

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MENERAPKAN
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT)
DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA KLIEN HIPERTENSI
DI KECAMATAN CIPAYUNG**

Fanisa Nur Atika

2023

Universitas Bhakti Kencana Jakarta

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana peningkatan darah sisistolik berada diatas ambang normal yaitu ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Prevelensi hipertensi diCipayung pada tahun 2023 yaitu 3.648 penderita, dan diPondok Ranggong terdapat 557 penderita. Tujuan studi kasus untuk menggambarkan asuhan keperawatan dengan menerapkan *Emotional Freedom Technique* dalam penurunan tekanan darah. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan pada 2 subjek yaitu Ny. D dan Ny. W. Penelitian dilakukan diwilayah Kelurahan Pondok Ranggong selama 7 hari, pada tanggal 05-11 Juli 2023. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu lembar observasi, sphygmomanometer, stetoskop, dan format asuhan keperawatan. Waktu terapi EFT yaitu selama 15 menit 2 kali sehari. Hasil penelitian pada pasien Ny. D didapatkan hasil sebelum dilakukan terapi EFT yaitu 135/97 mmHg dan setelah dilakukan tindakan menjadi 127/89 mmHg. Pada pasien Ny. W didapatkan hasil sebelum dilakukan terapi EFT yaitu 132/94 dan setelah dilakukan tindakan menjadi 123/93 mmHg. Kesimpulan dari penelitian terapi *Emotional Freedom Technique* dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi EFT dapat memberikan rangsangan pada berbagai sistem tubuh karena terapi EFT ini dapat membebaskan pikiran seseorang hanya dengan ketukan pada titik-titik meridian tubuh. Hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan komplementer terhadap penurunan tekanan darah.

Kata Kunci : *Emotional Freedom Techniue*, Hipertensi, Tekanan Darah.

**NURSING CARE WITH APPLYING
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT)
IN LOWERING BLOOD PRESSURE
WITH HYPERTENSION CLIENTS
IN CIPAYUNG DISTRICT**

Fanisa Nur Atika

2023

Bhakti Kencana University of Jakarta

ABSTRAK

Hypertension is a condition where the increase in systolic blood is above the normal threshold, namely ≥ 140 mmHg and diastolic pressure ≥ 90 mmHg. The prevalence of hypertension in Cipayung in 2023 is 3,648 sufferers, and in Pondok Ronggon there are 557 sufferers. The purpose of the case study is to describe nursing care by applying the Emotional Freedom Technique in reducing blood pressure. The research used a descriptive method with a nursing care approach to 2 subjects, namely Mrs. D and Mrs. W. The research was conducted in the Pondok Ronggon Village area for 7 days, from 05-11 July 2023. The instruments used to collect data were observation sheets, sphygmomanometers, stethoscopes, and nursing care formats. EFT therapy time is 15 minutes 2 times a day. The results of the study on Mrs. D, the results obtained before EFT therapy were 135/97 mmHg and after the procedure was carried out it became 127/89 mmHg. In patient Mrs. W obtained the results before EFT therapy was 132/94 and after the procedure was 123/93 mmHg. The conclusion from research on Emotional Freedom Technique therapy can reduce blood pressure in hypertensive patients. EFT therapy can provide stimulation to various body systems because this EFT therapy can free one's mind by simply tapping on the body's meridian points. This can be used as a complementary nursing intervention to reduce blood pressure.

Keywords: *Emotional Freedom Technique, Hypertension, Blood Pressure.*