

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN LAPORAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRAC.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	5
1.3 Pertanyaan Peneliti.....	6
1.4 Tujuan Peneliti.....	6
1.4.1 Tujuan Umum.....	6
1.4.2 Tujuan Khusus.....	7
1.5 Manfaat Peneliti.....	7
1.5.1 Bagi Peneliti.....	7
1.5.2 Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan.....	7
1.5.3 Bagi Perawat.....	7
1.5.4 Bagi Peneliti Lain.....	7
1.6 Ruang Lingkup Peneliti.....	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Landasan Teori.....	9
2.1.1 Defenisi Stres.....	9

2.1.2 Defenisi Stres Kerja.....	9
2.1.3 Sumber Stres Kerja.....	10
2.1.4 Tahapan Stres Kerja.....	10
2.1.5 Indikator Stres Kerja.....	12
2.1.6 Cara Pengukuran Stres Kerja.....	13
2.1.7 Faktor-faktor Penyebab Stres Kerja.....	15
2.1.8 Faktor Pendukung.....	19
2.1.9 Dampak Stres Kerja.....	20
2.2 Konsep Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT).....	20
2.2.1 Defensi Spriritual Emotional Freedom Technique (SEFT).....	20
2.2.2 Teknik-teknik yang Mendasari SEFT.....	24
2.2.3 Perbedaan EFT dan SEFT.....	25
2.2.4 Kunci Keberhasilan SEFT.....	22
2.2.5 Manfaat SEFT.....	26
2.2.6 Teknik SEFT.....	27
2.3 Kerangka Teori.....	31
2.4 Penelitian Terkait.....	33
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN.....	35
3.2 Kerangka Konsep.....	36
3.2 Defenisi Operasional.....	36
3.3 Hipotesa Penelitian.....	36
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
3.5 Jenis Penelitian.....	36
3.5.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	37
3.5.2 Pengumpulan Data.....	37
3.6 Populasi dan Sampel.....	37
3.6.1 Populasi.....	37
3.6.2 Besar Sampel.....	37

3.6.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	37
3.6.4 Kriteria Inklusi.....	37
3.6.5 Kriteria Eksklusi.....	37
3.7 Instrumen Penelitian.....	38
3.8 Analisa Data.....	40
3.8.1 Analisa Univariat.....	40
3.8.2 Analisa Bivariat.....	40
BAB IV.....	42
HASIL.....	42
4.1 Gambaran Stres Sebelum dilakukan terapi SEFT pada Perawat.....	43
4.2 Gambaran Stres Sesudah dilakukan terapi SEFT pada Perawat.....	44
4.3 Analisa Bivariat.....	44
4.3.1 Uji Normalitas Tingkat Stres.....	44
4.3.2 Stres Sebelum dan Sesudah dilakukan terapi SEFT Pada Perawat.....	45
BAB V.....	46
PEMBAHASAN.....	46
5.1 Analisa Univariat.....	46
5.1.1 Tingkat Stres Sebelum dilakukan terapi SEFT.....	47
5.1.2 Tingkat Stres Sesudah dilakukan terapi SEFT.....	48
5.2 Analisa Bivariat.....	52
5.2.1 Perbedaan Tingkat stres Sebelum dan Sesudah dilakukan terapi SEFT.....	52
BAB VI.....	53
KESIMPULAN.....	53
SARAN.....	53
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Penelitian Terkait.....	32
Tabel 3.1: Definisi Operasional.....	35
Tabel 3.2: Rancangan <i>One group pretest posttest design</i> .....	36
Tabel 4.1 : Gambaran Tingkat Stres Sebelum dilakukan Intervensi Terapi SEFT pada Perawat di Rumah Sakit Mata SMEC Malang tahun 2021 .....	42
Tabel 4.2 : Tingkat Stres Sebelum dilakukan Terapi SEFT.....	42
Tabel 4.3 : Gambaran Tingkat Stres Sesudah dilakukan Intervensi Terapi SEFT pada Perawat di Rumah Sakit Mata SMEC Malang tahun 2021.....	43
Tabel 4.4 : Tingkat Stres Sesudah dilakukan Terapi SEFT.....	43
Tabel 4.5 : Uji Normalitas Tingkat Stres.....	44
Tabel 4.6 :Tingkat Stres pada Perawat Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi SEFT di Rumah Sakit Mata SMEC Malang Tahun 2021.....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar : 2.1. Titik-titik kunci “ <i>The Major Energy Meridians</i> ” .....	29
Gambar : 2.2 Kerangka Teori.....	31
Gambar : 3.1 Kerangka Konsep.....	34