



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMPSIA
DENGAN ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS
RSUD KRT. SETJONEGORO WONOSOBO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

CHUZAEMAH

202303188

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2024



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMPSIA
DENGAN ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS
RSUD KRT. SETJONEGORO WONOSOBO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Disusun Oleh:

CHUZAEMAH

202303188

PROGAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMPSIA
DENGAN ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS
RSUD KRT. SETJONEGORO WONOSOBO**

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Untuk diujikan pada tanggal 6 Januari 2025

Pembimbing,


(Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Kep.Mat)

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners


(Wuri Utami, M. Kep)

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar



HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Chuzaemah

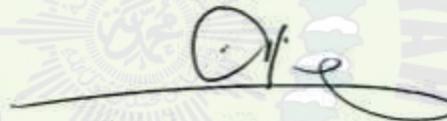
NIM : 202303188

Program studi : Profesi Ners

Judul KIA-N : Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Preeklamsia Dengan
Ansietas Di Ruang Edelweis RSUD KRT. Setjonegoro
Wonosobo

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penguji satu



(Diah Astutiningrum, M.Kep)

Penguji dua



(Eka Riyanti, M.Kep,Sp.Kep.Mat)

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



(Wuri Utami, M. Kep)

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal : 24 Januari 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Chuzaemah
NIM : 202303188
Program studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMPSIA
DENGAN ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS
RSUD KRT. SETJONEGORO WONOSOBO**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong, Kebumen

Pada tanggal: 6 Januari 2025

Yang menyatakan



(Chuzaemah)

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Universitas Muhammadiyah Gombong

KIAN, Januari 2024

Chuzaemah¹, Eka Riyanti²

Chuzaemah92@gmail.com

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMISIA DENGAN ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS RSUD KRT. SETJONEGORO WONOSOBO

Latar belakang: Ibu hamil dengan preeklamsia mungkin lebih khawatir daripada ibu hamil lain karena efek yang dapat ditimbulkannya, seperti kematian ibu dan janin. Teknik *spiritual emotional freedom technique* (SEFT) adalah teknik terapi non-farmakologis untuk mengurasi ansietas yang menggunakan tekanan ringan atau taping pada area tertentu di tubuh untuk menghubungkan energi spiritual dengan sistem energi tubuh.

Tujuan umum: Penulisan karya ilmiah akhir ners ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan asuhan keperawatan pada ibu hamil preeklamsia yang mengalami ansietas.

Metode: Karya ilmiah akhir ners ini menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus. Pendekatan dengan pemberian asuhan keperawatan meliputi pengkajian, penentuan diagnosa keperawatan, perencanaan keperawatan, pelaksanaan (implementasi) dan evaluasi keperawatan.

Hasil asuhan keperawatan: Hasil analisis pada 3 kali implementasi menunjukkan bahwa klien I, II, III, dan V setelah dilakukan evaluasi hari ke tiga, masalah ansietas sudah teratasi. Sedangkan klien IV hasil evaluasi menunjukkan masalah belum teratasi.

Rekomendasi: Hasil inovasi tindakan teknik SEFT dalam menurunkan ansietas pada ibu hamil dengan preeklamsia terbukti efektif. Diharapkan perawat memperhatikan pentingnya melakukan inovasi dalam pemberian intervensi asuhan keperawatan kepada ibu hamil dengan preeklamsia

Kata kunci: *Preklamsia; Ansietas; Spiritual Emotional Freedom Technique; SEFT*

¹Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Profesioal (Nurse) Program
Gombong Muhammadiyah University
Nursing Report, January 2024
Chuzaemah¹, Eka Riyanti²
Chuzaemah92@gmail.com

ABSTRACT

NURSING CARE FOR PRE-ECLAMPSIC PREGNANT WOMEN WITH ANXIETY IN THE EDELWEIS ROOM HOSPITAL KRT. SETJONEGORO WONOSOBO

Background: Pregnant women with preeclampsia may be more worried than other pregnant women because of the effects it can cause, such as maternal and fetal death. The spiritual emotional freedom technique (SEFT) is a non-pharmacological therapy technique to reduce anxiety that uses light pressure or tapping on certain areas of the body to connect spiritual energy with the body's energy system.

General objective: The aim of writing this final scientific paper for nurses is to obtain an overview of the application of nursing care to preeclamptic pregnant women who experience anxiety.

Method: This nurse's final scientific work uses a descriptive method in the form of a case study. The approach to providing nursing care includes assessment, determining nursing diagnoses, nursing planning, implementation and nursing evaluation.

Results of nursing care: The results of the analysis of 3 implementations showed that clients I, II, III, and V after the third day of evaluation, the anxiety problem had been resolved. Meanwhile, client IV's evaluation results show that the problem has not been resolved.

Recommendation: The innovative results of the SEFT technique in reducing anxiety in pregnant women with preeclampsia have proven to be effective. It is hoped that nurses will pay attention to the importance of making innovations in providing nursing care interventions to pregnant women with preeclampsia

Key words: *Preeclampsia; Anxiety; Spiritual Emotional Freedom Technique; SEFT*

¹Gombong Muhammadiyah University students

²Lecturer at Gombong Muhammadiyah University

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini dengan judul ” Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Dengan Ansietas Di Ruang Edelweis RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo” Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, sehingga penulis mendapat kemudahan dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.

Sehubungan dengan itu, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua yang sudah memberikan dukungan, semangat dan do'a kepada saya.
2. Suami dan anak-anak saya yang juga selalu memberikan dukungan dan do'a kepada saya sampai saat ini.
3. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Wuri Utami, M.Kep selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong
5. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Mat. selaku Pembimbing yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahannya.
6. Diah Astutiningrum M.Kep selaku penguji yang telah berkenan memberikan pengarahannya.
7. Sahabat–sahabat saya, dan teman–teman satu angkatan Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan motivasi dan semangat.

Semoga bimbingan dan bantuan serta dorongan yang telah diberikan mendapatkan balasan sesuai dengan amal pengabdian dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa penyusunan karya ilmiah akhir ners ini masih jauh dari sempurna dan banyak terdapat kekurangan, mengingat keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan berupa kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak

untuk kesempurnaan karya ilmiah akhir ners ini. Penulis mengharap saran dan kritik membangun dari pembaca dalam rangka perbaikan selanjutnya. Penulis berharap semoga karya tulis ilmiah akhir ners ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti dan pembaca pada umumnya.

Gombong, 19 Desember 2024

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMA PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. LATAR BELAKANG	1
B. PERUMUSAN MASALA	4
C. TUJUAN PENELITIAN	4
D. MANFAAT PENELITIAN	5
BAB II TINJAUAN LITERATURE	
A. TINJAUAN PUSTAKA	6
B. KERANGKA KONSEP	36
BAB III METODE PENGAMBILAN KASUS	
A. DESAIN KARYA TULIS	37
B. PENGAMBILAN SUBJEK	37
C. LOKASI DAN WAKTU PENGAMBILAN KASUS	37
D. DEFINISI OPERASIONAL	38
E. INSTRUMEN	38
F. LANGKAH PENGAMBILAN DATA	39
G. ETIKA STUDI KASUS	40
BAB IV HASIL dan PEMBAHASAN	
A. RINGKASAN PROSES ASUHAN KEPERAWATAN	42
B. RINGKASAN HASIL INOVASI PENERAPAN TINDAKAN.....	53
C. PEMBAHASAN	54
D. KETERBATASAN PENELITIAN.....	63

BAB V PENUTUP

A. KESIMPULAN64
B. SARAN64

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



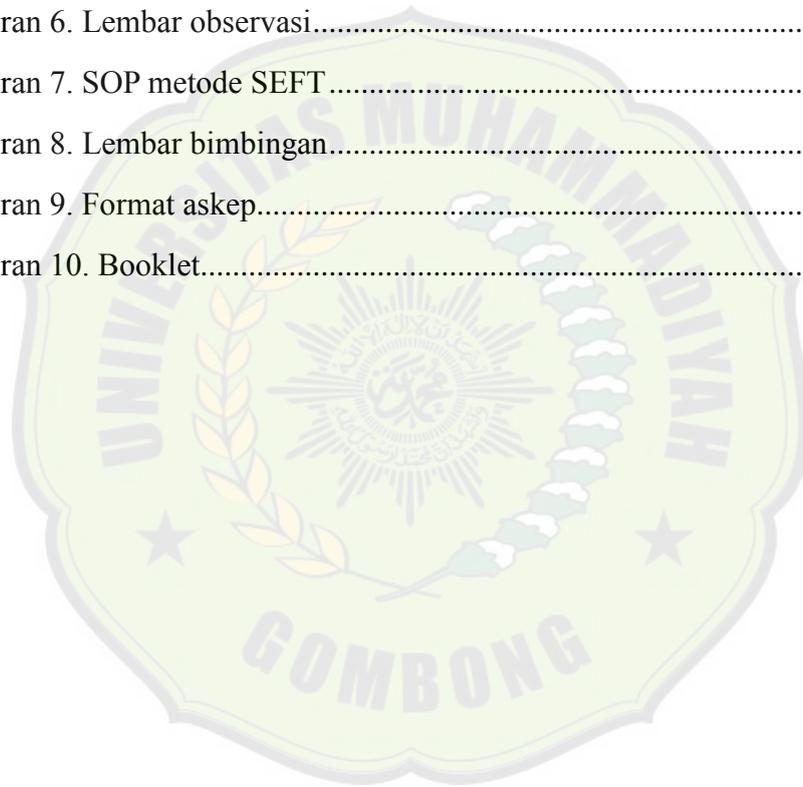
DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tanda dan Gejala Ansietas	16
Tabel 2. Rencana Keperawatan	28
Table 3. Definisi Operasional.....	38
Tabel 4. Karakteristik Pasien Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 5. Karakteristik Pasien Berdasarkan Tingkat Pendidikan	53
Tabel 6. Karakteristik Pasien Berdasarkan Gravida.....	53
Tabel 7. Karakteristik Pasien Berdasarkan Pekerjaan	54
Tabel 8. Tingkat Ansietas Pasien Yang Dilakukan Tindakan SEFT.....	54



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal kegiatan	70
Lampiran 2. Hasil uji turnity.....	71
Lampiran 3. Lembar penjelasan kegiatan	72
Lampiran 4. <i>Informed consend</i>	73
Lampiran 5. Kuesioner HARS	74
Lampiran 6. Lembar observasi.....	79
Lampiran 7. SOP metode SEFT.....	80
Lampiran 8. Lembar bimbingan.....	82
Lampiran 9. Format askep.....	83
Lampiran 10. Booklet.....	207



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Proses hamil didefinisikan sebagai rangkaian peristiwa yang memulai kehidupan generasi berikutnya. Kehamilan adalah peristiwa fisiologis, namun ibu hamil memiliki kemungkinan terjadi kesulitan pada masa kehamilan dan melahirkan. Perihal ini bias menyebabkan situasi pasien dan anak menjadi lebih buruk selama kehamilan dan persalinan, yang dapat mengakibatkan proses mati pada pasien (Winancy, 2019). Kesulitan proses hamil adalah kondisi fisik dan mental yang mempengaruhi kesehatan ibu hamil, bayi, atau keduanya. Kondisi fisik dan mental yang dapat menyebabkan komplikasi dapat muncul sebelum kehamilan, selama kehamilan, atau setelahnya. Preeklamsia adalah salah satu kesulitan kerap menimpa pasien hamil.

Sekitar lima puluh ribu pasien perempuan dewasa dan lima ratus ribu bayi dalam kandungan yang ada di bumi meninggal karena hipertensi selama kehamilan, yang juga dikenal sebagai preeklamsia. Untuk mencegah morbiditas dan mortalitas akibat preeklampsia, diagnosis dan pengobatan yang tepat waktu sangat penting. Preeklamsia ditandai dengan hipertensi dan proteinuria, preeklamsia biasanya terjadi pada lebih dari dua puluh minggu usia kehamilan. Penambahan berat badan (BB) ibu hamil dianggap normal, tetapi jika setiap minggu meningkat 1 kg atau lebih, hal ini dianggap sebagai preeklamsia. Hipertensi ditandai dengan pemeriksaan pompaan darah sistolik lebih dari seratus empat puluh dan pompaan darah diastolic lebih dari Sembilan puluh.

Berdasarkan data yang ada di RSUD KRT. Setjonegoro tahun 2023 angka kunjungan ibu hamil dengan preeklamsia mencapai 163 orang, dan tahun 2024 bulan kesatu sampai dengan bulan keempat sebanyak 91 orang.

Preeklampsia mempengaruhi ibu sepanjang kehamilan dan setelah melahirkan, menyebabkan kerusakan endotel di berbagai bagian tubuh setelah persalinan. Bayi yang dilahirkan oleh ibu dengan preeklampsia memiliki konsekuensi jangka panjang, termasuk kelahiran prematur yang mengganggu semua sistem pertumbuhan bayi. Beberapa faktor risiko yang menyebabkan preeklampsia termasuk usia kehamilan primigravida atau kehamilan multigravida, kehamilan dengan rentang waktu yang panjang, bayi dalam kandungan berukuran lebih dari berat normal atau bayi jumbo, dan kehamilan dengan lebih dari satu janin. Sampai saat ini, penyebab utama preeklampsia belum diketahui (POGI, 2016).

Ibu hamil dengan preeklampsia mungkin lebih khawatir daripada ibu hamil lain karena efek yang dapat ditimbulkannya, seperti kematian ibu dan janin. Pada ibu hamil, perasaan cemas atau ansietas berdampak pada kesehatan mental ibu.

Perasaan tidak nyaman atau takut yang samar-samar disertai dengan reaksi (yang berasal dari diri pasien tersebut tetapi terkenali) dikenal sebagai rasa cemas. Yang dimaksud dengan kecemasan adalah ketakutan akan terjadinya sesuatu akibatantisipasi bahaya. Ibu hamil mungkin marah atau cemas, gelisah, tidak mampu berkonsentrasi, bimbang atau perasaan ingin kabur dari kondisi terkini. Situasi yang terjadi bisa meningkatkan rasa cemas dan rasa tegang, maka dari itu menciptakan feedback loop yang bisa meningkatkan intensitas emosional secara keseluruhan. Komplikasi kehamilan seperti kelahiran prematur disebabkan oleh stres prenatal, yang meningkatkan produksi hormon pelepas kortikotropin (CRH) dan progesteron dalam kondisi stres.

Ada beberapa teknik untuk mengurangi kecemasan, yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Metode nonfarmakologis lebih efektif, lebih murah, dan tidak memiliki efek samping yang signifikan pada ibu dan janin. Metode nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan termasuk mendengarkan musik atau murrotal, relaksasi napas dalam,

hypnosis 5 jari, aromaterapi, dan teknik *spiritual emotional freedom technique* (SEFT).

SEFT adalah teknik terapi non-farmakologis yang menggunakan tekanan ringan atau taping pada area tertentu di tubuh untuk menghubungkan energi spiritual dengan sistem energi tubuh. Teknik SEFT mirip dengan akupresur dan akupunktur, menstimulasi empat belas jalur energi tubuh yang penting. Metode ini sangat membantu pasien dalam mencapai perasaan keseimbangan dan keterkaitan dengan energi yang lebih tinggi. Ini dapat membantu menyelesaikan masalah mental dan mencapai respon relaksasi, mengaktifkan jalur neurologis dalam proses penyembuhan diri, meningkatkan rasa percaya diri, dan merasakan kehadiran Tuhan SWT dalam hidup mereka (Rahmawati, 2018).

Intervensi yang dilakukan terhadap pasien bertujuan untuk mempertahankan dan mengurangi kecemasannya. Pasien harus menunjukkan penurunan atau hilangnya gejala kecemasan mereka dengan bantuan metode terapi SEFT. Penulis menyatakan fakta bahwa perawat di ruang Edelweis belum pernah merawat pasien dengan terapi SEFT sebelumnya yang merupakan alasan penggunaan terapi ini. Psikoterapi Spiritual Emotional Freedom Techniques (SEFT) menggabungkan kekuatan psikologis dan spiritual melalui teknik sistem energi tubuh, tanpa menggunakan obat-obatan

Menurut penelitian Eny Rahmawati, pengaruh SEFT terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien sebelum operasi di RS Wawa Husada Kepanjen Malang adalah tinggi sedangkan Rima Pratiwi Fadli dkk. (2020) mengemukakan bahwa penggunaan teknik SEFT dapat menurunkan tingkat kecemasan responden, dimana sebelum diberikan tehnik SEFT tingkat kecemasan responden berada pada kategori berat. Setelah dirawat menggunakan SEFT tersebut tingkat kecemasan menjadi ringan dan normal.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan oleh penulis diruang Edelweiss RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo pada 5 ibu hamil dengan

preeklamsia 3 diantaranya mengalami kecemasan sedang dan 2 ibu hamil mengalami kecemasan ringan. Dari hasil wawancara dengan perawat ruang Edelweis didapatkan bahwa sebelumnya di ruangan tersebut belum pernah menerapkan cara penurunan kecemasan dengan metode SEFT.

Penelitian tentang "Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Preeklamsia Dengan Ansietas Di Ruang Edelweis RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo" menarik perhatian peneliti berdasarkan uraian di atas dan kejadian komplikasi yang banyak berdampak pada ibu dan bayi.

B. PERUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah yang disimpulkan berdasarkan latar belakang masalah yaitu: "Bagaimana asuhan keperawatan pada ibu hamil preeklamsia dengan masalah keperawatan ansietas di ruang Edelweis RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo?"

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan asuhan keperawatan pada ibu hamil preeklamsia yang mengalami ansietas.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada ibu hamil preeklamsia dengan kecemasan
- b. Menganalisis dan mensintesis permasalahan ibu hamil preeklamsia dengan kecemasan.
- c. Menyusun perencanaan tindakan pada ibu hamil preeklamsia dengan kecemasan.
- d. Melakukan tindakan pada ibu hamil preeklamsia yang mengalami kecemasan.
- e. Melakukan evaluasi tindakan pada ibu hamil preeklamsia dengan kecemasan.

- f. Menggunakan atau menerapkan Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil preeklampsia.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Keilmuan

Memiliki kemampuan untuk menghasilkan penelitian yang dapat membantu kemajuan disiplin ilmu dan praktik keperawatan di masa mendatang. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk penelitian yang akan datang.

2. Manfaat Aplikatif

a. Untuk pasien

Membantu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang preeklampsia.

b. Untuk rumah sakit

sebagai referensi yang bermanfaat dalam memberikan asuhan keperawatan kepada ibu hamil preeklampsia yang mengalami ansietas.

c. Untuk institusi pendidikan

sebagai cara untuk meningkatkan kualitas pendidikan di masa mendatang dengan meningkatkan pengetahuan tentang asuhan keperawatan khususnya pada ibu hamil preeklampsia yang mengalami ansietas.

d. Untuk profesi keperawatan

sebagai cara untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang asuhan keperawatan yang diberikan kepada ibu hamil preeklampsia yang mengalami ansietas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia. (2013). *Prinsip etika keperawatan*. Jogjakarta: D-Medika.
- Anisa Marhamah, W. G. (2021). Pengaruh Terapi Seft Terhadap Kecemasan Para Remaja Desa Cipendawa di Era Pandemi Covid 19. *proceedings*.
- Ayu Rahayu, M. K. (2022). ASUHAN KEPERAWATAN IBU POST SECTIO CAESAREA DENGAN PREEKLAMPSIA DAN HELLP SYNDROME: SUATU STUDI KASUS. *Studi Kasus. JIM Fkep*.
- Dwi Saputri Mayang Sari, P. F. (2023). KARAKTERISTIK IBU HAMIL DENGAN PREEKLAMPSIA. *Cendekia Medika : Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, 1.
- Eppy Setiyowati, A. H. (2020). PENERAPAN TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) PADA PENDERITA TUBERCULOSIS DENGAN MASALAH KEPERAWATANANSIETAS DI PUSKESMAS SAWAHAN SURABAYA. *University of Nahdlatul Ulama Repository*.
- Erita, H. s. (2019). Buku materi pembelajaran keperawatan jiwa. Universitas kristen indonesia. 202.
- Firda Amalia Hardianti, Q. K. (2018). KECEMASAN, RIWAYAT PREEKLAMPSIA DAN KEJADIAN PREEKLAMPSIA. *JURNAL KEPERAWATAN TERAPAN*, 21-26.
- Hamilton, M. (1959). *The assessment of anxiety states by rating*. Br J Med Psychol;.
- Ilkafah. (2021, Mei 20). *unair.ac.id* . Retrieved from Universitas airangga official: <https://unair.ac.id/pentingnya-menerapkan-prinsip-etik-pada-tindakan-keperawatan/>
- Karrar, S. A., & L.Hong, P. (2023, Februari 13). *preeklamsia-statPearls-Rak Buku NCBI*. Retrieved from National institutes of health (NIH)(.gov): <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK570611>
- Kemenkes RI. (2023, Juli 28). *Kenali Tanda Bahaya Preeklampsia*. Retrieved from Kemenkes, Direktorat jenderal pelayanan kesehatan : https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2655/kenali-tanda-bahaya-preeklampsia#:~:text=Bila%20tidak%20segera%20mendapatkan%20penanganan,lahir%20rendah%20atau%20solusio%20plasenta.

- Khoirunnisah. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil trimester ke III di kelurahan siabu kecamatan siabu kabupaten mandailing natal tahun 2021.
- Muliani, R. H. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu bersalin dalam masa pandemi covid 19. *Jurnal Bina Cipta Husada (JBCH)*.
- Ni Luh Putu Maenra Ratna Sari, N. W. (2023). Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dan dukungan suami dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurdin ismail, S. h. (2019). *Metodologi Penelitian sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia.
- PPNI. (2019). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan indonesia*. Jakarta: PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia* . Jakarta: Dewan pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Rahman, A. H. (2020). Penerapan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Pada Penderita. *University of Nahdlatul Ulama Repository*.
- Rahmawati, E. &. (2018). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan di Rumah Sakit Wawa Husada Kepanjen Malang. *JURNAL KEPERAWATAN FLORENCE*, Vol. 2 No. 2.
- Rika Gisela, R. W. (2023). STUDI KASUS : ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY T 29 TAHUN P2A0 POST . *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik (JIKA)* , 2.
- Rima Pratiwi Fadli, Y. E. (2020). Terapi ansietas menggunakan spiritual emotional freedom technique. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 41-46.
- Rita Fazona, A. (2023, Juli Jumat 28). *Kenali Tanda Bahaya Preeklampsia*. Retrieved from Kemenkes, Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan:

https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2655/kenali-tanda-bahaya-preeklampsia

- Silveir, M. P. (2013). Correlates of High Perceived Stress Among Pregnant Hispanic Women in Western Massachusetts. *Matern Child Health. J . Springer Science*, 17:1138–1150.
- Sinambela, M. (2022). Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Kesiapan Menjelang Persalinan Di PMB Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 5(1).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Suriyati. (2019). Metode Non Farmakologi dalam Mengatasi Kecemasan pada Persalinan. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 1.
- Suyani. (2020). Hubungan tingkatT pendidikan dan status pekerjaan dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*.
- Teixeira, C. F. (2009). Anxiety and depression during pregnancy in women and men. *Journal of Affective Disorders*, 119(1–3).
- Vonny polopadang, N. h. (2019). *Proses Keperawatan pendekatan teori dan praktik*. Gowa: Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.
- Winancy. (2019). Pendidikan Kesehatan tentang Pre Eklamsi Penting untuk Pengetahuan Ibu Hamil dalam Persiapan Menghadapi Komplikasi. *Jurnal bidan cerdas*, 59–67.
- Yudistira Afconneri, N. H. (2022). Penerapan terapi relaksasi distraksi terhadap ibu hamil. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*.
- Zainuddin, A. (2012). *Spiritual emotional freedom technique (SEFT) for healing+success+ happiness+ greatness*. Jakarta: Afzan Publishing.

L

A

M

P

I

R

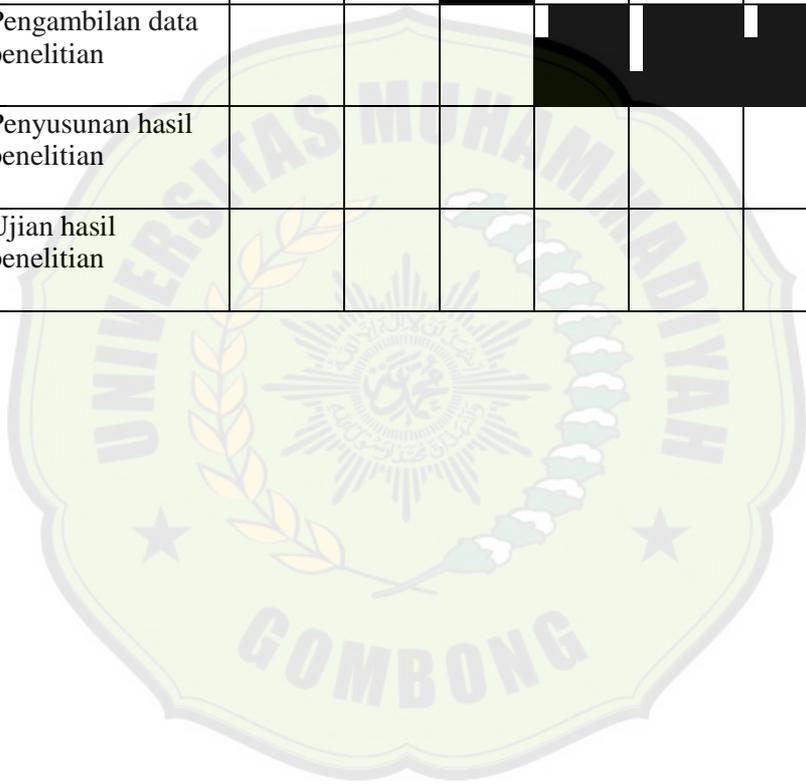
A

N



Lampiran 1. Jadwal kegiatan

No	Kegiatan	Bulan									
		April	Mei	Juni	Juli	Agus	Sept	Okt	Nov	Des	
1	Tema Penelitian	■									
2	Penyusunan proposal		■								
3	Seminar proposal			■							
4	Pengambilan data penelitian				■	■	■	■	■		
5	Penyusunan hasil penelitian									■	
6	Ujian hasil penelitian										■





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

PERPUSTAKAAN

Jl. Vos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412

Website : <https://library.unimugo.ac.id/>

E-mail : lib.unimugo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini sudah lolos uji cek similarity/plagiasi:

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMSI DENGAN ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS RSUD KRT. SETJONEGORO WONOSOBO

Nama : Chuzaemah
NIM : 202303188
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Hasil Cek : 29%

Gombong, 27 Desember 2024

Pustakawan

(...Desy Setijawati...)

Mengetahui,

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT



(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 3. Lembar penjelasan kegiatan

**PENJELASAN UNTUK
MENGIKUTI PENELITIAN**

Kami adalah mahasiswa berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam studi kasus yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Preeklamsia Dengan Ansietas di Ruang Edelweis RSUD KRT Setjonegoro Wonosobo”.

1. Tujuan dari studi kasus ini adalah melakukan asuhan keperawatan pada ibu hamil preeklamsia dengan ansietas dengan pemberian metode SEFT.
2. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara dipimpin dengan Dilakukan selama 10 menit dengan interval 24 jam selama 3 hari berturut-turut. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena studi kasus ini untuk kepentingan pengembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
3. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada studi kasus ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan dan tindakan yang diberikan.
4. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.

Peneliti

Chuzaemah, S.Kep

Lampiran 4. *informed consent*

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (INFORMED CONSENT)

Yang bertandatangan dibawah ini, saya

Nama:

Usia:

Alamat:

Setelah mendapatkan penjelasan saya bersedia menjadi responden studi kasus yang dilakukan oleh Mahasiswa Keperawatan Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong dengan judul “Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil Preeklamsia dengan ansietas Di Ruang Edelweis RSUD KRT Setjonegoro Wonosobo” saya memahami studi kasus ini bermanfaat untuk saya, dan tidak bersifat negatif terhadap saya, oleh karena itu **bersedia** menjadi responden pada studi kasus ini. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wonosobo,

2024

Responden

()

Lampiran 5. Kuesioner HARS

Hamilton Anxiet Rating Scale (HARS)

Nama :

Umur :

Umur kehamilan :

TD :

Tanggal pemeriksaan :

Skor 0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Berilah tanda checklist (√) pada kolom skor sesuai dengan jawaban yang anda berikan!

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (cemas):					
	a. Cemas					
	b. Firasat buruk					
	c. Takut akan pikiran sendiri					
	d. Mudah tersinggung					
2.	Ketegangan:					

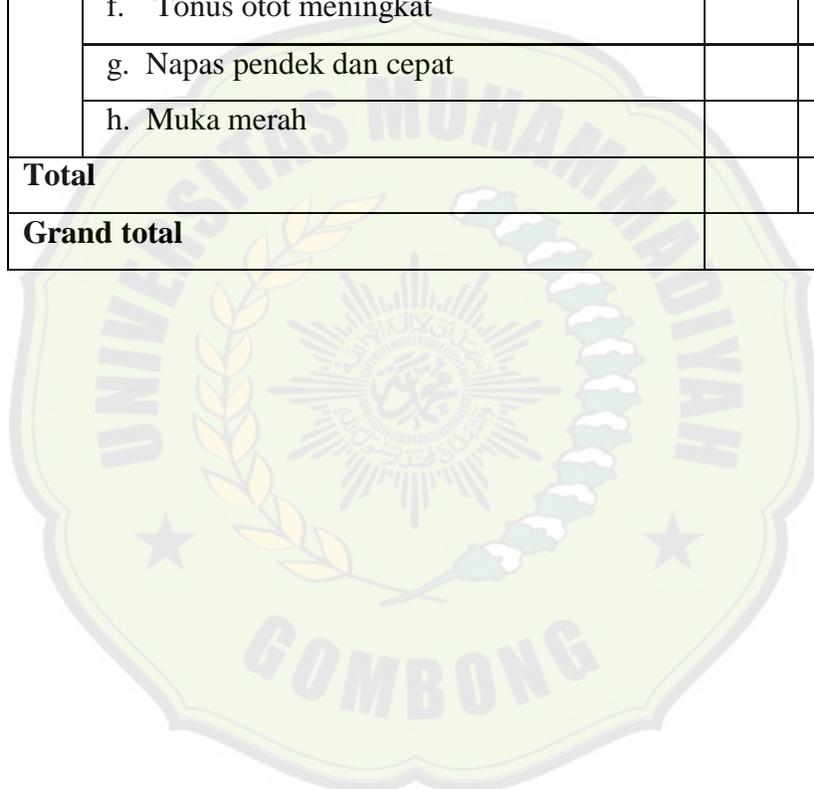
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	a. Merasa tegang					
	b. Lesu					
	c. Tak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut					

	e. Mudah menangis					
	f. Gemetar					
	g. Gelisah					
3.	Ketakutan:					
	a. Takut pada gelap					
	b. Takut pada orang asing					
	c. Takut ditinggal sendiri					
	d. Takut pada binatang besar					
	e. Takut pada keramaian lalu lintas					
	f. Takut pada kerumunan banyak orang					
4.	Gangguan tidur:					
	a. Sulit tidur					
	b. Terbangun malam hari					
	c. Tidur tidak nyenyak					
	d. Bangun dengan lesu					
	e. Banyak mengalami mimpi-mimpi					
	f. Mimpi buruk					
	g. Mimpi menakutkan					
5.	Gangguan kecerdasan:					
	a. Sulit konsentrasi					
	b. Daya ingat buruk					
6.	Perasaan depresi:					
	a. Hilangnya minat					
	b. Berkurangnya kesenangan pada hobi					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	c. Sedih					
	d. Bangun dini hari					
	e. Perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
7.	Gejala somatic (otot):					

	a. Sakit dan nyeri di otot-otot					
	b. Kaku					
	c. Kedutan otot					
	d. Gigi gemerutuk					
	e. Suar tidak stabil					
8.	Gejala somatic (sensorik):					
	a. Tinnitus					
	b. Penglihatan kabur					
	c. Muka merah atau pucat					
	d. Merasa lemah					
	e. Perasaan ditusuk-tusuk					
9.	Gejala kardiovaskular:					
	a. Takhikardia					
	b. Berdebar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi mengeras					
	e. Perasaan lesu/lemas seperti akan pingsan					
	f. Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10.	Gejala Respiratori					
	a. Merasa tertekan atau sempit di dada					
	b. Perasaan tercekik					
	c. Sering menarik napas					
	d. Napas pendek atau sesak					
No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
11.	Gejala Pencernaan					
	a. Sulit menelan					
	b. Perut meilit					
	c. Gangguan pencernaan					

	d. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	e. Perasaan terbakar diperut					
	f. Rasa penuh dan kembung					
	g. Mual					
	h. Muntah					
	i. Buang air besar lembek					
	j. Kehilangan berat badan					
	k. Sukar buang air besar					
12.	Gejala urogenital:					
	a. Sering buang air kecil					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
	c. Amenorrhoea (tidak menstruasi pada perempuan)					
	d. Menorrhagia (keluar darah banyak ketika menstruasi pada perempuan)					
	e. Menjadi dingin (frigid)					
	f. Ejakulasi praecoaks					
	g. Ereksi hilang					
	h. Impotensi					
13.	Gejala otonom:					
	a. Mulut kering					
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Pusing, sakit kepala					

No.	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
	e. Bulu-bulu berdiri					
14.	Tingkah laku pada wawancara:					
	a. Gelisah					
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Tonus otot meningkat					
	g. Napas pendek dan cepat					
	h. Muka merah					
Total						
Grand total						



Lampiran 6. Lembar Observasi

TABEL TINGKAT KECEMASAN SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI SEFT

Tabel ini diisi dengan ceklis pada derajat mana responden mengalami cemas saat di observasi sebelum dan sesudah melakukan terapi SEFT

Nama:

Tanggal:

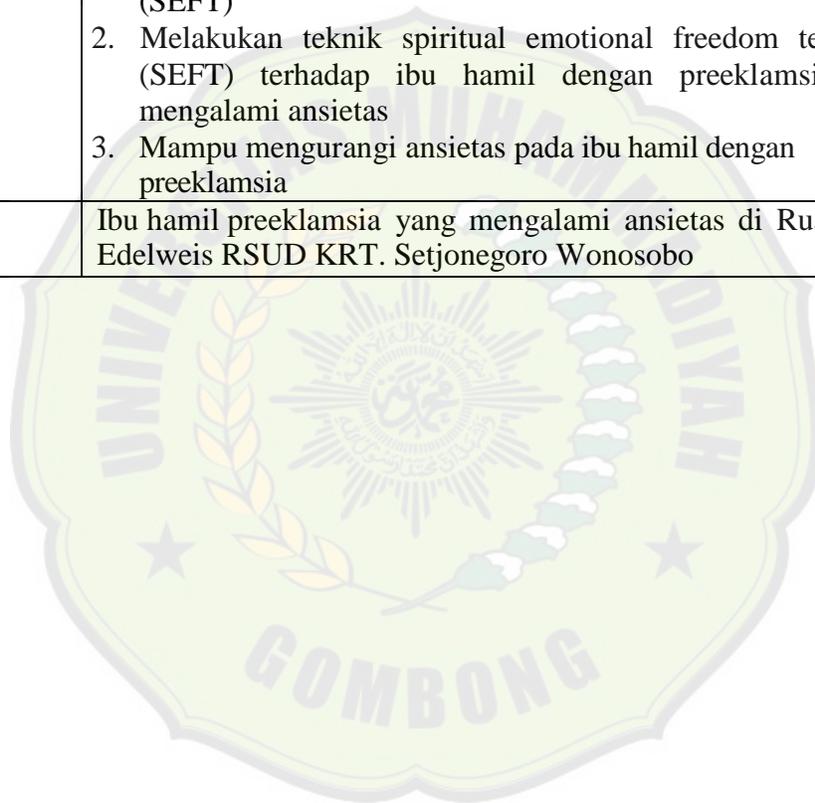
TINGKAT KECEMASAN	SEBELUM	SESUDAH	KETERANGAN
Kecemasan Ringan			
Kecemasan Sedang			
Kecemasan Berat			
Kecemasan Sangat Berat			



Lampiran 7. SOP Metode SEFT

SOP *SPRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* (SEFT)

PENGERTIAN	Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan suatu terapi Psikologi yang pertama kali ditujukan untuk melengkapi alat psikoterapi yang sudah ada dan merupakan salah satu varian dari cabang ilmu baru yang dinamai Energy Psychology. Selain itu, SEFT adalah gabungan antara Spiritual Power dan Energy Psychology
TUJUAN	<ol style="list-style-type: none">1. Dapat melakukan pengkajian Ansietas sebelum dan sesudah diberikan teknik spiritual emotional freedom technique (SEFT)2. Melakukan teknik spiritual emotional freedom technique (SEFT) terhadap ibu hamil dengan preeklamsia yang mengalami ansietas3. Mampu mengurangi ansietas pada ibu hamil dengan preeklamsia
SASARAN	Ibu hamil preeklamsia yang mengalami ansietas di Ruang Edelweis RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo



<p>PROSEDUR LANGKAH- LANGKAH</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pembukaan/pendahuluan (5 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Menyampaikan salam pembukaan b. Menjelaskan tujuan prosedur 2. Pelaksanaan/pengembangan (20 menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Mengkaji ansietas b. Memperagakan masing-masing gerakan SEFT <ol style="list-style-type: none"> 1) The Set-UP <p>Pada saat Set Up yang strukturnya: Akui-Terima-Pasrahkan Seperti:”Ya Allah, meskipun saya merasa cemas/gelisah/khawatir, sebutkan masalah/sakit yang diderita atau yang dirasakan), tetapi saya ikhlas menerima penyakit/masalah saya ini, dan saya pasrahkan kesembuhanku Padamu</p> 2) The Tune-In <p>Kita melakukan “Tune-In dengan cara memikirkan sesuatu atau peristiwa yang spesifik tertentu yang dapat membangkitkan emosi negative yang ingin kita hilangkan. Ketika terjadi reaksi negatif (marah,sedih, takut dan sebagainya) hati dan mulut kita berdoa bersamaan dengan Tune-in ini kita melakukan langkah ketiga</p> 3) The Tapping <p>Tapping adalah mengetuk ringan dengan dua ujungjari 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 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 (Zainuddin,2012). Adapun titik-titik yang di tekan pada teknik Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Cr = Crown. Pada titik dibagian kepala. b) EB = Eye Brow. Pada titik permulaan alis mata. c) SE = Side of Eye. Diatas tulang disamping mata. d) UE = Under Eye. 2 cm dibawah kelopak mata e) UN = Under No.Tepat dibawah hidung f) Ch = Chin. Diantara dagu dan bagian bawah bibir. g) CB = Collar Bone. Diujung tepat bertemunya tulang dada, collar bone dan tulang rusuk pertama. h) IH = Inside Hand. Dibagian dalam tangan yang berbatasan dengan telapak tangan. i) OH = Outside Hand. Dibagian luar tangan yang berbatasan dengan telapak tangan.
--	---

	<ul style="list-style-type: none">j) Th = Thumb. Ibu jari disamping luar bagian bawah kuku.k) IF = Index Finger. Jari telunjuk disamping luar bagian bawah kuku (dibagian yang menghadap ibu jari).l) MF = Middle Finger. Jari tengah samping luar bagian bawah kuku (dibagian yang menghadap ibu jari).o) RF = Ring Finger. Jari manis samping luar bagian bawah kuku (dibagian yang menghadap ibu jari).p) BF = Baby Finger. Jari kelingking samping luar bagian bawah kuku (dibagian yang menghadap ibu jari)q) KC = Karate Chop. Disamping telapak tangan, bagian yang kita gunakan untuk mematahkan balok saat karater) GS = Gamut Spot. Dibagian antara perpanjangan tulang jari manis dan tulang jari kelingking. <ul style="list-style-type: none">c. Mengobservasi keadaand. Mengkaji ansietas sesudah melakukan teknik SEFT <p>3. Penutup (5 menit)</p> <ul style="list-style-type: none">a. Ucapan terima kasih dan salam penutup
--	---



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa: Chuzaemah
NIM : 202303188
Pembimbing : Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Mat

Tgl bimbingan	Topik/Materi dan saran Bimbingan	Tanda tangan mahasiswa	Paraf pembimbing
27-03-2024	Menentukan judul		
04-05-2024	BAB 1 <ul style="list-style-type: none">Latarbelakang menggunakan referensi terbaru, disebutkan dulu macam-macam cara mengatasi kecemasan sebelum ke metode yang dipilih, cantumkan hasil observasi ke pasien dan hasil wawancara ke perawat ruangan.		
27-05-2024	BAB 1 dan BAB 2 <ul style="list-style-type: none">Penomoran harus memakai angka atau alfabet tidak boleh memakai titik atau centangMasukkan semua diagnosa yang mungkin akan munculTidak ada kolom adanya garis horizontalKerangka konsep tidak usah mencantumkan teori		
28-05-2024	BAB 2 dan BAB 3 <ul style="list-style-type: none">Pada kerangka konsep belum jelas pasien yang akan diberi metodeBuat lembar sop metode SEFT, lembar observasiCek kembali referensi		
30-05-2024	BAB 3, SOP metode SEFT, lembar observasi dan kuesioner HARS, dan daftar pustaka <ul style="list-style-type: none">ACC silahkan uji Turnity		

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners



(Wuri Utami, M.Kep)

Lampiran 8. Lembar Bimbingan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Yos sudarso No. 461 Gombong, Kebumen 54412 Telp./Fax. (0287) 472433, 473750

Website : <https://unimigo.ac.id> Email : fikes@unimigo.ac.id

Nama Mahasiswa: Chuzaeamah

NIM : 202303188

Pembimbing : Eka Riyanti, M.Kep,Sp.Kep.Mat

Hari/tanggal Bimbingan	Topik/Materi dan saran pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Paraf Pembimbing
17-12-2024	<ol style="list-style-type: none"> Bab 3 tulisan proposal dihapus saja Pada bab 4 profil tempat penelitian dihilangkan sesuai buku panduan Implementasi dibuat narasi saja Pada tabel diberi judul tabel Pada pembahasan isinya menghubungkan usia, pendidikan, dan gravida dengan ansietas berdasarkan jurnal 		
20-12-24	<ol style="list-style-type: none"> Pada gravida diambil yang sesuai saja jangan terlalu banyak teori Pada analisa inovasi analisa masalah sudah sesuai belum dengan teori Kenapa skor turun sedikit dan kenapa skor turun banyak Pada keterbatasan penelitian waktu tidak perlu dicantumkan, jika kondisi lingkungan dan jumlah penghuni kamar berpengaruh bisa dicantumkan Lanjut BAB 5 dan buat abstraknya 		
26-12-2024	Lanjut uji Turnitin		
28-12-2024	ACC		

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



(Wati U. Kani, M. Kep)

Lampiran 9. Lembar Revisi

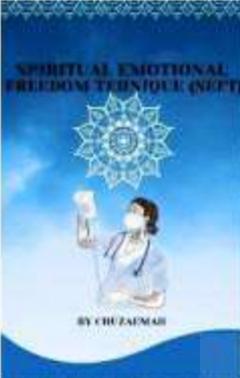
LEMBAR REVISI

MAHASISWA : Chuzamah

PENGUJI : Diah Astutiningrum, M.Kep

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL PREEKLAMIA DENGAN
ANSIETAS DI RUANG EDELWEIS RSUD KRT. SETJONEGORO
WONOSOBO

BAB	HAL	SARAN	PARAF
3	37	Dalam kriteria inklusi: <ul style="list-style-type: none">- Mencantumkan kriteria tempat perawatannya- Mencantumkan kriteria jenis kecemasan	
4	63	Keterbatasan penelitian mencantumkan jumlah penghuni kamar yang berbeda-beda yang mungkin dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi pasien	



DAFTAR ISI

1. DAFTAR ISI 1
2. PENGERTIAN SEFT 2
3. MANFAAT TERAPI SEFT 3
4. TAHAPAN TERAPI SEFT 5
5. PENUTUP 14
6. DAFTAR PUSTAKA 15

PENGERTIAN SEFT

SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)
MERUPAKAN NALAR NATU JENIS
TERAPI NON-
FARMAKOLOGI (JELMIN OBAT)
YANG MENGAJUKAN SISTEM
ENERGI TIUBUR DENGAN TERAPI
SPIRITUAL MELALUI
PENGUNAAN TEKNIK KETUKAN
RINGAN(TAPPING) PADA TITIK-
TITIK ENERGI TERTEUTU DI
DALAM TUBUH

MANFAAT SEFT

- Mampu menyembuhkan berbagai gangguan fisik seperti sakit kepala, nyeri punggung, maag, asma, sakit jantung, obesitas, alergi dan masalah fisik lainnya
- Mampu mengatasi berbagai gangguan masalah emosi seperti fobia, trauma, depresi, cemas, kecanduan rokok, stres, sulit tidur, mudah marah, sedih, gugup, letih, kecurupan, tidak percaya diri, dan masih banyak lagi.
- Mampu mengatasi berbagai masalah keluarga seperti ketidak harmonisan keluarga, perselingkuhan, masalah seksual, keluarga diambang perceraian, kekerasan anak, anak malas belajar dan lain sebagainya

MANFAAT SEFT

- Mampu meningkatkan prestasi seseorang seperti prestasi dalam belajar, olahraga, meningkatkan omset penjualan, menambah semangat dalam bekerja, dan lain sebagainya.
- Meningkatkan kedamaian hati, menambah kebahagiaan diri
- Mendapatkan pencerahan spiritual dari kesurupan, tidak percaya diri, dan masih banyak lagi

TAHAPAN SEFT

A. RELAKSASI

lemaskan tubuh anda dan jangan hiraukan apapun disekitar anda, terima keadaan anda jika anda sedang cemas/sedih/marah/nyeri, kemudian bayangkan hal-hal yang ada senangi

B. The Set-Up

berikan nilai masalah anda dari 0-10

TAHAPAN SEFT

Berdasarkan dengan khusus, ikhlas dan penuh pasrah sebanyak 3X contohnya "Ya Allah, meskipun saya ---- (sebutkan keluhan kita), saya ikhlas menerimanya dan semuanya saya pasrahkan kepada-Mu"sambil menekan dada tepat di bagian Sore Spot (titik nyeri yang berada di sekitar dada atas dibawah tulang bahu yang jika ditekan terasa agak sakit)

TAHAPAN SEFT

C. The TUNE-IN

Pikirkan apa yang menjadi masalah anda seperti jika anda cemas/marah/sedih/nyeri

D. THE TAPPING

mengetuk ringan dengan menggunakan dua ujung jari pada titik-titik 16 yang telah ditentukan yang ada di dalam tubuh sambil terus melakukan The Tune-In(memikirkan masalah yang dialami contohnya cemas/nyeri)

TAHAPAN SEFT

C. The TUNE-IN

Pikirkan apa yang menjadi masalah anda seperti jika anda cemas/marah/sedih/nyeri

D. THE TAPPING

mengetuk ringan dengan menggunakan dua ujung jari pada titik-titik 16 yang telah ditentukan yang ada di dalam tubuh sambil terus melakukan The Tune-In(memikirkan masalah yang dialami contohnya cemas/nyeri)

ketukan dimulai dari:

1. titik dibagian atas kepala
2. titik pangkal alis
3. tulang mata bagian luar
4. tulang dibawah mata
5. dibawah hidung
6. dibawah mulut
7. awal tulang selangka
8. pergelangan tangan dalam

9. pergelangan tangan luar



10. ujung jempol



11. ujung telunjuk



12. ujung jari tengah



13. ujung jari manis



14. ujung kelingking



15. titik karate



16. bawah buku-buku jari manis



E. PENUTUP

Menarik napas panjang setelah selesai kemudian diakhiri dengan ucapan "Alhamdulillah"

Periksa kembali derajat nyeri/cemas dari 0-10 jika masih nyeri ulang kembali dari awal dengan menambahkan kata masih "nyeri/cemas"

DAFTAR PUSTAKA

- Erica, H.S. (2019). Buku materi pembelajaran keperawatan jiwa. Universitas Kristen Indonesia. 202
- Herlman T. (2015) Nursing Diagnosis: definition and classification. Oxford: Wiley blackwell
- Zaenudin, A. (2012). Spiritual emotional freedom tehnik (SEFT) for healing+success +happiness+greatness. Jakarta: Afzan Publishing

