

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES JAMBI
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir Ners, Agustus 2025

Dayu Mailiana Desy, dayumailianadsy@gmail.com

**Reta Renylda, S.Kep, Ners., M.Kep, Mohd. Syukri, S.Kep, Ners, M.Kep, Sp.Kep.
Jiwa**

**Penerapan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap
Penurunan Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas
Aurduri Kota Jambi Tahun 2025**

XV+60 halaman, 6 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 dan tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg. Hipertensi dapat menimbulkan gangguan psikologis berupa kecemasan, stress, dan depresi sangat berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah, kondisi emosional yang tidak stabil juga dapat memicu tekanan darah tinggi atau hipertensi. Kecemasan dapat mengakibatkan stimulasi simpatis yang meningkatkan frekuensi denyut jantung dan resistensi vascular, efek simpatis ini meningkatkan tekanan darah. Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah metode deskriptif. Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap penurunan kecemasan pada penderita hipertensi sesuai dengan EBNP. Subjek studi kasus ini adalah dua orang pasien hipertensi yang mengalami kecemasan dan diukur menggunakan kuisioner HARS. Hasil studi kasus selama 3 hari berturut turut dengan durasi sekitar 15-25 menit menunjukkan efektivitas yang positif. Hasil evaluasi yang telah dilakukan pasien Ny. S dan Ny. Q didapatkan pada pasien Ny. S terdapat penurunan skor kecemasan terdapat penurunan dari skor 25 dengan kategori kecemasan sedang menjadi skor 14 dengan kategori kecemasan ringan, pasien tampak lebih rileks dan tenang. Pada pasien Ny. Q juga terdapat penurunan skor kecemasan dari skor 20 dengan kategori kecemasan ringan menjadi skor 12 tidak mengalami kecemasan pasien tidak sulit tidur lagi, rileks, dan tenang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi seft dapat menurunkan kecemasan pada pasien penderita hipertensi. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh peneliti, penerapan terapi seft yang dilakukan pada Ny.S dan Ny. Q dapat menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Kecemasan, SEFT

**JAMBI MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF HEALTH
NURSING DEPARTMENT, NURSING PROFESSIONAL STUDY PROGRAM**

Final Scientific Paper for Nursing, August 2025

Dayu Mailiana Desy, dayumailianadsy@gmail.com

**Reta Renylda, S.Kep, Ners., M.Kep, Mohd. Syukri, S.Kep, Ners, M.Kep, Sp.Kep.
Jiwa**

**Application of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Therapy to Reduce
Anxiety in Hypertension Patients in the Work Area of the Aurduri Community
Health Center, Jambi City, 2025**

XV+60 pages, 6 appendices

ABSTRACT

Hypertension is a condition where blood pressure in the blood vessels is chronically elevated, with systolic blood pressure ≥ 140 and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. Hypertension can cause psychological disorders in the form of anxiety, stress, and depression that greatly affect the increase in blood pressure, unstable emotional conditions can also trigger high blood pressure or hypertension. Anxiety can result in sympathetic stimulation that increases heart rate and vascular resistance, this sympathetic effect increases blood pressure. The method used in this case study is a descriptive method. This case study aims to apply spiritual emotional freedom technique (SEFT) therapy to reduce anxiety in hypertension sufferers according to EBNP. The subjects of this case study were two hypertension patients who experienced anxiety and were measured using the HARS questionnaire. The results of the case study for 3 consecutive days showed positive effectiveness. The results of the evaluation that had been carried out by patients Mrs. S and Mrs. Q were obtained in patient Mrs. S there was a decrease in anxiety score there was a decrease from a score of 25 with a moderate anxiety category to a score of 23 with a moderate anxiety category, the patient looked more relaxed and calm. In patient Mrs. Q there was also a decrease in anxiety score from a score of 20 with a mild anxiety category to a score of 12 not experiencing anxiety. So it can be concluded that the application of SEFT therapy can reduce anxiety in patients with hypertension. Based on the results of the analysis conducted by the researchers, the application of SEFT therapy to Mrs. S and Mrs. Q can reduce anxiety in hypertensive patients.

Keywords: Hypertension, Anxiety, SEFT