11470

E-Mail : yapjadi@gmail.com

Website : yapindo.co.id

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali
dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran
Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan
sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1)
dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling
singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00
(satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun
dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar
rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan,
memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu Ciptaan
atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait
sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara
paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak
Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya buku referensi yang berjudul *Aplikasi Spiritual Islam Berbasis Android dan Evidence Based Practice SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) pada pasien*. Buku ini hadir untuk memberikan pemahaman mengenai penerapan pendekatan spiritual berbasis Islam dan teknik Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dalam mendukung kesehatan fisik dan mental pasien. Melalui buku ini, pembaca diharapkan dapat memahami bagaimana intervensi spiritual dapat meningkatkan kesejahteraan emosional, ketenangan batin, dan efektivitas pemulihan pasien.

Buku ini ditujukan untuk masyarakat umum agar menjadi bacaan yang mudah dipahami oleh tenaga kesehatan, perawat, psikolog, praktisi terapi, maupun siapa saja yang memiliki minat terhadap pendekatan holistik dalam perawatan pasien.

Jakarta, Juni 2026

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
Bab 1: Konsep Dasar Spiritual dalam Keperawatan.....	1
1.1 Spiritualitas dalam Pelayanan Kesehatan	1
1.2 Spiritual Islam dalam Konteks Kesehatan	5
1.3 Konsep Spiritual Islam.....	9
1.4 Dampak Spiritualitas terhadap Kesehatan	14
Bab 2: Konsep Dasar Terapi SEFT	19
2.1 Definisi dan Sejarah SEFT	19
2.2 Prinsip Kerja SEFT	23
2.3 Komponen Utama SEFT	28
2.4 Keunggulan dan Keterbatasan SEFT	32
Bab 3: Mekanisme SEFT dalam Perspektif Ilmiah	37
3.1 Respons Fisiologis terhadap Stres	37
3.2 SEFT dan Regulasi Emosi	42
3.3 SEFT dalam Neurofisiologi	47
3.4 Evidence Based Practice SEFT.....	50
Bab 4: Teknik dan Prosedur Pelaksanaan SEFT.....	56
4.1 Persiapan Terapi SEFT	56
4.2 Langkah-langkah SEFT	60
4.3 Titik-titik Tapping.....	64
4.4 Standar Operasional Prosedur (SOP).....	67

Bab 5: SEFT dalam Manajemen Kecemasan	79
5.1 Konsep Kecemasan	79
5.2 SEFT pada Kecemasan Klinis	83
5.3 Evidence SEFT pada Kecemasan	88
5.4 Implementasi dalam Keperawatan	92
Bab 6: SEFT dalam Manajemen Nyeri dan Tidur	97
6.1 Konsep Nyeri dan Tidur	97
6.2 SEFT pada Nyeri	101
6.3 SEFT pada Kualitas Tidur	105
6.4 Integrasi Terapi Non-Farmakologi	109
Bab 7: Evidence Based Practice Penerapan SEFT pada pasien	114
7.1 Pasien gangguan Kardiovaskular	114
7.2 Pasien Postpartum	122
7.3 Pasien TB Paru	127
7.4 Pasien Post Operasi Sectio Caesarea (SC)	131
Bab 8: Inovasi Digital Aplikasi Spiritual berbasis android dan Terapi SEFT	137
8.1 Konsep Aplikasi Spiritual Islam	137
8.2 Model Pengembangan Aplikasi	142
8.3 Validitas dan Efektivitas	146
8.4 Transformasi Digital Keperawatan	150
Bab 9: Integrasi SEFT dalam Praktik Keperawatan	156
9.1 Peran Perawat dalam Terapi SEFT	156
9.2 Pendekatan Holistik	160
9.3 Etika dan Legalitas	165

9.4 Evaluasi dan Pengembangan Praktik	168
Profil Penulis.....	173
Daftar Pustaka.....	181

Daftar Pustaka

- Ahmad Faiz Zainuddin. (2006). *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*. Afzan Publishing.
- Andrade, J., & Feinstein, D. (2004). *ENERGY PSYCHOLOGY: Theory, Indications, Evidence*.
https://www.energiepsy.com/uploads/3/1/7/7/3177769/andrade_feinstein_paper-1.pdf
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461–480.
- Ardiani, K., Jumaiyah, W., Purnamawati, D., & Sofiani, Y. (2023). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap Kecemasan Pasien Gagal Jantung di Rumah Sakit Hermina Bekasi. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, November.
<https://doi.org/10.20527/dk.v1i1i3.558>
- Asyifa Qurotul Ain. 2022. “Kontribusi Sikap Sabar Bagi Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid-19: Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Tingkat Akhir Angkatan 2017.” *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin* 2(1):50–62. doi:10.15575/jpiu.13615.
- Church, D. (2013). *Clinical EFT as an Evidence-Based Practice for the Treatment of Psychological and Physiological*

- Conditions (Vol. 4, Issue 8).
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4236/psych.2013.48092>
- Feinstein, D. (2021). Energy psychology: Efficacy, speed, mechanisms. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 17(4), 340–356.
- Firth, J., Torous, J., Nicholas, J., Carney, R., Rosenbaum, S., & Sarris, J. (2020). The efficacy of smartphone-based mental health interventions for depressive symptoms: A meta-analysis of randomized controlled trials. *World Psychiatry*, 19(1), 92–93.
- Hutchinson, T. A., Boyd, N. F., & Feinstein, A. R. (2021). Scientific basis for the biopsychosocial model: Clinical implications. *Journal of Clinical Epidemiology*, 133, 123–130.
- Keesara, S., Jonas, A., & Schulman, K. (2020). Covid-19 and health care's digital revolution. *New England Journal of Medicine*, 382(23), e82.
- Koenig, H. G. (2020). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *International Scholarly Research Notices*, 2020, 1–33.
- Lita, Delima. 2024. *Kekuatan Memaafkan*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia.
- Maramba, I., Chatterjee, A., & Newman, C. (2019). Methods of usability testing in the development of eHealth applications: A scoping review. *International Journal of Medical Informatics*, 126, 95–104.

- Melnyk, B. M., & Fineout-Overholt, E. (2021). Evidence-based practice in nursing and healthcare: A guide to best practice. Wolters Kluwer.
- Mikkelsen, M. B., Tramm, G., Zachariae, R., Gravholt, C. H., & Toole, M. S. O. (2021). Comprehensive Psychoneuroendocrinology A systematic review and meta-analysis of the effect of emotion regulation. *Comprehensive Psychoneuroendocrinology*, 5(December 2020), 100020. <https://doi.org/10.1016/j.cpnec.2020.100020>
- Murtiningsih, Ruswandi, U., Kiptiyah, M., Novitasari, D., Riva'i, S. A., & Latif, H. A. (2025). Inovasi Digital Dan Uji Validitas Aplikasi Spiritual Islam Dan Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Berbasis Android Sebagai Upaya Mengurangi Kecemasan Pasien. *Malahayati Nursing Journal*, 7(10), 4629–4634.
- Novitasari, Dwi. 2025. “Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Tindakan Kateterisasi Jantung.” Institut Kesehatan dan Teknologi PKP DKI Jakarta.
- Oktasya Ross, H., Syifa Arrohmah, A., Hasanah, M., Yusran, N., Wijareni, N., Studi Psikologi, P., & Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, F. (2021). Perancangan Aplikasi Kesehatan Mental “NAFS” (Islamic Psycho Spiritual Therapy) Berbasis Android Menggunakan Metode PDCA (Plan-Do-Check-Action). 6(4), 849–856. <https://doi.org/10.32493/informatika.v6i4.14421>

- Pargament, K. I. (2021). Religion and coping: The current state of knowledge. Oxford University Press.
- Peteet, J. R., & Balboni, M. J. (2020). Spirituality and religion in oncology. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 70(5), 1–15.
- Puchalski, C. M., Vitillo, R., Hull, S. K., & Reller, N. (2020). Improving the spiritual dimension of whole person care: Reaching national and international consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 23(4), 460–467.
- Putri, F. R. (2025). Pengaruh Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo FADIA. Institut Kesehatan dan Teknologi PKP DKI Jakarta.
- Rachmawardany, D. W., Mustikawati, I. F., Septianawati, P., & Immanuel, G. (2024). Efek Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pasien : Systematic Literature Review. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 13(2), 136–143. <https://doi.org/https://doi.org/10.30743/jkin.v13i2.747>
- Riva'i, S. A. (2025). Pengaruh Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Penyakit Tb Paru Di Ruangan Seruni Rsud Cibinong Bogor Skripsi. Institut Kesehatan dan Teknologi PKP DKI Jakarta.
- River Mindfullness. (2025). Tapping Therapy. Publifye AS. <https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=35751>

- Rohmawati, R., & Murtiningsih. (2025). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. Institut Kesehatan dan Teknologi PKP DKI Jakarta.
- Roisatun Nisa, Arinda, and Devia Purwaningrum. 2023. Pengaruh Terapi Sayyidul Istighfar Terhadap Ketenangan Jiwa. Vol. 1. Ruang Sains. (2024). Menjelajahi Amiglada: Mengungkap Rahasia Emosi dan Perilaku. Tiram Media. <https://play.google.com/books/reader?id=K-cEEQAAQBAJ&pg=GBS.PP1&hl=id>
- Santana, M. J., Manalili, K., Jolley, R. J., Zelinsky, S., Quan, H., & Lu, M. (2018). How to practice person-centred care: A conceptual framework. *Health Expectations*, 21(2), 429–440.
- Shang, T., Zhang, X., & Li, Y. (2021). Digital health interventions in nursing: A systematic review. *Journal of Nursing Management*, 29(6), 1–10.
- Stapleton, P. (2026). Theoretical and clinical insights into the psychological mechanisms and active ingredients of emotional freedom techniques. April. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1672132>
- Stapleton, P. 2026. “Theoretical and Clinical Insights into the
- Susanti E, and Rahmah. 2014. “Pengaruh Latihan Pasrah Diri Terhadap Tingkat Stres Dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta.” *Muhammadiyah Journal of*

- Syamsidar. 2020. Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam. <https://www.jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/aldin/article/view/1132>.
- Taylor, M. J., McNicholas, C., Nicolay, C., Darzi, A., Bell, D., & Reed, J. E. (2020). Systematic review of the application of the plan–do–study–act method to improve quality in healthcare. *BMJ Quality & Safety*, 29(4), 290–298.
- Timmins, F., & Caldeira, S. (2020). Understanding spirituality and spiritual care in nursing. *Nursing Standard*, 35(5), 61–66.
- Toussaint, L., Nguyen, Q. A., Roettger, C., Dixon, D., Offenbächer, M., Kohls, N., Hirsch, J., & Sirois, F. (2021). Effectiveness of relaxation techniques on stress, anxiety, and depression: A systematic review. *Journal of Behavioral Medicine*, 44(3), 1–15.
- Vernanda Putri, Oktavia, Wahyu Rima Agustin, Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta, and Prodi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan. 2024. “Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Kritis Dengan Hipertensi Di Ruang ICU RSUD DR MOEWARDI.” <https://eprints.ukh.ac.id/eprint/8149/1/NAS PUB> Oktavia Sudah Fiks Abstrak.pdf.

- Wicaksono, F. A., & Winarto, E. (2025). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri: Literatur Review. *BHAMADA Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 16(1), 56–63. <https://doi.org/https://doi.org/10.36308/jik.v16i1.783>
- World Health Organization. (2023). WHO global report on traditional and complementary medicine. World Health Organization.
- Zhang, Y., Xie, Y., Chen, Y., & Li, J. (2020). The effects of complementary and alternative medicine on quality of life: A systematic review. *Complementary Therapies in Medicine*, 52, 102452.

Buku referensi yang berjudul Aplikasi Spiritual Islam Berbasis Android dan *Evidence Based Practice* SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) pada pasien membahas bagaimana pendekatan spiritual dan teknik SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dapat digunakan untuk mendukung kesehatan fisik dan mental pasien. Buku ini menekankan integrasi nilai-nilai Islam dalam praktik terapi guna meningkatkan kesejahteraan, ketenangan, dan kepatuhan pasien dalam perawatan.

Disusun dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami, buku ini membahas mulai dari konsep spiritualitas dalam Islam, prinsip SEFT, teknik penerapan, hingga studi kasus nyata pada pasien. Dilengkapi panduan praktis dan langkah-langkah terstruktur, buku ini menjadi referensi penting bagi tenaga kesehatan, terapis, mahasiswa, dan masyarakat umum yang ingin memahami serta menerapkan pendekatan spiritual dan terapi SEFT dalam perawatan pasien.