

# THE DECREASE OF ANXIETY LEVEL AND PAIN INTENSITY WITH EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) INTERVENTION IN PATIENTS WITH LOW BACK PAIN

*by* Muhammad Akbar

---

**Submission date:** 05-Jun-2021 08:12AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1600683853

**File name:** ki\_-\_Efek\_EFT\_terhadap\_Tingkat\_Kecemasan\_Nyeri\_pasien\_NPB\_NL.pdf (350.16K)

**Word count:** 2357

**Character count:** 14252

# THE DECREASE OF ANXIETY LEVEL AND PAIN INTENSITY WITH EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) INTERVENTION IN PATIENTS WITH LOW BACK PAIN

## PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DAN INTENSITAS NYERI DENGAN INTERVENSI *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (EFT) PADA PASIEN NYERI PUNGGUNG BAWAH (NPB)

Ahmad Zaki<sup>1</sup>, Muhammad Iqbal Basri<sup>2</sup>, Muhammad Akbar<sup>3</sup>, Nurussyariah Hammado<sup>4</sup>

<sup>1</sup>MPPDS Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.

Surel: azakihanif@gmail.com.

<sup>2</sup>Staf Pengajar Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.

Surel : iqbalbasri@gmail.com.

<sup>3</sup>Staf Pengajar Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.

Surel : akbar80fkuh@gmail.co.id.

<sup>4</sup>Staf Pengajar Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.

Surel : nhammado@yahoo.com.

19

### ABSTRACT

**Introduction :** Low back pain (LBP) is pain, muscle tension, or stiffness in the area between lower rib border and inferior gluteal fold. Anxiety is a feeling of worry about something bad will happen. Emotional Freedom Technique (EFT) intervention which has been shown to reduce anxiety level and depression will be applied in this study aimed to evaluate the effect of EFT on anxiety level and pain intensity in LBP patients.

**Method :** Experimental research with pre and post-test design conducted at Majene Hospital. Anxiety level and pain intensity were measured before and after EFT intervention (affirmation and tapping), using HAM-A score and Numerical Pain Rating Scale (NPRS), respectively. The statistical significance was tested with paired T-test and Pearson test.

**Results :** The total sample was 12 (5 men and 7 women) with range of age 28-62 years (44,25±10,99). It obtained changes in mean NPRS before and after EFT intervention : 1,83±0,94 and changes in mean HAM-A before and after EFT intervention : 4,92±1,51 with both significant p value (p<0,001). The correlation value between NPRS and HAM-A is weak (r:0,311), with positive direction and p value : 0,324.

**Discussion :** This study was proved that EFT can reduce anxiety level and pain intensity in LBP patients at Majene Hospital. Therefore this study provides a recommendation that EFT intervention which carried out appropriately and continuously can be considered as an additional therapeutic modality in dealing with pain problems.

**Keywords :** Anxiety, Emotional Freedom Technique (EFT), HAM-A, Low Back Pain, NPRS.

7

### ABSTRAK

**Pendahuluan :** Nyeri punggung bawah (NPB) merupakan nyeri, ketegangan otot, atau kekakuan terlokalisasi di daerah antara batas iga terbawah dan lipatan gluteus inferior. Kecemasan adalah rasa kekhawatiran akan terjadinya sesuatu hal yang buruk. Intervensi *Emotional Freedom Technique* (EFT) yang telah terbukti menurunkan tingkat kecemasan dan depresi akan dicoba diterapkan pada studi ini dengan tujuan untuk mengevaluasi efek intervensi EFT terhadap penurunan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pasien NPB.

**Metode :** Penelitian eksperimental berdesain *pre-test, post-test* dilakukan di Poli Saraf RSUD Majene. Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri diukur sebelum dan sesudah metode intervensi EFT dilakukan, menggunakan *Hamilton Scale* (HAM-A) dan *Numerical Pain Rating Scale* (NPRS), secara berurutan. Prosedur EFT berupa afirmasi dan *tapping* pada beberapa titik akupresur pada daerah tertentu. Uji statistik yang digunakan adalah T-berpasangan dan Pearson.

**Hasil :** Total sampel 12 (5 laki-laki dan 7 perempuan), rentang usia 28 – 62 tahun (44,25±10,99). Diperoleh perubahan rata-rata NPRS sebelum dan sesudah intervensi EFT : 1,83±0,94 dengan nilai p signifikan (p<0,001), dan perubahan rata-rata HAM-A sebelum dan sesudah intervensi EFT : 4,92±1,51 dengan nilai p signifikan (p<0,001). Diperoleh interpretasi korelasi antara NPRS dan HAM-A dengan uji Pearson, berkekuatan lemah (r : 0,311), dengan arah hubungan positif dan nilai p : 0,324.

**Diskusi :** Penelitian ini membuktikan bahwa intervensi EFT dapat menurunkan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pada pasien NPB di RSUD Majene. Dengan intervensi EFT yang tepat dan kontinyu, dapat dipertimbangkan menjadi modalitas terapi tambahan dalam mengatasi masalah nyeri.

**Kata kunci :** HAM-A, Intervensi EFT, Kecemasan, NPRS, Nyeri Punggung Bawah (NPB).

## PENDAHULUAN

Keluhan NPB sering dijumpai pada praktik sehari-hari, sebanyak 17-31% dari total populasi pernah mengalami NPB semasa hidupnya. Oleh karena NPB sangat dipengaruhi oleh aktivitas fisik dan posisi tubuh, maka pasien NPB memiliki keterbatasan dalam bergerak (disabilitas), yang menyebabkan penurunan kualitas hidup serta memiliki dampak sosial dan ekonomi yang buruk. Nyeri punggung bawah (NPB) merupakan nyeri, ketegangan otot, atau kekakuan yang terlokalisir di daerah antara batas iga terbawah dan lipatan gluteus inferior, dengan atau tanpa penjalaran ke paha dan/atau tungkai (*sciatica*). NPB dapat terjadi dengan/tanpa nyeri radikular ataupun nyeri alih yang menandakan kerusakan jaringan organ lain. Pada prinsipnya, NPB disebabkan oleh kerusakan jaringan saraf dan nonsaraf yang dapat dipengaruhi oleh aspek psikologis. Secara temporal, NPB dibagi menjadi akut (<6 minggu), subakut (6 – 12 minggu), kronik (>12 minggu/3 bulan) dan rekuren. Sebagian besar penderita NPB mengalami rekurensi, yang sebenarnya merupakan bentuk eksaserbasi akut NPB kronik. Penanganan NPB akut yang tidak cepat dan adekuat akan berakibat progresivitas keluhan menjadi kronik dan rekuren. Selain itu, faktor stres psikologis juga turut meningkatkan risiko kronisitas NPB. Kondisi kronik seperti ini harus dicegah oleh klinisi yang menangani pasien NPB.<sup>1</sup> Berdasarkan data dari bagian Rekam Medik (RM) RSUD Majene, jumlah NPB yang berobat selama tahun 2019 di instalasi rawat inap sebanyak 10 orang, kunjungan baru di instalasi rawat jalan sebanyak 152, dan kunjungan lama sebanyak 203. Jumlah tersebut termasuk angka yang cukup besar.

Terdapat beberapa cara untuk menilai tingkat keparahan nyeri, yang sering digunakan adalah *Numerical Pain Rating Scale* (NPRS). NPRS / NRS merupakan skala numerik 11 poin tunggal yang divalidasi secara luas pada berbagai jenis pasien, termasuk pasien NPB. Data yang diperoleh melalui NPRS mudah didokumentasikan, dapat diinterpretasikan secara intuitif dan memenuhi persyaratan peraturan untuk tatalaksana dan dokumentasi nyeri. Melalui NPRS, pasien diminta menilai sendiri rasa nyeri yang dirasakannya dalam skala 0 sampai 10, 0 menunjukkan tidak ada rasa nyeri dan 10 menunjukkan rasa nyeri yang paling hebat.<sup>2</sup> Adapun interpretasi dari skor nyeri yang diperoleh sebagai berikut : 0 : tidak nyeri, 1 – 3 : nyeri ringan, 4 – 6 : nyeri sedang, dan 7 – 10 : nyeri berat.

Keparahan nyeri dikategorikan ringan apabila nyeri yang dirasakan memiliki pengaruh kecil pada kehidupan sehari-hari. Nyeri sedang adalah nyeri yang mulai mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti saat bersosialisasi, tidur, suasana hati, namun tidak menimbulkan gangguan yang nyata pada berbagai aktivitas. Sedang nyeri berat adalah nyeri yang telah menjadi hal

utama dalam kehidupan pasien dan menghasilkan gangguan yang signifikan dalam berbagai aktivitas.<sup>3</sup>

Ada beberapa kemungkinan yang meningkatkan / memperberat suatu nyeri yang dirasakan, salah satunya ialah kecemasan.<sup>2</sup> Kecemasan adalah respons terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup.<sup>4</sup> Kecemasan pada dasarnya merupakan suatu reaksi yang wajar dan dapat dialami oleh siapapun.<sup>1</sup> Namun jika kecemasan menjadi berlebihan dan tidak sesuai dengan proporsi ancaman yang dihadapi, maka dapat mengarah ke gangguan yang akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Di RSUD Majene, banyak ditemukan pasien NPB yang disertai kecemasan berlebihan terhadap nyeri yang dirasakan, sehingga dikhawatirkan dapat mempengaruhi proses penyembuhan penyakit yang mendasari timbulnya nyeri itu sendiri. Untuk mengetahui seberapa berat kecemasan yang dialami, terdapat beberapa skala penilaian kecemasan, salah satunya *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HAM-A). HAM-A adalah skala yang dikembangkan untuk mengukur tingkat keparahan gejala kecemasan dan digunakan secara luas baik dalam pengaturan penatalaksanaan klinis maupun penelitian. Skala ini terdiri dari 14 item terdiri atas serangkaian gejala, dan mengukur kecemasan psikis (agitasi mental dan tekanan psikologis) dan somatik (keluhan fisik yang terkait kecemasan).<sup>11</sup> Interpretasi skor HAM-A : < 14 : tidak ada kecemasan, 14 – 20 : kecemasan ringan, 21 – 27 : kecemasan sedang, 28 – 41 : kecemasan berat, 42 – 56 : kecemasan sangat berat.<sup>8</sup>

*Emotional Freedom Technique* (EFT) merupakan pendekatan intervensi psikofisiologis untuk memperoleh kesembuhan yang menggabungkan unsur terapi perilaku kognitif / *cognitive behavioral therapy* (CBT), terapi keterpaparan, dan stimulasi somatik menggunakan titik-titik akupresur. EFT lebih dikenal dengan terapi *tapping*.<sup>5</sup> EFT merupakan salah satu metode pengobatan yang mudah dipelajari. Teknik penyembuhan ini efektif pada sebagian besar masalah kecemasan atau masalah yang berbasis trauma, nyeri, dengan metode yang sangat aman, mudah untuk diajarkan, dan merupakan intervensi pengobatan swadaya alami.<sup>6</sup> Terdapat beberapa metode EFT yaitu (1) afirmasi : merupakan pernyataan pemberdayaan diri yang mendahului penerimaan terhadap keadaan / emosi terkait dengan suatu masalah / aspek yang dialami pasien saat ini. Saat pasien mengucapkan pernyataan pemberdayaan diri, sambil menekan pada titik yang nyeri di dada, sekitar 3 inci ke bawah dan 3 inci di atas dari takik (*jugular notch*) di leher. Titik nyeri tersebut diusap terus-menerus sambil pasien mengatakan “meskipun saya merasa cemas dan NPB, saya menerima diri saya apa adanya” sebanyak 3 kali; (2) *Tapping* / menekan dengan kekuatan yang cukup menggunakan jari telunjuk dan jari tengah

pada titik-titik akupresur, yang dilakukan berulang-ulang sekitar 5 – 7 kali, sambil pasien menyebutkan kalimat *exposure* (pernyataan yang berulang-ulang pula. Terdapat 12 titik meridian akupresur yang dapat di *tapping*, yaitu : alis mata bagian dalam, ujung kedua mata bagian lateral, di bawah kedua mata, di bawah hidung, di bawah bibir, tulang belikat bagian medial, di bawah lengan, dan bagian puncak kepala.<sup>6</sup>

Dalam penelitian ini, terhadap pasien NPB yang disertai dengan masalah kecemasan akan dinilai NPRS dan HAM-A, kemudian dilakukan EFT dengan metode afirmasi dan *tapping* pada titik-titik akupresur, yang diharapkan dapat mengurangi skala kecemasan yang pada gilirannya diharapkan berpengaruh pada penurunan intensitas nyeri pada pasien tersebut.

## METODE

Penelitian ini berjenis eksperimental dengan desain *pre-test, post-test* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh tambahan metode intervensi *Emotional Freedom Technique* (EFT) terhadap penurunan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pada pasien NPB. Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri diukur pada saat sebelum dan sesudah metode intervensi EFT dilakukan.

Penelitian ini dilakukan di RSUD Majene pada 28 September 2020 – 14 Oktober 2020. Sampel penelitian terdiri dari 12 sampel yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel penelitian ditentukan dengan cara *consecutive sampling* dimana semua subjek yang datang berobat ke Poli Saraf RSUD Majene dan memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subjek yang diperlukan terpenuhi. Sampel diambil dari populasi penelitian berdasarkan urutan masuknya ke Poli Saraf RSUD Majene (*consecutive sampling*) dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Data yang terkumpul diolah melalui analisa statistik menggunakan program *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versi 21. Analisis data untuk komparatif numerik berpasangan 2 kelompok adalah uji t-berpasangan, dan uji pearson.

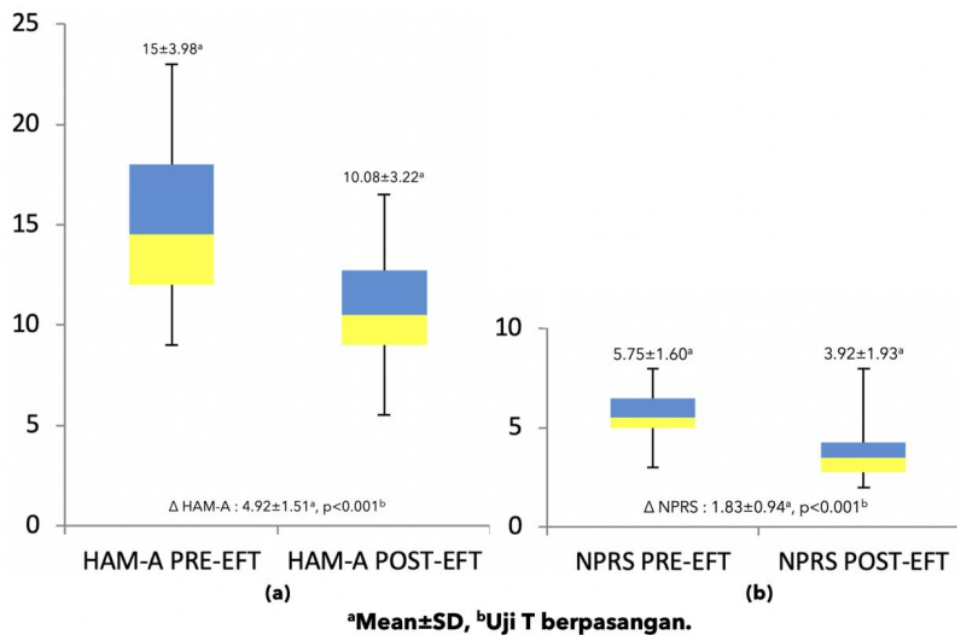
## HASIL

Penelitian ini dilakukan pada akhir bulan September hingga 14 Oktober 2020 dengan jumlah sampel sebanyak 12 pasien rawat jalan di poli saraf RSUD Majene, yang bersedia mengikuti penelitian dan termasuk sebagai kriteria inklusi. Peneliti mengambil data-data pribadi pasien, dan mengukur tingkat kecemasan dan intensitas nyeri dengan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HAM-A) dan *Numerical Pain Rating Scale* (NPRS), sebelum dan sesudah metode intervensi EFT.

**Tabel 1** – Karakteristik Subjek Penelitian

	N	%	
<b>Jenis Kelamin</b>			
Laki-laki	5	41,67	
Perempuan	7	58,33	
<b>Usia (tahun)</b>	44,25 ± 10,99*		
<b>SKOR</b>	<b>Pre-Intervensi EFT</b>	<b>Post-Intervensi EFT</b>	<b>P Value</b>
HAM-A	15±3,98	10,08±3,22	0,000
NPRS	5,75±1,60	3,92±1,93	0,000

Tabel 1 menunjukkan jumlah sampel yang dibagi berdasarkan jenis kelamin, serta usia. Nilai rata-rata skor HAM-A dan NPRS, pre dan post intervensi EFT serta standar deviasi dari HAM-A dan NPRS pre dan post intervensi terlampir pada tabel. Uji yang digunakan adalah T-Berpasangan dengan nilai p signifikan yaitu 0,000 ( $p < 0,001$ ).

**Grafik 1** – Mean dan standar deviasi dari skor HAM-A dan NPRS, pre dan post intervensi.

Grafik 1 menunjukkan skor HAM-A dan NPRS pre dan post intervensi EFT. Diperoleh perubahan rata-rata HAM-A pre dan post intervensi EFT : 4,92 ± 1,51 dengan nilai p signifikan

( $p < 0,001$ ), dan NPRS pre dan post intervensi EFT :  $1,83 \pm 0,94$  dengan nilai  $p$  signifikan ( $p < 0,001$ ).

**Tabel 2** – Korelasi Antara Skor NPRS dan Skor HAM-A dengan Uji Pearson.

		Selisih NPRS Pre-Post EFT	Selisih HAM-A Pre-Post EFT
Selisih NPRS	<i>Pearson Correlation</i>	1	.311
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		.324
	<i>N</i>	12	12
Selisih HAM-A	<i>Pearson Correlation</i>	.311	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.324	
	<i>N</i>	12	12

Tabel 2 menunjukkan korelasi antara skor NPRS dan HAM-A dengan menggunakan uji Pearson dengan interpretasi : kekuatan korelasi secara statistik ( $r : 0,311$ ) tergolong lemah, dengan arah korelasi positif dan tidak bermakna secara statistik ( $p : 0,324$ ).

## DISKUSI

Dari hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi EFT terhadap penurunan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pada pasien NPB. Hal ini dibuktikan pada grafik 1 dan 2 yang menunjukkan perbedaan skor NPRS dan HAM-A sebelum dan sesudah intervensi EFT, yang mengalami penurunan setelah intervensi EFT dilakukan.

Keluhan NPB yang disertai cemas, dialami lebih banyak pada sampel perempuan dibandingkan laki-laki (7:5), yang sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga (4 sampel). Sebanyak 2 sampel termasuk dalam kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) berlebih / obesitas, berdasarkan kriteria IMT Asia Pasifik, selebihnya IMT dalam batas normal. Diperoleh juga bahwa onset NPB yang terbanyak adalah akut – subakut (11 sampel).

Penelitian ini merupakan penelitian yang pertama dilakukan di RSUD Majene yang menunjukkan pengaruh intervensi EFT terhadap penurunan tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pada pasien NPB. Studi lanjutan dan mendalam di masa depan dapat dilakukan dengan menggunakan penelitian ini sebagai dasar / acuan.

## ETIKA PENELITIAN

Penelitian ini telah lolos kaji etik Komite Etik Penelitian RSPTN Universitas Hasanuddin Makassar melalui surat nomor 682/UN4.6.4.5.31/PP36/2020.

## PERNYATAAN PENULIS

Penulis dengan ini menyatakan bahwa studi ini merupakan karya asli penulis dan bukan hasil plagiarisme, serta tidak pernah dikirim / dipublikasikan ke penerbit lain, dan isi studi ini telah disetujui oleh penulis pembantu seperti yang tercantum pada artikel.

## PENGHARGAAN

Pertama-tama, penulis mengucapkan syukur alhamdulillah kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan berkah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis haturkan kepada para pasien yang telah bersedia menjadi sampel penelitian dan petugas kesehatan Poli Saraf RSUD Majene. Penulis tak lupa juga haturkan terima kasih kepada dr. Muhammad Iqbal Basri, M.Kes, Sp.S; dr. Muhammad Akbar, Ph.D, Sp.S(K), DFM; serta dr. Nurussyariah Hammado, M.AppSci, M.NeuroSci, Sp.N, FIPM yang telah bersedia meluangkan waktu sebagai pembimbing dan telah memberikan masukan perihal penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Harris S, Wiratman W, & Zairinal R.A. Nyeri Punggung Bawah. *Buku Ajar Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*. Buku II. Jakarta: Penerbit Kedokteran Indonesia; 2017. P : 622-3.
2. Karcioglu O, Topacoglu H, Dikme O, et al. *A Systematic Review of the Pain Scores in Adults : Which to Use?*. National Center for Biotechnology Information. 2018 Jan 6; 36(4): 707-14.
3. Jensen MP. *Measuring Pain Intensity. Hypnosis for Chronic Pain Management : Self-Report Measures Assesing Pain, Pain and Clinical Success*. 1<sup>st</sup> ed. Oxford: Oxford University Press; 2011. P : 232-3.
4. Sadock BJ, Sadock VA, Ruis P. *Comprehensive Textbook of Psychiatry*. 10<sup>th</sup> ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2017.
5. Clond M. *Emotional Freedom Techniques for Anxiety; a Systematic Review With Meta-analysis*. National Center for Biotechnology Information. 2016 May;204(5): 388-95.
6. Flint GA, Lammers W, Mitnick DG. *Emotional Freedom Techniques: A Save Treatment Intervention for Many Trauma Based Issues*. Journal of Aggression Maltreatment and Trauma. 2006 May: 1-27.

# THE DECREASE OF ANXIETY LEVEL AND PAIN INTENSITY WITH EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT) INTERVENTION IN PATIENTS WITH LOW BACK PAIN

## ORIGINALITY REPORT

**23%**  
SIMILARITY INDEX

**21%**  
INTERNET SOURCES

**11%**  
PUBLICATIONS

**9%**  
STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

**1** [es.scribd.com](https://es.scribd.com) Internet Source **2%**

**2** Submitted to Skyline High School Student Paper **1%**

**3** [repository.uinjkt.ac.id](https://repository.uinjkt.ac.id) Internet Source **1%**

**4** [ijconline.id](https://ijconline.id) Internet Source **1%**

**5** [pt.scribd.com](https://pt.scribd.com) Internet Source **1%**

**6** [artoflife.net](https://artoflife.net) Internet Source **1%**

**7** [docplayer.info](https://docplayer.info) Internet Source **1%**

**8** [repo.stikesperintis.ac.id](https://repo.stikesperintis.ac.id) Internet Source **1%**

[eprints.whiterose.ac.uk](https://eprints.whiterose.ac.uk)

9

Internet Source

1 %

10

Yudistira Wardana, Jalalin Jalalin, Eka Febri Zullisetiana. "Pengaruh short wave diathermy (SWD) dan transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) terhadap kejadian kinesiofobia dan pain catastrophizing pada pasien low back pain", Jurnal Kedokteran dan Kesehatan : Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 2018

Publication

1 %

11

[ecampus-fip.umj.ac.id](http://ecampus-fip.umj.ac.id)

Internet Source

1 %

12

[med.unhas.ac.id](http://med.unhas.ac.id)

Internet Source

1 %

13

Submitted to Queen's University of Belfast

Student Paper

1 %

14

[garuda.ristekbrin.go.id](http://garuda.ristekbrin.go.id)

Internet Source

1 %

15

[repositori.usu.ac.id](http://repositori.usu.ac.id)

Internet Source

1 %

16

[www.alomedika.com](http://www.alomedika.com)

Internet Source

1 %

17

Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta

Student Paper

1 %

18	<a href="http://knb-klopfen.de">knb-klopfen.de</a> Internet Source	1 %
19	<a href="http://academyofancientreflexology.com">academyofancientreflexology.com</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://repository.unpas.ac.id">repository.unpas.ac.id</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://samoke2012.wordpress.com">samoke2012.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
22	<a href="http://stikesyahoedsmg.ac.id">stikesyahoedsmg.ac.id</a> Internet Source	<1 %
23	Reza Yogaswara, Rudy Hidayat, Muhadi Muhadi, Ikhwan Rinaldi. "Korelasi antara Faktor Reumatoid dan Vascular Cell Adhesion Molecule-1 pada Pasien Artritis Reumatoid Tanpa Sindroma Metabolik", Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, 2018 Publication	<1 %
24	<a href="http://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="http://www.jurnalsinaps.com">www.jurnalsinaps.com</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	<1 %

- |    |   |      |
|----|---|------|
| 28 | Besse Nirmala, Haerul Annuar. "Home Visit: Strategi PAUD dari Rumah bagi Guru di Daerah 3T pada Masa Pandemi Covid-19", Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2020<br>Publication | <1 % |
| 29 | Keira L. Barr, Carol Ann Soutor, Jessica Maria May Franklin. "Chapter 8 Mind–Body Therapies", Springer Science and Business Media LLC, 2021<br>Publication                                    | <1 % |
| 30 | <a href="http://bmcpalliatcare.biomedcentral.com">bmcpalliatcare.biomedcentral.com</a><br>Internet Source   | <1 % |
| 31 | <a href="http://id.wikihow.com">id.wikihow.com</a><br>Internet Source   | <1 % |
| 32 | <a href="http://jik.fk.unri.ac.id">jik.fk.unri.ac.id</a><br>Internet Source   | <1 % |
| 33 | <a href="http://koperasiwanitasetiarahayungawi.blogspot.com">koperasiwanitasetiarahayungawi.blogspot.com</a><br>Internet Source   | <1 % |
| 34 | <a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a><br>Internet Source   | <1 % |
| 35 | Ni Luh Putu Ekarini, Paula Krisanty, Suratun Suratun. "Pengaruh Relaksasi Autogenik terhadap Tingkat Kecemasan dan Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Riwayat Hipertensi", JKEP, 2018        | <1 % |

36

[jurnal.untan.ac.id](http://jurnal.untan.ac.id)

Internet Source

<1 %

---

37

[lib.unnes.ac.id](http://lib.unnes.ac.id)

Internet Source

<1 %

---

---

Exclude quotes      On

Exclude matches      < 5 words

Exclude bibliography      On