

PENGARUH TERAPI *SPRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(*SEFT*) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI DESA NGADIROJO KIDUL
KABUPATEN WONOGIRI

Aminatun Indah Kumalasari, Riyani Wulandari

Program Studi Sarjana Keperawatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

aminatunindahkumalasari@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Populasi lansia global meningkat mencapai 1,4 miliar jiwa (>60 tahun) dan rentan penurunan kesehatan kardiovaskular termasuk hipertensi, gagal jantung, dan stroke. Sekitar 1,28 miliar orang di dunia menderita hipertensi, menjadikannya masalah kesehatan global. Pengendalian tekanan darah dapat dilakukan secara farmakologis dengan obat antihipertensi maupun nonfarmakologis, salah satunya melalui terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*. **Tujuan:** Mengetahuan pengaruh terapi *SEFT* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Ngadirojo Kidul Kabupaten Wonogiri. **Metode:** penelitian ini *quasi-eksperimental*. Pendekatan menggunakan *desain one grup pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling dengan metode purposive sampling*, dengan populasi 38 lansia dan sampel 17 lansia. Pelaksanaan terapi *SEFT* dilakukan 1x sehari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 8 menit pada pagi hari. **Hasil:** penelitian ini didapatkan bahwa median tekanan darah sistolik *pretest* adalah 145 mmHg dan diastolik adalah 92 mmHg. Median tekanan darah sistolik *posttest* adalah 130 mmHg dan diastolik adalah 85 mmHg. Hasil Uji *Wilcoxon Test* diperoleh hasil bahwa *sig. (2-tailed)* (0,002) < 0,05 maka H_a di terima. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh sebelum dan setelah dilakukan terapi *SEFT* terhadap tekanan darah penderita hipertensi.

Kata Kunci: *Hipertensi, Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT), Lansia.*