

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT) PADA NY. N DAN NY. S
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
CIPERNA KABUPATEN CIREBON**



Oleh :
VANIA FAIZA ARIPIN
NIM. P20620223047

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT) PADA NY. N DAN NY.S
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
CIPERNA KABUPATEN CIREBON**

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



Oleh :

VANIA FAIZA ARIPIN
NIM. P20620223047

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON 2026**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

Karya Tulis Ilmiah, 24 Mei 2026

**Implementasi Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Seft) Pada Lansia
Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon**

Vania Faiza Aripin¹, Ati Siti Rochayati², Omay Rohmana³

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang terjadi di kalangan lansia akibat penurunan fungsi fisiologis. Melalui terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang berkerja dengan menggabungkan sistem energi tubuh (*tapping*) dan spiritualitas sehingga dapat membantu menurunkan tekanan darah. **Tujuan:** Mengimplementasikan terapi SEFT pada lansia dengan hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif terhadap dua lansia dengan hipertensi. Intervensi dilakukan sebanyak 5 hari selama 20 menit per hari. Teknik pengumpulan data mencakup wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. **Hasil:** Implemenasi selama lima hari efektif untuk menghilangkan keluhan nyeri kepala, kecemasan, dan menurunkan tekanan darah pada kedua subjek, yaitu dari 160/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg (Klien 1) dan dari 190/100 mmHg menjadi 150/90 mmHg (Klien 2), disertai dengan peingkatan pemahaman tentang intervensi.

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

¹Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3} Dosen Proram Studi D III Keperawatan Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**CIREBON DIPLOMA III NURSING PROGRAM, TASIKMALAYA
MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC**

Scientific Paper, May 24 2026

**Implementation of the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy for
Elderly Patients with Hypertension in the Service Area of the Ciperna Community
Health Center, Cirebon Regency**

Vania Faiza Aripin¹, Ati Siti Rochayati², Omay Rohmana³

ABSTRACT

Background: Hypertension is a noncommunicable disease that occurs among the elderly due to a decline in physiological function. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy works by combining the body's energy system (tapping) with spirituality to help lower blood pressure. **Objective:** To implement SEFT therapy in elderly individuals with hypertension to lower blood pressure. **Methods:** This study employed a qualitative descriptive case study approach involving two elderly individuals with hypertension. The intervention was conducted over 5 days, for 20 minutes per day. Data collection techniques included interviews, observations, and physical examinations. **Results:** The five-day intervention was effective in alleviating complaints of headaches and anxiety, and in lowering blood pressure in both subjects: from 160/90 mmHg to 140/80 mmHg (Client 1) and from 190/100 mmHg to 150/90 mmHg (Client 2), accompanied by an increased understanding of the intervention.

Keywords: Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy, Older Adults, Hypertension

¹ Student in the Associate Degree in Nursing Program at Cirebon, Tasikmalaya Public Health Polytechnic under the Ministry of Health

^{2,3} Lecturer in the Associate Degree in Nursing Program at Cirebon, Tasikmalaya Public Health Polytechnic under the Ministry of Health

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Implementasi Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Pada Ny. N dan Ny. S Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon” dengan tepat waktu. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahi Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma-III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ibu Hj. Eni Suhaeni, S.KM, M.Kes selaku Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon.
3. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep, Ns., Sp.Kep.Jiwa selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
4. Bapak Eyet Hidayat, S.Pd, S.Kep., Ns, M.Kep, Sp.Kep.Jiwa selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Cirebon Politeknik Kemenkes Tasikmalaya.
5. Bapak Harry Tony Rachman, S.Kep. Ns selaku Kepala Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon.
6. Ibu Santi Hikmawati, S. Kep. Ns selaku CI Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon yang telah membimbing, mengarahkan, memberikan motivasi, dan memberikan pengalaman berharga selama pengambilan data.
7. Ibu Ati Siti Rochayati SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran serta kesabaran yang tak terbatas untuk memberikan arahan, bimbingan, dan masukan yang sangat berharga bagi peneliti dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

8. Bapak Omay Rohmana S.Kep.,Ns.M.Kep selaku dosen pembimbing pendamping dan penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan saran dan masukan yang konstruktif dalam perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Seluruh dosen dan staf pengajar Program Studi Diploma-III Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
10. Penulis persembahkan yang teristimewa untuk kedua orang tua tercinta Papa Sarip Aripin dan Mama Yuyun Wahyuningsih atas segala do'a yang dipanjatkan keluh kesah yang selalu disembunyikan, dan pengorbanan yang tak terbatas untuk menemani setiap langkah perjuangan ini. Semoga Allah SWT memberikan keberkahan di dunia serta tempat terbaik di akhirat kelak, karena telah menjadi figur serta panutan terbaik bagi penulis.
11. Serta penulis berterimakasih untuk semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah berkontribusi dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

Peneliti menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan masukan yang membangun dari semua pihak demi penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Cirebon, 24 Mei 2026



Vania Faiza Aripin

NIM. P20620223047

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	13
A. LATAR BELAKANG.....	13
B. RUMUSAN MASALAH.....	16
C. TUJUAN	17
D. MANFAAT.....	18
E. KEASLIAN PENELITIAN	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	21
A. KONSEP LANSIA	21
B. KONSEP HIPERTENSI	27
C. KONSEP TERAPI SEFT.....	39
D. KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEP.....	51
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. RANCANGAN / PENDEKATAN KTI.....	53
B. SUBYEK KTI	53
C. DEFINISI OPERASIONAL / BATASAN ISTILAH	53
D. METODA DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA	54
E. INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA	55
F. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	56
G. PROSEDUR PENYUSUNAN KTI	56
H. KEABSAHAN DATA	57
I. ANALISIS DATA	58
J. ETIKA PENELITIAN	59
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	61
A. AHASIL KARYA TULIS ILMIAH	61

B. PEMBAHASAN	92
C. KETERBATASAN KARYA TULIS ILMIAH.....	94
D. IMPLIKASI KARYA TULIS ILMIAH	94
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	96
A. KESIMPULAN	96
B. SARAN.....	98
DAFTAR PUSTAKA	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Tahap <i>Set-Up</i>	42
Gambar 2. 2 Tahap <i>Tune-In</i>	43
Gambar 2. 3 Titik <i>Tapping</i>	44

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	19
Tabel 2. 1 Prevalensi Penyakit Tidak Menular Pada lansia di Tahun 2019	25
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi Menurut Joint Nasional Commite 7	31
Tabel 2. 3 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO	32
Tabel 2. 4 SOP Terapi SEFT.....	46
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	53
Tabel 3. 2 Waktu Penelitian.....	56

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway Hipertensi	30
Bagan 2. 2 Kerangka Teori.....	51
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep	52

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan Studi Kasus (PSP)
- Lampiran 2 Lembar Informed Consent
- Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)
- Lampiran 4 Lembar Observasi Tekanan Darah
- Lampiran 5 Lembar Observasi Skala Nyeri
- Lampiran 6 Lembar Observasi Skor Kecemasan
- Lampiran 7 Lembar Pengkajian Khusus Lansia MMSE
- Lampiran 8 Lembar Pengkajian Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)
- Lampiran 9 Lembar Pengkajian Numeric Rating Scale (NRS)
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi
- Lampiran 11 Lembar Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian Proposal KTI