PENGARUH TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIA-N)

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Profesi Ners

Oleh :
YETI UTAMI
NIM. 25101210

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr.SOEBANDI
JEMBER

2026

PENGARUH TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Yeti Utami*, Nurul Maurida**
Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi Jember,

Abstrak

Pendahuluan: Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang berisiko menyebabkan komplikasi kardiovaskular. *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) merupakan terapi komplementer yang mengombinasikan pendekatan spiritual dan teknik *tapping* untuk meningkatkan relaksasi serta mengurangi stres.

Metode: Karya Ilmiah Akhir Ners ini menggunakan pendekatan studi kasus berbasis *Evidence-Based Nursing Practice* (EBNP) pada seorang pasien hipertensi berusia 58 tahun. Terapi SEFT diberikan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit setiap sesi. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi serta pengamatan keluhan pasien.

Hasil dan Pembahasan: Tekanan darah pasien menurun dari 170/100 mmHg menjadi 150/90 mmHg setelah intervensi. Pasien juga mengalami penurunan kecemasan, perbaikan kualitas tidur, serta berkurangnya keluhan sakit kepala dan nyeri tengkuk. Perubahan ini menunjukkan potensi SEFT dalam membantu pengendalian tekanan darah melalui relaksasi dan pengurangan stres. Namun, hasil tersebut juga dapat dipengaruhi oleh terapi farmakologis dan edukasi kesehatan yang diberikan.

Kesimpulan: Terapi SEFT berpotensi menjadi intervensi keperawatan komplementer untuk membantu mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi ini perlu disertai kepatuhan pengobatan dan pemantauan tekanan darah secara berkala.

Kata kunci: hipertensi, tekanan darah, SEFT, terapi komplementer.

* Peneliti
**Pembimbing

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:
YETI UTAMI, S.Kep
NIM. 25101210

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 28 Bulan Oktober Tahun 2026 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1	Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., Ns., NIK. 19900909 201402 2 072	( )
Penguji 2	Enggar Prasetyo S.Kep,Ns NIP. 19850729 201001 2 022	( )
Penguji 3	Nurul Maurida, S.Kep., Ns., M.Kep. NIK. 19880120 201902 2 154	( )

Ketua Program Studi Profesi Ners,

ROBY AJI PERMANA, S.Kep.,NS.,M.Kep.
NIDN. 07140669205