

**PENGARUH SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS CIWARUGA KABUPATEN BANDUNG BARAT**

Lisdiana Fitri Azzahra
Koresponding :

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia, diperkirakan terdapat 7,5 juta atau sekitar 12,8% kematian yang disebabkan oleh penyakit hipertensi. Hipertensi yang tidak mendapatkan penanganan yang baik, dapat menimbulkan berbagai komplikasi kerusakan organ vital tubuh. Hipertensi membutuhkan penanganan yang tepat, baik dari segi farmakologi maupun non farmakologi. Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan penggabungan dari sistem energi tubuh (energy medicine) dan spiritualitas dalam kalimat doa dengan menggunakan metode ketukan (tapping) di 18 titik meridian sehingga menimbulkan efek relaksasi pada tubuh. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah diberikan terapi SEFT. **Metode penelitian:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasy eksperiment pretest –posttest with two group dengan menggunakan teknik purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 responden yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu 30 responden sebagai kelompok intervensi dan 30 responden sebagai kelompok kontrol. Instrumen data yang digunakan yaitu sphygmomanometer Digital dan lembar observasi. **Hasil:** Hasil uji Pired T-test menunjukkan nilai p value tekanan darah sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dan kontrol adalah sistolik 0,000 dan diastolik 0,000 dengan taraf signifikansi $p < 0,05$. **Simpulan dan saran:** Ada pengaruh pemberian terapi SEFT terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Diharapkan Terapi SEFT dapat digunakan sebagai terapi pendamping obat dan menjadi pengobatan alternatif praktis dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.