

REPOSITORY

**PENGARUH *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(*SEFT*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PAUH KOTA PADANG**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



**DEBY SUSANTI
BP. 1110322055**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2015**

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
Juli 2015

Nama : Deby Susanti
No. BP: 1110322055

**Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* Terhadap Penurunan
Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi
Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh
Kota Padang**

ABSTRAK

Hipertensi merupakan kasus tertinggi di Wilayah Kerja Puskesmas se Kota Padang pada tahun 2013 yaitu sebanyak 41.768 kasus dan terus meningkat setiap tahunnya, padahal program pemerintah bagi penderita hipertensi seperti pemeriksaan tekanan darah, pengobatan dan senam hipertensi sudah digalakkan. Selain dengan pengobatan farmakologis, hipertensi juga dapat diobati dengan terapi nonfarmakologis yaitu dengan terapi komplementer keperawatan salah satunya *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *SEFT* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan *Quasi Exsperiment Desaign* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design* dengan jumlah responden sebanyak 17 orang penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang. Setiap responden diberikan terapi *SEFT* oleh terapis yang berlisensi selama ± 10 menit sebanyak 1 kali sehari selama 3 hari berturut-turut. Tekanan darah responden diukur *pretest* dan *posttest* intervensi. Hasil penelitian didapatkan rerata penurunan tekanan darah sistolik =12,35 mmHg dan rerata penurunan tekanan darah diastolik =7,35 mmHg. Hasil uji *Paired T-Test* pada tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik didapatkan *p value* =0,000 ($p < 0,05$), ini menunjukkan bahwa terapi *SEFT* dapat menurunkan tekanan darah. Perlu pemahaman bagi profesi keperawatan terkait terapi *SEFT* sebagai terapi komplementer keperawatan sebagai salah satu alternatif penanganan hipertensi.

Kata Kunci : hipertensi, tekanan darah, *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*

Daftar Pustaka: 40 (2003-2014)

UNDERGRADUATE NURSING FACULTY
NURSING FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY
July 2015

Name : Deby Susanti
No. BP : 1110322055

***Effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on Blood Pressure
Decrease to Patients with Hypertension in Pauh Health Center Padang***

ABSTRACT

Hypertension has the highest case in Padang health center on 2013 with the amount of the cases were 41760 cases and keep increases every year. Despite there were already programs by the government such as blood pressure checkup, hypertension treatment and hypertension gym. Beside of pharmacological therapy, hypertension can also be treated with non pharmacological therapy which is nursing complementary therapy such as Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). This study aimed to identify the effect of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) on blood pressure to patients with hypertension. This study used Quasi Experiment Design with One Group Pretest-Posttest Design approach with 17 respondents with hypertension in Pauh health center Padang. Each Respondents were given SEFT therapy by a licensed therapies for ± 10 minutes once in three days in a row. The respondents' blood pressure checked before and after of intervention. This study showed the average of systolic blood pressure decrease =12,35 mmHg and the average of diastolic blood pressure decrease =7,35 mmHg. The result of Paired T-Test on systolic blood pressure and diastolic blood pressure showed p value =0,000 ($p < 0,05$). It showed that SEFT therapy can decrease blood pressure. A comprehension is needed by nurses about SEFT therapy as a nursing complementary therapy as one of hypertension treatment alternatives.

Key Word : hypertension, blood pressure, Spiritual Emotional Freedom
Technique (SEFT)

Bibliography : 40 (2003-2014)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang membutuhkan perhatian khusus saat ini. Penderita hipertensi sering tidak sadar akan kondisinya karena penyakit ini tidak terlalu menampakkan gejala, sehingga penyakit ini dikenal dengan *the silent killer* atau “pembunuh diam-diam”. Menurut *the Joint National Committee of the Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure* (JNC 7, 2003 dalam Robinson dan Saputra, 2014), hipertensi untuk usia dewasa 18 tahun ke atas didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ vital seperti otak, mata dan ginjal.

Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia. Pernyataan ini diperkuat oleh data dari WHO (2014), yang menyebutkan bahwa tercatat satu milyar orang di dunia menderita hiperertensi dan diperkirakan terdapat 7,5 juta kematian atau sekitar 12,8% dari seluruh total kematian yang disebabkan oleh penyakit ini. Menurut *American Heart Association* (2014), sekitar 77,9 juta orang di Amerika Serikat atau 1 dari 3 orang dewasa menderita penyakit ini. Bahkan diperkirakan akan terus meningkat 7,2% atau sekitar 83,5 juta orang pada tahun 2030.

Prevalensi hipertensi di Indonesia terus terjadi peningkatan. Pernyataan ini didukung oleh Kementerian Kesehatan RI (2013), yakni data dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia pada tahun 2013, berdasarkan hasil wawancara, didapatkan bahwa prevalensi hipertensi pada orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami peningkatan, yakni 7,6% pada tahun 2007 dan 9,5% pada tahun 2013. Tidak hanya itu, hipertensi juga merupakan penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat dengan prevalensi 25,8%, diikuti dengan stroke 12,1% dan penyakit tulang sendi 11,9%.

Di Sumatera Barat, hipertensi termasuk kedalam 5 penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat. Sedangkan di kota Padang sebagai ibu kota provinsi, hipertensi mendapat urutan ke 3 dari 10 penyebab kematian terbanyak. Selain itu, kunjungan hipertensi pada tahun 2013 merupakan kunjungan tertinggi di wilayah kerja puskesmas se kota Padang dengan angka 41768 kasus diikuti dengan Diabetes Melitus sebanyak 11769 kasus dan Rematik 11010 kasus. Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Padang menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi nomor tiga tertinggi di kota Padang adalah di Puskesmas Pauh (DKK Padang, 2014).

Penyakit hipertensi merupakan salah satu masalah kardiovaskuler terbanyak yang disebabkan oleh berbagai faktor resiko. Faktor resiko yang dapat dimodifikasi, antara lain gangguan psikologis dan stres, merokok, obesitas, hiperlipidemia/ hiperkolesterolemia, bertambahnya jumlah darah yang dipompa ke jantung, penyakit ginjal, penyakit kelenjar adrenal, kurang berolahraga,

konsumsi garam dan alkohol berlebih. Sedangkan faktor resiko yang tidak dapat dimodifikasi, antara lain usia, jenis kelamin dan genetik (Smeltzer, 2004). Dari berbagai penyebab tersebut, masalah utama yang mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah terjadinya gangguan pada sistem saraf otonom dan sirkulasi hormon. Menurut Udjianti (2011), pengaturan tahanan perifer dipertahankan oleh sistem saraf otonom dan sirkulasi hormon. Stimulus negatif yang diperoleh tubuh dapat mempengaruhi kerja sistem saraf otonom dan sirkulasi hormon. Stimulus negatif tersebut dapat berupa stres fisik maupun stres psikologis sehingga menyebabkan ketidakstabilan emosional dan akan memicu rangsangan di area pusat vasomotor yang terletak pada medula otak. Rangsangan area ini akan mengaktifasi sistem saraf simpatis dan pelepasan berbagai hormon yang selanjutnya akan mempengaruhi terjadinya peningkatan tekanan darah (Corwin, 2009).

Hipertensi membutuhkan penanganan yang tepat, baik dari segi farmakologis maupun non farmakologis. Dimana terapi non farmakologis ini dapat dijadikan sebagai pendamping dari terapi farmakologis atau dapat dipakai secara bersamaan guna mendapatkan hasil yang maksimal. Penanganan secara farmakologis terdiri atas pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik, betabloker dan vasodilator (Yuliarti, 2011 dalam Ramadi, 2012). Selanjutnya penanganan non farmakologis, menurut Taylor, Lillis, LeMone dan Lynn (2008), sebagai pemberi asuhan keperawatan perawat diharapkan mampu memberikan asuhan keperawatan secara mandiri ataupun kolaborasi dengan tenaga kesehatan

lainnya guna kesehatan pasien. Penanganan non farmakologis untuk penderita hipertensi meliputi penurunan berat badan, olah raga teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak dan terapi komplementer sampai intervensi spiritual.

Menurut Setyoadi dan Kushariyadi (2011), terapi komplementer adalah terapi holistik dan nonbiomedis yang telah diakui dan dapat dipakai sebagai pendamping terapi medis atau farmakologis. Pada dasarnya terapi komplementer dalam sistem keperawatan bertujuan untuk mencapai keselarasan dan keseimbangan dalam diri seseorang. Beberapa terapi komplementer untuk hipertensi diantaranya relaksasi progresif, akupuntur, akupresur, meditasi, homeopati, refleksiologi, aromaterapi (Lenny dan Danang, 2008 dalam Faridah, 2012). Salah satu terapi komplementer yang direkomendasikan oleh NCCAM (*National Center of Complementary and Alternative Medicine*) adalah akupuntur. Saat ini akupuntur dan akupresur memiliki turunan yang dikenal dengan *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*.

SEFT pertama kali dikembangkan di Indonesia oleh *master trainer* bernama Ahmad Faiz Zainuddin. Metode *SEFT* tersebut merupakan pengembangan dari metode *Emotional Freedom Technique (EFT)* yang dipelopori oleh Gary Craig seorang insinyur lulusan Stanford University yang mana beliau membuat proses *EFT* menjadi universal agar bisa diterapkan untuk semua permasalahan mental, emosional dan fisik (Zainuddin, 2014).

Terapi *SEFT* termasuk teknik relaksasi yang merupakan salah satu bentuk *mind-body therapy* dari terapi komplementer dan alternatif dalam keperawatan

yang bekerja kurang lebih sama dengan prinsip akupunktur dan akupresur, yakni dengan perangsangan titik-titik akupunktur dipermukaan tubuh untuk menyembuhkan suatu penyakit. Perangsangan tersebut dapat dilakukan melalui penusukan jarum, penyuntikan, penyinaran, ketukan ringan (*tapping*) dan sebagainya. Perangsangan pada titik akupunktur akan memberikan efek tertentu ditempat perangsangan ataupun ditempat yang jauh dari tempat perangsangan melalui jalur mekanisme saraf, humoral dan meridian (Zainuddin, 2014).

Metode *SEFT* ini merupakan penggabungan dari sistem energi tubuh (*energy medicine*) dan spiritualitas (Zainuddin, 2014). Terapi *SEFT* memberikan ketukan ringan (*tapping*) pada 18 titik meridian tubuh yang bermaksud merangsang dan mengaktifkan 12 jalur utama meridian tubuh, sehingga terjadi keseimbangan antara energi tubuh dan menimbulkan efek relaksasi pada tubuh. Selain itu, unsur spiritual *SEFT* yang diafirmasikan dalam bentuk kalimat doa dapat menimbulkan efek ketenangan pada seseorang (Sholeh, 2010). Hal ini sesuai dengan teori keperawatan Henderson yang memandang bahwa unsur spiritualitas berperan dalam penyembuhan penyakit. Teori Henderson mengatakan bahwa jasmani (*body*) dan rohani (*mind*) adalah unsur yang tidak dapat dipisahkan.

Terapi *SEFT* mempengaruhi tekanan darah melalui pemberian *tapping* pada 18 titik meridian tubuh dan unsur spiritual dalam bentuk kalimat doa yang dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga otak memicu kelenjer pituitari untuk mengeluarkan hormon endorphen yang juga dapat memberi efek ketenangan

sehingga akan menginaktivasi sistem saraf simpatis. Dengan menginaktivasi sistem saraf simpatis tersebut akan mempengaruhi sistem kardiovaskuler dengan menekan kerja kelenjer adrenal sehingga mengurangi sekresi hormon yang mempengaruhi kerja kardiovaskuler seperti epinefrin, kortisol dan steroid lainnya seperti renin, angiotensin dan mengurangi sekresi aldosteron dan ADH yang akan berdampak terhadap penurunan tekanan darah (Potter dan Perry, 2005; Corwin, 2009; Zainuddin, 2014).

Keunggulan terapi *SEFT* diantaranya yaitu tidak menimbulkan efek samping, lebih murah, lebih mudah, lebih aman, lebih cepat dan lebih sederhana, karena *SEFT* hanya menggunakan unsur spiritual dan *tapping*, yang secara medis *tapping* yang dilakukan juga tidak berbahaya. Sehingga terapi *SEFT* dapat dilakukan oleh siapapun (Vangsapalo, 2010 dan Zainuddin, 2014). Selain itu, terapi *SEFT* juga bersifat universal, artinya dapat digunakan berdasarkan latar belakang keyakinan klien.

Hasil penelitian Faridah (2012), Masytah (2013) dan Sunardi (2014), menunjukkan terdapat pengaruh terapi *SEFT* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Selain itu, Sharp (2010) juga mengatakan bahwa dengan unsur spiritual, seseorang dapat mengatur emosi negatifnya seperti takut, sedih dan marah, serta dapat meningkatkan penerimaan diri pada kenyataan yang dialami saat ini, sehingga dapat menstabilkan kembali sistem energi tubuh dan mengurangi stres, yang mana stres merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi.

Puskesmas Pauh merupakan Puskesmas yang mempunyai cakupan wilayah kerja di kecamatan Pauh Kota Padang. Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang pada tanggal 18 Mei 2015 diperoleh data dari hasil pengukuran tekanan darah pada 3 orang penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pauh diantaranya 160/100 mmHg, 140/90 mmHg dan 165/95 mmHg. Dari hasil wawancara, pihak puskesmas mengatakan bahwa terapi *SEFT* belum pernah dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Pauh. Intervensi yang pernah diberikan untuk penderita hipertensi hanya berupa senam lansia dan terapi farmakologi anti hipertensi.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang”.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum dilakukan *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*
- b. Mengetahui distribusi rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sesudah dilakukan *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*
- c. Mengetahui pengaruh *Spiritual emotional freedom technique (SEFT)* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.

2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan masukan bagi petugas Puskesmas dalam menangani penyakit hipertensi dengan memberikan pengetahuan tentang terapi *Spiritual Emotional freedom Technique (SEFT)*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai informasi bagi institusi pendidikan mengenai Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan masukan dan rujukan atau pembanding untuk penelitian selanjutnya.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pauh Padang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata nilai tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi *SEFT* di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Padang adalah 148,53 mmHg dan sesudah diberikan terapi *SEFT* adalah 136,18 mmHg. Terlihat bahwa terdapat penurunan tekanan darah sistolik sesudah intervensi sebesar 12,35 mmHg.
2. Rata-rata nilai tekanan darah diastolik sebelum diberikan terapi *SEFT* di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Padang adalah 97,06 mmHg dan sesudah diberikan terapi *SEFT* adalah 89,71 mmHg. Terlihat bahwa terdapat penurunan tekanan darah diastolik sesudah intervensi sebesar 7,35 mmHg.
3. Terdapat pengaruh terapi *SEFT* terhadap penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Padang.

B. Saran

1. Bagi Pelayanan Keperawatan dan Puskesmas

Sebagai masukan bagi bidang keperawatan dalam memberikan edukasi terhadap masyarakat untuk mengikuti terapi non farmakologi salah satunya terapi *SEFT* yang bermanfaat dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai literatur dan bahan bacaan bagi mahasiswa dan profesi keperawatan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai data dasar dan pembanding untuk penelitian selanjutnya dalam melaksanakan penelitian dan menambah jumlah responden dalam penelitian terapi *SEFT* sebagai penatalaksanaan penyakit hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2014). Heart disease & stroke statistics-2014 update. *Journal of the American Heart Association Circulation*, 129: e28-e292, February 15th 2015.
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2009). *Medical-surgical nursing: clinical management for positive outcomes*. 8th Edition. Volume 2. Singapore: Elsevier.
- Cheriyian, J., Eniery, C., & Wilkinson, I. (2010). *Hipertension*. New York: Oxford University Press.
- Corwin, E. J. (2009). *Buku saku patofisiologi. Ed. 3*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, M. S. (2013). *Besar sampel & cara pengambilan sampel dalam penelitian kedokteran & kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- DEPKES RI. (2006). *Pedoman teknis penemuan & tatalaksana penyakit hipertensi*. Jakarta: Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2014). *Profil kesehatan kota padang tahun 2013*. Padang: DKK Padang.
- Faridah, V. N. (2012). Pengaruh keperawatan spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap tekanan darah penderita hipertensi usia 45-59 tahun di RSUD Dr. Soegiri Lamongan. *Jurnal STIKES Muhammadiyah Lamongan*, 2(12), Agustus 2012.
- Guyton, A. C. & Hall, J. E. (2007). *Buku ajar fisiologi kedokteran (Edisi 11)*. Jakarta: EGC.

- Hamarno, R. (2010). *Pengaruh latihan relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah klien hipertensi primer di kota Malang*. Jakarta: Tesis Universitas Indonesia.
- Hidayat, A. A. (2014). *Metode penelitian keperawatan & teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Johnson, M. E., et. al. (2009). Centering prayer for women receiving chemotherapy for recurrent ovarian cancer: a pilot study. *Article Oncology Nursing Forum*, 36(4), 421-429.
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar Indonesia 2013. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Lewis, L. S., Heitkemper, M. M., Dirksen, R. S., O'Brien, G. P., Bucher, L. (2007). *Medical surgical nursing: assessment and management of clinical problems*. Missouri: Mosby.
- Lynch, E. (2007). *Emotional Acupuncture*. Diakses pada tanggal 16 Februari 2015 dari <http://search.proquest.com/docview/219847692/fulltextPDF/ECAD8134FFAF4467PQ/6?accountid=50268>
- Masyitah, D. (2013). *Pengaruh terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Raden Mattaher Jambi tahun 2013*. Jakarta: Tesis Universitas Indonesia.
- Moser, D. K. & Riegel, B. (2008). *Cardiac nursing: a companion to braundwald's heart disease*. Missouri: Saunders Elsevier.

- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep & penerapan metodologi penulisan ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter , P. A. & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik. Volume 1 (Edisi 4)*. Jakarta: EGC.
- Ramadi, A. (2012). *Perbedaan pengaruh pemberian seduhan daun alpukat (persea gratissima gaerth) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi laki-laki yang perokok dengan bukan perokok di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang tahun 2012*. Padang: Skripsi Universitas Andalas.
- Richmond, L. R. (2009). *Progressive muscle relaxation*. Diakses pada tanggal 16 Juni 2015 dari <http://www.guidetopsychology.com/pmr.htm>
- Robinson, J. M. & Saputra, L. (2014). *Buku ajar organ system: Visual nursing kardiovaskuler*. Tangerang Selatan: Binarupa Aksara.
- Sastroasmoro, S. & Ismael, S. (2011). *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis. Edisi 3*. Jakarta: Sagung Seto.
- Setyoadi & Kushariyadi. (2011). *Terapi modalitas keperawatan pada klien psikogeriatik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sharp, S. (2010). How does prayer help manage emotions. *Journal Social Psychology Quarterly*, 73(4), 417-473.
- Sheu, S., Irvin, L. B., Lin, S. H., & Mar, L. C. (2003). *Effects of progressive muscle relaxation on blood pressure and psychosocial status for client with essential*

hypertension in Taiwan. Diakses pada tanggal 16 Juni 2015 dari <http://web.ebscohost.com/ehost/pdf?vid=15&hid=5&sid=dc3828a2-d996-44ec-88e9-b1c3ab5624f9%40sessionmgr4>.

Sholeh, A. Y. (2010). *Berdzikir untuk kesembuhan saraf*. Jakarta: Penerbit Zaman.

Smeltzer, S. C. (2004). *Buku ajar keperawatan medikal bedah brunner & suddart*. Ed. 8. Vol. 2. Jakarta: EGC.

Snyder, M. & Lindquist, R. (2010). *Complementary & alternative therapies in nursing*. (6th ed.). New York: Springer Publishing Company.

Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif R & D*. Bandung: CV Alfabeta.

Sunardi, Purwanto, E., & Sakinah, T. (2014). Efektifitas terapi SEFT dalam menurunkan hipertensi. *Jurnal Ners dan Kebidanan Universitas Muhammadiyah Malang*, 1(2), 53-97.

Taylor, Lillis, LeMone & Lynn. (2008). *Fundamental of nursing: the art & science of nursing care*. (6th ed.). Philadelphia: Lippincott.

Udjianti, W. J. (2011). *Keperawatan kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.

Vangsapalo, D. 2010. *Emotional freedom technique (EFT): terapi modern yang mengubah hidup anda*. Tangerang: Quantum Succes Training & Coaching.

World Health Organization (WHO). (2014). *The world health statistic 2013*. Diakses pada tanggal 24 Februari 2015 dari <http://www.apps.who.int/gho>

- Yang, E.S., Li, P. W., Nilus, B. & Li, G. (2011). Ancient chinese medicine and mechanistic evidence of acupuncture physiology. *Journal of Psysiological Nursing & Mental Health Services*,46(2), 645–653.
- Yuliati, W. (2013). *Pengaruh pijat refleksi telapak kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan di Korong Balah Hilir wilayah kerja puskesmas Lubuk Alung tahun 2013*. Padang: Skripsi Universitas Andalas.
- Zainuddin, A. F. (2009). *Spiritual emotional freedom technique (SEFT)*. Jakarta: Afzan Publishing.
- Zainuddin, A. F. (2014). *Spiritual emotional freedom technique (SEFT)*. Jakarta: Afzan Publishing.