

ABSTRAK

Nama : Meilani Putri Widayanti
Prodi : Profesi Ners
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Klien Ansietas Dengan
Penerapan : Analisis Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique*
(SEFT) Dalam Asuhan Keperawatan Untuk Mengurangi Ansietas
Pembimbing : Imam Zainuri, S.Kep., Ns., M.Kes

Masa *postpartum* merupakan fase transisi penting bagi ibu setelah melahirkan, yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi kesejahteraan secara menyeluruh. Salah satu dampak yang sering muncul adalah ansietas, terutama pada kondisi tertentu yang memicu stres. Ansietas juga kerap dialami oleh ibu *postpartum* sectio caesarea akibat perubahan kondisi fisik, fluktuasi hormon, serta tuntutan peran baru sebagai seorang ibu. Apabila tidak ditangani dengan baik, ansietas dapat menghambat proses pemulihan, mengganggu hubungan antara ibu dan bayi, serta menurunkan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas melalui penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada ibu *postpartum* sectio caesarea. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi tahap pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Data yang digunakan merupakan data primer dengan durasi intervensi sekitar ± 30 menit. Penerapan SEFT dilakukan selama tiga hari berturut-turut dalam suasana yang kondusif dengan latihan yang dilakukan secara berulang. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas berdasarkan hasil pengukuran menggunakan instrumen yang digunakan, disertai perbaikan respon fisiologis, peningkatan kemampuan coping, serta partisipasi aktif klien dalam mengikuti terapi. Dengan demikian, SEFT terbukti sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif, mudah diterapkan, dan relevan dalam menurunkan ansietas pada ibu *postpartum*. Intervensi ini dapat digunakan sebagai salah satu alternatif terapi keperawatan untuk meningkatkan kesehatan mental ibu di pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : *Postpartum*, Ansietas, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

ABSTRACT

Name : Meilani Putri Widayanti
Study Program : Nursing Profession Program
Title : An Analysis of the Application of *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) in Nursing Care for Reducing Anxiety Among *Postpartum* Cesarean Section Mothers
Supervisor : Imam Zainuri, S.Kep., Ns., M.Kes

The *postpartum* period is a crucial transitional phase for mothers after childbirth, characterized by various physical, psychological, and social changes that may affect overall well-being. One of the common impacts is anxiety, particularly in situations that trigger stress. Anxiety is also frequently experienced by mothers following cesarean section due to physical changes, hormonal fluctuations, and the demands of a new maternal role. If not properly managed, anxiety can hinder the recovery process, disrupt the mother–infant relationship, and decrease quality of life. This study aimed to analyze the effectiveness of nursing care in clients with anxiety through the application of the *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) in *postpartum* cesarean section mothers. The method used was a case study approach with the nursing process, including assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The data used were primary data with an intervention duration of approximately ± 30 minutes. SEFT was applied for three consecutive days in a conducive environment with repeated practice. The results showed a decrease in anxiety levels based on measurement instruments, accompanied by improvement in physiological responses, enhanced coping abilities, and active participation of the client in the therapy process. Thus, SEFT is proven to be an effective, simple, and applicable non-pharmacological intervention in reducing anxiety among *postpartum* mothers. This intervention can be used as an alternative nursing therapy to improve maternal mental health in healthcare services.

Keywords: *Postpartum*, Anxiety, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)