

ABSTRAK

MOH. Zakka Cahyadin, 1733143042, “Efektivitas Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Dalam Menurunkan Tingkat Amarah Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Di Tulungagung”, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Jurusan Tasawuf Psikoterapi IAIN Tulungagung, 2018, Pembimbing: Hj. Uswah Wardiana, M. Si.

Kata Kunci: Terapi SEFT, Tingkat Amarah, Lansia

Penelitian dalam skripsi dilatar belakangi oleh tingginya tingkat amarah lansia menimbulkan banyak dampak negatif yang merugikan bagi diri lansia dan orang lain di sekitarnya, dari dampak munculnya amarah tersebut akan menjadi masalah dalam kehidupan sehari-hari lansia sehingga tidak dapat menikmati hari-hari tuanya dengan tenang. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat memberikan solusi untuk berbagai persoalan salah satunya adalah membantu untuk menurunkan tingkat amarah.

Rumusan masalah dalam penulisan skripsi ini adalah (1) Apakah terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) efektif dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung? (2) Seberapa besar efektivitas terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung?. Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apa efektivitas terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung dan mengetahui seberapa besar tingkat efektivitas terapi (SEFT) dalam menurunkan tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasy eksperimen* dengan desain penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*. Teknik pengambilan sampling dengan teknik *purposif sampling*. Sumber data yang digunakan yaitu angket dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan yaitu Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Uji Normalitas, Uji Homogenitas, Uji Beda Dua Kelompok, Uji Beda *Pre-test* dan *Post-test*, dan Uji Analisis Regresi Linier.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) dari hasil uji non parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*, nilai $Z = -2,497$, dengan $\text{Sig} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan, bahwa ada perbedaan antara *pre-test* dengan *post-test*, dan mean *pre-test* sebesar (117.50) > mean *post-test* (82.30), yang berarti subyek memiliki intensitas marah yang sering sebelum diberi terapi SEFT dibandingkan dengan setelah diberi terapi SEFT. (2) dari hasil hitung sumbangan efektif regresi linier dapat diketahui pada *R Square* sebesar 0,494 atau 49,4% yang berarti terapi SEFT dapat mengurangi atau menurunkan tingkat amarah lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung

ABSTRACT

MOH. Zakka Cahyadin, 1733143042, “The Effectiveness of *Spiritual Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT) in Lowering Elderly Anger Rate in UPT Elderly Social Service Blitar In Tulungagung”. Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah. Department of Sufism and Psychotherapy. State Islamic Institute (IAIN) of Tulungagung. Advisor: Hj. Uswah Wardiana, M. Si.

Keywords: *Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT), Anger Rate, Elderly.

This research is based of high level of elderly anger causing adverse negative impact both for the elderly themselves and the people around him, from the impact will be a problem in everyday life of the elderly, so can not enjoy his old days with calm. *Spiritual Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT) can provide solutions to a variety of problems one of which is to help to lower the level of anger.

The formulation of this research are (1) Does *Spiritual Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT) Therapt in Lowering Elderly Anger Rate in UPT Elderly Social Service Blitar In Tulungagung?. (2) How much the Effectiveness of *Spiritual Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT) in Lowering Elderly Anger Rate in UPT Elderly Social Service Blitar In Tulungagung ?. The purpose of this research is to know the Effectiveness of *Spiritual Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT) in Lowering Elderly Anger Rate in UPT Elderly Social Service Blitar In Tulungagung and How much the Effectiveness of *Spiritual Therapy Emotional Freedom Technique* (SEFT) in Lowering Elderly Anger Rate.

This research uses quantitative research type with experimental quasy approach with *Pretest-Posttest Control Group Desaign research design*. Sampling technique with *purposive sampling* technique. Source of data used is questionnaire and documentation. Data analysis used were Validity Test, Reliability Test, Normality Test, Homogeneity Test, Different Test of Two Groups, Differential Test of *Pre-test* and *Post-test*, and Test of Linear Regression Analysis.

The results showed that (1) from non-parametric test results *Wilcoxon Signed Ranks Test*, $Z = -2.497$, with Sig = 0,000 ($p < 0.05$), so it can be said that there is a difference between *pre-test* and *post-test* , and the mean *pre-test* of (117.50) > the mean *post-test* (82.30), meaning that subjects have frequent anger intensity prior to SEFT therapy compared with SEFT therapy. (2) from the calculation result of effective contribution of linear regression can be known *at R Square* equal to 0,494 or 49,4% which means SEFT therapy can reduce or decrease anger elderly in UPT Social Service Blitar in Tulungagung.

المخلص

محمد زكى جاهيا الدين. رقم القيد : 1733143042. "فعالية العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) على انخفاض مستوى الغضب لدى المسنون في وحدة التنفيذ التقني (UPT) الخدمات الاجتماعية للمسنون باليتار في تولونج أجونج". البحث العلمي. كلية أصول الدين الأدب والدعوة. قسم التصوف والعلاج الطبيعي. جامعة الإسلامية الحكومية تولونج أجونج. المشرفة: الحاجة أسوة وارديانا الماجستير.

كلمة الإرشادية : العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) و مستوى الغضب و المسنون.

كانت خلفية هذا البحث عن كبير مستوى الغضب للمسنون و أسباب تأثير السلبي و ضرورة على من حولهم. من هذا التأثير يكون المشكلة في الحياة اليومية لدى المسنون حتى يكون لا يستمتع في عمر كبير هادئ. العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) يستطيع أن يعطي و يساعد المحاول بأنواع المشكلة إحدها مساعدة لخفض مستوى الغضب.

مسائل هذا البحث هي: (1) هل العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) فعالية على انخفاض مستوى الغضب لدى المسنون في وحدة التنفيذ التقني (UPT) الخدمات الاجتماعية للمسنون باليتار في تولونج أجونج ؟. في أي مدى فعالية العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) على انخفاض مستوى الغضب لدى المسنون في وحدة التنفيذ التقني (UPT) الخدمات الاجتماعية للمسنون باليتار في تولونج أجونج ؟. وأما أهداف البحث فيما يلي لمعرفة العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) على انخفاض مستوى الغضب لدى المسنون في وحدة التنفيذ التقني (UPT) الخدمات الاجتماعية للمسنون باليتار في

تولونج أجونج و لمعرفة كبير فعالية العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) على انخفاض مستورى الغضب لدى المسنون في وحدة التنفيذ التقني (UPT) الخدمات الاجتماعية للمسنون باليتار في تولونج أجونج.

يستخدم الباحث في هذا البحث مدخل الكيفي بنوع مدخل البحث التجريبي الشبهي. طريقة التجريبية المستخدمة في البحث التصميم التجريبي القبلي يعني المجموعة الواحدة اختبار ما قبلي اختبار التصميمية المشاركة. طريقة اتجاز العينات باستخدام تقنية أخذ العينات الهادفة. تحليل البيانات المستخدمة اختبار الصلاحية واختبار الموثوقية واختبار الوضع الطبيعي واختبار التجانس واختبار المختلف لمجموعتين واختبار التفاضلي للاختبار السابق واختبار الاختلاف ما بعد و قبلي الاختبارات واختبار تحليل الانحدار الخطي.

نتائج البحث تدل أن (1) من نتائج غير المعلمة ويكون وقع اختبار الصفوفة قيمة $Z = -2,497$ بسينغ 0,000 (ف $> 0,05$) حتى يقال أن إختلاف بين اختبارات قبلي و اختبارات بعدي بعدد (117.50) < العدلة اختبارات قبلي (82,30), بمعنى الموضوع لهم مستوى الغضب كبيرا قبل العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) من بعده. نتيجة الحسابي باستخدام اختبار الانحدار الخطي معروف رالمتوسطة 0,494 أو 49% بمعنى العلاج تقنيات الحرية الروحية العاطفية (SEFT) منخفضا على مستوى الغضب في وحدة التنفيذ التقني (UPT) الخدمات الاجتماعية للمسنون باليتار في تولونج أجونج.