



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN KOMBINASI SEFT (*SPIRITUAL
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*) DAN RENDAM
KAKI JAHE MERAH TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
KERSANEGARA KOTA TASIKMALAYA**

**SHERLY AGUSTIN
NIM. P2.06.20.6.25.037**

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

**JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
2026**





Karya Ilmiah Akhir Ners

**PENERAPAN KOMBINASI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE*) DAN RENDAM KAKI JAHE MERAH
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS KERSANEGARA KOTA TASIKMALAYA**

**SHERLY AGUSTIN
NIM. P2.06.20.6.25.037**

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

**JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TASIKMALAYA
2026**

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji dan syukur kepada Allah SWT atas Rahmat dan Karunia-Nya, yang telah memungkinkan penulis untuk menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir dengan judul “Penerapan Kombinasi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Dan Rendam kaki Jahe Merah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya”. Dalam proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis sangat mengandalkan bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep.Ns.,M.Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Peni Cahyati. S.Kp., M.Kes., selaku Pembimbing yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
5. Seluruh dosen pengajar prodi Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang tidak dapat penulis sebutkan secara rinci, telah memberikan banyak pengetahuan yang sangat berharga bagi penulis.
6. Seluruh staf Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan dukungan, bantuan dan arahan selama penulis menjalani proses perkuliahan.
7. Kedua orang tua tercinta dan penulis sayangi, Ibu Elang Nurlaela dan Bapak Agus Dimiyati, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan, semangat, dan inspirasi terbesar bagi penulis. Terima kasih atas segala kasih sayang, doa yang tidak pernah putus, dukungan, perhatian, serta pengorbanan yang telah diberikan dengan penuh ketulusan. Ibu yang selalu memberikan kasih sayang,

nasihat, dan doa terbaik dalam setiap langkah penulis, serta Ayah yang senantiasa bekerja keras, memberikan motivasi, dan menjadi teladan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Berkat cinta, dukungan, dan kepercayaan yang diberikan, penulis mampu menjalani proses perkuliahan hingga menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini. Semoga segala kebaikan, ketulusan, dan pengorbanan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah SWT.

8. Adik saya tercinta Ragil Agustian, yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan motivasi kepada penulis untuk terus berusaha menjadi pribadi yang lebih baik serta dapat membanggakan keluarga.
9. Muhammad Surya, selaku sahabat terbaik penulis yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta berbagai masukan yang membangun kepada penulis selama proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
10. Teman-teman seperjuangan penulis, Amila Yulianida dan Yanti Bunga L., yang telah menemani penulis selama proses pendidikan kurang lebih lima tahun. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, semangat, serta berbagai pengalaman yang telah dilalui bersama. Kehadiran kalian menjadi salah satu penyemangat bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
11. Rekan bimbingan penulis, Widia Sri Hartini, yang telah menemani dan memberikan semangat serta dukungan selama proses bimbingan. Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, dan dukungan yang diberikan sehingga proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dapat dilalui dengan lebih baik. Terima kasih juga telah menjadi partner bimbingan yang suportif, saling membantu, dan saling menguatkan dalam setiap proses yang dijalani.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan secara rinci yang telah memberikan bantuan dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan dalam Karya Ilmiah Akhir ini jauh dari sempurna. Karya Ilmiah Akhir yang telah disusun ini tentu memiliki kekurangan terkait kemampuan, pengalaman, dan referensi yang dimiliki oleh penulis. Dengan

demikian, penulis sangat menghargai dan mengharapkan adanya kritik serta saran yang konstruktif untuk perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, 15 Juni 2026

Penerapan Kombinasi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Dan Rendam kaki Jahe Merah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya

Sherly Agustin, Peni Cahyati

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh lansia dan sering disertai masalah psikologis berupa ansietas. Ansietas yang tidak terkontrol dapat meningkatkan aktivitas saraf simpatis sehingga berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah dan kualitas hidup lansia.

Tujuan: Menggambarkan penerapan kombinasi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dan rendam kaki air hangat jahe merah pada lansia hipertensi dengan ansietas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kersanegara Kota Tasikmalaya.

Tinjauan Pustaka: SEFT merupakan terapi yang mengombinasikan pendekatan spiritual dengan stimulasi titik-titik meridian tubuh untuk memberikan efek relaksasi dan menurunkan kecemasan. Rendam kaki air hangat jahe merah dapat memberikan efek vasodilatasi, meningkatkan sirkulasi darah, serta menciptakan rasa nyaman yang membantu menurunkan tekanan darah dan kecemasan.

Metode: Karya ilmiah akhir ini menggunakan metode studi kasus pada dua lansia hipertensi yang mengalami ansietas. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, pengukuran tekanan darah, serta penilaian tingkat ansietas menggunakan instrumen *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI). Intervensi diberikan berupa kombinasi terapi SEFT dan rendam kaki air hangat jahe merah selama 15–20 menit dalam tiga hari berturut-turut. **Hasil:** Kedua pasien mengalami penurunan tingkat ansietas dari kategori sedang dan berat menjadi kategori ringan. Selain itu, terjadi penurunan tekanan darah pada kedua pasien serta peningkatan rasa nyaman, tenang, dan rileks setelah diberikan intervensi. **Kesimpulan:** Kombinasi terapi SEFT dan rendam kaki air hangat jahe merah dapat membantu menurunkan tingkat ansietas serta mendukung pengendalian tekanan darah pada lansia hipertensi sehingga dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mudah diterapkan di masyarakat.

Kata kunci: Hipertensi, Ansietas, Lansia, SEFT, Rendam Kaki Air Hangat Jahe Merah

**MINISTRY OF HEALTH TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC
NURSING PROFESSION STUDY PROGRAM**

Final Scientific Paper of the Nursing Profession Program, June 15, 2026

The Implementation of a Combination of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) and Red Ginger Foot Soak Therapy on Anxiety Levels Among Older Adults with Hypertension in the Kersanegara Community Health Center Area, Tasikmalaya City

Sherly Agustin, Peni Cahyati

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the most common non-communicable diseases among older adults and is often accompanied by psychological problems such as anxiety. Uncontrolled anxiety can increase sympathetic nervous system activity, affecting blood pressure levels and the quality of life of elderly individuals.

Objective: To describe the implementation of a combination of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) and red ginger warm water foot soak therapy in elderly patients with hypertension and anxiety in the working area of UPTD Puskesmas Kersanegara, Tasikmalaya City. **Literature Review:** SEFT is a therapy that combines a spiritual approach with stimulation of the body's meridian points to promote relaxation and reduce anxiety. Meanwhile, red ginger warm water foot soak therapy can produce a vasodilatory effect, improve blood circulation, and create a sense of comfort that helps reduce blood pressure and anxiety. **Method:** This final scientific paper employed a case study approach involving two elderly patients with hypertension and anxiety. Data were collected through interviews, observation, physical examination, blood pressure measurements, and anxiety assessment using the Geriatric Anxiety Inventory (GAI). The intervention consisted of a combination of SEFT and red ginger warm water foot soak therapy administered for 15–20 minutes over three consecutive days. **Results:** Both patients experienced a decrease in anxiety levels from moderate and severe categories to a mild category. In addition, both patients showed a reduction in blood pressure and reported feeling more comfortable, calm, and relaxed after receiving the intervention. **Conclusion:** The combination of SEFT and red ginger warm water foot soak therapy can help reduce anxiety levels and support blood pressure control in elderly patients with hypertension. Therefore, it can be considered a simple and applicable non-pharmacological nursing intervention in community settings.

Keywords: Hypertension, Anxiety, Elderly, SEFT, Red Ginger Warm Water Foot Soak

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan.....	7
D. Manfaat	9
BAB II TINJAUAN LITERATUR	11
A. Konsep Dasar Penyakit	11
B. Konsep Dasar Intervensi Kasus	35
C. Konsep Asuhan Keperawatan	41
D. Kerangka Konsep	54
BAB III GAMBARAN KASUS.....	55
A. Gambaran Lokasi Penelitian	55
B. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2	55
C. Gambaran Pelaksanaan Tindakan	80
D. Gambaran Perubahan Skor dan Respon	82
BAB IV PEMBAHASAN.....	85
A. Gambaran Tahapan Pelaksanaan Proses Keperawatan	85

B. Gambaran Pelaksanaan Tindakan Kombinasi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) dan Rendam Kaki Jahe Merah	90
C. Gambaran Respon atau Perubahan pada Lansia Hipertensi dengan Ansietas yang Dilakukan Tindakan Kombinasi	92
D. Analisis Kesenjangan Pada Kedua Pasien	94
E. Kerbatasan Karya Tulis Ilmiah Akhir	97
F. Implikasi Keperawatan	98
BAB V PENUTUP	99
A. Kesimpulan	99
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA	103
LAMPIRAN	106

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Analisa Data	49
Tabel 2. 2 Intervensi keperawatan berdasarkan SDKI, SLKI, SIKI	50
Tabel 3. 1 Karakteristik Umum Responden	55
Tabel 3. 2 Rumusan Diagnosis Pasien	58
Tabel 3. 3 Intervensi Keperawatan.....	60
Tabel 3. 4 Implementasi Keperawatan pada Pasien 1 dan Pasien 2	65
Tabel 3. 5 Evaluasi Keperawatan	74
Tabel 3. 6 Tahapan Pelaksanaan Intervensi.....	80
Tabel 3. 7 Perubahan Tingkat Ansietas	83
Tabel 3. 8 Perubahan Respon Pasien Selama Intervensi.....	83

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 <i>Web of Caution</i> (WOC).....	26
Bagan 2. 2 Kerangka Konsep.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden	107
Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur	108
Lampiran 3 Kuesioner Tingkat Kecemasan	112
Lampiran 4 Dokumentasi Pelaksanaan Asuhan Keperawatan	114
Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan	150
Lampiran 6 Lembar Bimbingan KIA	152
Lampiran 7 Similarity Index	154
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup	155