

**PENERAPAN INTERVENSI SEFT (SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KASIHAN II**

Rachma Cahyatri Yunia¹, Dewi Utari²
Email: ryunia177@gmail.com

INTISARI

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang membutuhkan perhatian khusus saat ini dimana hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia. Penyakit hipertensi disebabkan oleh faktor risiko yang tidak dapat diubah (umur, jenis kelamin dan genetik) dan yang dapat diubah (kegemukan, psikososial/stres, merokok, olahraga, konsumsi alkohol dan garam berlebih, hiperlipidemia/hiperkolesterolemia). Hipertensi membutuhkan penanganan yang tepat, baik dari segi farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis adalah terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). Terapi SEFT termasuk teknik relaksasi yang menggabungkan sistem energi tubuh (energy medicine) dan terapi spiritual dengan menggunakan metode ketuk ringan (tapping) pada titik tertentu tubuh. Karya Ilmiah Akhir Ners ini bertujuan untuk menganalisis intervensi terapi SEFT pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II. Hasil analisa menunjukkan bahwa terapi SEFT efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi SEFT

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

APPLICATION OF SEFT (SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE) INTERVENTION TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS KASIHAN II

Rachma Cahyatri Yunia¹ , Dewi Utari²
Email: ryunia177@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is one of the global health problems that require special attention today where hypertension is the number one cause of death in the world. Hypertensive disease is caused by risk factors that cannot be changed (age, sex and genetics) and that can be changed (obesity, psychosocial/stress, smoking, exercise, excessive alcohol and salt consumption, hyperlipidemia/hypercholesterolemia). Hypertension requires appropriate handling, both in terms of pharmacological and non-pharmacological. One of the non-pharmacological therapies is Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy. SEFT therapy includes relaxation techniques that combine the body's energy system (energy medicine) and spiritual healing using the method of light tapping (tapping) at specific points on the body. This Final Scientific Paper aims to analyze SEFT therapy interventions in hypertensive patients to reduce blood pressure in the Working Area of Puskesmas Kasihan II. The results of the analysis showed that SEFT therapy was effective in lowering blood pressure in hypertensive patients.

Keyword : Hypertension, Blood Pressure, SEFT Therapy

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta