

**IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KESEHATAN MENGENAI
TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN
KELUARGA DALAM MERAWAT ANGGOTA
KELUARGA YANG MENGALAMI
HIPERTENSI DI PUSKESMAS
CIKONENG**

KARYA TULIS ILMIAH



**Disusun Oleh :
FAUZAN JULIANA MIFTAH
NIM. P2.06.20.12.3067**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA**

2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya. Sholawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “implementasi pendidikan kesehatan mengenai terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (seft) untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi di puskesmas cikoneng”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk menyelesaikan Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya. Penulis menyadari dalam penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan berbagai pihak. Maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep. Ns., Sp.Kep. Jiwa selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti S.kep. Ners, M.Kep selaku Ketua Program Studi D- III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Seluruh Staf Dosen Program Studi D-III Keperawatan Tasikmalaya yang telah memberi dukungan selama penulis mengikuti pendidikan.
5. Bapak Yanyan Bahtiar, S.Kp., M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Ibu Kusmiyati, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Bapak Heri Djamiatul Maulana, M.Kes selaku penguji terimakasih atas waktu, kritik, saran dan nasihatnya yang sangat berguna bagi saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Kedua orang tua yang telah mendidik dan selalu memberikan dukungan dan do'a kepada penulis. Terimakasih selalu ada dan berusaha menjadikan penulis sebagai manusia yang berguna.
9. Keluarga besar yang mendukung dan mendo'akan kelancaran penulis dalam penelitian
10. Kepada seseorang yang selalu ingin melihat dan *support* proses penulis untuk lebih baik lagi, Aulia Arifatul Khoeriyah terimakasih.
11. Teman angkatan 31 mahasiswa keperawatan poltekkes kemenkes tasikmalaya yang selalu bersama sama dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
12. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang membantu penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
13. Terakhir saya ucapkan terimakasih kepada saya sendiri, terimakasih selalu berusaha dalam menghadapi masalah

ABSTRAK

Implementasi Pendidikan Kesehatan Mengenai Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Merawat Anggota Keluarga yang Mengalami Hipertensi di Puskesmas Cikoneng

Fauzan Juliana Miftah¹

Yanyan Bahtiar, S.Kp., M.Kep²

Kusmiyati, S.Kp., M.Kes³

Latar Belakang: Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah sistolik >130 mmHg dan diastolik >80 mmHg secara terus-menerus yang dijuluki "silent killer". Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 30,8% (SKI, 2023), Jawa Barat berada di posisi ke-3 tertinggi dengan 34,4%, dan di Puskesmas Cikoneng sebesar 29,9%. Penanganan hipertensi yang tidak tepat dapat memicu komplikasi serius. Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan alternatif non-farmakologis yang menggabungkan teknik tapping pada 12 titik energi tubuh dengan doa dan afirmasi spiritual, terbukti efektif menurunkan tekanan darah. **Tujuan:** Menggambarkan implementasi pendidikan kesehatan mengenai terapi SEFT untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi di Puskesmas Cikoneng. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada keluarga Tn. M di wilayah kerja Puskesmas Cikoneng yaitu di Dusun Jetak, Desa. Sindangsari, Kec. Cikoneng, Kab.Ciamis, dilaksanakan pada 21 April 2026 sampai 25 April 2026. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Implementasi dilakukan dalam 5 kali kunjungan selama 30 menit menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab dengan media leaflet. **Hasil:** Diagnosis keperawatan yang ditetapkan adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif pada Ny. J (64 tahun) dengan hipertensi selama ± 4 tahun, tekanan darah awal 135/80 mmHg. Setelah 5 hari implementasi, terjadi penurunan tekanan darah menjadi 125/80 mmHg. Terdapat peningkatan bermakna pada aspek pengetahuan keluarga mengenai hipertensi dan terapi SEFT, perubahan sikap yang lebih positif termasuk motivasi untuk minum obat rutin, serta peningkatan keterampilan keluarga dalam melakukan terapi SEFT secara mandiri sesuai SOP. **Kesimpulan:** Implementasi pendidikan kesehatan mengenai terapi SEFT efektif meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan hipertensi, yang ditunjukkan oleh peningkatan pengetahuan, sikap positif, dan keterampilan dalam melakukan terapi SEFT secara mandiri. **Saran:** Keluarga diharapkan melanjutkan terapi SEFT secara rutin sebagai penatalaksanaan hipertensi non-farmakologis. Puskesmas dapat menjadikan terapi SEFT sebagai alternatif dalam program pendidikan kesehatan bagi penderita hipertensi di wilayah kerjanya.

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi SEFT, Pendidikan Kesehatan, Kemampuan Keluarga

Kementerian kesehatan republik indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmlaya ^{1,2,3}

ABSTRACT

Implementation of Health Education on Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy to Improve Family Competence in Caring for Family Members with Hypertension at Cikoneng Primary Health Center

Fauzan Juliana Miftah¹

Yanyan Bahtiar, S.Kp., M.Kep²

Kusmiyati, S.Kp., M.Kes³

Background: Hypertension is a condition of sustained elevated blood pressure with systolic >130 mmHg and diastolic >80 mmHg, often referred to as the "silent killer". The prevalence of hypertension in Indonesia reached 30.8% (SKI, 2023), with West Java ranking third highest at 34.4%, and Cikoneng Primary Health Center recording 29.9%. Untreated hypertension can lead to serious complications. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy is a non-pharmacological alternative that combines tapping on 12 energy points of the body with prayer and spiritual affirmations, proven effective in reducing blood pressure. **Objective:** To describe the implementation of health education on SEFT therapy to improve family competence in caring for family members with hypertension at Cikoneng Primary Health Center. **Methods:** This study used a qualitative descriptive design with a case study approach conducted on the family of Mr. M in the working area of the Cikoneng Community Health Center, namely in Jetak Hamlet, Village Sindangsari, District Cikoneng, Ciamis Regency, from 21 April 2026 sampai 25 April 2026. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and documentation. Implementation was conducted over 5 visits of 30 minutes each, using lecture, demonstration, and question-and-answer methods with leaflet media. **Results:** The nursing diagnosis established was ineffective family health management in Mrs. J (64 years old), who had hypertension for approximately 4 years with an initial blood pressure of 135/80 mmHg. After 5 days of implementation, blood pressure decreased to 125/80 mmHg. There were significant improvements in the family's knowledge about hypertension and SEFT therapy, positive attitude changes including increased motivation to take medication regularly, and enhanced skills in independently performing SEFT therapy according to the standard operating procedure. **Conclusion:** The implementation of health education on SEFT therapy was effective in improving family competence in caring for hypertensive family members, as demonstrated by increased knowledge, positive attitudes, and the ability to independently perform SEFT therapy. **Recommendations:** Families are encouraged to continue performing SEFT therapy regularly as a non-pharmacological management of hypertension. The primary health center can incorporate SEFT therapy as an alternative in health education programs for hypertensive patients within its working area.

Keywords: Hypertension, SEFT Therapy, Health Education, Family Competence

Kementerian kesehatan republik indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmlaya ^{1,2,3}

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Umum	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat KTI	5
1. Manfaat teoritis	5
2. Manfaat Praktik.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
1. Klasifikasi	7
B. Konsep Biomedis	7
1. Definisi Hipertensi	7
2. Etiologi.....	8
3. Patofisiologi	12
4. Tanda Gejala	13
5. Penatalaksanaan Hipertensi.....	13
6. Komplikasi	14
C. Konsep Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	15
1. Pengertian SEFT	15

2. Manfaat Terapi SEFT.....	16
3. Langkah Langkah Terapi SEFT	17
D. Konsep pendidikan kesehatan.....	21
1. Pengertian Pendidikan Kesehatan	21
2. Metode Pendidikan Kesehatan.....	21
3. Media Pendidikan Kesehatan.....	22
4. Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	22
5. Sasaran Pendidikan Kesehatan.....	22
E. Konsep Asuhan Keperawatan	23
1. Pengkajian.....	23
2. Diagnosa Keperawatan.....	33
3. Perencanaan Keperawatan	35
4. Tindakan Keperawatan Keluarga.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Desain KTI.....	39
B. Definisi Operasional / Batasan Istilah.....	39
C. Lokasi dan Waktu	40
D. Subyek KTI.....	40
E. Teknik Pengumpulan Data.....	41
F. Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	41
G. Instrumen Pengumpulan Data.....	42
H. Keabsahan Data	42
I. Analisa Data	43
J. Etika Penelitian	44
1. Evaluasi Keperawatan Keluarga	45
K. Kerangka Teori	46
L. Kerangka Konsep.....	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil studi kasus	48
1. Gambaran Umum	48
2. Gambaran tahapan pelaksanaan SEFT.	48

3. Gambaran pelaksanaan pendidikan kesehatan mengenai terapi SEFT	52
4. Gambaran respon atau perubahan.....	56
B. Pembahasan.....	58
1. Gambaran	58
C. Keterbatasan.....	65
D. Implikasi untuk keperawatan.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran	67
1. Bagi Ilmu Pengetahuan.....	67
2. Bagi Keluarga.....	67
3. Bagi Puskesmas	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi hipertensi.....	7
Tabel 2.2 Analisis Data.....	34
Tabel 2.3 Skoring Masalah Keperawatan Menurut Bailon dan Maglaya	35
Tabel 2.4 Perencanaan Keperawatan	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Titik-titik tapping SEFT	17
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	46
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum pelaksanaan (PSP)	72
Lampiran 2 Informed Consent	73
Lampiran 3 Lembar Observasi Tekanan Darah	74
Lampiran 4 Lembar Penilaian Pengetahuan Keluarga Mengenai Terapi SEFT ..	75
Lampiran 5 Lembar Kemampuan Keluarga Mengenai Hipertensi	76
Lampiran 6 Lembar Observasi Kemampuan Keluarga.....	77
Lampiran 7 SOP Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT).....	80
Lampiran 8 SAP Penyuluhan Penyakit Hipertensi	83
Lampiran 9 SAP Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT).....	91
Lampiran 10 Asuhan Keperawatan Keluarga	99
Lampiran 11 Lembar bimbingan.....	123
Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan	129
Lampiran 13 Turnitin	130
Lampiran 14 daftar riwayat hidup.....	131