

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

Literatur Review

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
di STIKes Ahmad Dahlan Cirebon**



Oleh :

MUHAMMAD MUROBIL FADLI

NIM : 19030

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AHMAD DAHLAN
CIREBON**

2022

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

Literatur Review

Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
di STIKes Ahmad Dahlan Cirebon



Oleh :

MUHAMMAD MUROBIL FADLI

NIM : 19030

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AHMAD DAHLAN
CIREBON**

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

LITERATUR REVIEW

**“PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI”**

Di susun oleh :

MUHAMMAD MUROBIL FADLI

19030

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Cirebon, 02 Juni 2022

Menyetujui

Pembimbing,



AGUS KHURNIAWAN, MKM

NIDN : 0402087106

HALAMAN PENGESAHAN

LITERATUR REVIEW

**“PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI”**

Di susun oleh :

MUHAMMAD MUROBIL FADLI

19030

Telah dipertahankan dalam sidang KTI di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : Cirebon, 07 Juni 2022

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua : AGUS KHURNIAWAN, MKM
NIDN : 0402087106

(.....)

Anggota : Hj. RUSWATI, Ners., M. Kep.
NIDN : 0404107003

(.....)

Anggota : Hj. SOFIYATI, Ners., M. Kep.
NIDN. 0408106002

(.....)

Mengetahui,

**Ketua STIKES Ahmad Dahlan
Cirebon**

**Ketua Program Studi D III
Keperawatan**


Hj. Ruswati, Ners., M. Kep.
NIDN : 0404107003


Titin Supriatin, Ners., M. Kep.
NIDN : 0411108004

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

NAMA : MUHAMMAD MUROBIL FADLI

NIM : 19030

TANDA TANGAN :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Murobil Fadli', written in a cursive style.

Tanggal : 03 Juni 2022

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKes Ahmad Dahlan Cirebon. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Bapak Agus Khurniawan, MKM. Serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini mengucapkan terima kasih kepada :

1. Hj. Ruswati, Ners., M.Kep selaku Ketua STIKes Ahmad Dahlan Cirebon
2. Titin Supriatin, Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan STIKes Ahmad Dahlan Cirebon
3. Agus Khurniawan, MKM. Selaku pembimbing penulisan KTI
4. Seluruh staf dosen dan karyawan STIKes Ahmad Dahlan Cirebon yang telah membantu dalam memenuhi pendidikan selama 3 tahun di STIKes Ahmad Dahlan Cirebon
5. Kedua orang tua, kakak dan keluarga tersayang yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta doa yang tiada hentinya
6. Sahabat yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan KTI ini.

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cirebon, 01 Juni 2022

Muhammad Murobil Fadli

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Penelitian	4
1.2.1 Tujuan Umum	4
1.2.2 Tujuan Khusus	4
1.3 Manfaat	4
1.3.1 Manfaat Teoritis	4
1.3.2 Manfaat Praktik.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Hipertensi.....	6
2.1.1 Pengertian Hipertensi.....	6
2.1.2 Etiologi Hipertensi	6
2.1.3 Gejala Hipertensi.....	9
2.1.4 Klasifikasi Hipertensi.....	10
2.1.5 Komplikasi Hipertensi	11
2.1.6 Patofisiologi Hipertensi.....	13
2.1.7 Penatalaksanaan Hipertensi.....	15
2.2 Konsep Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	16
2.2.1 Pengertian Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	16

2.2.2 Manfaat Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	17
2.2.3 Cara Melakukan Terapi SEFT	18
BAB III METODE	23
3.1 Strategi Pencarian Literatur.....	23
3.1.1 <i>Frameworks</i>	23
3.1.2 Kata Kunci	23
3.1.3 Database atau <i>Search Engine</i>	23
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	24
3.2.1 Hasil Pencarian dan Seleksi <i>Study</i>	24
3.2.2 Artikel Hasil Pencarian	26
BAB IV HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN	29
4.1 Hasil	29
4.1.1 Karakteristik Umum Literatur.....	29
4.1.2 Karakteristik Hasil Penelitian	30
4.2 Analisis Penelitian.....	31
BAB V PEMBAHASAN	32
5.1 Analisis Pengaruh Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi	32
BAB VI PENUTUP	38
6.1 Kesimpulan	38
6.2 Saran.....	38
6.2.1 Bagi Penderita Hipertensi	38
6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	38
6.2.3 Bagi Institusi Pendidikan	39
6.2.4 Bagi Penulis	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patofisiologi Hipertensi.....	15
Gambar 2.2 Life Sloka 2021 - <i>for Body, Soul, and Mind</i>	20

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Batasan Hipertensi	10
Tabel 2.2 Kategori Tekanan Darah	11
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi Dengan Format PICOS	24
Tabel 3.3 Daftar Artikel Hasil Pencarian	26
Tabel 4.1 Tabel Karakteristik Umum Literatur.....	29
Tabel 4.2 Tabel Karakteristik Hasil Penelitian	30
Tabel 4.3 Tabel Analisis Penelitian	31

DAFTAR BAGAN

Daftar Bagan 3. 1 Diagram Alur <i>Litrature Review</i>	25
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup Penulis.....	42
Lampiran 2. Lembar Konsultasi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Lembar Penilaian SANRA	45

**THE EFFECT OF SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE
(SEFT) THERAPY ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION
PATIENTS**

Muhammad Murobil Fadli, Agus Khurniawan

xii + 61 Pages + 8 tables + 2 pictures + 1 Chart + 3 Attachments

ABSTRACT

Introduction : Hypertension is a health problem that occurs in many countries, one of which is in Indonesia. In general, the management of hypertension includes pharmacological and non-pharmacological treatment. One of the non-pharmacological treatments is using Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). This therapy is a form of mind-body therapy that developed from complementary and alternative therapies. **Objective** : to analyze the effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on blood pressure in patients with hypertension. **Methods** : journal search using the Mendeley, Google Scholar, and Crossref databases with the keywords Spiritual Emotional Freedom Technique and hypertension. From the search results obtained 358 journals, selected with inclusion and exclusion with PICOS. After that, SANRA was selected and 8 journals were reviewed. **Results** : from the results of 8 reviewed journals, it can be concluded that SEFT therapy has an effect on reducing blood pressure in all patients with hypertension. It is hoped that this SEFT therapy can be used as an alternative therapy to reduce blood pressure in patients with hypertension.

Keyword : Spiritual Emotional Freedom Technique, Hypertension

Bibliography : 19 (2009-2022)

**PENGARUH TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI**

Muhammad Murobil Fadli, Agus Khurniawan

xiii + 61 Halaman + 8 tabel + 2 gambar + 1 Bagan + 3 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang banyak terjadi di berbagai negara, salah satunya ada di Indonesia. Secara umum penatalaksanaan hipertensi meliputi pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Salah satu pengobatan non farmakologis yaitu dengan menggunakan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), Terapi ini merupakan salah satu bentuk terapi pikiran-tubuh yang berkembang dari terapi komplementer dan alternatif. **Tujuan :** untuk menganalisis pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. **Metode :** pencarian jurnal menggunakan database *Mendeley*, *Google Scholar*, dan *Crossref* dengan kata kunci *Spiritual Emotional Freedom Technique* dan hipertensi. Dari hasil pencarian didapatkan 358 jurnal, di seleksi dengan inklusi dan eksklusi dengan PICOS. Setelah itu diseleksi SANRA dan didapatkan 8 jurnal yang dilakukan *review*. **Hasil :** dari hasil 8 jurnal yang telah di *review* dapat disimpulkan terapi SEFT berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada seluruh penderita Hipertensi. Diharapkan terapi SEFT ini dapat dijadikan terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah penderita Hipertensi.

Kata Kunci : *Spiritual Emotional Freedom Technique*, Hipertensi
Daftar Pustaka : 19 (2009-2022)

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di banyak negara. Di Indonesia, hipertensi menempati urutan kelima penyebab kematian. Prevalensi hipertensi terus meningkat di seluruh dunia (Huda & Alvita, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 menunjukkan sekitar 22% orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Aditya & Khoiriyah, 2021).

Pada tahun 2018, RISKESDAS menunjukkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk > 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,11, peningkatan hipertensi berdasarkan cara pengukuran juga terjadi di hampir seluruh provinsi di Indonesia. Prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan prevalensi pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Peningkatan prevalensi tertinggi terdapat di Provinsi DKI Jakarta sebesar 13,4%, Kalimantan Selatan sebesar 13,3%, dan Sulawesi Barat sebesar 12,3%. Jawa barat menempati posisi ke 2 sebesar 39,60%, setelah Kalimantan selatan sebesar 44,13%, yang ketiga Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Provinsi Papua memiliki prevensi hipertensi

terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatera Barat sebesar 25,16% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Oleh karena itu, manajemen diri terhadap hipertensi merupakan faktor yang sangat penting dalam menurunkan angka kematian dini. Manajemen diri hipertensi merupakan bagian penting dari manajemen kasus hipertensi. Secara umum penatalaksanaan hipertensi meliputi pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Salah satu pengobatan non farmakologis yaitu dengan menggunakan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) (Huda & Alvita, 2018).

Menurut Zainuddin (2009) Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), termasuk di dalamnya teknik relaksasi, merupakan salah satu bentuk terapi pikiran-tubuh yang berkembang dari terapi komplementer dan alternatif. Terapi SEFT adalah teknik yang menggabungkan sistem energi tubuh (energi obat) dan terapi spiritual dengan menyentuh titik-titik tertentu pada tubuh. Terapi SEFT kurang lebih bekerja dengan prinsip yang sama seperti akupuntur dan akupresur. Ketiganya berupaya merangsang titik-titik kunci di sepanjang 12 jalur energi (*meridian energy*) tubuh. Perbedaannya dibandingkan dengan metode akupuntur dan akupresur adalah teknik SEFT menggunakan unsur batin, metode penggunaan yang lebih aman, mudah, cepat dan sederhana, karena SEFT hanya menggunakan ketukan ringan (Rofacky & Ain, 2015).

Cara melakukan SEFT adalah dengan melakukan ketukan ringan (*tapping*) pada 18 titik meridian tubuh dan menstimulasi meridian tubuh pada 12 jalur utama. Tujuan melakukan *tapping* adalah menyamakan energi tubuh dan

membuat tubuh menjadi rileks. Cara kerja SEFT adalah hampir mirip terapi akupuntur atau akupresur, *Emotional Freedom Technique* (EFT), ditambah konsep spiritual atau doa (Patriyani & Sulistyowati, 2020).

Menurut Mills (2012) Menjelaskan bahwa teknik relaksasi memiliki efek yang sama dengan obat antihipertensi dalam menurunkan tekanan darah. Proses ini dimulai dengan mengendurkan otot polos arteri dan vena serta otot-otot lain di tubuh. Efek melonggarnya otot-otot ini menyebabkan penurunan kadar norepinefrin dalam darah. Otot-otot yang rileks ini akan mengirimkan rangsangan ke hipotalamus sehingga jiwa dan organ dalam orang tersebut merasa tenang dan tentram. Kondisi ini menekan sistem saraf simpatis sehingga produksi hormon epinefrin dan norepinefrin dalam darah menurun. Kadar norepinefrin dan epinefrin dalam darah menurun, membuat jantung bekerja lebih sedikit untuk memompa darah, sehingga tekanan darah juga menurun (Rofacky & Ain, 2015).

Berdasarkan uraian di atas dan *literature review* peneliti sebelumnya dapat disimpulkan bahwa tekanan darah penderita hipertensi masih menjadi masalah serius dikarenakan tingkat kematian masih tinggi dan prevalensi hipertensi terus meningkat. Maka dari itu penulis tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Apakah ada pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi ?”.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi

1.2.2 Tujuan Khusus

Menganalisis pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.3 Manfaat

1.3.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil *literature review* dengan judul “pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi” dapat dijadikan referensi informasi tentang adanya alternatif perawatan untuk mengoptimalkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.3.2 Manfaat Praktik

a. Bagi Masyarakat

Hasil *literature review* ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat mengenai pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi sehingga masalah tekanan darah pada penderita hipertensi dapat dikurangi.

b. Bagi Institusi

Diharapkan bisa menjadi sumber dalam pengembangan ilmu keperawatan dan sebagai masukan dalam proses pembelajaran khususnya mengenai pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Hipertensi

2.1.1 Pengertian Hipertensi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah meningkat pada sistolik, dan diastolik ataupun keduanya. Bila tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg, disebut hipertensi. Tidak seperti pada lansia, kita berbicara tentang hipertensi jika tekanan darah sistolik 160 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg karena struktur seluler orang tua berbeda dengan orang dewasa yang mengalami perubahan struktur dan fungsi sel (Nurjanah, 2019).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg setelah dua kali pengukuran selama lima menit saat istirahat atau tenang (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

2.1.2 Etiologi Hipertensi

Ada beberapa faktor resiko terjadinya hipertensi menurut Nurjanah, (2019) antara lain :

a. Usia/umur

Hipertensi primer biasanya muncul antara usia 30-50 tahun. Peristiwa hipertensi meningkat dengan usia; 50-60% klien yang berumur lebih dari 60 tahun memiliki tekanan darah lebih dari 140/90

mmHg. Penelitian epidemiologi, bagaimanapun juga, telah menunjukkan prognosis yang lebih buruk pada klien yang hipertensinya mulai pada usia muda. Hipertensi sistolik terisolasi umumnya terjadi pada orang yang berusia lebih dari 50 tahun, dengan hampir 24% dari semua orang terkena pada usia 80 tahun. Diantara orang dewasa, pembacaan TDS lebih baik dari pada TDD karena merupakan prediktor yang lebih baik untuk kemungkinan kejadian dimasa depan seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal.

b. Jenis Kelamin

Pada keseluruhan insiden, hipertensi lebih banyak terjadi pada pria dibandingkan wanita sampai kira-kira usia 55 tahun. Resiko pada pria dan wanita hampir sama antara usia 55 tahun sampai 75 tahun; kemudian, setelah usia 74 tahun, wanita lebih beresiko besar.

c. Riwayat Keluarga

Hipertensi dianggap poligenik dan multifaktorial, yaitu pada seorang dengan riwayat hipertensi keluarga, beberapa gen mungkin berinteraksi dengan yang lainnya dan juga lingkungan yang dapat menyebabkan tekanan darah naik dari waktu ke waktu. Kecenderungan genetik yang membuat keluarga tertentu rentan terhadap hipertensi mungkin berhubungan dengan peningkatan kadar natrium intraseluler dan penurunan rasio kalsium-natrium, yang lebih sering ditemukan pada orang berkulit hitam. Klien dengan orang tua yang memiliki hipertensi beresiko pada resiko hipertensi yang lebih tinggi pada usia muda.

d. Kebiasaan Merokok

Pada dosis tertentu nikotin dalam rokok sigaret serta obat seperti kokain dapat menyebabkan naiknya tekanan darah secara langsung. Namun bagaimanapun juga, kebiasaan memakai zat ini telah turut meningkatkan kejadian hipertensi dari waktu ke waktu.

e. Konsumsi Garam

Konsumsi natrium bisa menjadi faktor penting dalam perkembangan hipertensi esensial. Paling tidak 40 % dari klien yang akhirnya terkena hipertensi akan sensitif terhadap garam dan kelebihan garam mungkin menjadi penyebab pencetus hipertensi pada individu ini. Diet tinggi garam mungkin menyebabkan pelepasan hormon natriuretik yang berlebihan, yang mungkin secara tidak langsung meningkatkan tekanan darah. muatan natrium juga menstimulasi mekanisme vasopresor didalam sistem saraf pusat (SSP). Penelitian juga menunjukkan bahwa asupan diet rendah kalium, dan magnesium dapat berkontribusi dalam pengembangan hipertensi.

f. Obesitas

Obesitas, terutama pada tubuh bagian atas (tubuh berbentuk “apel”), dengan meningkatnya jumlah lemak sekitar diafragma, pinggang, dan perut, dihubungkan dengan pengembangan hipertensi. Orang dengan kelebihan berat badan tetapi mempunyai kelebihan paling banyak di pantat, pinggul dan paha (tubuh berbentuk “pear”) berada pada resiko jauh lebih sedikit untuk pengembangan

hipertensi sekunder dari pada peningkatan berat badan saja. Kombinasi obesitas dengan faktor-faktor lain dapat ditandai dengan sindrom metabolik, yang juga meningkatkan resiko hipertensi.

g. Stress

Stresor bisa dari banyak hal, mulai dari suara, infeksi, peradangan nyeri, berkurangnya suplai oksigen, panas, dingin, trauma, pengerahan tenaga berkepanjangan, respons pada peristiwa kehidupan, obesitas, usia tua, obat-obatan, penyakit, pembedahan dan pengobatan medis dapat memicu respons stres. Rangsangan berbahaya ini dianggap oleh seseorang sebagai ancaman atau dapat menyebabkan bahaya; kemudian, sebuah respons psikopatologi “melawan-atau-lari” (*fight or flight*) diprakarsai didalam tubuh. Jika respons stres menjadi berlebihan atau berkepanjangan, disfungsi organ sasaran atau penyakit akan dihasilkan. Sebuah laporan dari Lembaga Stres Amerika (*American Institute of Stress*) memperkirakan 60% sampai 90% dari seluruh kunjungan perawatan primer meliputi keluhan yang berhubungan dengan stres. Oleh karena stres adalah permasalahan persepsi, interpretasi orang terhadap kejadian yang menciptakan banyak stressor dan respon stress.

2.1.3 Gejala Hipertensi

Tidak semua penderita hipertensi mengenali atau merasakan keluhan maupun gejala, sehingga hipertensi sering dijuluki sebagai pembunuh diam-diam (*silent killer*). Keluhan-keluhan pada penderita hipertensi antara lain :

a. Sakit kepala

- b. Gelisah
- c. Jantung berdebar-debar
- d. Pusing
- e. Penglihatan kabur
- f. Rasa sakit di dada
- g. Mudah Lelah

Adapun gejala komplikasi pada Hipertensi :

- a. Gangguan penglihatan
- b. Gangguan saraf
- c. Gangguan jantung
- d. Gangguan ginjal

Gangguan serebral (otak) yang mengakibatkan kejang, perdarahan pembuluh darah otak yang mengakibatkan kelumpuhan, gangguan kesadaran hingga koma (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

2.1.4 Klasifikasi Hipertensi

Berdasarkan The Joint National Commite VIII (2014) tekanan darah dapat diklasifikasikan berdasarkan usia dan penyakit tertentu. Diantaranya adalah :

Tabel 2.1 Batasan Hipertensi Berdasarkan *The Joint National Commite VIII Tahun 2014*

Batasan Tekanan Darah (mmHg)	Kategori
≥150/90 mmHg	Usia ≥ 60 tahun tanpa penyakit diabetes dan chronic kidney disease
≥140/90 mmHg	Usia 19-59 tahun tanpa penyakit penyerta
≥140/90 mmHg	Usia ≥ 18 tahun dengan penyakit ginjal
≥140/90 mmHg	Usia ≥ 18 tahun dengan penyakit diabetes

American Heart Association (2014) menggolongkan hasil pengukuran tekanan darah menjadi :

Tabel 2.2 Kategori Tekanan Darah Berdasarkan *American Heart Association*

Kategori tekanan darah	Sistolik	Diastolik
Normal	< 120 mmHg	< 80 mmHg
Prehipertensi	120-139 mmHg	80-89 mmHg
Hipertensi Stage 1	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Hipertensi Stage 2	≥ 160 mmHg	≥ 100 mmHg
Hipertensi Stage 3 (Keadaan gawat)	≥ 180mmHg	≥ 110 mmHg

2.1.5 Komplikasi Hipertensi

Komplikasi Hipertensi dapat berpotensi menjadi komplikasi berbagai penyakit diantaranya adalah stroke, infark miokard, gagal ginjal, ensefalopati, kejang.

a. Stroke

Stroke adalah kerusakan jaringan otak yang disebabkan karena berkurangnya atau terhentinya suplai darah secara tiba-tiba. Jaringan otak yang mengalami hal ini akan mati dan tidak dapat berfungsi lagi. Kadang pula stroke disebut dengan CVA (*cerebrovascular accident*). Hipertensi menyebabkan tekanan yang lebih besar pada dinding pembuluh darah, sehingga dinding pembuluh darah menjadi lemah dan pembuluh darah rentan pecah. Namun demikian, hemorrhagic stroke juga dapat terjadi pada bukan penderita hipertensi. Pada kasus seperti ini biasanya pembuluh darah pecah karena lonjakan tekanan darah yang terjadi secara tiba-tiba karena suatu sebab tertentu, misalnya karena makanan atau faktor emosional. Pecahnya pembuluh darah di suatu tempat di otak dapat menyebabkan sel-sel otak yang seharusnya

mendapat pasokan oksigen dan nutrisi yang dibawa melalui pembuluh darah tersebut menjadi kekurangan nutrisi dan akhirnya mati. Darah yang tersedot dari pembuluh darah yang pecah tersebut juga dapat merusak sel-sel otak yang berada disekitarnya.

b. Infark miokard

Infark miokard dapat terjadi apabila arteri koroner yang arterosklerotik tidak dapat menyuplai cukup oksigen ke miokardium atau apabila terbentuk thrombus yang menghambat aliran darah melewati pembuluh darah. Pada hipertensi kronis dan hipertensi ventrikel, kebutuhan oksigen miokardium mungkin tidak dapat dipenuhi dan dapat terjadi iskemia jantung yang menyebabkan infark. Demikian juga hipertrofi ventrikel dapat menyebabkan perubahan waktu hantaran listrik melintasi ventrikel sehingga terjadi disritmia, hipoksia jantung, dan peningkatan resiko pembentukan bekuan.

c. Gagal ginjal

Gagal ginjal dapat terjadi karena kerusakan progresif akibat tekanan tinggi pada kapiler glomerulus ginjal. Dengan rusaknya glomerulus aliran darah ke unit fungsional ginjal, yaitu nefron dapat terganggu dan dapat berlanjut menjadi hipoksia dan kematian. Dengan rusaknya membrane di glomerulus, protein akan keluar melalui urin sehingga tekanan osmotik koloid plasma berkurang dan menyebabkan edema, yang sering dijumpai pada hipertensi kronis.

d. Ensefalopati (Kerusakan Otak)

Ensefalopati dapat terjadi, terutama pada hipertensi maligna (hipertensi yang meningkat cepat dan berbahaya). Tekanan yang sangat tinggi pada kelainan ini menyebabkan peningkatan tekanan kapiler dan mendorong cairan ke ruang interstisial diseluruh susunan saraf pusat. Neuron-neuron di sekitarnya kolaps dan terjadi koma serta kematian.

e. Kejang

Kejang dapat terjadi pada wanita preeklamsi. Bayi yang lahir mungkin memiliki berat lahir kecil masa kehamilan akibat perfusi plasenta yang tidak adekuat, kemudian mengalami hipoksia dan asidosis jika ibu mengalami kejang selama atau sebelum proses kelahiran (Reski, 2018).

2.1.6 Patofisiologi Hipertensi

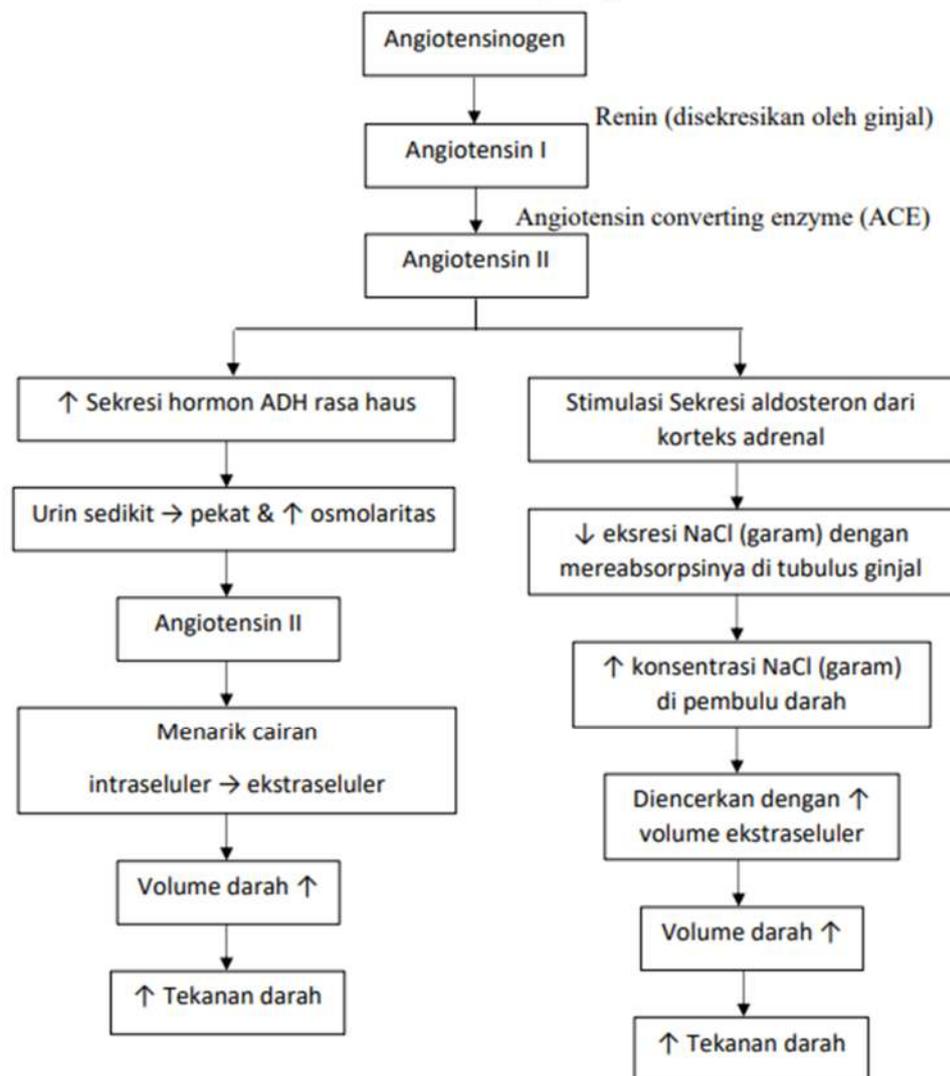
Mekanisme terjadinya hipertensi adalah melalui terbentuknya angiotensin II dari angiotensin I oleh angiotensin I converting enzyme (ACE). ACE memegang peran fisiologi penting dalam mengatur tekanan darah. Darah mengandung angiotensinogen yang diproduksi di hati. Selanjutnya oleh hormon, renin (diproduksi oleh ginjal) akan diubah menjadi angiotensin I. Oleh ACE yang terdapat di paru-paru, angiotensin I diubah menjadi angiotensin II. angiotensin II inilah yang memiliki peranan kunci dalam menaikkan tekanan darah melalui dua aksi utama.

Aksi pertama adalah meningkatkan sekresi hormon antidiuretik (ADH) dan rasa haus. ADH diproduksi di hipotalamus (kelenjar pituitari) dan bekerja pada ginjal untuk mengatur osmolalitas dan volume urin. Dengan meningkatnya ADH, sangat sedikit urin yang dieksresikan keluar tubuh

(antidiuretik), sehingga menjadi pekat dan tinggi osmolalitasnya. Untuk mengencerkannya, volume cairan ekstraseluler dan ditingkatkan dengan cara menarik cairan dari bagian intraseluler. Akibatnya, volume darah meningkat yang pada akhirnya akan meningkatkan tekanan darah.

Aksi kedua adalah menstimulasi sekresi aldosteron dari korteks adrenal. Aldosteron merupakan hormon steroid yang memiliki peranan penting pada ginjal. Untuk mengatur volume cairan ekstraseluler, aldosteron akan mengurangi ekskresi NaCl (garam) dengan cara mereabsorpsinya dari tubulus ginjal. Naiknya konsentrasi NaCl akan diencerkan kembali dengan pada gilirannya akan meningkatkan volume dan tekanan darah (Wijayanti et al., 2015).

Gambar 2.1 Patofisiologi Hipertensi



2.1.7 Penatalaksanaan Hipertensi

Penanganan hipertensi secara umum yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan Farmakologis terdiri atas pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik, beta-bloker, vasodilator dengan memperhatikan cara mekanisme kerja serta kepatuhan dalam menjalankan pengobatan. Pengobatan hipertensi saat ini belum efektif karena hanya menurunkan angka kejadian sebesar 8%, harga obat yang relatif mahal dan

adanya efek samping dari penggunaan obat, menjadikan masyarakat berhenti melakukan pengobatan.

Sedangkan untuk penanganan dalam segi non farmakologis adalah dengan cara menurunkan berat badan, olahraga dengan teratur, diet rendah lemak serta garam, berhenti merokok dan berhenti dari mengkonsumsi alkohol, serta terapi komplementer. Banyak terapi komplementer yang telah dikembangkan untuk mengatasi masalah hipertensi, diantaranya obat tradisional, akupunktur, hipnoterapi, meditasi, akupresur serta terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yaitu salah satu bentuk dari mind-body terapi. SEFT merupakan teknik penggabungan dari sistem energi tubuh (*energy medicine*). dan terapi *spiritual* dengan menggunakan *tapping* pada titik-titik tertentu pada tubuh (Nurjanah, 2019).

2.2 Konsep Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

2.2.1 Pengertian Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan teknik penggabungan dari sistem *energy psychology* dan *Spiritual power* dengan menggunakan *tapping* pada titik-titik tertentu pada tubuh. Penggunaan teknik SEFT relatif lebih aman, lebih mudah, lebih cepat dan lebih sederhana dibandingkan dengan akupresur atau akupunktur karena hanya menggunakan ketukan ringan (*tapping*) (Zainuddin, 2012).

Terapi SEFT adalah metode baru dalam melakukan teknik EFT, SEFT yang ditemukan oleh Ahmad Faiz Zainuddin pada awalnya melakukan dengan secara spontan, dan ternyata berhasil. Lalu mencoba diulang beberapa kali dalam beberapa kasus dan berhasil dan mempraktekannya bahkan sampai ratusan orang, ternyata hasilnya juga sangat bagus. Kebanyakan mereka lebih memilih menggunakan terapi SEFT versi Ahmad Faiz Zainuddin dibandingkan dengan menggunakan EFT dari Garry Craig (Nurjanah et al., 2022).

Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) bekerja dengan prinsip yang kurang lebih sama dengan akupuntur dan akupresur. Ketiga teknik ini berusaha merangsang titik-titik kunci di sepanjang 12 jalur energi (energi meridian) tubuh yang sangat berpengaruh pada kesehatan kita (Zainuddin, 2012).

2.2.2 Manfaat Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

Menurut Zainuddin (2009) terapi SEFT mempunyai banyak manfaat dalam berbagai bidang, yaitu:

- a. Individu : Memberikan solusi untuk mengatasi masalah-masalah pribadi yang kita hadapi dan dapat mengembangkan potensi diri agar terlepas dari konflik batin yang belum terselesaikan. Sehingga setelah bebas dari lingkaran beban emosi ini, seseorang mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal.
- b. Kelompok : Dapat menciptakan hubungan yang kokoh bagi setiap masing-masing anggota keluarga. dengan SEFT sebagai penetralisasi

emosi yang negatif yang sering timbul di dalam keluarga seperti kecemburuan, rasa marah dan tersinggung, rasa takut kehilangan dan sebagainya.

- c. Sekolah : Dapat membantu guru/dosen, siswa maupun mahasiswa guna menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan pendidikan. Seperti, permasalahan sulit konsentrasi pada pelajaran, malas belajar, murid yang bandel dan lain sebagainya.
- d. Kesehatan : Memberikan manfaat yang dapat membantu menyembuhkan penyakit fisik salah satunya adalah tekanan darah tinggi tanpa pemberian obat-obatan ataupun dengan operasi, karena dengan cara tapping di titik meridian yang tepat dapat memperbaiki dengan memanfaatkan energi tubuh dan kekuatan psikologi. Jadi, dari uraian manfaat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa SEFT mampu menangani berbagai kasus dan berbagai bidang di dalam kehidupan manusia yang penuh dengan masalah yang semakin hari semakin kompleks (Nurjanah, 2019).

2.2.3 Cara Melakukan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

Menurut Zainuddin (2012) ada dua versi dalam melakukan SEFT. Pertama adalah versi lengkap dan yang kedua adalah versi ringkas (*short-cut*). Keduanya terdiri dari tiga langkah sederhana, perbedaannya hanya pada langkah ketiga (*the tapping*). Pada versi ringkas, langkah ketiga dilakukan hanya pada 9 titik dan pada versi lengkap tapping dilakukan pada 18 titik.

a. Versi Lengkap

Di dalam versi lengkap SEFT terdiri dari 3 tahap :

1) *The Set-Up*

The set-up bertujuan untuk memastikan agar aliran energi tubuh kita teralihkan dengan tepat. Langkah ini untuk menetralkan "*psychological Reversal*" atau "perlawanan psikologis" *The Set-up* terdiri dari 2 aktivitas, yang pertama adalah mengucapkan kalimat doa dengan penuh rasa khusyu', ikhlas dan pasrah sebanyak 3 kali. Dan yang kedua adalah sambil mengucapkan dengan penuh perasaan, kita menekan dada kita, tepatnya di bagian "*Sore Spot*" (titik nyeri = daerah di sekitar dada atas yang jika ditekan terasa agak sakit) atau mengetuk dengan dua ujung jari di bagian "*Karate Chop*". Setelah menekan titik nyeri atau mengetuk *karate chop* sambil mengucapkan kalimat *Set-Up* seperti di atas, kita melanjutkan dengan langkah kedua, "*The Tune-In*" (Zakiyyah, 2013).

2) *The Tune-In*

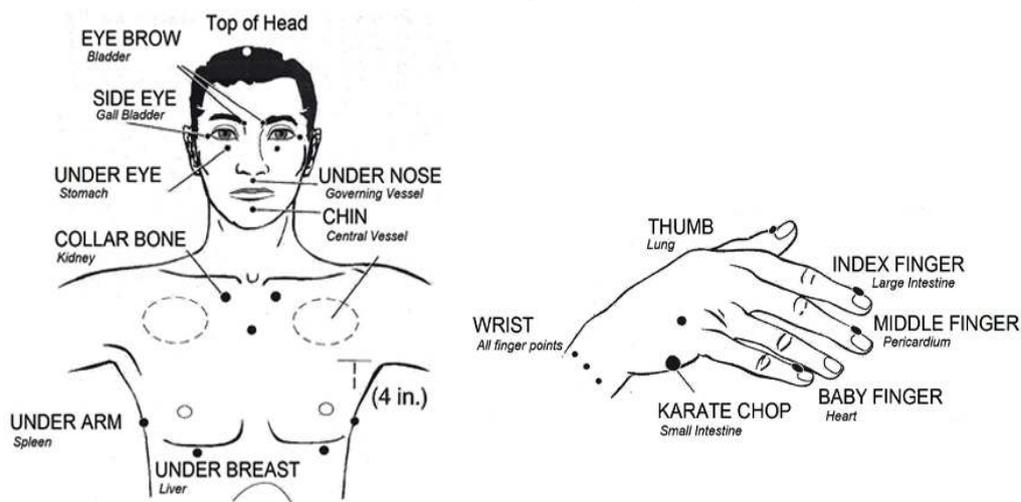
Masalah fisik, kita melakukan tune-in dengan cara merasakan rasa sakit yang kita alami, lalu mengarahkan pikiran kita ke tempat rasa sakit, dibarengi dengan hati dan mulut kita berdoa. Masalah emosi, kita melakukan "*Tune-In*" dengan cara memikirkan sesuatu atau peristiwa spesifik tertentu yang dapat membangkitkan emosi negatif yang ingin kita hilangkan. Ketika terjadi reaksi negatif

(marah, sedih, takut, dsb) hati dan mulut kita berdoa “Ya Allah, Saya ikhlas menerima sakit saya, Saya pasrahkan kepada-Mu kesembuhan saya”. Bersamaan dengan *Tune-In* ini kita melakukan langkah ketiga (*Tapping*). Pada proses inilah kita menetralkan emosi negatif atau rasa sakit fisik (Zakiyyah, 2013).

3) *The Tapping*

Tapping adalah mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di tubuh kita sambil terus *Tune-In*. Titik-titik ini adalah titik-titik kunci dari "*The Major Energy Meridians*", yang jika kita ketuk beberapa kali akan berdampak pada ternetralisirnya gangguan emosi atau rasa sakit yang kita rasakan. Karena aliran energi tubuh berjalan dengan normal dan seimbang kembali (Zakiyyah, 2013).

Gambar 2.2 Life Sloka 2021 - for Body, Soul, and Mind



Berikut ini adalah titik-titik tersebut :

- a) Cr = *Crown*, Pada titik di bagian tengah atas kepala

- b) EB = *EyeBrow*, Pada titik permulaan alis mata
- c) SE = *Side of the Eye*, Di atas tulang di samping mata
- d) UE = *Under the Eye*, 2 cm di bawah kelopak mata
- e) UN = *Under the Nose*, Tepat di bawah hidung
- f) Ch = *Chin*, Di antara dagu dan bagian bawah bibir
- g) CB = *Collar Bone*, Di ujung tempat bertemunya tulang dada, collar bone dan tulang rusuk pertama
- h) UA = *Under the Arm*, Di bawah ketiak sejajar dengan puting susu (pria) atau tepat di bagian tengah tali bra (wanita)
- i) BN = *Below Nipple*, 2,5 cm di bawah puting susu (pria) atau di perbatasan antara tulang dada dan bagian bawah payudara
- j) IH = *Inside of Hand*, Di bagian dalam tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- k) OH = *Outside of Hand*, Di bagian luar tangan yang berbatasan dengan telapak tangan
- l) Th = *Thumb*, Ibu jari di samping luar bagian bawah kuku
- m) IF = *Index Finger*, Jari telunjuk di samping luar bagian bawah kuku
- n) MF = *Middle Finger*, Jari tengah samping luar bagian bawah kuku
- o) RF = *Ring finger*, Jari manis di samping luar bagian bawah kuku

- p) BF = *Baby finger*, Di jari kelingking di samping luar bagian bawah kuku
- q) KC = *Karate Chop*, Di samping telapak tangan, bagian yang kita gunakan untuk mematahkan balok saat karate.
- r) GS = *Gamut Spot*, Di bagian antara perpanjangan tulang jari manis dan tulang jari kelingking.

Setelah menyelesaikan 9 *gamut procedure*, langkah terakhir adalah mengulang lagi *tapping* dari titik pertama hingga ke-18 (berakhir di *Gamut Spot*). Dan diakhiri dengan mengambil nafas panjang dan menghembuskannya, sambil mengucap rasa syukur (Zainuddin, 2012).

b. Versi Ringkas

The Set-Up, lalu dilanjutkan *The Tune-In* beserta kata pengingatnya atau doa: "saya ikhlas, saya pasrah" disertai sebagian langkah ketiga (*the Tapping*), mulai dari titik pertama (*the Crown*) hingga titik ke 9 (*Below Nipple*). Cukup sampai di situ dan akhiri dengan tarik nafas panjang dan hembuskan (Zainuddin, 2012).

BAB III

METODE

3.1 Strategi Pencarian Literatur

3.1.1 *Frameworks*

PICOS *framework* digunakan dalam strategi mencari jurnal tersebut.

- a. *Population/problem* : Populasi yang akan menganalisis masalah.
- b. *Intervention* : Tindakan intervensi atau penatalaksanaan pada kasus yang terjadi serta penjelasannya.
- c. *Comparation* : Perbandingan dari penatalaksanaan lain
- d. *Outcome* : Suatu hasil dari penelitian.
- e. *Study design* : Model penelitian yang digunakan untuk di *review*.

3.1.2 Kata Kunci

Dalam pencarian jurnal menggunakan kata kunci (*AND* dan *OR*) yang dipakai untuk lebih detail lagi dalam pencairan jurnal dan dapat mempermudah pencarian jurnal yang diinginkan. Kata kunci yang digunakan adalah “*Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) AND hypertension* (hipertensi)”.

3.1.3 Database atau *Search Engine*

Data sekunder merupakan data yang digunakan dalam melakukan penelitian ini. Dimana data yang didapatkan tidak langsung terjun pengawasan, tetapi mengambil dari data penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan. *Search Engine* atau pencarian jurnal menggunakan aplikasi

Publish or Perish dan Sumber data yang digunakan menggunakan *database Mendeley, Google Scholar, dan Crossref.*

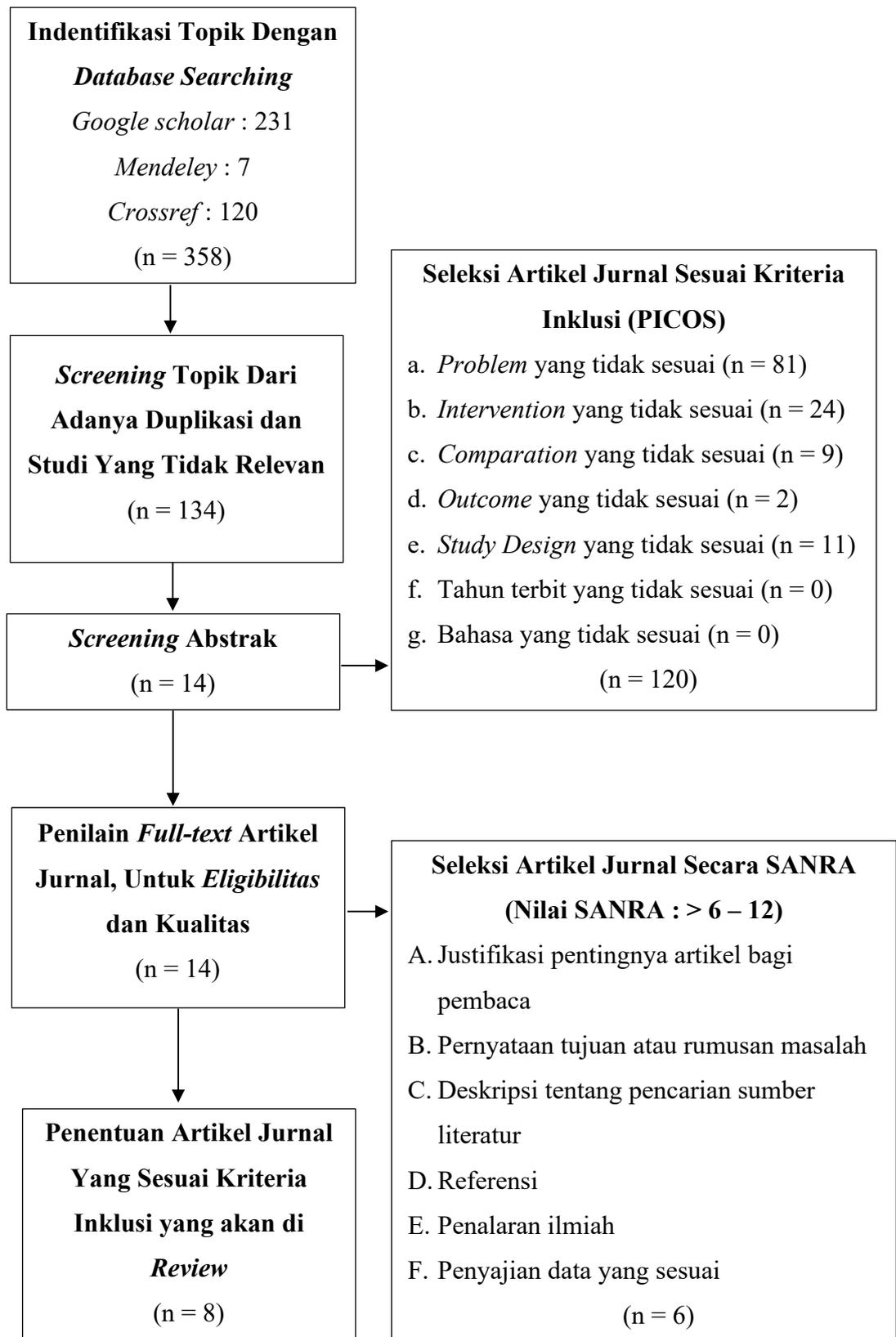
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi Dengan Format PICOS

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Problem</i>	Tekanan darah pada penderita Hipertensi	Tidak ada variabel tekanan darah pada penderita Hipertensi
<i>Intervention</i>	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	Jurnal yang tidak sesuai dengan intervensi
<i>Comparison</i>	Tidak ada faktor pembanding	Adanya faktor pembanding
<i>Outcome</i>	Adanya pengaruh terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) terhadap tekanan darah penderita hipertensi	Tidak ada pengaruh terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) terhadap tekanan darah penderita hipertensi
<i>Study Design</i>	Studi eksperimental	Selain studi eksperimental
Tahun Terbit	Jurnal yang diterbitkan pada tahun 2012-2022	Jurnal yang diterbitkan sebelum tahun 2012
Bahasa	Bahasa Indonesia dan bahasa Inggris	Selain bahasa Indonesia dan bahasa Inggris

3.2.1 Hasil Pencarian dan Seleksi *Study*

Dari hasil pencarian *literature review* melalui database Mendeley, Google scholar, dan Crossref yang menggunakan *keyword* dalam pencarian menemukan 358 jurnal dan kemudian jurnal tersebut di seleksi, ada 224 jurnal di eksklusi karena adanya duplikasi dan studi yang tidak relevan dan di dapatkan 134 jurnal. Setelah itu di seleksi di bagian abstrak menggunakan PICOS dan di dapatkan 120 jurnal yang di eksklusi dan tersisa 14 jurnal. Setelah itu diseleksi lagi menggunakan SANRA sehingga dilakukannya eksklusi dan didapatkan 8 jurnal yang dilakukan *review*.

Daftar Bagan 3. 1 Diagram Alur *Litrature Review*

3.2.2 Artikel Hasil Pencarian

Tabel 3.2 Daftar Artikel Hasil Pencarian

No	Author	Tahun	Volume/ Angka	Judul	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Database
1	Lilis Lismayanti, Nina Pamela Sari	2018	Vol. 1 No. 1	Efektifitas Spiritual Emotional Freedom Therapy (Seft) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Diatas 65 Tahun Yang Mengalami Hipertensi	D : Kuasi Eksperimen S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft), variabel terikatnya adalah tekanan darah pada Hipertensi I : Observasi A : Bivariat	Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan dengan rata-rata usia 71,47 tahun minimum 66 tahun maksimum 78 tahun. Hasil analisa bivariat SEFT efektif menurunkan tekanan darah pada lansia diatas 65 tahun yang mengalami hipertensi dengan nilai $p=0,000$ (Lismayanti & Sari, 2018).	Google Scholar
2	Sholihul Huda, Galia Wardha Alvita	2018	Vol. 7 No. 1	Pengaruh Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tahunan.	D : Quasy Eksperimen S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique), variabel terikatnya adalah tekanan darah pada penderita Hipertensi I : Observasi A : Paired t-test	Hasil analisis menggunakan Paired t-test pada kelompok intervensi menunjukkan nilai p-value tekanan darah sistol 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$) dan nilai p-value tekanan darah diastol 0,022 ($p\text{-value} < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. (Huda & Alvita, 2018).	Mendeley
3	Murni	2018	Vol. 8 No. 2	Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	D : <i>Quasy Experiment</i> S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya adalah terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT), variabel terikatnya adalah	Hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara terapi SEFT dengan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan $p < 0,05$ ($p = 0,000$). Disarankan untuk menggunakan	Mendeley

					tekanan darah pada penderita Hipertensi I : Observasi A : Dependent and independent sample T test	terapi SEFT sebagai alternatif pengobatan hipertensi (Murni, 2018).	
4	Maswarni, Hayana	2020	Vol. 4 No. 1	Keberhasilan Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Terhadap Tekanan Darah di Desa Pandau Jaya Kec. Siak Hulu Kab. Kampar	D : <i>Quasy Experiment</i> S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya adalah terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT), variabel terikatnya adalah tekanan darah pada Hipertensi I : Set tensimeter air raksa dan stetoskop atau Observasi A : Uji dependent (paired-sample t test)	Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai-P = 0,000 (P <0,05), yang berarti ada pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan tekanan darah sistole dan diastole pada pasien hipertensi (Maswarni & Hayana, 2020).	<i>Crossref</i>
5	Sri Maryatun	2019	Vol. 3 No. 1	Aplikasi Supportif Intervensi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Werdha Teratai	D : <i>Quasy Experiment</i> S : <i>Consecutive Sampling</i> V : Variabel bebasnya adalah terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT), variabel terikatnya adalah tekanan darah pada lansia Hipertensi I : Observasi A : Uji alternatif Man Whitney	Hasil penelitian ini ada pengaruh SEFT dengan aplikasi model supportive terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi ,terdapat perbedaan yang bermakna pada tekanan darah sistolik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan p value 0,000 dan terdapat perbedaan yang bermakna pada tekanan darah diastolik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan p value 0,003 (Maryatun, 2019).	<i>Google Scholar</i>
6	Barkah Hidayatulloh, Lilis Lismayanti	2018	Vol. 2 No. 1	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi	D : <i>Quasy Experiment</i> S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya adalah terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT),	Hasil penelitian menunjukkan bahwa SEFT berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi, tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan antara perlakuan 1	<i>Google Scholar</i>

					di UPTD Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya	variabel terikatnya adalah tekanan darah pada Hipertensi I : <i>Sphygmomanometer</i> air raksa atau Observasi A : Uji T dependen dan independen	putaran dengan 3 putaran (Lismayanti & Hidayatulloh, 2018).	
7	Dwi Septian Wijaya, Arif Nurma Etika	2017	Vol. 2 No. 1	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Thecnique</i> (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi	<i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	D : Pre eksperimen S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya adalah terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT), variabel terikatnya adalah tekanan darah pada lansia Hipertensi I : Observasi A : Uji Shapiro Wilk <i>Paired T Test</i>	Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi SEFT efektif menurunkan tekanan darah. Hasil Analisis menunjukkan bahwa terapi SEFT efektif terhadap perubahan tekanan darah dengan nilai (p value = 0,000) (Wijaya & Etika, 2017).	<i>Google Scholar</i>
8	Hendri Fajri Rofacky, Faridah Aini	2015	Vol. 10 No. 1	Pengaruh Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi	<i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	D : <i>Quasy Experiment</i> S : <i>Purposive Sampling</i> V : Variabel bebasnya adalah terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT), variabel terikatnya adalah tekanan darah pada Hipertensi I : Lembar observasi. A : Uji T-test Independen	Hasil analisis dengan menggunakan t-test independen menemukan bahwa nilai p 0,000 (sistole) dan nilai p dari 0,019 (diastole), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan bermakna sebelum dan setelah terapi SEFT (Rofacky & Ain, 2015).	<i>Google Scholar</i>

BAB IV

HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

4.1 Hasil

4.1.1 Karakteristik Umum Literatur

Tampilan hasil dalam tugas akhir *literature review* berisi tentang ringkasan dan pokok-pokok hasil dari setiap artikel yang terpilih dalam bentuk tabel, kemudian di bawah bagian tabel dijabarkan apa yang ada dalam tabel tersebut berupa makna dan trend dalam bentuk paragraf (Hariyono, et al., 2020).

Tabel 4.1 Tabel Karakteristik Umum Literatur

No	Kategori	F	%
A	Tahun Publikasi		
1	2020	1	12,5
2	2019	1	12,5
3	2018	4	50
4	2017	1	12,5
5	2015	1	12,5
	Jumlah	8	100
B	Desain Penelitian		
1	<i>Quasy Experiment</i>	7	87,5
2	Pre eksperimen	1	12,5
	Jumlah	8	100
C	Sampling Penelitian		
1	<i>Purposive Sampling</i>	7	87,5
2	<i>Consecutive Sampling</i>	1	12,5
	Jumlah	8	100
D	Instrumen Penelitian		
1	Lembar Observasi	1	25
2	Observasi	7	75
	Jumlah	8	100
E	Analisis Statistik Penelitian		
1	Bivariat	1	12,5
2	<i>Uji Man Whitney</i>	1	12,5
3	<i>Uji Shapiro Wilk</i>	1	12,5
4	<i>Uji T-Test</i>	5	62,5
	Jumlah	8	100

Dilihat dari Tabel 4.1, jurnal yang dilakukan *literature review* hampir setengahnya sebesar 50% dipublikasikan pada tahun 2018 dengan sebagian besar menggunakan desain penelitian *quasy experiment* sebesar 87,5%. Penelitian *literature review* ini sebagian besar (87,5%) menggunakan teknik *Purposive Sampling*, lebih dari setengahnya (62,5%) menggunakan Uji *T-Test* sebagai instrumen penelitian.

4.1.2 Karakteristik Hasil Penelitian

Berisi hasil penelusuran sumber artikel yang digunakan yang dimasukkan dalam tabel karakteristik hasil studi, setelah itu dijelaskan satu persatu artikel yang digunakan dalam *literature review*.

Tabel 4.2 Tabel Karakteristik Hasil Penelitian

No	Kategori	F	%
A	Jenis Terapi		
1	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	8	100
	Jumlah	8	100
B	Hipertensi		
1	Ada pengaruh	8	100
2	Tidak ada pengaruh	0	0
	Jumlah	8	100

Dilihat dari Tabel 4.2, dapat disimpulkan dari 8 jurnal yang di *review*. 8 jurnal menyatakan bahwa jenis terapi yang digunakan yaitu Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dan 8 jurnal menyatakan bahwa ada pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat menurunkan tekanan darah penderita Hipertensi.

4.2 Analisis Penelitian

Tabel 4.3 Tabel Analisis Penelitian

No	Variabel yang diteliti	Analisis literatur	Sumber empiris
1	Pengaruh Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) terhadap tekanan darah penderita Hipertensi	Hasil penelitian dari jurnal yang di <i>review</i> menunjukkan bahwa pada responden sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT menunjukkan adanya perubahan tekanan darah pada penderita Hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan rata-rata tekanan darah sistole dan diastole setelah dilakukan terapi SEFT.	<ul style="list-style-type: none"> - Wijaya & Etika, (2017) - Lismayanti & Sari, (2018) - Maryatun, (2019) - Murni, (2018) - Huda & Alvita, (2018) - Maswarni & Hayana, (2020) - Lismayanti & Hidayatulloh, (2018) - Rofacky & Ain, (2015)

Dilihat dari Tabel 4.3, dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil analisis *literature review* terdapat 8 jurnal yang menyatakan bahwa adanya pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang signifikan setelah dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Analisis Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi

Terdapat 8 jurnal yang di *review*, didalam desain penelitiannya ada 7 jurnal yang menggunakan *Quasy Eksperimen* dan sisanya menggunakan desain penelitian Pre eksperimen. Dalam metode pemilihan sampel sudah sesuai standar penelitian kuantitatif yaitu *Purposive sampling* dan *Consecutive sampling*. Teknik pengambilan sampel yang tidak dilakukan secara acak akan memfokuskan kriteria dalam pemilihan responden. Populasi yang digunakan didalam 8 jurnal penelitian ini meliputi : Penderita hipertensi dari usia 18-78 tahun. Total jumlah responden yang digunakan dalam masing-masing penelitian berada pada rentang 16-64 responden, kriteria inklusi dan eksklusi sampel sangat bervariasi, didasarkan pada tujuan spesifik setiap penelitian, tentunya penelitian sudah mempertimbangkan agar kriteria sampel tidak mempengaruhi hasil penelitian.

Metode pemberian intervensi penelitian dilakukan dengan melakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang bertujuan untuk menurunkan untuk menurunkan tekanan darah pada seluruh penderita hipertensi. Dari 8 jurnal penelitian yang dianalisis, mayoritas intervensi penelitian dilakukan pada penderita hipertensi primer dan lansia hipertensi. Untuk jangka waktu pemberian intervensi penelitian sangat bervariasi mulai dari 1 sampai 3 kali dalam jangka waktu sehari. Rata-rata frekuensi waktu

lamanya 10-20 menit dalam melakukan terapi. Parameter yang diukur dalam 8 jurnal hasil penelitian ini meliputi ada tidaknya pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada penderita Hipertensi.

Berdasarkan dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan dalam *literature review* ini, terdapat 8 jurnal penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, yang sesuai topic *literature review*.

Menurut penelitian Rofacky & Ain (2015) dengan judul “Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi” hasil penelitian sebelum dan sesudah terapi pada penderita hipertensi primer. Pada kelompok yang diberikan intervensi mengalami perubahan penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi selama satu kali 15 menit dari rata-rata tekanan darah 158,93/88,67 mmHg menjadi 157,47/88,00 mmHg. Kekurangan dari jurnal ini yaitu penerapan tabel yang ada didalam jurnal tersebut tidak tertata dengan rapih. kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Lismayanti & Hidayatulloh (2018) dengan judul “Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya” terapi SEFT memberikan pengaruh pada tekanan darah *sistole* dan *diastole* pasien hipertensi usia lebih dari 18 tahun, hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan rata-rata tekanan darah *sistole* dan *diastole* sebelum dan sesudah terapi SEFT pada 1 sampai 3 kali putaran, yaitu dari angka 172,93/90,67 mmHg, menjadi

158,8/85,87 mmHg. Kekurangan dari jurnal ini yaitu tidak adanya jangka waktu pemberian terapi, sehingga kurangnya informasi waktu yang baik untuk melakukan terapi tersebut. Kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Wijaya & Etika (2017) dengan judul “Terapi *Spiritual Emotional Freedom Thecnique* (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi” bahwa adanya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada lansia hipertensi selama 6 sesi dalam 2 minggu (setiap sesi 20 menit). Dimana, tekanan darah sebelum diberikan terapi SEFT rata-rata tekanan darah *systole* 143,1250 dan *diastole* 83,7500. Setelah diberikan terapi SEFT rata-rata tekanan darah *systole* 130,0000 dan *diastole* 76,8750. Kekurangan dari jurnal ini yaitu lamanya jangka waktu pemberian terapi. kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Huda & Alvita (2018) dengan judul “Pengaruh Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tahunan” hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikan terapi pada usia 40-59 tahun. Pada kelompok intervensi terjadi penurunan tekanan darah, dari rata-rata 167,69/88,46 mmHg menjadi 142/83,33 mmHg. Kekurangan dari jurnal ini yaitu tidak adanya jangka waktu pemberian terapi, sehingga kurangnya informasi waktu yang baik untuk melakukan terapi tersebut. Kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Lismayanti & Sari (2018) dengan judul “Efektifitas *Spiritual Emotional Freedom Therapy* (SEFT) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Diatas 65 Tahun Yang Mengalami Hipertensi” penerapan SEFT memberikan pengaruh pada tekanan darah *sistole* dan *diastole* pada lansia hipertensi diatas usia 65 tahun, adanya penurunan rata-rata tekanan darah *sistole* dan *diastole* sebelum dan sesudah terapi SEFT, yaitu dari angka 175/93.6 mmHg, menjadi 171,7/92,5 mmHg setelah diberikan terapi SEFT. Kekurangan dari jurnal ini yaitu tidak adanya jangka waktu pemberian terapi, sehingga kurangnya informasi waktu yang baik untuk melakukan terapi tersebut. Kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Maryatun (2019) dengan judul “Aplikasi Model Supportif Pada Intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Werdha Teratai” bahwa adanya pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan tekanan darah pada 17 lansia wanita yang diberikan intervensi selama 10-15 menit. Kekurangan dari jurnal ini yaitu kurang spesifiknya jumlah tekanan darah dari sebelum dan sesudah diberikan terapi. Kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Maswarni & Hayana (2020) dengan judul “Keberhasilan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Desa Pandau Jaya Kec. Siak Hulu Kab. Kampar” bahwa adanya pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan tekanan darah pada

responden yang diberikan intervensi selama 10-15 menit, dengan dibuktikannya rata-rata tekanan darah sebelumnya 158,25/98,18 mmHg, menjadi 146,12/87,37 mmHg. Kekurangan dari jurnal ini yaitu kurang spesifiknya usia responden yang diberikan terapi. Kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Menurut penelitian Murni (2018) dengan judul “Efektivitas Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi” hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada responden usia 30-50 tahun yang mengalami hipertensi setelah diberikan terapi selama \pm 20 menit. Kekurangan dari jurnal ini yaitu kurang spesifiknya jumlah tekanan darah dari sebelum dan sesudah diberikan terapi. kelebihan dari jurnal ini yaitu dalam penentuan variabel yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Kesimpulan dari analisis *literature review* ini adalah adanya pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sunardi et al., (2014) yang menyatakan bahwa Terapi SEFT mempunyai pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Patriyani & Sulistyowati, (2020) Terapi SEFT yang dilakukan peserta selama 10-15 menit. Hasil yang didapatkan yaitu terjadinya penurunan tekanan darah.

Hal ini karena pengaruh penurunan tekanan darah pada kelompok kasus yang diberikan terapi SEFT, hal ini disebabkan karena terapi SEFT dilakukan

dengan beberapa teknik ketukan yang digabung dengan teknik batin sebagai pembebasan pikiran dalam energi tubuh seperti *the set-up* yang bertujuan untuk memastikan agar aliran energi tubuh kita terarahkan dengan tepat yang biasanya berupa pikiran negatif maka dengan pasrah, ikhlas dan berdoa dengan khusyu dan penuh perasaan untuk menetralsir *Psychological* dengan menyelaraskan lagi energi tubuh agar lancar sehingga relaksasi otot polos pembuluh darah dan regangan pembuluh darah dapat mengalirkan darah tanpa terhambat.

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil literature review dari 8 jurnal dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap tekanan darah pada seluruh penderita Hipertensi, dengan terbuktinya setelah diberikan terapi SEFT tersebut rata-rata tekanan darah penderita Hipertensi menjadi turun. Terapi SEFT *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) merupakan terapi non farmakologi yang menggunakan unsur batin yang lebih aman, mudah, serta lebih cepat dan sederhana juga manfaatnya lebih terasa.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Penderita Hipertensi

Diharapkan bagi penderita Hipertensi menggunakan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) karena terapi ini terbukti menurunkan tekanan darah dan juga terapi ini sangat mudah digunakan.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu acuan dan sumber data bagi peneliti selanjutnya dan dilakukan penelitian lebih lanjut dengan variabel yang berbeda.

6.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan menjadi salah satu referensi yang dapat dijadikan landasan alternatif pilihan yang dapat digunakan dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) baik dikomunitas, rumah sakit dan kehidupan sehari-hari.

6.2.4 Bagi Penulis

Diharapkan bisa menambah pengetahuan-pengetahuan tentang variabel yang berbeda dari yang diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., & Khoiriyah, K. (2021). *Aplikasi Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang*. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 33. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8264>
- Huda, S., & Alvita, G. W. (2018). *Pengaruh Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Tahunan*. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(2), 114–126. <https://doi.org/10.31596/jcu.v7i2.256>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*. Jakarta Selatan: Pusat Data dan Informasi Jl. HR Rasuna Said Blok X5 Kav. 4-9.
- Lismayanti, L., & Hidayatulloh, B. (2018). *Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya*. *Journal of Nursing and Health*, 2(1), 15–26. <https://doi.org/10.25099/jnh.vol2.iss1.23>
- Lismayanti, L., & Sari, N. P. (2018). *Efektifitas Spiritual Emotional Freedom Therapy (Seft) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Diatas 65 Tahun Yang Mengalami Hipertensi*. *Prosiding Seminar Nasional Dan Penelitian Kesehatan 2018*, 1(1), 64–67. https://ejurnal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M_PSNDPK/article/view/348
- Maryatun, S. (2019). *Aplikasi Model Supportif Pada Intervensi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Panti Werdha Teratai*. *Seminar Workshop Nasional Keperawatan*, 3(1), 12–16.
- Maswarni, & Hayana. (2020). *Keberhasilan Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Desa Pandau Jaya Kec.Siak Hulu Kab.Kampar*. *Keperawatan Abdurrah*, 4(1), 54–59.
- Mills, C. J. (2012). *A comparison of relaxation techniques on blood pressure reactivity and recovery, assessing the role of anger coping style*. *Psychosomatic Medicine*, 74(3), A14–A15. <https://doi.org/10.25777/hjc3-a436>
- Murni. (2018). *Efektivitas Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Photon*, 8(2), 151–159. <https://doi.org/10.37859/jp.v8i2.729>

- Nurjanah, D. S., Chodijah, S., & Nurazizah, A. (2022). *Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom technique) Untuk Melepaskan Emosi Negatif Pada Remaja*. In Fakultas Ushuluddin Kampus UIN Sunan Gunung Djati Bandung (Vol. 2).
- Nurjanah, I. (2019). *Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Cipamokolan Kota Bandung* [Universitas Bhakti Kencana]. <http://repository.bku.ac.id/xmlui/handle/123456789/1665>
- Patriyani, R. E. H., & Sulistyowati, D. (2020). *Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi melalui SEFT*. *Jurnal Empathy Pengabdian ...*, 1(1), 9–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i1.2>
- Reski, A. A. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Hiertensi Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Obat Anti Hipertensi Di RSUD Nenemallo, Kec. Maritengae, Kab. Sidrap, Prov. Sulawesi Selatan, Periode Oktober-November 2017*. Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Rofacky, H. F., & Ain, F. (2015). *Pengaruh Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 10(3), 41–52.
- Sunardi, Purwanto, E., & Sakinah, T. (2014). *Efektifitas Terapi Seft dalam Menurunkan Hipertensi*. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 1(2), 093–097. <https://doi.org/10.26699/jnk.v1i2.art.p093-097>
- Wijaya, D. S., & Etika, A. N. (2017). *Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. *Journal of Holistic and Traditional Medicine*, 02(01), 133–138. <https://jhtm.or.id/index.php/jhtm/article/view/24>
- Wijayanti, U., Setyoko, & Setiawan, M. R. (2015). *Perbedaan Faktor Risiko Hipertensi Pada Wanita Pekerja dan Bukan Pekerja* [Universitas Muhammadiyah Semarang]. <http://repository.unimus.ac.id/1478/>
- Zainuddin, A. F. (2009). *Spiritual Emotional Freedom Technique [SEFT] for healing + success, happiness + greatness*. Afzan Publishing.
- Zainuddin, A. F. (2012). *Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT)*. Afzan Publishing.
- Zakiyyah, M. (2013). *Pengaruh Terapi Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penanganan Nyeri Dismenorea*. *Jurnal Sain Med*, 5(2), 66–71. <https://doi.org/10.2214/ajr.139.5.899>

LAMPIRAN 1

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Muhammad Murobil Fadli
Tempat/Tanggal Lahir : Cirebon, 25 Oktober 2001
Agama : Islam
No. Telpon : 085383200021
Alamat : Blok 2, RT/RW 04/02, Desa Panguragan Lor,
Kecamatan Panguragan, Kabupaten Cirebon

Nama Orang Tua

1. Rosadi, S.Ag
2. Yushaeni

Jenjang Pendidikan

1. SDN 2 Panguragan Lor : Lulusan Tahun 2013
2. SMPN 1 Panguragan : Lulusan Tahun 2016
3. SMAN 1 Arjawinangun : Lulusan Tahun 2019

Judul KTI : Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Pembimbing : Agus Khurniawan, MKM

LAMPIRAN 2



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) AHMAD DAHLAN CIREBON

Jalan Walet No. 21 Telp. [0231] 201942 Cirebon - 45151

e-mail : stikes.adc@gmail.com

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : Muhammad Murobil Fadli

NIM : 19030

PEMBIMBING : Agus Khurniawan, MKM

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Rekomendasi Pembimbing	Paraf	
				Mahasiswa	Pembimbing
1	11-04-2022	Konsultasi Judul	ACC judul mencari Literatur		
2	14-04-2022	Penjabaran hasil Literatur	Kerjakan BAB I, II, III		
3	21-04-2022	Konsultasi BAB I, II, III	Perbaikan Latar belakang, menambah alur patofis, ACC BAB III		
4	29-04-2022	Revisi BAB I, dan II	ACC BAB I dan II dan Kerjakan BAB IV		
5	09-05-2022	Konsultasi BAB IV	Perbaiki Tabel karakteristik hasil penelitian		
6	11-05-2022	Revisi BAB IV	ACC BAB IV dan Kerjakan BAB V		
7	17-05-2022	Konsul BAB V	Perbaikan poin pembahasan		
8	18-05-2022	Revisi BAB V	ACC BAB V dan kerjakan BAB VI		
9	20-05-2022	Konsultasi BAB VI	ACC BAB VI		

10	23-05-2022	Konsultasi Abstrak	Penambahan saran		
11	27-05-2022	Revisi Abstrak	ACC Abstrak		
12	31-05-2022	Pengecekan penulisan	ACC diizinkan untuk sidang		

LAMPIRAN 2

PENILAIAN SANRA

No	Judul Jurnal	Penulis	A	B	C	D	E	F	Hasil
1	Efektifitas Spiritual Emotional Freedom Therapy (Seft) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Diatas 65 Tahun Yang Mengalami Hipertensi	Lilis Lismayanti, Nina Pamela Sari	1	2	1	2	2	2	10
2	Pengaruh Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tahunan	Sholihul Huda, Galia Wardha Alvita	0	2	1	2	1	2	8
3	Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	Murni	0	1	1	2	2	2	8
4	Keberhasilan Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Desa Pandau Jaya Kec. Siak Hulu Kab. Kampar	Maswarni, Hayana	1	1	1	2	2	2	9
5	Aplikasi Model Supportif Pada Intervensi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Werdha Teratai	Sri Maryatun	0	1	1	2	2	2	8

6	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya	Barkah Hidayatulloh, Lilis Lismayanti	1	2	2	2	2	2	11
7	Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Thecnique</i> (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi	Dwi Septian Wijaya, Arif Nurma Etika	1	2	1	2	2	2	10
8	Pengaruh Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi	Hendri Fajri Rofacky, Faridah Aini	1	1	1	2	2	2	9
9	Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi melalui SEFT	Ros Endah Happy Patriyani, Dwi Sulistyowati	0	1	0	1	0	2	4
10	Terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi	Tri Aji Rachmanto, Vivi Yosafianti Pohan	0	1	0	1	0	2	4
11	Efektifitas Terapi Seft dalam Menurunkan Hipertensi	Sunardi, Edi Purwanto, Titin Sakinah Program	0	1	0	2	1	1	5
12	Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Ruang IGD RSUD Taman Husada Bontang Tahun 2016	Salmiyah, Muhammad Junaid, Rusni Masnina	0	1	0	2	1	1	5

13	Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) Sebagai Upaya Penurunan Hipertensi Pada Lansia: Literature Review	Nova Eryanti, Sugiharto	0	1	0	1	0	1	3
14	Spiritual Emotion Freedom Technique (SEFT) untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi: A Systematic Review	Noer Diana Holida, Vivin Nur Hafifah	0	1	1	1	0	1	4

Keterangan :

Nilai SANRA : Jika kurang dari $> 6 - 12$, Termasuk kedalam kategori eksklusi.

- A. Justifikasi pentingnya artikel bagi pembaca
- B. Pernyataan tujuan atau rumusan masalah
- C. Deskripsi tentang pencarian sumber literatur
- D. Referensi
- E. Penalaran ilmiah
- F. Penyajian data yang sesuai