



KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PELAKSANAAN TERAPI *SPIRITUAL
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)*
PADA NY.E DAN NY.S DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
TALUN KABUPATEN CIREBON**

Oleh :

NAILA AMATUL AZIZAH

NIM. P2.06.20.22.2122

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PELAKSANAAN TERAPI *SPIRITUAL
EMOTIONAL FREEDOM (SEFT)* PADA NY.E DAN
NY.S DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS KABUPATEN
CIREBON**

Diajukan dalam rangka memenuhi
salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon 2025

Oleh :

NAILA AMATUL AZIZAH

NIM. P2.06.20.22.2122

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2025**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

Karya Tulis Ilmiah, 02 Juni 2025

**GAMBARAN PELAKSANAAN *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE (SEFT)* PADANY.E DAN NY.S DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TALUN
KABUPATEN CIREBON**

Naila Amatul Azizah¹, Syarif Zen Yahya², Ati Siti Rochayati³

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak dialami oleh lansia dan dapat diperparah oleh kondisi emosional yang tidak stabil. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengelola hipertensi adalah *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*, yaitu metode relaksasi yang menggabungkan unsur spiritual dan teknik penyembuhan emosional. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan SEFT pada dua orang lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon serta mengevaluasi dampaknya terhadap tekanan darah. **Metode:** Penelitian menggunakan metode studi kasus kualitatif terhadap dua klien lansia dengan usia di atas 60 tahun. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* dilakukan selama lima hari dengan satu sesi per hari selama 5-10 menit. **Hasil:** Kedua klien menunjukkan bahwa pada Ny.E terjadi penurunan tekanan darah dari 160/100 mmHg menjadi 138/88 mmHg, dan pada Ny.S dari 160/99 mmHg menjadi 130/83 mmHg. Selain itu, kedua pasien menunjukkan penurunan tekanan darah yang baik. **Kesimpulan:** Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* dapat menjadi alternatif terapi komplementer yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah dan memperbaiki kesejahteraan emosional lansia dengan hipertensi. **Saran:** Klien dapat menerapkan terapi SEFT secara mandiri dan berkelanjutan untuk menurunkan tekanan darah. Keluarga diharapkan memberikan dukungan agar klien rutin melakukan terapi SEFT.

Kata kunci: Lansia, Hipertensi, *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*, Terapi Komplementer

¹Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

^{2,3}Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM CIREBON
TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC

Scientific Paper, June 02, 2025

OVERVIEW OF THE IMPLEMENTATION OF *SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)* IN NY.E AND NY.S WITH
HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF TALUN
COMMUNITY HEALTH CENTER CIREBON REGENCY
Naila Amatul Azizah¹, Syarif Zen Yahya², Ati Siti Rochayati³

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the chronic diseases that are often experienced by the elderly and can be exacerbated by unstable emotional conditions. One non-pharmacological approach that can be used to help manage hypertension is the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT), a relaxation method that combines spiritual elements and emotional healing techniques. **Objective:** This study aims to implement SEFT in two elderly people with hypertension in the Talun Health Center, Cirebon Regency and evaluate its impact on blood pressure. **Method:** The study used a qualitative case study method on two elderly clients over the age of 60 years. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy was carried out for five days with one session per day for 5-10 minutes. **Results:** Both clients showed that in Mrs. E there was a decrease in blood pressure from 160/100 mmHg to 138/88 mmHg, and in Mrs. S from 160/99 mmHg to 130/83 mmHg. In addition, both patients showed a good decrease in blood pressure. **Conclusion:** Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy can be an effective complementary therapy alternative to help lower blood pressure and improve emotional well-being in elderly with hypertension. **Suggestion:** Clients can apply SEFT therapy independently and continuously to lower blood pressure. Families are expected to provide support so that clients routinely do SEFT therapy.

Keywords: Elderly, Hypertension, Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT), Complementary Therapy

¹Student of DIII Nursing Study Program Cirebon, Tasikmalaya Health Polytechnic

^{2,3}Lecturer of DIII Nursing Study Program Cirebon, Tasikmalaya Health Polytechnic

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan karya tulis ilmiah ini yang berjudul “GAMBARAN PELAKSANAAN TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)* PADA NYE DAN NYS DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KABUPATEN CIREBON”. Selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mendapat bimbingan, masukan, dan dukungan dari beberapa pihak, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik, untuk itu penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ibu dr. Hj. Neneng Hasanah, M.M. selaku Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon.
3. Ibu dr. Melly Dwi Bastian selaku Kepala Puskesmas Talun yang telah memberikan izin, dukungan, dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan praktik serta memperoleh pengalaman berharga di lingkungan Puskesmas Talun.
4. Ibu Krisnawati S.Kep.Ners selaku *Clinical Instructure* yang telah dengan sabar membimbing, memberikan arahan, dan berbagi ilmu serta pengalaman selama kegiatan praktik berlangsung. Bimbingan dan perhatian yang diberikan sangat berarti bagi penulis dalam proses pembelajaran di lapangan.
5. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep., Ns, M.Kep, Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
6. Bapak Eyet Hidayat, SPd, SKp, Mkep, Ns, Sp.Kep.J. selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

7. Bapak Syarif Zen Yahya, SKp, M.Kep selaku dosen pembimbing utama proposal karya ilmiah yang telah membimbing saya dengan sabar dan memberi support dan perhatian kepada kami semua sehingga kami dapat menyelesaikan proposal karya ilmiah dengan baik.
8. Ibu Ati Siti Rochayati, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping yang telah membimbing dan memberikan masukan-masukan yang membangun demi terselesaikannya proposal karya ilmiah.
9. Seluruh Dosen DIII Keperawatan dan Tenaga Pendidikan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon yang telah banyak membantu dan memfasilitasi penulis dalam penyelesaian proposal ini.
10. Bapak Maman Rukmana, S.AB dan Almh. Ibu Mimin Yuningsih yang biasa penulis sebut papa dan mama. Terima kasih telah percaya atas semua keputusan yang telah penulis ambil dalam melanjutkan impian, serta cinta kasih sayang yang tulus. Pengorbanan tiada henti, do'a, dukungan dan motivasi yang selalu diberikan. Papa dan mama sangat berperan penting dalam perjalanan hidup penulis sampai kapanpun.

Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah. Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah yang akan dilaksanakan ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis maupun pembaca.

Cirebon, 25 Mei 2025



Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penulisan.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN TEORITIS	7
2.1. Hipertensi.....	7
2.1.1. Pengertian.....	7
2.1.2. Etiologi.....	7
2.1.2. Klasifikasi.....	9
2.1.3. Tanda dan Gejala.....	10
2.1.4. Patofisiologi.....	11
2.1.6. Pathway.....	12
2.1.7. Komplikasi.....	13
2.1.8. Penatalaksanaan.....	14
2.2. Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT).....	15
2.2.1. Pengertian.....	15
2.2.2. Tujuan.....	16
2.2.3. Manfaat.....	17
2.2.4. Teknik atau Langkah-Langkah Terapi SEFT.....	17
2.2.5. Teknik dan SOP.....	21
2.3. Konsep Lansia.....	27
2.3.1. Pengertian Lansia.....	27
2.3.2. Batasan Lansia.....	27
2.3.3. Tipe Lansia.....	28
2.3.4. Penyakit Yang Umum Dialami Oleh Lansia.....	30
2.3.5. Perubahan Pada Lansia.....	34

2.3.5. Pengkajian Khusus Pada Lansia.....	36
2.4. Kerangka Teori dan Kerangka Konsep	38
2.4.1 Kerangka Teori	38
2.4.2. Kerangka Konsep	39
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH	41
3.1. Rancangan/Pendekatan KTI	41
3.2. Subyek KTI.....	41
3.3. Definisi Operasional	41
3.4. Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.5. Instrumen Pengumpulan Data.....	43
3.6. Lokasi dan Waktu	44
3.7. Prosedur Penyusunan KTI	45
3.8. Keabsahan Data	45
3.9. Analisis Data.....	46
3.10. Etika Penelitian.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
4.1. Hasil Karya Tulis Ilmiah.....	48
4.1.1. Gambaran karakteristik klien/pasien.....	48
4.1.2. Gambaran Pelaksanaan Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)</i>	49
4.1.3. Gambaran Respon Klien.....	56
4.1.4. Analisa Kesenjangan.....	59
4.2. Pembahasan	60
4.3. Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah	62
4.4. Implikasi Karya Tulis Ilmiah	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
5.1. Kesimpulan	63
5.1.1. Hasil Implementasi SEFT	63
5.1.2. Respon Klien.....	63
5.2. Saran.....	64
5.2.1. Klien.....	64
5.2.2. Keluarga	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	
2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	9
2.2 SOP Terapi <i>SEFT</i>	19
3.1 Definisi Operasional.....	36
3.2 Lokasi dan waktu.....	38
4.1.1 Gambaran karakteristik klien.....	47
4.1.2 Gambaran Implementasi SEFT.....	48
4.1.3.1 Respon klien Ny.E terhadap terapi SEFT.....	56
4.1.3.2 Respon klien Ny.S terhadap terapi SEFT.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	
2.1 Pathway.....	11
2.2 <i>The Set Up</i>	19
2.3 <i>The Tune In</i>	20
2.4 <i>The Tapping</i>	21

DAFTAR BAGAN

Bagan	
2.4.1 Kerangka Konsep.....	37
2.4.2 Kerangka Teori.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

- 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan studi kasus
- 2 Informed Consent
- 3 Standar Operasional Prosedur SEFT
- 4 Lembar Observasi
- 5 Gariatric Tric Depression Scale
- 6 SAP
- 7 Leaflet
- 8 Lembar Konsultasi