

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP RESILIENSI PADA PENGGUNA NARKOBA
DI YAYASAN MITRA MULIA BANYUASIN**

KARYA AKHIR

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Mencapai
Derajat Sarjana Srata-1 Psikologi**



Disusun Oleh :

Merry Ariani

201810061

**FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BINA DARMA**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP RESILIENSI PADA PENGGUNA NARKOBA
DI YAYASAN MITRA MULIA BANYUASIN

KARYA AKHIR

Disusun Oleh:

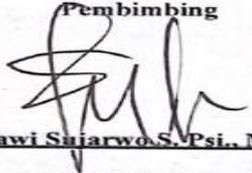
MERRY ARIANI

201810061

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pada Tanggal 06 September 2024

Pembimbing



Sawi Sajarwo, S.Psi., M.A

NIDN.0207048001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP RESILIENSI PADA PENGGUNA NARKOBA
DI YAYASAN MITRA MULIA BANYUASIN**

Telah disusun dan dipersiapkan oleh:
Merry ariani
201810061

Telah dipertahankan di depan Penguji Karya Akhir
Pada tanggal 06 September 2024

Sawi Suiarwo S. Psi., M.A
NIDN.0207048001

Mutia Mawardah S. Psi., M.A
NIDN. 0214068702

Rina Oktaviana S. Psi., M.M
NIDN. 0216107703



Mengetahui,

Dekan Fakultas Sosial Humaniora

Ketua Program Studi Psikologi


Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIDN. 0012097607

Universitas **Bina
Darma**
Fakultas Sosial Humaniora


Dr. Itrvah, S.Psi., M.A
NIDN.0228098001

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Merry Ariani

Nim : 201810061

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan karya akhir saya tidak melakukan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan karya akhir oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Bina Darma. Karena itu, karya akhir yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian karya akhir saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Sosial Humaniora Program Studi Psikologi, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa karya akhir ini karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Bina Darma.
4. Karna yakin akan hasil karya tulis ini saya bersedia bahwa karya akhir ini diunggah dan dipublikasikan ke dalam internet.
5. Surat pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan kode etik Psikologi dan perundang-undangan yang berlaku.

Palembang, 09 Agustus 2024

Yang Menyatakan,


Merry Ariani


KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Segala Puji dan ucapan rasa syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas Rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian dan penyusunan karya akhir ini dengan baik meskipun terdapat hambatan dan rintangan dalam penyusunan karya akhir ini yang merupakan syarat dalam memenuhi tugas akhir untuk menempuh gelar strata 1 di Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma Palembang Judul "**Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Resiliensi pada Pengguna Narkoba Di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin**"

Dengan segala kerendahan hati diakui bahwa dalam karya akhir ini masih banyak kelemahan dan kekurangan. Semua itu disebabkan kurangnya pengetahuan dan pengalaman penulis, karenanya mohon dimaklumi. Dalam kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada pihak yang memberikan dorongan dan bantuan, khususnya terdapat :

1. Ibu Prof Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M. selaku Rektor Universitas Bina Darma Palembang.
2. Bapak Nuzsep Almigo, S.Psi., M.si., Ph.D Selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma
3. Ibu Dr. Itryah, M.A. Selaku Kaprodi Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma Palembang,.
4. Bapak Sawi Sujarwo, S.Psi., MA Selaku pembimbing Terimakasih telah memberikan masukan, motivasi, meluangkan waktu serta pikirannya untuk memberikan bimbingan kepada peneliti.
5. Seluruh Dosen Fakultas Sosial Humaniora Jurusan Psikologi Universitas Bina Darma Palembang atas segala ilmu dan pengetahuan yang diberikan tanpa batas.
6. Kedua orangtua yang sangat peneliti cintai Mama dan Papa serta kakak Novri, adek marcel, yang selalu mendoakan, memberi semangat, nasihat serta kasih sayang dan pengertian kepada peneliti.

7. Kepada pihak yayasan Bpk Yatiman S.Kep., Ners., M.Kes dan kak Triyono S.Psi, Terimakasih telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan penelitian ini.
8. Serta seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan, peneliti sangat berterimakasih atas segala bantuan dan saran yang telah diberikan.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih dan memohon semoga Allah SWT senantiasa membalas segala budi baik semua pihak yang telah berpartisipasi dalam proses penulisan karya akhir ini, dan penulis berharap semoga karya akhir ini bermanfaat bagi peneliti, pembaca dan lembaga atau pihak pihak terkait

Palembang, 09 Agustus 2024



Merry Ariani

201810061

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Segala Puji dan rasa Syukur kepada Allah SWT atas segala berkat dan Rahmat serta semua kelancaran dan kemudahan yang telah diberikan dalam proses pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini. Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk keluarga saya, Ibu saya Surnani yang memberi kekuatan dan semangat dalam keadaan apapun dan Ayah saya Rif'at Achmad atas doa, motivasi, serta dukungan yang tiada henti diberikan dengan sepenuh hati, dan selalu memberikan semangat, perhatian dan pengorbanan sehingga saya dapat menyelesaikan karya akhir ini dengan sebaik mungkin. Terutama kepada Nenek Murniati terimakasih atas kebaikan nenek. Untuk saudara saya Kak Novri, adek Marcel, M Hadi, serta Semua Keluarga saya yang saya cintai terimakasih untuk semua dukungan dan doa yang diberikan. Terimakasih kepada dosen pembimbing yang sangat saya hormati Bpk Sowi, terimakasih Bpk karena selalu membimbing, memberikan arahan, nasihat, serta masukan yang sangat berguna bagi saya untuk kedepannya hingga saya dapat menyelesaikan karya akhir dengan baik. Terimakasih kepada seluruh dosen jurusan Psikologi atas ilmu dan bimbingannya sehingga saya dapat menyelesaikan karya akhir ini, sahabat-sahabat yang sangat saya kasahi. Terimakasih teman-teman jurusan Psikologi 2020 yang telah memberi kenangan indah dalam hidup saya dan menjadi cerita yang sangat berkesan. Terimakasih untuk diri saya sendiri karena tidak menyerah dan selalu berusaha menunaikan tanggung jawab hingga akhir, serta untuk selalu bertahan meski diterpa kesulitan dan rintangan yang tidak mudah.

-Merry Ariani-

MOTTO

*“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”*

(Qs. Al-Insyirah: 5– 6)

“Dan Bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(Qs. Ar-Ruum:60)

*“Masa depan adalah milik mereka yang percaya dengan impiannya dan jangan
biarkan impianmu dijajah oleh pendapat orang lain”*

-Merry ariani -

**Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap
Resiliensi Pada Pengguna Narkoba Di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin**

MERRY ARIANI

201810061

Fakultas Sosial Humaniora Program Studi Psikologi

Universitas Bina Darma Palembang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam meningkatkan resiliensi pada individu. Permasalahan utama yang dihadapi adalah rendahnya tingkat resiliensi yang berdampak pada kemampuan individu dalam mengatasi tekanan dan tantangan hidup. Sebagai solusi, SEFT diterapkan sebagai metode terapi yang mengintegrasikan aspek spiritual dan emosional untuk mengatasi hambatan psikologis dan emosional. Metode penelitian menggunakan pendekatan eksperimen dengan desain pretest-posttest, melibatkan delapan subjek yang diberikan sesi terapi SEFT selama beberapa minggu. Data dikumpulkan melalui skala resiliensi yang diukur sebelum dan setelah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada resiliensi subjek setelah mengikuti terapi SEFT. Temuan ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi SEFT terhadap resiliensi individu.

Kata Kunci: Emosional, Resiliensi, SEFT, Terapi

***The Effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy on
Resilience in Drug Users At The Mitra Mulia Banyuasin Foundation***

MERRY ARIANI

201810061

***Faculty Of Social Humanities Psychology Study Program
Bina Darma University Palembang***

ABSTRACT

This study aims to evaluate the effectiveness of SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) therapy in increasing resilience in individuals. The main problem faced is the low level of resilience which has an impact on individuals' ability to overcome life's stresses and challenges. As a solution, SEFT is applied as a therapeutic method that integrates spiritual and emotional aspects to overcome psychological and emotional obstacles. The research method used an experimental approach with a pretest-posttest design, involving eight subjects who were given SEFT therapy sessions for several weeks. Data was collected through a resilience scale that was measured before and after the intervention. The research results showed a significant increase in the subject's resilience after following SEFT therapy. These findings indicate that there is an influence of SEFT therapy on individual resilience.

Keywords: *Emotional, Resilience, SEFT, Therapy*

