UNIVERSITAS GADJAH MADA
EFEKTIVITAS SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER TIGA
ASRI HIDAYAT, Prof. dr. Ova Emilia, Sp.OG., M.Med.Ed., Ph.D.; dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D.; DR Suma
Universitas Gadjah Mada, 2021 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....i
HALAMAN JUDUL i
LEMBAR PENGESAHAN ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI iii
SURAT PENYATAAN ORIGINALITAS iii
KATA PENGANTAR iv
DAFTAR ISI vii
DAFTAR GAMBAR x
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR LAMPIRAN xii
DAFTAR SINGKATAN xiii
ABSTRAK xv
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 8
1.3 Tujuan Penelitian 8
1.4 Manfaat Penelitian 9
1.5 Keaslian Penelitian 10
1.6 Kebaruan Penelitian 17
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 18
2.1 *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* 18
2.1.1 Spiritual 18
2.1.2 *Emotional Freedom Technique* (EFT) 23
2.1.3 Pengertian SEFT 25
2.1.4 Cara melakukan SEFT 26
2.1.5 Indikasi SEFT dan Studi Efektifitas SEFT pada Kecemasan 34
2.1.6 Cara mengetahui keberhasilan SEFT 36
2.1.7 Kunci keberhasilan SEFT 37
2.2 Kecemasan Primigravida Trimester Tiga 39
2.2.1 Pengertian Kecemasan 39
2.2.2 Tingkat kecemasan 42

UNIVERSITAS GADJAH MADA
EFEKTIVITAS SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER TIGA
ASRI HIDAYAT, Prof. dr. Ova Emilia, Sp.OG., M.Med.Ed., Ph.D.; dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D.; DR Suma
Universitas Gadjah Mada, 2021 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

2.2.3 Respons fisiologis dan psikologis terhadap kecemasan 43
2.2.4 Tahap reaksi terhadap stres 53
2.2.5 Etiologi kecemasan 54
2.2.6 Kecemasan ibu hamil 56
2.2.7 Faktor risiko yang menyebabkan kecemasan pada ibu hamil 60
2.2.8 Pengaruh kecemasan pada masa hamil 65
2.2.9 *Heart Rate Variability* (HRV) 67
2.2.10 Instrumen untuk Mengukur Kecemasan 69
2.2.11 Manajemen cemas dan stres non-farmakologi 78
2.3 Kerangka Teori 81
2.4 Kerangka Konsep Penelitian 82
2.5 Hipotesis Penelitian 83
BAB III METODE PENELITIAN 84
3.2 Penelitian Tahap Pertama/Penelitian Kuantitatif 86
3.2.1 Rancangan penelitian 86
3.1.2 Lokasi Penelitian 89
3.1.3 Populasi dan Subjek Penelitian 89
3.1.4 Jumlah Subjek Penelitian 90
3.1.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 90
3.1.6 Instrumen Penelitian 95
3.1.7 Analisis Data 98
3.1.8 Prosedur pengumpulan data 98
3.1.9 Tahapan Penelitian 100
3.1.10 Etika Penelitian 101
3.2 Penelitian Tahap Kedua/Penelitian Kualitatif 101
3.2.1 Rancangan Penelitian 101
3.2.2. Lokasi Penelitian 103
3.2.3 Subjek Penelitian 103
3.2.4 Kajian dan Pengertian Variabel 103
3.2.5 Alat dan Cara Pengumpulan Data 104
3.2.6 Analisa Data Penelitian 104
3.2.7 Teknik Keabsahan Data 105
3.2.8 Tahapan Penelitian 106
3.3 Jadwal pelaksanaan penelitian 109

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
EFEKTIVITAS SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER TIGA
ASRI HIDAYAT, Prof. dr. Ova Emilia, Sp.OG., M.Med.Ed., Ph.D.; dr. Fatwa Sari Tetra Dewi, MPH., Ph.D.; DR Suma
Universitas Gadjah Mada, 2021 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 110
4.1. Gambaran Umum Penelitian. 110
4.2. Hasil Penelitian Tahap Pertama/Penelitian Kuantitatif 112
4.2.1 Sajian Analisis data deskriptif 115
4.2.2 Sajian Analisis Data Inferensial 117
4.3. Hasil Penelitian Tahap Kedua/Penelitian Kualitatif 123
4. 3.1 Hasil Penelitian Kualitatif 123
4.3.2 Hasil Analisa Tematik 125
4.4. Pembahasan 156
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 190
.5.1 Kesimpulan 190
5.2. SARAN 191
DAFTAR PUSTAKA 193
LAMPIRAN 209