

Health Polytechnic Ministry of Health Bandung
Bogor Nursing DIII Study Program

Vivi Widia Sari
NIM. P17320320090

The application of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on the
Sufferer from Hypertension at Bogor City PMI Hospital 2023

i-xiii + 77 pages, V CHAPTER, 4 Table, 2 Chart, Attachments

ABSTRACT

Background: Hypertension or high blood pressure is a condition where systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. High blood pressure occurs due to increased art of arteries' blood pressure and makes the heart work heavier in circulates blood throughout the body. SEFT therapy is a merging of the body and spiritual energy system in a sentence using a knock method at 18 points that stimulates the body's pleasure and activates 12 energy paths, causing relaxation. **Purpose:** This study aims to determine the decrease in blood pressure on the subject of hypertension after therapy of SEFT. **Research method:** The method used in the study of this case used the type of descriptive method. Data collection was carried out for 3 times of meeting for 15 minutes with the number of three respondents using sphygmomanometer tools before and after SEFT therapy. **Results:** The application results show that after the application of SEFT therapy for 3 days at a frequency of 1 times a day for 10-15 minutes, there is a decrease in blood pressure in hypertension patients, namely 10mmHg in systolic and diastolic pressure. **Conclusion:** there were changes blood pressure before and after the application of SEFT therapy, there was a decrease in systolic and diastolic blood pressure for two of the three respondents. **Advice:** For people with hypertension, they can continue to take antihypertensive drugs and do the SEFT relaxation therapy technique to help control blood pressure.

Keywords: Hypertension, blood pressure, SEFT therapy

Bibliography: 28 sources (2013-2023)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bogor

Vivi Widia Sari
NIM. P17320320090

Penerapan Relaksasi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)
Terhadap Tekanan Darah Klien Hipertensi di RS PMI Kota Bogor

i-xiv+77 halaman, V BAB, 4 Tabel, 2 Grafik, Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah tinggi terjadi karena adanya tekanan darah arteri yang meningkat dan membuat kerja jantung menjadi lebih berat dalam mengedarkan darah keseluruh tubuh. Terapi SEFT yaitu penggabungan dari sistem energi tubuh dan spiritual dalam kalimat dengan menggunakan metode ketukan di 18 titik meridian tubuh yang merangsang dan mengaktifkan 12 jalur energi tubuh sehingga menimbulkan relaksasi. **Tujuan:** mengetahui penurunan tekanan darah pada subjek hipertensi setelah dilakukan terapi SEFT. **Metode penelitian:** Pada penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Pengambilan data dilakukan selama 3 kali pertemuan selama 15 menit dengan jumlah tiga responden menggunakan alat *sphygmomanometer* dan stetoskop sebelum dan sesudah terapi SEFT. **Hasil:** Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan terapi SEFT selama 3 hari dengan frekuensi 1 kali sehari selama 10-15 menit, terdapat penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi yaitu 10 mmHg pada tekanan sistolik dan diastolik. **Kesimpulan:** terdapat perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah penerapan terapi SEFT, terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada dua dari tiga responden. **Saran:** Bagi penderita hipertensi diharapkan tetap mengkonsumsi obat anti hipertensi dan melakukan teknik terapi relaksasi SEFT untuk membantu mengontrol tekanan darah.

Kata Kunci: Hipertensi, tekanan darah, terapi SEFT

Daftar Pustaka: 28 sumber (2013 -2023)