

**PENERAPAN TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM*
TECHNIQUE (SEFT) SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Shevi Claradita Azahra¹.Siti Fatmawati²
sheviclaradita@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* atau pembunuh tersembunyi karena biasanya penyakit ini tidak memunculkan keluhan dan gejala yang khas, sehingga penderita tidak mengetahui bahwa dirinya mempunyai penyakit hipertensi dan bahkan baru diketahui setelah penderita terjadi komplikasi (Kemenkes, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari Wilayah Puskesmas Ngoresan Puskesmas Ngoresan terdapat 3.902 kasus hipertensi pada tahun 2024. Terapi *SEFT* merupakan terapi komplementer untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. **Tujuan:** Mengetahui perubahan nilai tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukannya tindakan terapi *SEFT*. **Metode:** Penerapan studi kasus dengan metode deskriptif, yaitu dengan melakukan observasi dan wawancara dua responden pada penderita Hipertensi dengan melihat nilai tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan Terapi *SEFT*. **Hasil:** Terjadi penurunan nilai tekanan darah pada responden 1 dari kategori hipertensi derajat 3 menjadi kategori hipertensi derajat 1 sedangkan pada responden 2 terjadi penurunan dari kategori hipertensi derajat 2 menjadi normal. **Kesimpulan:** Sesudah dilakukan penerapan terapi *SEFT* pada responden terjadi penurunan nilai Tekanan Darah.

Kata Kunci: *Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi SEFT*