

**STUDI KEPUSTAKAAN MENGENAI LANDASAN TEORI DAN PRAKTIK
KONSELING *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE***

**LIBRARY RESEARCH OF THE BASIC THEORY AND PRACTICE OF EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE COUNSELING**

Tika Ayu Wandira

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : tikaayuwandira206@gmail.com

Dr. Budi Purwoko, S.Pd., MPd

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengelaborasi landasan teori dan praktik konseling *Emotional Freedom Technique* sebagai alternatif pendekatan konseling. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kepustakaan. Metode pengumpulan data yang digunakan yakni metode dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi. Untuk menjaga ketepatan pengkajian dan mencegah kesalahan informasi dalam analisis data maka dilakukan pengecekan antar pustaka dan membaca ulang pustaka serta memperhatikan komentar pembimbing.

Penelitian ini menghasilkan elaborasi landasan teori dan praktik konseling *Emotional Freedom Technique* secara utuh meliputi, : 1) Latar belakang berkembangnya konseling *Emotional Freedom Technique*, 2) konsep utama konseling *Emotional Freedom Technique*, 3) tujuan dari konseling *Emotional Freedom Technique*, 4) fungsi dan peran konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, 5) pengalaman konseli dalam proses konseling *Emotional Freedom Technique*, 6) hubungan antara konselor dan konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, 7) teknik dan prosedur konseling *Emotional Freedom Technique*, dan 8) hasil penelitian penerapan konseling *Emotional Freedom Technique*, dan 9) proses konseling *Emotional Freedom Technique* dalam menangani kasus.

Kata Kunci: Studi Kepustakaan, *Emotional Freedom Technique*.

Abstract

This research conduct aims to elaborate the basic theory and practice of Emotional Freedom Technique. The method of this research was using library research. Data collection technique used in this research was documentation. Data analysis technique used in this research was content analysis. To maintained the conservation of the assessment process and checked between literatures and re-read the literatures had been considering the advisor's comment.

This reseacrh produces elaboration basic theory and practice of Emotional Freedom Technique counseling as alternative approach to counseling, which includes, : 1) the developing background of Emotional Freedom Technique counseling, 2) key concept of Emotional Freedom Technique counseling, 3) therapeutic goals of Emotional Freedom Technique counseling, 4) counselor's function and role in Emotional Freedom Technique counseling, 5) client's experience in Emotional Freedom Technique counseling, 6) relationship between counselor and client in Emotional Freedom Technique counseling, 7) counseling techniques and procedures of Emotional Freedom Technique counseling, 8) experiment research's result of Emotional Freedom Technique counseling, and 9) Emotional Freedom Technique counseling process in Case.

Keyword: Library Research, *Emotional Freedom Technique*.

PENDAHULUAN

Manusia merupakan individu kompleks yang memiliki dinamika interaksi psikis dengan lingkungan, keluarga dan teman. Ketika berinteraksi tidak jarang manusia menghadapi permasalahan, mulai dari permasalahan yang sederhana sampai dengan permasalahan yang kompleks. Permasalahan-permasalahan tersebut muncul karena kebutuhan yang tidak terpenuhi. Permasalahan tersebut menuntut untuk segera diselesaikan agar tidak menjadi beban dalam diri individu dan kehidupannya, tidak terkecuali juga dengan peserta didik. Permasalahan bagi peserta didik timbul baik dari intern maupun ekstern yang keduanya sangat mengganggu proses belajar atau pembelajaran peserta didik.

Fenomena yang terjadi dalam dunia pendidikan terutama kenakalan peserta didik tersebut mendorong pentingnya guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah. ABKIN (2008) menyatakan bahwa peran konselor di sekolah menengah memiliki perbedaan dengan guru mata pelajaran dalam rangka proses mendidik dan menumbuhkan aktualisasi diri siswa. Kompetensi akademik merupakan landasan bagi pengembangan kompetensi profesional yang meliputi : 1) memahami secara mendalam tentang konseli yang dilayanani, 2) menguasai landasan dan kerangka teoritis bimbingan dan konseling, 3) menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan konseli dan 4) mengembangkan pribadi dan profesionalitas konselor secara berkelanjutan (Hartono & Soedarmadji (2012)).

Konseling sebagai bentuk intervensi merupakan bantuan profesional konselor untuk mempengaruhi konseli agar ia dapat mengubah perilakunya ke arah lebih maju (progressive) dalam Hartono & Soedarmadji (2012). Thompson dalam Nursalim (2013), menyatakan bahwa saat ini telah ada lebih dari 300 strategi konseling dari berbagai orientasi strategis. Keragaman konseling berasal dari sudut pandang, prespektif pendekatan, dan orientasi teoritis dari berbagai ahli yang membuat definisi itu. Namun, secara umum semua definisi memiliki tujuan umum yang sama, yakni kesejahteraan individu. Perbedaan dapat terletak pada fokus atau sasaran intervensi dan cara konseling itu dilaksanakan.

Konselor yang profesional mampu menguasai landasan dan kerangka teoritis Bimbingan dan Konseling. Hal tersebut untuk menunjang kinerja seorang konselor dalam melakukan layanan seperti konseling. Perkembangan teori konseling saat ini mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal ini tampak pada hasil-hasil penelitian yang dipublikasikan pada jurnal-jurnal penelitian baik skala nasional maupun internasional. Penelitian yang dipublikasikan di jurnal-jurnal ilmiah pada dasarnya merupakan usaha menjawab permasalahan-

permasalahan yang terjadi pada dunia konseling. Komplektisitas permasalahan saat ini sebagai wahana pelayanan konseling dan menjadi lahan yang baik bagi perkembangan teori konseling. Salah satu teori yang berkembang baru-baru ini adalah *Emotional Freedom Technique* yang dicetuskan oleh Gary Craig.

Perkembangan teori yang pesat tidak lantas membuat teori tersebut akan langsung ada dalam silabus perkuliahan. Kurikulum terdiri atas mata kuliah-mata kuliah yang ditetapkan secara nasional, insitusal, fakultas, dan program studi. Salah satu mata kuliah yang dipelajari oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling adalah Teori Konseling sebagai upaya perwujudan kompetensi konselor di bidang akademik, karena teori telah menjadi pondasi utama dalam penyelenggaraan proses konseling. Seorang calon konselor akan dipersiapkan oleh perguruan tinggi jurusan Bimbingan dan Konseling, tentunya mengacu pada kurikulum yang berlaku.

Teori-teori yang dipelajari dalam Unesa, UNY dan UPI menunjukkan dipelajarinya mengenai teori konseling *Emotional Freedom Technique* (EFT) dalam beberapa universitas tersebut. Hal ini salah satu hal yang mendorong dilakukannya studi kepustakaan mengenai konseling *Emotional Freedom Technique* (EFT).

Terapi *Emotional Freedom Technique* efektif untuk meningkatkan kesehatan dan mengobati penyakit fisik menurut Iskandar (2010). Pernyataan serupa juga dijabarkan oleh pencetus *Emotional Freedom Technique* Gary Craig (tanpa tahun) dalam bukunya "EFT manual", *Emotional Freedom Technique* dapat digunakan untuk mengatasi masalah kecanduan, diet, kecemasan, trauma, depresi, ketakutan, fobia, pernafasan, alergi dan masalah lain yang berkaitan dengan emosi. Beberapa penelitian yang pernah dilakukan menunjukkan bahwa teknik ini cukup efektif pada beberapa masalah psikologis. Penelitian dari Liandi Wijaya Dan Nini Sri Wahyuni menunjukkan adanya pengaruh *Emotional Freedom Technique* dalam mengurangi perilaku merokok remaja di sekolah swasta Wiyata Dharma Medan Sumatera Utara.

Ketersediaan buku bacaan juga menjadi salah satu kendala dalam mempelajari teori ini, buku yang membahas *Emotional Freedom Technique* tidak terdapat di ruang baca jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya. Adapun buku atau referensi untuk *Emotional Freedom Technique* masih berupa *EBook* yang tersedia *on line* dan masih berupa Bahasa asing atau masih sedikit buku yang menjabarkan *Emotional Freedom Technique* dalam Bahasa Indonesia.

Faktor referensi atau buku menjadi hal utama yang menghambat dalam mengenal teori *Emotional Freedom Technique* oleh karena itu dalam penelitian ini akan mengkaji beberapa pustaka untuk menyusun landasan

teori konseling *Emotional Freedom Technique*. Penyusunan landasan teori konseling ini sesuai dengan komponen-komponen yang ada dalam landasan teori dan praktik konseling. Kajian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa Bimbingan dan Konseling untuk dapat mengenal dan belajar mengenai teori *Emotional Freedom Technique*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyusun dan mendeskripsikan kajian mengenai: 1) Latar belakang perkembangan konseling *Emotional Freedom Technique*, 2) konsep utama konseling *Emotional Freedom Technique*, 3) tujuan konseling *Emotional Freedom Technique*, 4) fungsi dan peran konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, 5) pengalaman konseli dalam proses konseling *Emotional Freedom Technique*, 6) hubungan antara konselor dan konseling dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, 7) teknik dan prosedur konseling *Emotional Freedom Technique*, 8) hasil penelitian mengenai penerapan konseling *Emotional Freedom Technique*, dan 9) proses konseling *Emotional Freedom Technique* dalam penanganan kasus.

METODE

Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kepustakaan. Studi kepustakaan sebagai teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan menurut Nazir (2003). Riset pustaka, penelusuran pustaka lebih daripada sekedar melayani fungsi-fungsi yang disebutkan untuk memperoleh data penelitiannya. Tegasnya riset pustaka membatasi kegiatannya hanya pada bahan-bahan koleksi perpustakaan saja tanpa memerlukan riset lapangan dalam Zed (2008).

Ciri utama studi kepustakaan menurut Zed (2008) meliputi:

1. Peneliti berhadapan langsung dengan teks atau data angka dan bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan atau saksi mata berupa kejadian, orang, atau benda-benda lainnya.
2. Data pustaka bersifat siap pakai artinya peneliti tidak pergi kemana-mana kecuali berhadapan langsung dengan bahan sumber yang sudah tersedia di perpustakaan.
3. Data pustaka umumnya adalah sumber sekunder, artinya peneliti memperoleh bahan dari tangan kedua dan bukan data orisinal dari tangan pertama di lapangan.

4. Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh ruang dan waktu.

Prosedur Penelitian

Adapun langkah-langkah penelitian kepustakaan menurut Zed (2008) yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Memiliki ide umum mengenai topik penelitian.
2. Mencari informasi yang mendukung topik.
3. Pertegas fokus penelitian.
4. Mencari dan menemukan bahan bacaan yang diperlukan dan mengklasifikasi bahan bacaan.
5. Membaca dan membuat catatan penelitian.
6. Mereview dan memperkaya lagi bahan bacaan.
7. Mengklasifikasi lagi bahan bacaan dan mulai menulis.

Sumber Data

Sumber data pengumpulan sumber data berupa buku, jurnal, situs internet yang terkait dengan topik yang telah dipilih. Sumber data terdiri dari 16 buku dan 12 jurnal tentang konseling *Emotional Freedom Technique*.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dokumentasi, yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel, jurnal, dan sebagainya (Arikunto, 2010).

Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah daftar *check-list* klasifikasi bahan penelitian, skema/peta penulisan, dan format catatan penelitian.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis isi (content analysis). Analisis ini digunakan untuk mendapatkan inferensi yang valid dan dapat diteliti ulang berdasarkan konteksnya (Krippendorff, 1993). Dalam analisis ini, akan dilakukan proses memilih, membandingkan, menggabungkan, memilah berbagai pengertian, hingga ditemukan yang relevan (Sabarguna, 2005).

Untuk menjaga keakuratan proses pengkajian dan mencegah serta mengatasi mis-informasi (kesalahan pengertian manusiawi yang bisa terjadi karena kekurangan penulis pustaka) maka dilakukan pengecekan antar pustaka dan membaca ulang pustaka serta memperhatikan komentar pembimbing (Sutanto, 2005).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Gary Craig adalah tokoh pencetus *Emotional Freedom Technique* pada tahun 1997 yang mengadaptasi dari terapi akupuntur dan telah menguji dengan memberikan terapi kepada veteran Vietnam yang menderita PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*).
2. *Emotional Freedom Technique* adalah terapi yang beranggapan bahwa ketidakseimbangan energi meridian tubuh memberikan efek pada psikologi individu dan menyebabkan emosi negative.
3. Tujuan dari *Emotional Freedom Technique* adalah menyeimbangkan sistem energi meridian tubuh yang tersumbat sehingga mengalir dengan lancar dan emosi yang dihasilkan lebih positive.
4. Konselor atau terapis memiliki peran dalam menciptakan lingkungan konseling yang aman dan nyaman bagi klien. Selain itu konselor atau terapis akan menangkap aspek-aspek emosi yang mengganggu klien.
5. Klien dalam konseling *Emotional Freedom Technique* untuk berfokus pada masalah dengan mengingat, mengucapkan, menghadirkan dan memvisualisasikan.
6. Konselor atau terapis harus memastikan konseli atau klien dalam kondisi seimbang atau tenang sebelum intervensi diberikan. Konselor menciptakan hubungan terapeutik dimana klien merasa percaya dan aman.
7. Dalam prosedur konseling *Emotional Freedom Technique* ada 2 urutan tapping yaitu dengan urutan panjang dan pendek. Perbedaannya hanya pada 9 gamut prosedur. Prosedur tersebut terdiri dari tahap mengukur masalah atau SUDs, *Set Up* dan Afirmasi, Tapping, Mengevaluasi kembali atau mengukur masalah atau SUDs, dan 9 gamut prosedur.
8. Hasil penelitian penerapan konseling *Emotional Freedom Technique* menunjukkan bahwa konseling *Emotional Freedom Technique* mampu mengurangi kecemasan, ketakutan dan trauma.
9. Proses konseling *Emotional Freedom Technique* dalam penyelesaian kasus dengan mencari aspek-aspek yang mempengaruhi emosi klien kemudian dilanjutkan dengan mentapping.

Pembahasan

Landasan teori dan praktik konseling *Emotional Freedom Technique* tersusun dalam hasil kajian diatas yang merujuk pada komponen-komponen landasan teori dan praktik konseling dari Corey, yang meliputi : 1) Latarbelakang dan perkembangan teori *Emotional Freedom Technique*, 2) Konsep utama dari *Emotional Freedom Technique*, 3) Tujuan konseling *Emotional Freedom Technique*, 4) Fungsi dan peran konselor *Emotional Freedom technique*, 5) Pengalaman konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, 6)

Hubungan konselor dan konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, 7) Prosedur *Emotional Freedom Technique*, 8) Penelitian dari penerapan *Emotional Freedom Technique* dan 9) Proses konseling *Emotional Freedom Technique*, mengacu pada komponen-komponen landasan teori dan praktik konseling dalam Flanagan & Flanagan (2004), Fall dkk (2004), dan Corey (2008), serta masukan dari dosen pembimbing.

Proses mengkaji kepustakaan tentang konseling *Emotional Freedom Technique* ini menemui beberapa kendala. Sumber kajian yang dimiliki peneliti tidak menjawab beberapa fokus penelitian secara mendalam. Sumber kajian landasan teori konseling lain dijelaskan setiap bagian atau sub bab, namun dalam sumber kajian *Emotional Freedom Technique* ini tidak didapati sub bab yang dibutuhkan dalam fokus penelitian. Sumber kajian dari sebagian besar menjelaskan latarbelakang, pengertian *Emotional Freedom Technique* dan prosedur *Emotional Freedom Technique*, untuk tujuan, hubungan konselor konseli, fungsi dan peran konselor, pengalaman yang dirasakan konseli peneliti mengambil yang dirasa kutipan tersebut mewakili fokus kajian.

Hasil dari studi yang dilakukan peneliti tentang teori dan praktik konseling *Emotional Freedom Technique* kurang komprehensif seperti halnya cakupan teori konseling terapeutik lainnya yang menjelaskan secara mendetail dan mendalam setiap fokus kajian. Berikut adalah fokus kajian yang tidak terjawab dalam studi kepustakaan yang dilakukan peneliti. Konsep utama, dalam konsep utama peneliti belum menemukan pandangan *Emotional Freedom Technique* tentang masalah dan sifat dasar manusia, Tujuan konseling *Emotional Freedom Technique*, peran dan fungsi konselor dalam *Emotional Freedom Technique*, pengalaman konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique* serta hubungan anatar konselor dan konseli dalam *Emotional Freedom Technique*.

Proses dalam menyusun kajian mengenai komponen latar belakang perkembangan konseling *Emotional Freedom Technique* yang memuat konten mengenai biografi tokoh dan sejarah perkembangannya, kata kunci yang terkandung adalah tokoh *Emotional Freedom Technique*, Biografi Gary Craig, Akupuntur dan akupresuer, energi meridian, energi psikologi, *Thought Field Therapy* dan tercetusnya *Emotional Freedom Technique*. Sumber pustaka yang digunakan untuk menyusun kajian tersebut yaitu Dawson & Allenby, 2010; Iskandar, 2010; Zainuddin, 2009; Craig, (tanpa tahun); Fone, 2008; Prameswari & Ariyani, 2015; Liesen, 2015.

Kajian mengenai konsep utama konseling *Emotional Freedom Technique* yaitu terdiri pandangan sifat dasar manusia menurut *Emotional Freedom*

Technique dan konsep dasar konseling *Emotional Freedom Technique*, mengandung kata kunci mengenai pembebasan emosi, energy tubuh atau energy meridian dalam tubuh yang menggunakan sumber pustaka dari Mounteratelli, 2012; Iskandar,2010; Zainuddin,2009; Fone,2008; Dawson & Allenby, 2010; Craig(tanpa tahun), Mountrose & Mountrose, 2005; Chruch dkk, 2016; Prameswari & Ariyani, 2015; Clark, 2007; Hudson & Oklahoma, 2013; Hafter dkk, 2010; Prameswari & Ariyani, 2015; Liesen, 2015; Nelms & castel, 2015; Alamsyah, 2010; Rajin dkk, 2015; Dharmodjono, 2001.

Kajian mengenai tujuan konseling *Emotional Freedom Technique*, kata kunci yang terkandung adalah terbebasnya aliran energy meridian dalam tubuh manusia, menggunakan sumber pustaka yaitu Oktavia,2010; Iskandar, 2010; Chruch & Brooks, 2013; Prameswari & Ariyani, 2015; Clark, 2007; Wijaya & Wahyuni, (tanpa tahun). Fokus kajian tentang tujuan dari sumber yang diperoleh dirasa peneliti kurang mendetail atau kurang mendalam.

Dalam menyusun kajian mengenai komponen fungsi dan peran konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, kata kunci yang terkandung adalah tugas dan peran konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, membimbing atau mengarahkan klien. Sumber pustakan yang digunakan untuk menyusun kajian tersebut yaitu Hartman, 2003; Iskandar, 2010; Fone, 2008; Mountrose & Mountrose, 2005; Clark, 2007. Dalam landasan konseling lainnya dijelaskan tersendiri secara terperinci tentang fungsi dan peran konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, namun peneliti tidak menemukan fungsi konselor adapun peran konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique* ini dikutip dari sumber kajian yang dirasa mewakili peran seorang konselor dalam konseling *Emotional Freedom Technique*.

Kajian mengenai komponen pengalaman konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, yang terkandung dalam pengalaman konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique* meliputi fokus pada masalah dan pembebasan emosi, yang terdapat pada sumber pustaka yaitu Hartman,2003; Zainuddin, 2009; Iskandar, 2010; Mountrose & Mountrose, 2005. Dalam sumber kajian tidak dijelaskan secara eksplisit mengenai pengalaman konseli, peneliti mengambil dari kutipan buku-buku yang dianggap menggambarkan pengalaman yang dirasakan konseli setelah konseling *Emotional Freedom Technique*.

Kajian mengenai hubungan konselor dan konseli dalam konseling *Emotional Freedom Technique*, mengandung kata kunci hubungan yang terjadi selama proses konseling *Emotional Freedom Technique*. Kata

kunci hubungan yang terjadi antara konselor dan konseli adalah keadaan stabil konseli sebelum diberikan intervensi menggunakan sumber kajian pustaka yaitu Hartman, 2003 dan Liesen, 2015.

Sedangkan dalam menyusun kajian mengenai konponen teknik dan prosedur konseling *Emotional Freedom Technique*, kata kunci yang terkandung adalah Identifikasi masalah dan pengukuran masalah, Set Up, Afirmasi, Tapping, Evaluasi atau pengukuran kembali masalah dan 9 prosedur gamut, sumber kajian yaitu Craig, (tanpa tahun), Chruch, 2012; Fone, 2008; Mountrose & Mountrose; Iskandar, 2010; Zainuddin, 2009; Oktavia, 2009; Feinsten dkk, 2015.

Kajian mengenai hasil penelitian penerapan konseling *Emotional Freedom Technique* mengandung kata kunci latar belakang, metode dan hasil penelitian yang menggunakan sumber pustaka, Boath, 2012; Steward & Carryer, 2012; Rahmi, 2012; Prameswari & Ariyani, 2015.

Dalam kajian mengenai proses konseling *Emotional Freedom Technique* dalam penyelesaian kasus, kata kunci yang terkandung adalah penyelesaian kasus dalam konseling *Emotional Freedom Technique* meliputi deskripsi masalah dan penyelsaian tidak terdapat dalam sumber pustaka.

Saran

1. Untuk peneliti studi kepustakaan selanjutnya
 - a. Menjaga ketekunan dan kesabaran dalam mencari dan menemukan sumber pustaka yang sesuai.
 - b. Memiliki kecakapan dalam pemilihan kata yang sesuai agar hasil kajian mudah dipahami oleh pembaca.
 - c. Memiliki kesabaran dan ketelatenan dalam menyusun hasil kajian secara sistematis dan teratur.
 - d. Rajin dalam membuat catatan-catatan penelitian agar memudahkan proses kajian.
2. Untuk penelitian selanjutnya
 - a. Hasil penelitian ini hanya berupa kajian mengenai konseling *Emotional Freedom Technique*, sehingga dapat dilakukan penelitian yang membandingkan kajian antara konseling *Emotional Freedom Technique*, dengan kajian pendekatan konseling lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

ABKIN.2008. *Rambu-rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan*. Bandung : ABKIN

- Admin UNY. 2012. *Kurikulum Prodi Bimbingan dan Konseling*, (online), (<http://bk.fip.uny.ac.id/kurikulum-prodi-bimbingan-dan-konseling>, diakses 26 November 2016).
- Alamsyah, Isa. 2010. *Cara Lebih Mudah Menentukan Titik Terapi Acupoint Petunjuk Akupuntur*. Depok : Asmadina Publishing House.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Boath, E. dkk.2012. *Tapping for PEAS : Emotional Freedom Technique (EFT) in reducing presentasion expression anxiety syndrome (PEAS) in University students. Vol 1 (2) April 2012*. Tersedia : <http://journals.staffs.ac.uk/index.php/ipihe/article/download/19/41> (19 November 2016)
- Church, Dawson dkk. 2016. *EFT (emotional freedom technique) and resiliency in veterans at risk for PTSD* vol. 12 no. 5 pages 355-365. Tersedia : <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1550830716300799> (17 november 2016)
- Church, Dawson dkk.2012. *Brief group intervention using emotional freedom technique for depression in College students* . tersedia : http://emofree.ch/wp-content/uploads/2016/02/group_treatment_depress_ioneft-ch.pdf?x48901 (30 November 2016)
- Church, Dawson. 2012. *The EFT mini manual*. Fulton : Energy Psychology Press
- Clark, Richard. 2007. *Emotional Freedom Technique and Body Energy Healing*. www.richardwclark.com
- Corey, Gerald. 2013. *Theory and practice of counseling and psychotherapy (9th Edition)*. Canada: Brooks/Cole.
- Craig, Gary.(tanpa tahun). *The EFT manual*. www.emofree.com
- Dawson, Karl & Allenby, Sasha.2010. *Matrix Reimprinting using EFT*. Vancouver : Hay house.
- Dharmodjono. 2001. *Menghayati Teori dan Praktik Akupuntur Moksibusi Jilid 1*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Edward, S Neukrug. 2011. *Counseling Theory and Practice*.
- Fall, Kevin et al. *Theoretical Models of Counseling and Psychotherapy*.New York: Brunner-Routledge.
- Feinsten, dkk. 2012. *The Promise of energy psychology*. New York : Penguin Group.
- Flanagan, John Sommers and Flanagan, Rita Sommers. 2004. *Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice: Skills, Strategies, and Techniques (1st Edition)*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Fone, Helena. 2008. *Emotional Freedom Technique for Dummies*. Shouthern Gate : John willey & sons, Ltd.
- Hafter, dkk. 2010. *The EFT Free Manual*. www.EFTfree.com
- Hartman, Silvia. 2003. *The Advance Patterns of EFT*. Eastbourne : Dragon Rising.
- Hartman, Silvia. 2010. *Easy EFT*. Eastbourne : Dragon Rising.
- Hartono dan Soedarmadji, Boy.2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Hudson, Rachel & Oklahoma. 2013. *A study of mechanisms and longevity effects of emotional freedom technique*. Tersedia : http://media.proquest.com/media/pq/classic/doc/3177028801/fmt/prv/rep/NPDF?_a=ChgyMDE3M DUwMzE2MTUxMjE2OTo4MDc1NDQqBTE4N zUwMgoxNDc2MjA OMTQ5OhFPcGVudmlld1B hZ2VJbWFnZUIBMFIgT25saW5lWgJGVGIDU FjXagoyMDEzLzA xLzA xcgoyMDEzLzEyLzMX egCCAR1QLTEwMDY1MjMtbN VsbC1udWxsL W51bGwtbnVsbJIBBk9ubGluZd1BFkRpc3NlcnR hdGlvbnMgJiBUaGVzZXOqAiZPUzpfTVMtV W5BdXRoRG9jVmlldy1nZXRQcmV2aWV3UG RmTGlua8ICA1BEygiTRGlzc2VydGF0aW9uL1 RoZXNpc9ICA VnyAgA%3D&_s=cWtONpqHC 1mOpAkd0AqrvtfnNpE%3D (18 November 2016)
- Iskandar, Edi.2010. *The Miracle Of Touch*. Bandung : PT. Mizan Pustaka

- Krippendoff, Klaus. 1993. *Analisis Isi: Pengantar Teori dan Metodologi*. Jakarta: Citra Niaga Rajawali Press.
- Leisen, E. M. 2015. *Tapping with adolescents in a school setting*. Tersedia : <https://www.winona.edu/counseloreducation/Media/Emotional%20Freedom%20Techniques.pdf> (20 November 2016)
- McLeod, John. 2003. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Terjemahan A.K. Anwar. Jakarta: Kencana.
- Mountrose, Philip & Mountrose, Jane. 2005. *Heart and Soul of EFT and Beyond*. Arroyo Grande : Holistic communications.
- Nazir, M. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Nelms, A.J. & Castel, Liana. 2015. *A systematic review and meta-analisis of randomized and nonrandomized trials of clinical emotional freedom techniques (EFT) for the treatment of depression*. Tersedia : www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1550830716301069 (22 November 2016)
- Nursalim, Mochamad. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta Barat : Akademia Permata
- Oktavia, Nur Hidayati. 2009. "Pengaruh Emotional Freedom Technique (EFT) terhadap Peningkatan Diri Narapidana Perempuan di Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Bogor". Tesis di terbitkan, (online) : Jakarta : Universitas Indonesia
- Prameswari, Ayu & Ariyani, Hana. 2015. *Emotional freedom technique (EFT) terapi alternative untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang akan menjalani percutaneous coronary therapy (PCI)*. Tersedia : <http://lppm.unsil.ac.id/2016/03/21/emotional-freedom-technique-eft-terapi-alternatif-untuk-mengurangi-kecemasan-pada-pasien-yang-akan-menjalani-percutaneous-coronary-therapy-pci/> (29 November 2016)
- Rajin, M. dkk. 2015. *Panduan Babon Akupuntur*. Yogyakarta : Penerbit Indotoleransi.
- Sabarguna, Boy Subirosa. 2005. *Analisis Data pada Penelitian Kualitatif*. Jakarta: UI Press.
- Staff UNY. 2011. Silabi TTK, (Online), (http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/Silabi%20TTK-pdf_0.pdf, diakses 26 November 2016).
- Stapleton, Peta dkk. 2014. *A feasibility study : emotional freedom technique for depression in Australian adults*. Tersedia : <http://thescipub.com/PDF/crpsp.2014.19.33.pdf> (22 November 2016)
- Sulistyarini dan Jauhar, Mohammad. 2014. *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Sutanto, Limas. 2005. "Teori Konseling dan Psikoterapi Perdamaian". Tesis tidak diterbitkan. Malang: UNM.
- Unesa. 2015. *Buku Pedoman Universitas Negeri Surabaya Fakultas Ilmu Pendidikan*. Surabaya: Unesa.
- UPI. Tanpa Tahun. *Teori Konseling Individual*, (Online), (http://silabus.upi.edu/Direktori/FIP/Bimbingan_dan_Konseling/Teori%20Konseling%20Individual.pdf, diakses 26 November 2016)
- Wijaya, Liandi. (tanpa tahun). Pengaruh terapi *emotional freedom techniques* (EFT) dalam mengurangi perilaku merokok remaja di Sekolah swasta Wiyata Dharma. Tersedia : http://www.academia.edu/20862378/PENGARUH_TERAPI_EMOTIONAL_FREEDOM_TECHNIQUES_EFT_DALAM_MENGURANGI_PERILAKU_MEROKOK_REMAJA. (22 november 2016)
- Zainuddin, A. F. 2008. *Spiritual Emotional Freedom Technique*. Jakarta Timur : Afgan Publising.
- Zed, Mestika. 2004. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia: Jakarta.