

**PERANAN *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES* (EFT)  
DALAM MENGURANGI GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF**

**Tesis**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mencapai Derajat Magister Psikologi**

**Program Studi Magister Profesi Psikologi Mayor klinis Dewasa**



080 / S2 / MPF / 01

7 Agustus 09

Diajukan oleh : 

**Lia Natania Santoso**

**06.92.0130**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PROFESI  
PROGRAM PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2009**

**PERANAN *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES* (EFT) DALAM  
MENGURANGI GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF**

Lia Natania Santoso

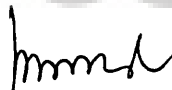
06.92.0130

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Magister Profesi Psikologi

13 Juli 2009

---

Mengesahkan,  
Ketua Program



(DR. Endang Widyorini, Psi.)

**PERANAN *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES* (EFT) DALAM  
MENGURANGI GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF**

Lia Natania Santoso

06.92.0130

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Magister Profesi Psikologi

13 Juli 2009

---

Mengesahkan,  
Dewan Penguji



(Dra. Anita Lestari, Msi.)

**PERANAN EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES (EFT) DALAM  
MENGURANGI GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF**

**Lia Natania Santoso**

**06.92.0130**

**Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Magister Profesi Psikologi**

**13 Juli 2009**

---

**Mengesahkan,  
Penguji**



**(Esthi Rahayu, S.Psi., Msi.)**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Semarang, Juli 2009

Lia Natania Santoso

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur dan terima kasih penulis ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat, penyertaan, serta karunia-Nya yang begitu besar sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul : **PERANAN *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES* (EFT) DALAM MENGURANGI GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF** ini dengan baik.

Berbagai hambatan dan kesulitan telah penulis hadapi selama penyusunan tesis, namun berkat karunia dan kasih-Nya, ketekunan, doa, usaha dan bantuan dari berbagai pihak, akhirnya tesis ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Ibu DR. Endang Widyorini, Psi., selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan juga dosen penguji yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Bapak Drs. George Hardjanta, S.Psi, Msi., selaku dosen Pembimbing Utama yang telah banyak memberikan ilmu, waktu, tenaga, dan kesabaran untuk membimbing penulis dalam penyusunan tesis ini.
3. Ibu Christine Wibowo, S.Psi., Msi., selaku dosen Pembimbing Kedua yang telah membarikan ilmu dan semangat dalam menyelesaikan tesis ini.
4. Ibu Dra. Anita Lestari, Msi. dan Ibu Esthi Rahayu, S.Psi., Msi., selaku dosen penguji.
5. Segenap dosen Magister Profesi Psikologi Unika Soegijapranata Semarang yang telah mengajar dan membagikan ilmunya kepada penulis.
6. Papiku tercinta yang telah memberikan banyak pelajaran-pelajaran berharga, dukungan, dan kasih. Mamiku tersayang yang telah memberikan begitu banyak kasih sayang, dukungan, masukan dan ide-ide dalam pembuatan skripsiku. Terima kasih untuk segala doa yang kalian berikan. Kalian adalah orangtua yang terbaik. *I love you.*
7. Tif, yang selalu memberikan dukungan, cinta, pengertian dan kesabaran. Terima kasih karena kamu selalu ada saat aku membutuhkanmu, waktu yang telah kita lewatkan bersama sangat berarti untukku. Aku sayang kamu.

8. Adikku terkasih, Ones, yang telah memberikan keceriaan di rumah. Semua kenakalan dan keisenganmu membuat hidupku lebih berwarna.
9. Seorang teman dan kakak terbaik yang pernah kumiliki, Momin, yang pernah melewati begitu banyak suka dan duka bersama. Terima kasih untuk masa-masa indah yang kamu berikan, juga segala tawa dan air mata, serta sumbangan dalam membuat tesis ini. *I will never forget you.*
10. RG, seseorang yang special di hatiku yang mungkin tidak akan pernah kumiliki. Aku akan selalu menyayangimu.
11. Emi, Marcus, dan Nus, teman-teman seperjuanganku yang terbaik.
12. Anak-anak kos Dewi Sartika, khususnya Ariani dan Rika yang telah menjadi teman mainku di kos.
13. Subjek-subjek penelitian atas kesediaannya untuk meluangkan waktu dan membantu penulis.
14. Tante Ocky, yang sudah banyak membantu dalam pembuatan abstrak.
15. Om Yu yang sudah banyak memberikan bantuan dalam foto copy dan print tesis ini.
16. Seluruh staf pengajaran Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah banyak membantu dalam urusan administrasi.
17. Seluruh staf perpustakaan Fakultas maupun perpustakaan pusat Universitas Katolik Soegijapranata yang telah menyediakan buku acuan penulisan tesis ini.

Semoga Tuhan senantiasa melimpahkan berkat dan karunia-Nya kepada semua yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis, serta semoga karya ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih kurang sempurna, untuk itu segala saran dan kritik demi kesempurnaan tesis ini sangat penulis harapkan.

Semarang, Juli 2009

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN .....	v
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR GRAFIK .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
Intisari .....	xi
Abstrak .....	xii
PENDAHULUAN .....	1
OBSESIF KOMPULSIF .....	5
<i>EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES (EFT)</i> .....	8
PERANAN <i>EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES (EFT)</i> PADA PENDERITA GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF .....	11
HIPOTESIS .....	12
METODE .....	12
Metode Penelitian .....	12
Subyek Penelitian .....	12
Metode Pengumpulan Data .....	13
Prosedur dan Rancangan Penelitian .....	14
Analisis Data .....	16
HASIL .....	16
DISKUSI .....	22
KESIMPULAN .....	25
SARAN .....	25
DAFTAR PUSTAKA .....	26
LAMPIRAN .....	30



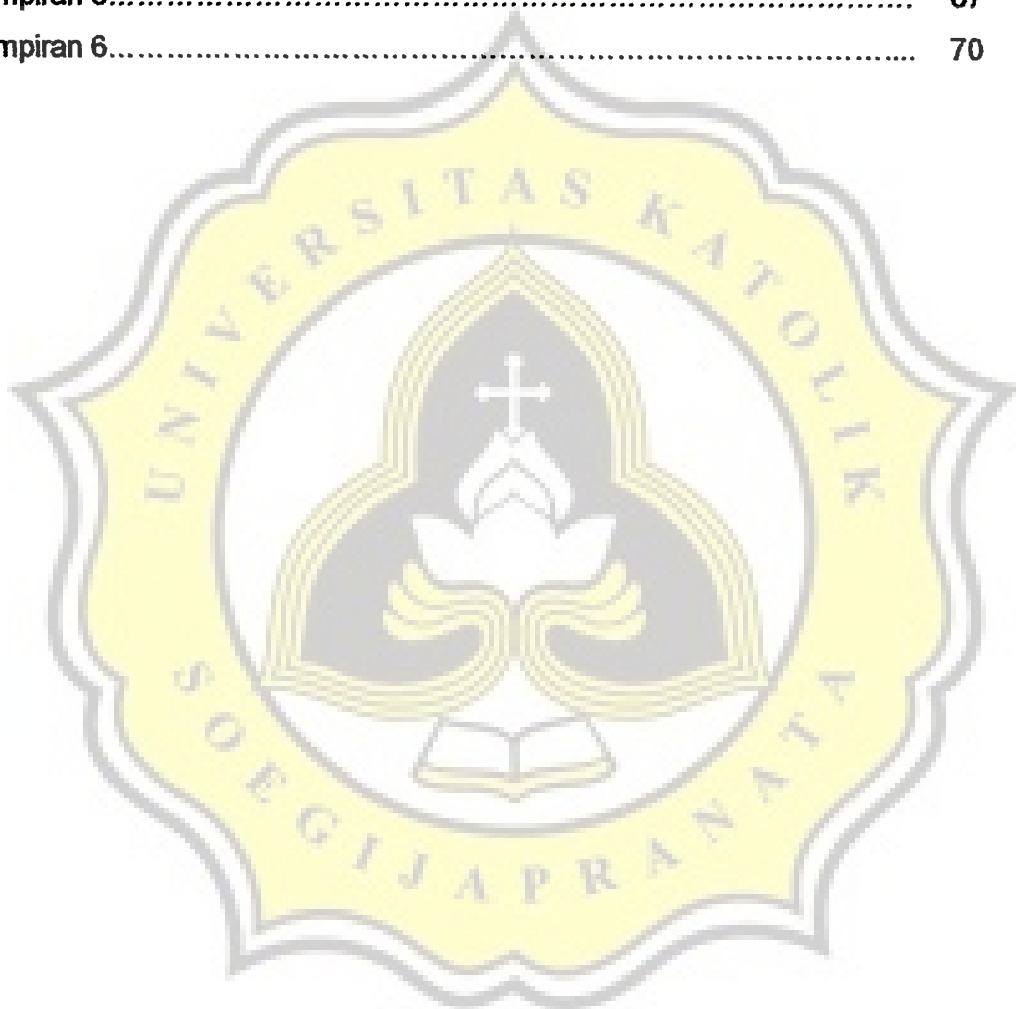
## DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Grafik Perkembangan Subjek 1 Selama Treatment .....	18
Grafik 2 Grafik Perkembangan Subjek 2 Selama Treatment .....	20



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.....	30
Lampiran 2.....	36
Lampiran 3.....	39
Lampiran 4.....	62
Lampiran 5.....	67
Lampiran 6.....	70



# PERANAN *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES* (EFT) DALAM MENGURANGI GANGGUAN OBSESIF KOMPULSIF

Lia Natania Santoso

## Intisari

**Objektif :** Penelitian ini menyelidiki apakah prosedur yang berdasarkan meridian *Emotional Freedom Techniques* (EFT), dapat menurunkan gangguan obsesif kompulsif pada penderita. Partisipan adalah dua orang yang mengalami gangguan obsesif kompulsif.

**Metode :** *Experiment single case design*. Penelitian ini dilakukan selama 29 hari yang terdiri dari *baseline*, *treatment*, dan *post test*. *Baseline* dilaksanakan selama 3 hari yang meliputi pemberian skala sebanyak 3 kali, wawancara, dan observasi; *Treatment* dilaksanakan selama 24 hari yang meliputi pemberian EFT dan *monitoring*; dan *Posttest* yang dilaksanakan 2 hari yang meliputi pemberian skala obsesif kompulsif, observasi, dan wawancara.

**Hasil :** Menunjukkan adanya perbedaan skor obsesif kompulsif sebelum dan setelah dilakukan *treatment*, dimana pada subjek 1 skor obsesif turun dari 21 menjadi 17, dan skor kompulsif turun dari 33 menjadi 20. Pada subjek 2 skor obsesif turun dari 15 menjadi 13, sedangkan skor kompulsif turun dari 25 menjadi 15.

**Kesimpulan :** EFT mempunyai pengaruh untuk mengurangi gangguan obsesif kompulsif pada subjek, dimana EFT lebih mempengaruhi kompulsi subjek. Hipotesis yang diajukan diterima bahwa gangguan obsesif kompulsif setelah dilakukan *treatment* mengalami penurunan.

**Kata kunci :** Gangguan obsesif kompulsif, EFT

# THE ROLE OF EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES (EFT) IN REDUCING OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER

Lia Natania Santoso

## Abstract

**Objective :** This study explored whether a meridian-based procedure, Emotional Freedom Techniques (EFT), could reduce obsessive compulsive disorder from patients. Participants in this study were two persons who suffered obsessive compulsive disorder.

**Methods :** Experiment single case design. This study was held for 29 days: 3 days for baseline, covering 3 obsessive compulsive rating scales, interview, and observation, 24 days for treatment, covering EFT procedure and monitoring, and 2 days for posttest, covering obsessive compulsive rating scale, observation, and interview.

**Result :** Showed score differences in obsessive compulsive disorder before and after treatment; In subject 1 obsessive score was reduced from 21 to 17, and compulsive score was reduced from 33 to 20. In subject 2, obsessive score was reduced from 15 to 13, while compulsive score was reduced from 25 to 15.

**Conclusion :** EFT had influence to reduce subjects' obsessive compulsive disorder, where EFT influenced compulsion more. The proposed hypothesis was accepted : that obsessive compulsive disorder was reduced after treatment.

**Keywords :** Obsessive Compulsive Disorder, EFT