

ABSTRAK

Riri Zanjabela (2025). Penerapan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep. (II) Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep. Penguji (I) Ns. Sari Anggela, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.A. (II) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep.

Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg dan sering disebut sebagai “*silent killer*” karena tidak menunjukkan gejala. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Terapi ini menggabungkan stimulasi titik-titik meridian tubuh dan pendekatan spiritual dengan metode *tapping* untuk menciptakan ketenangan fisik dan emosional. **Tujuan** dari karya tulis ilmiah ini adalah mendeskripsikan penerapan terapi SEFT dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. **Metode** yang digunakan adalah studi kasus dengan dua subjek. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah terapi SEFT menggunakan sphygmomanometer. Terapi dilaksanakan selama 15 menit selama tiga hari berturut-turut. **Hasil** studi kasus menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada kedua subjek. Subjek 1 mengalami penurunan dari 159/94 mmHg menjadi 134/87 mmHg. Subjek 2 mengalami penurunan dari 150/103 mmHg menjadi 132/85 mmHg. **Kesimpulan** terapi SEFT memiliki efektivitas menurunkan tekanan darah sehingga dapat menjadikan salah satu alternatif terapi komplementer yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi. **Saran** Diharapkan tenaga kesehatan dapat lebih meningkatkan fokus pasien selama menjalani terapi ini.

Kata Kunci: Hipertensi, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), Tekanan Darah, Terapi Nonfarmakologis

ABSTRACT

Riri Zanjabela (2025). Application of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy in Lowering Blood Pressure in Hypertension Patients in the Simpang Tiga Health Center Working Area. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program Pekanbaru, Department of Nursing, Riau Health Ministry Polytechnic. Supervisor (I) Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep. (II) Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep. Examiner (I) Ns. Sari Anggela, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.A. (II) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep.

Hypertension is a chronic disease with increased blood pressure $\geq 140/90$ mmHg and is often referred to as the “silent killer” because it does not show symptoms. One of the non-pharmacological therapies that can be used to help lower blood pressure is Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy. This therapy combines stimulation of the body's meridian points and a spiritual approach with the tapping method to create physical and emotional calm. **The purpose** of this scientific paper is to describe the application of SEFT therapy in lowering blood pressure in patients with hypertension. **The method** used is a case study with two subjects. Blood pressure measurements were taken before and after SEFT therapy using a sphygmomanometer. Therapy was carried out for 15 minutes for three consecutive days. **The results** of the case study showed a decrease in blood pressure in both subjects. Subject 1 experienced a decrease from 159/94 mmHg to 134/87 mmHg. Subject 2 experienced a decrease from 150/103 mmHg to 132/85 mmHg. **Conclusion** SEFT therapy has the effectiveness of lowering blood pressure so that it can make one of the alternative complementary therapies that can be done in hypertensive patients. **Advice** It is hoped that health workers can further increase patient focus during this therapy.

Keywords: Blood Pressure, Hypertension, Nonpharmacological Therapy, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).