

**PENGARUH *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES* TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEWON II
KABUPATEN BANTUL**

Teti¹, Paulus Subiyanto², Fajriyati Nur Azizah³

INTISARI

Latar Belakang: Hipertensi adalah keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik adalah lebih dari 80 mmHg. Hipertensi yang tidak tertangani akan mengakibatkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, penyempitan pada pembuluh darah, gagal ginjal, gagal jantung dan diabetes mellitus bahkan bisa menyebabkan kematian. Sehingga mencegah komplikasi tersebut dilakukan salah satunya terapi non farmakologi yaitu dengan menggunakan *Emotional Freedom Technique*.

Tujuan Penelitian: Mengetahui adakah pengaruh *emotional freedom techniques* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu.. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden 30 orang yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi (n=15) dan kelompok kontrol (n=15). Intervensi dilakukan sebanyak 6 kali sesi pertemuan selama 2 minggu. Uji statistik yang digunakan adalah *Paired T-Test* dan *Independent t-test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penderita hipertensi pada kelompok intervensi memiliki nilai rerata posttest 21,33 mmHg lebih rendah daripada nilai pretest, sedangkan pada kelompok kontrol memiliki nilai rerata penurunan 7,33 mmHg dari nilai pretest. Hasil uji *Paired Sampel t-test* didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sedangkan menurut hasil uji *Independent t-test* diperoleh nilai t hitung = -6,212 ($p = 0,000$) dapat diambil kesimpulan ada perbedaan yang signifikan antara penurunan rata-rata tekanan darah antara kelompok intervensi *emotional freedom technique* dan kelompok kontrol.

Kesimpulan: *Emotional Freedom Technique* memiliki pengaruh dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol tanpa *Emotional Freedom Technique*.

Kata Kunci: *Emotional Freedom Technique*, Tekanan Darah, Hipertensi.

-
1. Mahasiswa PSIK STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
 2. Dosen AKPER Panti Rapih Yogyakarta
 3. Dosen PSIK STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE IMPACT OF EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUES FOR
LOWERING BLOOD PRESSURE IN PATIENTS HYPERTENSION
IN THE WORKING PUSKESMAS SEWON II
KABUPATEN BANTUL**

Teti¹, Paulus Subiyanto², Fajriyati Nur Azizah³

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition when the systolic blood pressure over 120 mmHg and diastolic blood pressure was more than 80 mmHg. Untreated hypertension will lead to complications such as stroke, coronary heart disease, narrowing of blood vessels, kidney failure, heart failure and diabetes mellitus can even cause death. Thereby preventing these complications do one non-pharmacological therapy is by using the Emotional Freedom Technique.

Objective: Knowing there any influence of emotional freedom techniques to decrease blood pressure in people with hypertension.

Methods: This research was a quasi-experimental. Sampling using purposive sampling with the number of respondents 30 people were divided into two groups: an intervention group (n = 15) and control group (n = 15). Interventions carried 6 times for 2 week session. The statistical test used is Paired t-test and Independent t-test with significance level $\alpha = 0.05$.

The results: The results of this study indicate that patients with hypertension in the intervention group had a mean value of 21.33 mmHg lower posttest than the pretest value, whereas in the control group had a mean value of 7.33 mmHg decrease from pretest value. Results Paired sample t-test obtained p value = 0.000 ($p < 0.005$). Then H_0 is rejected and H_a accepted. Meanwhile, according to test results obtained by the Independent t-test t value = -6.212 ($p = 0.000$) can be concluded there is a significant difference between the decrease in average blood pressure between emotional freedom technique intervention group and the control group.

Conclusion: Emotional Freedom Technique has influence in lowering blood pressure in people with hypertension are significant compared with the control group without the Emotional Freedom Technique.

Keywords: Emotional Freedom Technique, Blood Pressure, Hypertension.

-
1. Students PSIK STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
 2. Lecturer in AKPER Panti Rapih Yogyakarta
 3. Lecturer PSIK STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta