

## Pengaruh Terapi Emotional Freedom Technique (EFT) dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi

<b>Title</b>	Pengaruh Terapi Emotional Freedom Technique (EFT) dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi
<b>Author Order</b>	of
<b>Accreditation</b>	3
<b>Abstract</b>	<p>Kondisi stres akan meningkatkan pelepasan kortisol sehingga akan menyebabkan peningkatan tekanan darah. Terapi Emotional Freedom Technique (EFT) dipercaya mampu untuk menghilangkan emosi berlebihan seperti stres, Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh terapi EFT terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode quasi experiment dengan pendekatan pretest-posttest with control group design. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode consecutive sampling, dengan kriteria inklusi (1) bersedia menjadi responden, (2) Tekanan Darah Systolik (TDS) 140-160 mmHg dan Tekanan Darah Diastolik (TDD) 90-100 mmHg, (3) tidak menderita gagal ginjal, penyakit kardiovaskuler lainnya, dan diabetes, (4) pasien yang mengkonsumsi obat anti hipertensi. Sedangkan kriteria eksklusi adalah (1) pasien yang tidak mengikuti semua tahapan terapi, (2) menggunakan obat atau teknik untuk menurunkan stres, (3) mengalami penurunan kesadaran, (4) mempunyai masalah pendengaran. Sebanyak 32 lansia hipertensi, dibagi menjadi dua kelompok, masing-masing 16 responden untuk kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Terapi EFT dilakukan selama 20 menit setiap hari selama seminggu. Alat untuk mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer air raksa manual, merk Sphymed Medical. Analisis data menggunakan Uji-T. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang bermakna TDS sebelum dan setelah diberikan terapi EFT (<math>p &lt; 0,001</math>), tetapi tidak ada perbedaan yang bermakna pada TDD pada kelompok intervensi (<math>p = 0,699</math>). Pada kelompok kontrol baik TDS maupun TDD tidak ada perbedaan bermakna sebelum dan sesudah perlakuan (<math>p = 0,343</math>), (<math>p = 0,620</math>), berurutan. Namun, ditemukan adanya perbedaan yang bermakna penurunan TDS antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol (<math>p = 0,014</math>), namun tidak demikian pada TDD (<math>p = 0,582</math>). Dapat disimpulkan bahwa EFT mampu menurunkan tekanan darah sistolik pada lansia hipertensi.</p>
<b>Publisher Name</b>	P3M STIKES Aisyiyah Surakarta
<b>Publish Date</b>	2019-08-21
<b>Publish Year</b>	2019
<b>Doi</b>	DOI: 10.30787/gaster.v17i2.438
<b>Citation</b>	
<b>Source</b>	Gaster : Jurnal Kesehatan
<b>Source Issue</b>	Vol 17, No 2 (2019): AGUSTUS
<b>Source Page</b>	154-166
<b>Url</b>	<a href="http://www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id/index.php/gaster/article/view/438">http://www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id/index.php/gaster/article/view/438</a>
<b>Author</b>	ATYANTI ISWORO