



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

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ZEFANYA CHRISTY SANGIANG**

**2420721217**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2026**



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

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS  
Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners**

**ZEFANYA CHRISTY SANGIANG  
2420721217**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2026**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Zefanya Christy Sangiang

NIM : 2420721217

Tanggal : 19 November 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 19 November 2025

Yang Menyatakan,



(Zefanya Christy Sangiang)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Zefanya Christy Sangiang  
NIM : 2420721217  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Ekklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Analisis Asuhan Keperawatan dengan Penerapan Terapi SEFT untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kelurahan Sungai Bambu Kota Jakarta Utara”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal: 19 November 2025

Yang Menyatakan,



(Zefanya Christy Sangiang)

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Zefanya Christy Sangiang  
NIM : 2420721217  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan dengan Penerapan Terapi SEFT untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kelurahan Sungai Bambu Kota Jakarta Utara

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 19 November 2025 .

Penguji I (Ketua Penguji)

Dr. Ns. Evin Novlanti, M.Kep., Sp.Kep.J.  
NIP. 197811062021212006

Penguji II

Ns. Dwi Suratmanti, S.Kep., M.Kep.  
NIP. 199207162022032009  
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D.  
NIP. 197602142021212005

Penguji III

Ns. Duma Lumar Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J.  
NIP. 197611122021212007

Koordinator Program Studi Pendidikan  
Profesi Ners Program Profesi

Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.  
NIP. 198901262022032006

# 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)*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan penyertaanNya sehingga proposal skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak September 2025 ini adalah “Analisis Asuhan Keperawatan dengan Penerapan Terapi SEFT untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kelurahan Sungai Bambu Kota Jakarta Utara”. Pada kesempatan ini, dengan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Desmawati, SKP, M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta, Ibu Ns. Lina Berliana Togatorop, M. Kep, selaku Ketua Program Studi Profesi Ners, serta Ibu Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, kritik serta saran sehingga skripsi ini dapat selesai dengan tepat waktu.

Selanjutnya, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Papa, Almh. Mama, Geng iPhone, Anjelo, CIP, serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini memiliki kekurangan dalam penyusunan. Oleh karena itu, penulis menerima segala masukan, kritik, dan saran yang membangun agar terciptanya skripsi yang lebih baik di masa yang akan datang.

Jakarta, 19 November 2025

Penulis,

Zefanya Christy S

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SKEMA .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Tujuan Penulisan.....	5
I.3 Manfaat Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
II.1 Konsep Lansia.....	8
II.2 Konsep Diabetes Melitus .....	14
II.3 Konsep Kecemasan Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus.....	23
II.4 Konsep Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT).....	31
II.5 Konsep Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Kecemasan .....	39
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	47
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus Pasien Kelolaan.....	47
III.2 Asuhan Keperawatan Kasus Pasien Resume .....	74
III.3 Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti .....	104
BAB IV PEMBAHASAN.....	106
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait .....	106
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti .....	118
IV.3 Implikasi .....	121
BAB V PENUTUP .....	122
V.1 Kesimpulan .....	122
V.2 Saran .....	123
DAFTAR PUSTAKA .....	125
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Susunan Keluarga Klien Kelolaan .....	49
Tabel 2	Kemampuan Perawatan Diri Pasien Kelolaan .....	51
Tabel 3	Analisa Data Klien Kelolaan .....	58
Tabel 4	Susunan Keluarga Klien Resume .....	76
Tabel 5	Kemampuan Perawatan Diri Klien Resume.....	79
Tabel 6	Analisa Data Klien Resume.....	87
Tabel 7	Hasil Kuesioner Tingkat Kecemasan Pada Klien Kelolaan dan Klien Resume Dalam Penerapan Terapi SEFT .....	118

## DAFTAR SKEMA

Skema 1 Genogram Klien Kelolaan.....	49
Skema 2 Genogram Klien Resume .....	77

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul Sidang KIAN
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Sidang KIAN
- Lampiran 3 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 4 Kuesioner Geriatric Anxiety Scale (GAS)
- Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi SEFT
- Lampiran 6 Media Edukasi Booklet dan Buku Kerja
- Lampiran 7 Produk Luaran Buku KIAN
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Hasil Uji Turnitin