

ABSTRAK

Ismi Nur Azizah, 2021. "Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Untuk Meningkatkan Sikap Tawakal Pada Korban Banjir (Studi Kasus Terhadap Warga Kp. Leuwi Simar Desa Mandalakasih Kecamatan Pameungpeuk Kab. Garut)."

Bencana alam yang terjadi cukup besar tentunya akan membuat kehilangan banyak materi berupa harta benda yang lenyap terbawa bencana yang tidak sempat di evakuasi, korban luka fisik maupun psikis yang membuat trauma berkepanjangan bahkan bencana alam sendiri dapat menyebabkan kehilangan nyawa. Tentunya karena hal itu korban bencana alam harus mendapatkan perlakuan bahkan penanganan yang tepat untuk keamanan dan keberlangsungan hidup mereka pasca bencana, baik itu dari segi fisik maupun psikis.

Dalam penelitian ini penulis mencoba menggunakan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) untuk meningkatkan sikap tawakal pada masyarakat korban banjir yang mengalami banyak sekali kerugian baik secara fisik, psikis maupun materi agar menjadi lebih ikhlas dan pasrah terhadap cobaan yang Allah SWT berikan. SEFT merupakan metode terapi yang menggunakan gerakan sederhana pada proses terapinya yang memiliki tujuan untuk membantu menyelesaikan permasalahan baik itu permasalahan fisik ataupun psikis dan masalah lainnya. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui proses dan hasil terapi SEFT untuk meningkatkan sikap tawakal pada masyarakat korban banjir di Kp. Leuwi Simar.

Metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif deskriptif dengan jenis studi kasus. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengetahui terapi SEFT untuk meningkatkan sikap tawakal pada masyarakat korban banjir. Subjek penelitian ini adalah 10 orang korban bencana di Kp. Leuwi Simar yang mengalami penurunan sikap tawakal dengan mengeluhkan apa yang telah menjadi ketentuan Allah Swt.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses terapi SEFT yang terdiri dari tiga tahap yaitu *set-up* yang bertujuan menetralkan pikiran negatif, *tune-in* dengan cara fokus kepada rasa sakit kemudian berdo'a, dan tapping dengan mengetuk dua ujung jari pada 9 atau 18 titik meridian. Terapi SEFT ini efektif dilakukan untuk meningkatkan sikap tawakal pada masyarakat korban banjir sehingga mampu mengurangi rasa sakit fisik dan juga psikis yang sedang alami para korban banjir di Kp. Leuwi Simar pasca banjir berlangsung. Dalam penelitian ini terbukti bahwa pasien menjadi lebih tenang, bersyukur, menerima segala ketentuan dari Allah SWT, dan menyerahkan sepenuhnya segala urusan kepada Allah SWT (tawakal) setelah di terapi.

Kata Kunci : Terapi SEFT, Tawakal, Korban Banjir