

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI SEFT UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KELURAHAN SUNGAI BAMBU KOTA JAKARTA UTARA

Zefanya Christy Sangiang

Abstrak

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi kesehatan mereka. Salah satu penyakit kronis yang sering dialami adalah diabetes melitus, yang tidak hanya menimbulkan masalah fisik tetapi juga menimbulkan kecemasan akibat kekhawatiran terhadap komplikasi dan penurunan kondisi tubuh. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan dengan penerapan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* terhadap kecemasan lansia dengan diabetes melitus. **Metode:** Metode yang dilakukan berupa studi kasus dengan penerapan terapi SEFT enam kali dalam dua minggu selama 15-20 menit dan pengukuran kecemasan dengan kuesioner *Geriatric Anxiety Scale* (GAS). **Hasil:** Klien kelolaan mengalami penurunan tingkat kecemasan dengan skor *Geriatric Anxiety Scale* (GAS) yang semula 32 (kecemasan ringan) menjadi 17 (kecemasan minimal), sedangkan pada klien resume terjadi penurunan skor dari 30 (kecemasan ringan) menjadi 16 (kecemasan minimal). **Rekomendasi:** Terapi SEFT dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dengan diabetes dan dianjurkan untuk dilakukan secara rutin, tiga kali dalam seminggu. Tenaga kesehatan diharapkan mengedukasi lansia dan keluarga agar mampu melaksanakan terapi ini secara mandiri di rumah. Diperlukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk memperkuat bukti efektivitas terapi SEFT sebagai intervensi nonfarmakologis.

Kata Kunci: Diabetes Melitus; Kecemasan; Lansia; *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

**ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH THE
APPLICATION OF SEFT THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN
ELDERLY WITH DIABETES MELLITUS IN THE SUNGAI
BAMBU SUBDISTRICT, NORTH JAKARTA CITY**

Zefanya Christy Sangiang

Abstract

*The elderly are an age group vulnerable to various physical, psychological, and social changes that can affect their health. One of the common chronic diseases they experience is diabetes mellitus, which not only causes physical problems but also leads to anxiety due to concerns about complications and declining physical condition. **Purpose:** This case study aims to analyze nursing care through the application of the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) to reduce anxiety in elderly patients with diabetes mellitus. **Method:** This study used a case study design with SEFT therapy applied six times over two weeks, each session lasting 15–20 minutes, and anxiety levels measured using the Geriatric Anxiety Scale (GAS). **Results:** The managed client showed a decrease in GAS score from 32 (mild anxiety) to 17 (minimal anxiety), while the resume client's score decreased from 30 (mild anxiety) to 16 (minimal anxiety). **Recommendation:** SEFT therapy can be used to reduce anxiety levels in elderly patients with diabetes and is recommended to be performed regularly three times a week. Healthcare professionals are encouraged to educate older adults and their families to carry out this therapy independently at home. Further studies with larger sample sizes are needed to strengthen the evidence for SEFT therapy's effectiveness as a non-pharmacological intervention.*

Keywords: *Anxiety; Diabetes Mellitus; Elderly; Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)*