

**PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA
TINGKAT I PROGRAM STUDI SARJANA
KEPERAWATAN UNIVERSITAS
BHAkti KENCANA
BANDUNG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan

IRMA PUSPITA RISMANIAR

NPM : AK.1.15.024



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BHAkti KENCANA BANDUNG
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

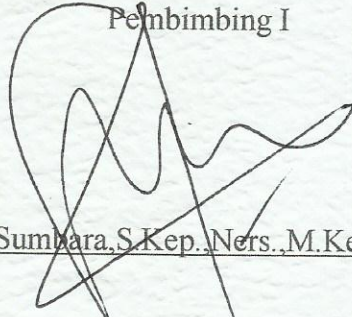
**JUDUL : PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA TINGKAT I
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN UNIVERSITAS
BHAKTI KENCANA BANDUNG**

NAMA : IRMA PUSPITA RISMANIAR

NPM : AK.1.15.024

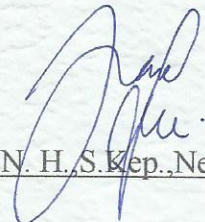
Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Keperawatan
Universitas Bhakti Kencana Bandung
Menyetujui :

Pembimbing I



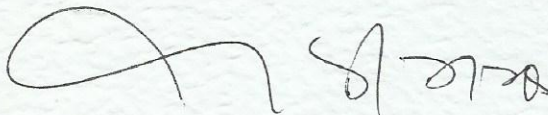
Sumbara, S.Kep., Ners., M.Kep

Pembimbing II



Gian N. H., S.Kep., Ners., MNS

Universitas Bhakti Kencana Bandung
Fakultas Keperawatan
Program Studi Sarjana Keperawatan
Ketua,



Lia Nurlianawati, S.Kep., Ners., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan

Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan

Fakultas Keperawatan

Universitas Bhakti Kencana Bandung

Pada Agustus 2019

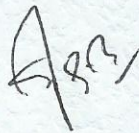
Mengesahkan,

Program Studi Sarjana Keperawatan

Fakultas Keperawatan

Universitas Bhakti Kencana Bandung

Penguji I



Efri W.,S.Kep.,Ners.M.Kep.,Sp.Kep.J.

Penguji II



Rayhani,S.Kep.Ners.M.Kep

Universitas Bhakti Kencana Bandung

Dekan,



R.Siti Jundjah,S.Kp.,M..Kep

PERNYATAAN PENULIS

Dengan ini saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Irma Puspita Rismaniar

NIM : AK.1.15.024

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Judul Skripsi : PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA
TINGKAT I PROGRAM STUDI SARJANA
KEPERAWATAN UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA
BANDUNG

Menyatakan :

1. Tugas akhir saya ini adalah asli diajukan untuk memperoleh gelar profesional Sarjana Keperawatan dan belum pernah dilakukan oleh peneliti lain baik di Universitas Bhakti Kencana Bandung maupun di institusi lain.
2. Tugas akhir ini adalah skripsi yang murni dan bukan plagiat atau jiplakan, serta asli dari ide dan gagasan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain kecuali arahan dan bimbingan.

Demikian pernyataan ini, saya siap menerima resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya.

Bandung, Juli 2019

Yang Membuat Pernyataan



Irma Puspita Rismaniar

ABSTRAK

Rendahnya motivasi belajar mahasiswa keperawatan merupakan salah satu penyebab menurunnya mutu pelayanan kesehatan. Hal ini tersebut disebabkan oleh mahasiswa yang belum bisa beradaptasi dengan sistem perkuliahan yang berbeda dengan jenjang pendidikan sebelumnya. Peneliti menggunakan *Emotional Freedom Technique* untuk mengatasi masalah motivasi belajar tersebut. *EFT* yang merupakan pengembangan jenis terapi komplementer akupuntur dan akupresur, yang dalam praktiknya dilakukan dengan cara mengetuk ringan dua ujung jari pada daerah tertentu dibagian tubuh untuk membebaskan emosi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat motivasi belajar mahasiswa sebelum dan sesudah dilakukan *EFT*, serta pengaruh *EFT* terhadap motivasi belajar mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen, dengan desain *pre test post test* yang dilakukan pada mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 34 orang mahasiswa. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner motivasi belajar (Sadirman, 2014), yang telah dimodifikasi oleh Sukma (2018) sejumlah 41 pertanyaan. Hasil uji validitas dari modifikasi instrumen motivasi belajar Sadirman (2014) adalah $0,375 \geq 0,361$ dan hasil uji reliabilitasnya adalah $0,939 \geq 0,700$. Analisis univariat menggunakan presentase dan bivariat menggunakan uji *paired sample t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh *EFT* terhadap motivasi belajar mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Bandung dengan nilai *p-value* $(0,000) \leq \alpha 0,05$.

Selanjutnya, diharapkan *EFT* dapat diterapkan oleh mahasiswa untuk meningkatkan motivasi belajar. Bagi institusi untuk dapat mengembangkan terapi komplementer dalam mata ajaran.

Kata kunci : *Emotional Freedom Technique*, Mahasiswa, Motivasi Belajar
Daftar Pustaka : 19 Buku (2008-2017)
14 Jurnal (2011-2018)
3 Website (2014-2019)

ABSTRACT

The low motivation of learn nursing students is one of the causes the decreased quality of health services. This is caused by students who have not been able to adapt with the lecture system that is different from the previous level of education. Researchers use Emotional Freedom Technique to solve the problem of learning motivation. EFT the development of type of acupuncture and acupressure complementary therapy, which in practice is done by lightly tapping two fingertips on certain areas of the body to free emotions. The purpose of this study is to determine the level of student motivation before and after EFT, as well as the effect of EFT on the motivation of learning at the first level of Nursing Undergraduate Study Program at Bhakti Kencana University in Bandung.

The research method use is quasi-experimental, with a pre-test post test design conducted at the first level students of Nursing Undergraduate Study Program. The sampling technique is purposive sampling, with a total sample of 34 students. The instrument used is a learning motivation questionnaire (Sadirman, 2014), which is modified by Sukma (2018) with 41 questions. The validity test results from the modification of Sadirman's learning motivation instrument (2014) are $0.375 \geq 0.361$ and the reliability test results are $0.939 \geq 0.700$. Univariate analysis uses percentages and bivariate uses paired sample t-test.

The results shows that there is an influence of EFT on the motivation to study at level I undergraduate Nursing Study Program at the University of Bhakti Kencana Bandung with a p-value $(0,000) \leq \alpha 0.05$.

Furthermore, it is hoped that EFT can be applied by students to increase learning motivation. For institutions to be able to develop complementary therapy in subjects.

*Keywords : Emotional Freedom Technique, Students, Learning Motivation,
Bibliography : 19 Books (2008-2017)
14 Journals (2011-2018)
3 Website (2014-2019)*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillahirobil'alamin, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Karena atas berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Pengaruh *Emotional Freedom Technique* Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung”**. Shalawat serta salam semoga senantiasa dilimpah curahkan kepada junjungan kita Rasullulah Muhammad SAW, beserta keluarganya, dan seluruh umat yang memeluk ajaranya. Dalam penyusunan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. A.Mulyana,S.H.,M.Pd.,MH.Kes., selaku Ketua Yayasan Adhi Guna Kencana Bandung.
2. Dr. Entris Sutrisno, MH.Kes.,Apt., selaku Rektor Universitas Bhakti Kencana Bandung.
3. R. Siti Jundiah,S.Kp.,M.Kep., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
4. Lia Nurlianawati,S.Kep.,Ners,M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners Universitas Bhakti Kencana Bandung.
5. Sumbara,S.Kep.,Ners,M.Kep., selaku Dosen Pembimbing I.
6. Gian Nurmaidah H.,S.Kep.,Ners,MNS., selaku Dosen Pembimbing II.

7. Nur Intan Hayati H.K.,S.Kep.,Ners,M.Kep., selaku Koordinator Tugas Akhir dan Skripsi Jurusan Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
8. Imam Abidin, S.Kep.,Ners selaku pembina peneliti yang selalu mengingatkan, memberikan saran dan mendo'akan peneliti.
9. Segenap Dosen Jurusan Sarjana Keperawatan yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
10. Kepada para enumerator yang sudah membantu dalam penelitian ini, keluarga besar Majelis Ilmu Hypnotherapy, dan juga kepada Mahasiswa tingkat I yang sudah bersedia mengikuti penelitian ini dari awal sampai akhir.
11. Kepada Kedua Orang (Zarmis Irman dan Cucu Puspita), keluarga besar Bapak Sukarta, dan Bapak Zarmis yang tiada henti-hentinya selalu mendoakan, memberi dukungan baik moril maupun materil kepada penulis.
12. Keluarga besar Universitas Bhakti Kencana Bandung, Genetic Company, teman-teman seperjuangan kami, dan sahabat-sahabat, terima kasih atas semua dukungan, semangat, serta kerjasamanya.
13. Tak lupa kepada semua pihak yang telah membantu terlaksananya skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga semua yang telah diberikan kepada saya mendapat balasan kebaikan yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Besar harapan saya semoga ilmu yang saya dapatkan dari perkuliahan dan penelitian ini dapat berguna bagi kemajuan ilmu pengetahuan khususnya bidang keperawatan.

Bandung, Juli 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN PENULIS	
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR BAGAN.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
DAFTAR SINGKATAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II PEMBAHASAN	
2.1 Motivasi belajar.....	9
2.2 Motivasi belajar mahasiswa tingkat I.....	9
2.3 Motivasi belajar mahasiswa keperawatan	10
2.4 Alat ukur motivasi belajar mahasiswa	11
2.5 Macam-macam motivasi menurut Sadirman (2014).....	12
2.6 Terapi komplementer untuk meningkatkan motivasi.....	14
2.6.1 Perbedaan antara <i>EFT</i> dengan akupuntur dan akupresur	15
2.6.2 Keunggulan <i>EFT</i>	15
2.6.3 Manfaat <i>EFT</i>	18
2.7 Pengaruh <i>EFT</i> terhadap motivasi	19
2.8 Kerangka konsep	22

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan penelitian	23
3.2 Paradigma penelitian	23
3.3 Hipotesa penelitian	25
3.4 Variabel penelitian	25
3.5 Definisi konseptual dan operasional	26
3.6 Populasi dan sampel	28
3.7 Pengumpulan data	30
3.8 Langkah-langkah penelitian	35
3.9 Pengolahan data.....	36
3.10 Etika penelitian	41
3.11 Waktu dan lokasi penelitian	42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil penelitian.....	43
4.1.1 Analisis Univariat.....	43
4.1.2 Analisis Bivariat	44
4.2 Pembahasan	45
4.2.1 Motivasi belajar pada mahasiswa sebelum dilakukan <i>EFT</i> ...	45
4.2.2 Motivasi belajar pada mahasiswa sesudah dilakukan <i>EFT</i>	48
4.2.3 Pengaruh <i>EFT</i> terhadap motivasi belajar pada mahasiswa	49
4.3 Keterbatasan penelitian	51

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan.....	53
5.2 Saran.....	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Perbedaan antara <i>EFT</i> dengan Akupuntur dan Akupresur.....	15
Tabel 3.1 Definisi operasional	27
Tabel 3.2 Skor jawaban <i>item</i>	29
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Sebelum dilakukan <i>EFT</i> di Universitas Bhakti Kencana Bandung	43
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Sesudah dilakukan <i>EFT</i> di Universitas Bhakti Kencana Bandung.....	44
Tabel 4.3 Pengaruh <i>EFT</i> Terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Sebelum dan Sesudah dilakukan <i>EFT</i> di Universitas Bhakti Kencana Bandung	44

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka konsep.....	22
Bagan 3.1 Kerangka penelitian	25

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Balesan Penelitian
- Lampiran 3 Lembar *Informed Consent* Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Lembar *Informed Consent* Enumerator
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Enumerator
- Lampiran 7 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 Lembar Bimbingan
- Lampiran 9 Lembar Oponen
- Lampiran 10 Hasil Analisa Univariat dan Bivariat
- Lampiran 10 Sertifikat Pelatihan *EFT*
- Lampiran 11 Prosedur *EFT*
- Lampiran 12 Foto-foto kegiatan penelitian
- Lampiran 13 Surat Uji Etik

DAFTAR SINGKATAN

<i>EFT</i>	: <i>Emotional Freedom Technique</i>
SMA	: Sekolah Menengah Atas
Kemenristekdikti	: Kementrian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemenristekdikti (2016) menyatakan bahwa mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi yang diharapkan dapat menjadi calon-calon intelektual. Mahasiswa keperawatan adalah seseorang yang dipersiapkan untuk menjadi perawat profesional di masa yang akan datang (Black, 2014). Menurut Mepsa (2012), mahasiswa keperawatan memegang peranan penting sebagai tombak awal dari pembangunan profesionalitas profesi keperawatan di masa yang akan datang, sehingga baik buruk lulusan profesi keperawatan ditentukan oleh mahasiswa keperawatan yang sedang menduduki jenjang perkuliahan. Lulusan profesi keperawatan yang profesional harus ditunjang dengan kemampuan dan skill yang melebihi senior mereka, diwujudkan dalam perubahan dan inovasi. Hal tersebut meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang semakin baik kedepannya.

Bakri (2017) menyatakan bahwa motivasi adalah dorongan atau menggerakkan yang berasal dari bahasa Latin dari kata "*movere*". Motivasi ikut menentukan intensitas, arah, ketekunan serta ketahanan atas perilakunya, melalui dorongan psikologis yang menimbulkan perilaku tertentu sesuai dengan tujuan atau sasaran yang telah ditetapkan. Menurut Pratiwi (2018), motivasi belajar adalah faktor psikis yang bersifat non-intelektual sebagai penggerak atau pendorong kegiatan belajar, yang berperan dalam

menumbuhkan gairah, semangat, merasa senang untuk belajar sehingga banyak memiliki energi untuk melakukan kegiatan belajar.

Menurut Mardiaty (2018), menjelaskan bahwa motivasi belajar mahasiswa bisa dipengaruhi oleh lingkungan sekolahnya. Lingkungan yang baru memerlukan kemampuan adaptasi siswanya. Terlebih mahasiswa tingkat satu yang mengalami perubahan dari SMA kepada jenjang perkuliahan. Mahasiswa yang kesulitan beradaptasi akan mengalami gangguan dalam proses interaksi dengan lingkungan. Selain itu gangguan cara belajar yang dapat menyebabkan terhambatnya proses pembelajaran, krisis identitas, bahkan mengalami stress.

Berbedanya proses adaptasi seseorang dengan lingkungan sekolahnya, akan menentukan seberapa besar motivasi belajar dan produktifitas mahasiswa dalam upaya mencapai cita-citanya. Hasil studi pendahuluan dengan wawancara menggunakan indikator skala motivasi dari Sadirman (2014), dengan hasil sebanyak 32 dari 40 mahasiswa mengatakan lelah dan pusing karena tugas yang terlalu banyak, sehingga tidak bersemangat ketika belajar. Mereka mengatakan bahwa jika ada hal yang tidak dimengerti ketika penyampaian materi dari dosen, mereka tidak mau bertanya dan ketika dosen memberikan tugas kepada mereka, mereka mengerjakannya seadanya saja agar segera selesai. Selain itu mereka mengatakan bahwa sebelum dimulainya jam perkuliahan, sehari sebelumnya atau beberapa jam sebelumnya mereka tidak mempersiapkan diri dan materi untuk menerima ilmu yang akan disampaikan oleh dosen.

Dari 205 mahasiswa Sarjana Keperawatan tingkat I, sebanyak 107 orang (83%) memiliki IPK dibawah 3,00. Sedangkan yang memiliki IPK diatas 3,00 hanya 35 orang saja (17%). Hal ini hanya terjadi di Program Studi Keperawatan tingkat I saja. Ditingkat lain dan diprodi lain mayoritas mahasiswa tidak ada yang memiliki IPK dibawah 3,00 sebanyak mahasiswa yang ada di Program Studi Sarjana Keperawatan.

Menurut Yanti (2017), kualitas pelayanan kesehatan yang bermutu tentunya hanya dapat dihasilkan oleh sumber daya yang berkualitas, sarana dan prasarana yang mendukung, serta sistem manajerial dan kepemimpinan yang efektif. Sumber daya manusia yang paling berperan di Rumah Sakit adalah perawat. Profesi perawat memiliki peran penting dalam mewujudkan masyarakat sehat baik secara fisik dan psikologis. Untuk mewujudkan hal tersebut, perlu perawat-perawat professional yang memahami kebutuhan dan tuntutan masyarakat. Tujuan, motivasi, dan struktur manajemen yang kuat mencerminkan organisasi yang kuat sehingga akan membawa dampak pada peningkatan prestasi organisasi dan kualitas pelayanan kesehatan yang bermutu .

Ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah motivasi belajar, diantaranya *Cognitive Behavioral Therapy*, konseling *behavior*, hipnoterapi, dan terapi komplementer (Purwanti, 2017). Berbagai penelitian telah menunjukkan pengaruh terapi tersebut terhadap motivasi. Namun jarang sekali yang mempergunakan terapi komplementer sebagai salah satu cara untuk mengatasi motivasi belajar pada mahasiswa.

Menurut Widyatuti (2008), terapi komplementer ini dibagi menjadi invasif dan non-invasif. Terapi komplementer invasif diantaranya akupuntur dan *cupping* (bekam basah) yang menggunakan jarum dalam pengobatannya. Sedangkan non-invasif seperti terapi energi, terapi sentuhan modalitas ; akupresur, pijat bayi, refleksi, reiki, *rolfing*, hipnoterapi dan terapi lainnya.

Menurut Craig (1991), *EFT* merupakan pengembangan jenis terapi komplementer akupuntur dan akupresur. Terapi tersebut adalah terapi yang sangat mudah untuk dilakukan dan tidak perlu menggunakan jarum dalam proses terapinya. Dalam praktiknya, *EFT* membebaskan emosi dengan cara mengetuk ringan dua ujung jari pada daerah tertentu dibagian tubuh. Ketukan-ketukan tersebut bertujuan untuk menyeimbangkan energi meridian dalam tubuh ketika terjadi gejala-gejala kemunduran fisik dan emosional yang terganggu. Ketukan pada titik meridian mengirimkan energi kinetis pada energi sistem dan membebaskan hambatan yang menutupi aliran energi.

Sebuah studi dari Craig (1991), menjelaskan bahwa mekanisme tindakan *EFT* dapat mempengaruhi otak, sistem neurologi, kejadian stres, neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin, hormon stres seperti kortisol. *EFT* hampir tidak memiliki efek samping dan aman untuk dilakukan. Selain itu tekniknya pun sangat mudah untuk dipelajari sendiri dengan memanfaatkan 12 titik meridian atau pusat energi tubuh. Kemudahan yang didapatkan memungkinkan mengatasi berbagai masalah emosional hanya dengan menggunakan ketukan ringan pada ujung jari (*tapping*) dan stimulasi pikiran, yang dapat menimbulkan efek pada emosional maupun fisik.

Didalam penelitian ini penulis akan menggunakan konsep teori model dari Calista Roy, yang dimana output *EFT* ini memungkinkan memberikan respon adaptif dan respon inefektif terhadap motivasi belajar mahasiswa. Menurut Craig (1991), ketika seseorang berada didalam situasi dan kondisi yang tidak sesuai dengan yang diharapkan, maka orang tersebut akan menginterpretasikan keadaan tersebut dengan berpikir negatif. Pikiran negatif tersebut akan membentuk energi negatif, yang nantinya akan menurunkan *mood* dan motivasi seseorang. Sehingga keadaan tersebut akan menurunkan produktivitas, prestasi, dan kualitas mahasiswa dalam mencapai tujuan atau cita-cita yang telah dirancang sebelumnya.

Beberapa penelitian menunjukkan adanya pengaruh *EFT* dalam mengatasi gangguan fisik. Dikutip dari beberapa jurnal yang telah diteliti diantaranya adalah oleh Jasmarizal, (2016) yang berjudul “Pengaruh *Emotional Freedom Technique (EFT)* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenorea Pada Remaja” dengan hasil *p value* = 0,000 yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dalam penurunan skala nyeri dismenore pada remaja. Jurnal Rofacky (2015) yang berjudul “Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di wilayah kerja Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang”, dengan hasil *p-value* $0,000 < \alpha 0.5$ sistole, sedangkan diastole *p-value* $0.019 < \alpha 0.05$ yang menyatakan bahwa *EFT* berpengaruh terhadap tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa jurnal, *EFT* mampu mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan fisik maupun psikologis. Seperti menangani nyeri, kecemasan, depresi, kecanduan, dan berbagai emosi negatif lainnya. Meskipun demikian, untuk pengaplikasian terapi *EFT* ini belum dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruhnya terhadap tingkat motivasi belajar mahasiswa. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut pengaruh *Emotional Freedom Technique* untuk mengatasi masalah motivasi belajar mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah yang hendak diteliti adalah apakah terdapat “Pengaruh *Emotional Freedom Technique* Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh *Emotional Freedom Technique* Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui tingkat motivasi mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan sebelum dilakukannya *Emotional Freedom Technique*.

1.3.2.2 Mengetahui tingkat motivasi mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan setelah dilakukannya *Emotional Freedom Technique*.

1.3.2.3 Mengetahui pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap tingkat motivasi mahasiswa tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan sebelum dan setelah dilakukan tindakan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan dan pengajaran ilmu baru bagi praktik keperawatan dalam mengatasi rendahnya motivasi mahasiswa, memperkaya ilmu keperawatan khususnya dalam bidang terapi komplementer, serta menjadi bahan pustaka dan pengembangan teknik *EFT* bagi peneliti lain dalam bidang kesehatan khususnya keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan masukan bagi mahasiswa untuk perbaikan kualitas diri, dan meningkatkan motivasi belajar, guna mencapai tujuan yang diharapkan dengan mengaplikasikan teknik *EFT*, yang dimana teknik ini bisa dilakukan sendiri.

1.4.2.2 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu cara peneliti untuk menambah motivasi bagi peneliti sendiri maupun mahasiswa yang lainnya guna perbaikan kualitas diri, dan menambah motivasi belajar, untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

1.4.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rekomendasi untuk penelitian lain yaitu untuk mengkaji variabel lain diluar model penelitian ini, sehingga dapat dirumuskan berbagai konsep baru mengenai pengaruh dari *Emotional Freedom Technique*.

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Motivasi belajar

Bakri (2017) mengatakan bahwa motivasi berasal dari bahasa Latin dari kata “*movere*” yang berarti menggerakkan atau dorongan. Motivasi ikut menentukan arah, intensitas, ketekunan serta ketahanan atas perilakunya, melalui dorongan psikologis yang menimbulkan perilaku tertentu sesuai dengan tujuan atau sasaran yang telah ditetapkan. Menurut Pratiwi (2018), motivasi belajar adalah penggerak atau pendorong kegiatan belajar yang berperan dalam menumbuhkan gairah, semangat, merasa senang untuk belajar sehingga banyak memiliki energi untuk melakukan kegiatan belajar.

2.2 Motivasi belajar mahasiswa tingkat I

Menurut Mardiaty (2018), menjelaskan bahwa motivasi belajar bisa dipengaruhi oleh lingkungan sekolahnya. Mahasiswa tingkat I memerlukan kemampuan adaptasi dari SMA kepada jenjang perkuliahan. Kesulitan beradaptasi yang dialami oleh mahasiswa tingkat I akan mengakibatkan gangguan dalam proses interaksi dengan lingkungan. Selain gangguan proses interaksi, ada juga gangguan cara belajar yang dapat menyebabkan terhambatnya proses pembelajaran, krisis identitas, bahkan mengalami stress.

Proses adaptasi seseorang dengan lingkungan sekolahnya tidaklah sama antara satu dengan yang lainnya. Hal tersebut akan menentukan seberapa besar

motivasi belajar dan produktifitas mahasiswa dalam upaya mencapai cita-citanya. Abdulghani (2011) menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kuliah akan semakin rendah pula tingkat stres yang timbul. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat pertama memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada mahasiswa tingkat-tingkat di atasnya. Tingkat stress yang tinggi ini dikarenakan mahasiswa tingkat awal mengalami adaptasi terkait dengan perkuliahan seperti tugas, kuliah, tutorial dan *clinical skill lab* yang padat dan baru dirasakan pertama kali setelah memasuki dunia perkuliahan (Augesti, G. *et al.*, 2015).

2.3 Motivasi belajar mahasiswa keperawatan

Black (2014) mengatakan bahwa mahasiswa keperawatan adalah seseorang yang dipersiapkan untuk dijadikan perawat profesional dimasa yang akan datang. Menurut Rakhmawati (2014), mahasiswa keperawatan mempunyai tekanan yang cukup berat dalam menjalani perkuliahan. Beban belajar yang cukup berat, waktu studi yang lama, penugasan yang banyak sehingga waktu liburan singkat, berbagai tuntutan termasuk tuntutan dari orangtua dan ujian-ujian dapat menjadi pemicu stres bagi mahasiswa keperawatan. Driscoll (2009) menambahkan bahwa selain itu, mahasiswa keperawatan mempunyai beban yang besar dalam melaksanakan tugasnya, karena kesalahan kecil yang berakibat fatal dan dapat membahayakan pasien maupun kelangsungan karier mahasiswa keperawatan itu sendiri, sehingga hal ini bisa menurunkan motivasi belajar seseorang.

Menurut Yanti (2017), kualitas pelayanan kesehatan yang bermutu hanya dihasilkan dari sumber daya yang berkualitas, sarana dan prasarana yang mendukung, serta sistem manajerial dan kepemimpinan yang efektif. Kunci keberhasilan dari suatu organisasi dan Rumah Sakit adalah manusia. Sumber daya manusia baik tenaga kesehatan maupun non kesehatan adalah penggerak utama institusi pemberi jasa pelayanan kesehatan. Di Rumah Sakit sumber daya manusia yang paling berperan adalah perawat.

Yanti (2017) juga menjelaskan bahwa, profesi perawat memiliki peran penting dalam mewujudkan masyarakat sehat baik secara fisik dan psikologis. Tugas utama perawat adalah memberikan layanan keperawatan kepada setiap individu yang membutuhkan sehingga individu dapat mencapai derajat kesehatan yang diinginkan. Untuk mewujudkan hal tersebut, perlu perawat-perawat profesional yang memahami kebutuhan dan tuntutan masyarakat. Untuk membentuk perawat profesional perlu proses atau tahapan, dan kerjasama semua pihak atau komponen yang terlibat, salah satunya adalah kualitas SDM calon perawat. Tujuan, motivasi, dan struktur manajemen yang kuat mencerminkan organisasi yang kuat sehingga akan membawa dampak pada peningkatan prestasi organisasi dan kualitas pelayanan kesehatan yang bermutu.

2.4 Alat ukur motivasi belajar mahasiswa

Pada penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat motivasi belajar mahasiswa. Ada berbagai macam kuesioner motivasi

belajar yang bisa digunakan. Diantaranya Vreedy (2012), Sri (2018), dan modifikasi dari Sadirman (2014) oleh Sukma (2018). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner modifikasi dari Sadirman (2014), karena kuesioner motivasi belajar ini bisa digunakan oleh semua kalangan terutama kalangan pelajar. Selain itu kuesioner motivasi belajar ini juga terbaru, cakupannya pun lebih luas dan lebih lengkap dibandingkan yang lain, yang berisikan 41 pertanyaan yang mudah untuk difahami dan diisi oleh para objek penelitian.

2.5 Macam-macam motivasi menurut Sadirman (2014)

2.5.1 Motivasi kerja merupakan motivasi yang terjadi pada situasi dan lingkungan kerja yang terdapat pada suatu organisasi atau lembaga. Daya pendorong atau penggerak yang memotivasi semangat kerja tergantung dari harapan yang menjadi kenyataan.

2.5.2 Motivasi Belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada seseorang yang akan menimbulkan kegiatan belajar (Sri, 2018). Menurut Yusuf (2009) motivasi belajar dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Untuk faktor internal dibagi menjadi dua bagian yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis. Faktor fisiologis adalah faktor yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang yang berhubungan dengan keadaan fisik yang normal dan kesehatan fisik. Sedangkan faktor psikologis adalah faktor yang disebabkan karena keadaan kejiwaan seseorang yang meliputi minat,

motivasi, intelegensi, bakat, konsentrasi belajar, kelelahan, kejenuhan dalam belajar, kematangan dan kesepian. Untuk faktor eksternal dibagi menjadi faktor lingkungan keluarga, faktor lingkungan masyarakat dan faktor lingkungan sekolah.

Menurut Sri (2018) faktor yang mempengaruhi motivasi belajar adalah :

- 1). Cita-cita atau aspirasi mahasiswa (cita-cita akan menimbulkan motivasi belajar, karena ketika tujuannya sudah tercapai maka akan mewujudkan aktualisasi mahasiswa).
- 2). Kemampuan belajar (akan memperkuat motivasi, yang meliputi pengamatan, perhatian, ingatan, daya pikir dan fantasi).
- 3). Kondisi mahasiswa (kondisi fisik dan psikologis akan mempengaruhi motivasi belajar seseorang).
- 4). Kondisi lingkungan (lingkungan keluarga, kampus, dan masyarakat yang mendukung akan meningkatkan semangat dan motivasi belajar mahasiswa).
- 5). Unsur-unsur dinamis belajar, adalah unsur yang keberadaannya dalam proses belajar tidak stabil (misalnya emosi mahasiswa, semangat mahasiswa, situasi dalam belajar).
- 6). Upaya tenaga pengajar membelajarkan mahasiswa (cara penyampaian materi yang menarik, penguasaan materi, dan cara mengevaluasi hasil belajar, akan mempengaruhi motivasi seseorang untuk belajar).

- 7). Adanya stressor diperkuliahan (mata kuliah yang sulit, kompetitor yang berat, nilai ujian yang buruk akan mempengaruhi motivasi seseorang).

2.6 Terapi komplementer untuk meningkatkan motivasi

Masalah motivasi belajar bisa diatasi dengan beberapa cara diantaranya *Cognitive Behavioral Therapy*, konseling *behavior*, hipnoterapi, dan terapi komplementer (Purwanti, 2017). Banyak penelitian yang telah menunjukkan pengaruh terapi tersebut terhadap motivasi. Namun untuk terapi komplementer jarang sekali digunakan sebagai salah satu cara untuk mengatasi motivasi belajar pada mahasiswa.

Widyatuti (2008) mengatakan bahwa terapi komplementer ini dibagi menjadi invasif dan non-invasif. Terapi komplementer invasif diantaranya akupunktur dan *cupping* (bekam basah) yang menggunakan jarum dalam pengobatannya. Sedangkan non-invasif seperti terapi energi, terapi sentuhan modalitas ; akupresur, pijat bayi, refleksi, reiki, *rolfing*, hipnoterapi dan terapi lainnya.

Menurut Craig (1991), jenis terapi komplementer akupunktur dan akupresur dikembangkan kembali menjadi suatu terapi yang dinamakan *Emotional Freedom Technique (EFT)*. Dalam praktiknya, *EFT* membebaskan emosi dengan cara mengetuk ringan dua ujung jari pada daerah tertentu dibagian tubuh, yang sangat mudah untuk dilakukan dan tidak perlu menggunakan jarum dalam proses terapinya. Ketukan-ketukan tersebut

tersebut bertujuan untuk menyeimbangkan energi meridian dalam tubuh ketika terjadi gejala-gejala kemunduran fisik dan emosional yang terganggu. Ketukan pada titik meridian mengirimkan energi kinetis pada energi sistem dan membebaskan hambatan yang menutupi aliran energi.

2.6.1 Perbedaan antara *EFT* dengan Akupuntur dan Akupresur

Tabel 2.1
Perbedaan antara *EFT* dengan akupuntur dan akupresur

No.	Akupuntur & Akupresur	<i>EFT</i>
1.	Efek penyembuhan seringkali baru dapat dirasakan dalam waktu yang cukup lama.	Efek penyembuhan dapat segera dirasakan (<i>One Minute Health</i>).
2.	Hanya mengandalkan faktor teknis pengobatan.	Menambah kekuatan do'a disertai keikhlasan dan kepasrahan untuk memperkuat efek terapi.
3.	Terbatas untuk penyembuhan penyakit-penyakit fisik saja.	Dapat menyembuhkan gangguan emosi dan meningkatkan prestasi serta kedamaian hati (<i>universal healing aid</i>).
4.	Kombinasi titik tekaman berbeda-beda untuk penyakit yang berbeda.	Kombinasi titik ketukan sama untuk setiap masalah.
5.	Memerlukan prosedur diagnosis yang rumit.	Tanpa prosedur diagnosis masalah.
6.	Menggunakan 361 titik disepanjang 12 energi meridian tubuh.	Hanya menggunakan 10-18 titik kunci disepanjang 12 energi meridian tubuh.
7.	Menggunakan jarum atau menekan dengan kuat.	Hanya menggunakan ketukan ringan.
8.	Dapat menimbulkan efek samping, seperti terluka.	Hampir tidak ada efek samping.
9.	Perlu proses belajar yang lama untuk menguasainya.	Proses belajarnya sangat cepat dan mudah melakukannya.

Sumber : Craig (1991)

2.6.2 Keunggulan *EFT*

Menurut Craig (1991), *EFT* memiliki keunggulan daripada terapi yang lain, diantaranya :

2.6.2.1 Proses belajarnya mudah dan cepat.

Metode *EFT* sangat mudah dilakukan, karena hanya dengan mengetuk ringan dua ujung jari pada 12-18 titik kunci

energi meridian, yang titiknyapun sama untuk berbagai permasalahan yang diatasi.

2.6.2.2 Hanya dengan ketukan ringan.

Teknik *EFT* hanya mengetuk-ngetuk ringan dengan satu atau dua jari pada titik-titik yang telah ditentukan, yang memungkinkan dengan teknik yang sederhana dapat meningkatkan derajat kualitas hidup seseorang, tanpa rasa sakit, prosesnya sederhana, dan efeknya bisa langsung dirasakan.

2.6.2.3 Tanpa efek samping.

Selama enam tahun melakukan *EFT* pada ribuan orang, Gary Craig mengamati bahwa tidak ada efek samping dari penggunaan tekniknya itu. Dr. Roger J. Callahan, Ph.D., pencipta *TFT* pun telah melakukan teknik *EFT* terhadap banyak orang dan ternyata hampir tidak ada efek samping. Hal ini disebabkan pengobatan ini tidak menggunakan jarum, bahan kimia, atau prosedur yang berhubungan dengan pembedahan. Dalam pelaksanaan *EFT* ini bisa dilakukan secara kelompok dengan maksimal 5-6 orang perterapis.

2.6.2.4 Do'a memperkuat efek terapi.

Landasan penyembuhan *EFT* adalah keyakinan yang kuat dengan menyandarkan segalanya kepada Allah melalui do'a yang merupakan energi spiritual yang akan memunculkan mujizat kesembuhan. Didalam *EFT* do'a diiringi dengan

ungkapan afirmasi, seperti “ Ya Allah... meskipun saya sakit (dapat diganti dengan masalah yang sedang dialami) saya Ikhlas, saya menerima diri saya apa adanya, saya pasrah.....”. Dengan afirmasi yang berisi do’a, maka akan memperkuat usaha *tapping*, yang menumbuhkan pikiran dan jiwa yang jernih.

2.6.2.5 Hanya 10-18 titik untuk 12 Energi meridian

Ketika melakukan tapping hanya ada 10-18 titik kunci yang harus diketuk disepanjang 12 energi meridian, yang meliputi : jantung, usus kecil, kandung kemih, ginjal, selaput jantung, empedu, hati, paru-paru, usus besar, lambung, dan limpa.

2.6.2.6 Kombinasi titik-titik ketukan selalu sama

Apapun masalah dan penyakit yang dirasakan, titik yang harus diketuk tetap sama yaitu 10-18 titik. Yang membedakan adalah afirmasi, do’a atau permasalahan yang diucapkan.

2.6.2.7 Tanpa prosedur diagnosis masalah

Ketika melakukan terapinya Craig hanya mengajak pasiennya untuk bercakap-cakap, mempersilahkan pasiennya untuk mencurahkan apa yang dia rasakan, kemudian mulai proses *mentapping*, tidak menanyakan secara detail permasalahan yang dialami pasiennya.

2.6.2.8 One Minute Wonder

Banyak pasien yang menyatakan bahwa pengaruh penyembuhan melalui *EFT* dapat dirasakan dengan cepat. Gary Craig menyembuhkan para pasiennya seperti para perokok berat, penderita fobia, dan traumatik hanya dengan beberapa ketukan. Meskipun demikian efektifitas teknik ini tidak selalu dirasakan dalam waktu yang cepat. Tetapi banyak pasien yang mengaku bahwa dirinya merasakan dengan cepat pengaruh dari *EFT*.

2.6.2.9 Teknik *EFT* tidak perlu sempurna

Gary Craig tidak mengharuskan mengetuk persis pada titik-titik yang semestinya, bahkan dia sendiri pernah kehilangan titik *tappingnya*. Tetapi banyak orang yang melakukan kesalahan ketika proses *tapping*, dan yang terjadi efeknya pun masih tetap ada. Yang perlu diperhatikan dengan benar adalah kalimat afirmasinya.

2.6.3 Manfaat *EFT*

Menurut *Craig (1991)*, dari *EFT Universe* dalam sebuah studi menjelaskan bahwa mekanisme tindakan *EFT* dapat mempengaruhi otak, system neuro, kejadian stress, neurotransmitter seperti serotonin dan dopamine, hormon stress seperti kortisol. Ketika melakukan ketukan ringan pada ujung jari (*tapping*) dan stimulasi pikiran yang dapat menimbulkan efek pada emosional maupun fisik (Iskandar, 2010).

Beberapa masalah yang bisa diselesaikan *EFT* antar lain : Kecemasan, kemarahan, *Compulsive Behavior*, *Panic disorder*, kecanduan (rokok atau obat-obatan), stress dan depresi, trauma, ketakutan dan phobia (ketinggian, binatang atau benda tertentu), kecemasan ditempat umum, ketakutan berbicara didepan umum, sakit kepala/migren, menghilangkan keyakinan negatif, perasaan malu/bersalah, insomnia, kekecewaan atau sakit hati, *peak performace*, masalah seksual, masalah pada anak atau wanita, kanker, alergi dan masalah lainnya.

Adapun manfaatnya bisa sangat luas, mencakup kebebasan emosi berupa tekanan batin, kemarahan, ketakutan atau fobia pada sesuatu, sakit hati, patah hati, ragu-ragu, rasa bersalah, duka cita, kebingungan, hingga rasa malas. *EFT* juga efektif untuk meningkatkan kesehatan dan mengobati penyakit fisik, termasuk menanggulangi sulit tidur, mengurangi kecanduan, dan menghilangkan kebiasaan merokok. Secara empiris metodenya terbukti dapat memulihkan kerapuhan kondisi badan, meningkatkan kinerja, hubungan pertemanan, bahkan keterampilan berbicara didepan umum.

2.7 Pengaruh *EFT* terhadap Motivasi

Beberapa penelitian menunjukkan adanya pengaruh *EFT* dalam mengatasi gangguan emosi, diantaranya adalah Rofacky (2015) yang berjudul “Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di wilayah kerja Kecamatan

Bergas Kabupaten Semarang”. Hasil penelitian diperoleh $p\text{-value}$ $0,000 < \alpha$ $0,5$ sistole, sedangkan diastole $p\text{-value}$ $0,019 < \alpha$ $0,05$ yang menyatakan bahwa *EFT* berpengaruh terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Selain itu penelitian Aulianita (2015) dengan berjudul “Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* Terhadap Kecemasan Wanita Klimakterium di RW 06 Pedalangan Kecamatan Banyuwani Kota Semarang Jawa Tengah”. Hasil penelitiannya $p\text{-value}$ $0,000$ yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan wanita klimakterium.

Penelitian Jasmarizal, (2016) yang berjudul “Pengaruh *Emotional Freedom Technique (EFT)* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenorea Pada Remaja” dengan hasil $p\text{ value} = 0,000$ yang menunjukkan adanya pengaruh dalam penurunan skala nyeri dismenore pada remaja. Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh Wijaya (2015) dengan judul “Pengaruh *Emotional Freedom Techniques (EFT)* Dalam Mengurangi Perilaku Merokok Remaja di Sekolah Swasta Wiyata Dharma”, didapatkan hasil $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi *EFT* dalam mengurangi perilaku merokok pada remaja. Penelitian lainnya dari Elva (2013) dengan judul “Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* dalam Bimbingan Kelompok Untuk Menurunkan Kecemasan Siswa SMA Dalam Menghadapi Ujian Nasional”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan hasil skor *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen yang hasilnya lebih tinggi dari kelompok kontrol, dengan demikian terapi *SEFT* dalam bimbingan

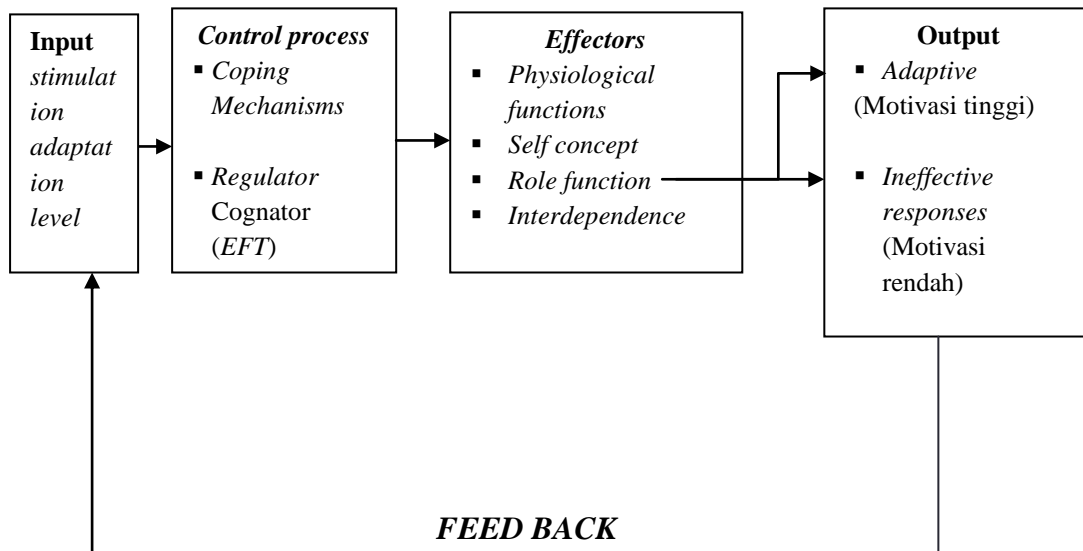
kelompok lebih efektif dalam menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional dibandingkan dengan metode konvensional.

Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa jurnal, *EFT* mampu mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan fisik maupun psikologis, seperti menangani nyeri, kecemasan, depresi, kecanduan, dan berbagai emosi negatif lainnya. Meskipun demikian, untuk pengaplikasian terapi *EFT* ini belum dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruhnya terhadap tingkat motivasi mahasiswa, jadi belum dapat dipresentasikan untuk seberapa besar pengaruhnya dalam meningkatkan motivasi.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap motivasi belajar mahasiswa. Didalam penelitian ini penulis menggunakan konsep teori model dari Calista Roy, yang dimana input terapi ini berupa stimulasi adaptasi level yang akan diproses mekanisme koping regulator dan kognator. *EFT* berada dalam proses regulator dan kognator yang nantinya akan memberikan efek pada perubahan *role function* yang akan menghasilkan output berupa respon adaptif (meningkatnya motivasi belajar) dan inefektif respon.

2.8 Kerangka Konsep

Bagan 2.1
Kerangka Konsep



Sumber : Modifikasi Teori Model Calista Roy (1968).