



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS PENERAPAN *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* (SEFT) DALAM ASUHAN KEPERAWATAN
UNTUK MENGURANGI ANSIETAS *POSTPARTUM***

KARYA ILMAH AKHIR NERS

Oleh :

MEILANI FUTRI WIDAYANTI

NIM : 202503073

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
TAHUN 2025/2026**



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS PENERAPAN *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE (SEFT)* DALAM ASUHAN KEPERAWATAN
UNTUK MENGURANGI ANSIETAS *POSTPARTUM***

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Ners

Pada Universitas Bina Sehat PPNI

Kabupaten Mojokerto

KARYA ILMAH AKHIR NERS

Oleh :

MEILANI FUTRI WIDAYANTI

NIM : 202503073

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

TAHUN 2025/2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MEILANI FUTRI WIDAYANTI
NIM : 202503073
Prodi : PROFESI NERS
Fakultas : FIKES
Judul : ANALISIS PENERAPAN SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE (SEFT) DALAM ASUHAN KEPERAWATAN UNTUK
MENGURANGI ANSIETAS POSTPARTUM

Saya menyatakan bahwa KIAN ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 03/07/2026



MEILANI FUTRI WIDAYANTI
202503073

QR REPOSITORY

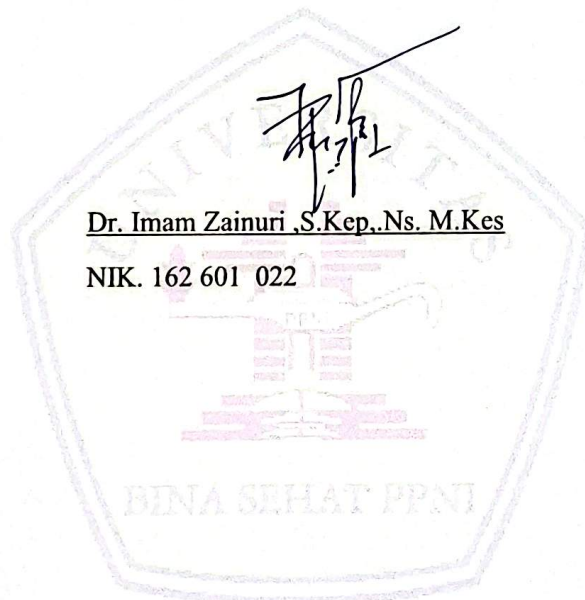


LEMBAR PERSETUJUAN

Judul : Analisis Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique*
(SEFT) Dalam Asuhan Keperawatan Untuk Mengurangi Ansietas
Pada Ny. F
Nama : Meilani Futri Widayanti
NIM : 20203073
Pada tanggal : 17 Juli 2026

Oleh :

Pembimbing I





Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

- <http://www.ubs-ppni.ac.id>
- Info@ubs-ppni.ac.id

- 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
- Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

Nama : MEILANI FUTRI WIDAYANTI
NIM : 202503073
Program Studi : Profesi Ners
Pada Tanggal : 05 Agustus 2026
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "ANALISIS PENERAPAN SPIRITUAL
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)
DALAM ASUHAN KEPERAWATAN UNTUK
MENGURANGI ANSIETAS PADA IBU
POSTPARTUM"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah,
S.Kep.Ns.M.Kes

(.....)

Penguji 1 : Dr. Imam Zainuri, S.Kep.Ns.,M.Kes

(.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 5 Agustus 2026

Ka. Prodi Profesi Ners

Dr. Faisal Ibnu, S.Kep.Ns., M.Kes

NIK : 162.601.026

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyusun karya ilmiah akhir ners yang berjudul “ Analisis Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Dalam Asuhan Keperawatan Untuk Mengurangi Ansietas“ dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Selesaiannya penulisan Karya ilmiah akhir ners ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada :

1. Dr. Gigih Setijawan, Sp. P, MARS FISR selaku direktur utama RSUD Prof Dr. Soekandar yang telah memberikan kesempatan penulis untuk melakukan penelitian.
2. Dr. Indah Lestari,S.Kep.Ns., M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Dr. Lilik Ma'rifatul A.,S.Kep.Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan penguji karya ilmiah akhir nersUniversitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Faizal Ibnu ,S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Ka. Prodi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
5. Dr. Imam Zainuri.S.Kep.Ns., M.Kes selaku pembimbing Karya ilmiah akhir ners yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis

6. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kab. Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
7. Partisipan / responden, teman-teman dan semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini

Akhirnya penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir nersini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan karya tulis ini.



Mojokerto, 10 Juli 2026

Meilani futri Widayanti
202501073

DAFTAR ISI

LEMBAR ORINSINALITAS.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep <i>Postpartum Postpartum Sectio Caesarea</i>	5
2.1.1 Definisi <i>Postpartum Sectio Caesarea</i>	5
2.1.2 Etiologi <i>Postpartum Sectio Caesarea</i>	6
2.1.3 Klasifikasi <i>Postpartum Sectio Caesarea</i>	8
2.1.4 Pathway <i>Postpartum Sectio Caesarea</i>	11
2.1.5 Manifestasi Klinis <i>Postpartum Sectio Caesarea</i>	12
2.2 Konsep Ansietas.....	12
2.2.1 Definisi Ansietas.....	12
2.2.1 Etiologi Ansietas	13
2.2.2 Rentan Respon	15
2.2.3 Proses Terjadinya Ansietas	16
2.2.4 Pathway Ansietas	17
2.2.5 Manifestasi Klinis Ansietas	18

2.2.6	Penatalaksanaan Ansietas	19
2.3	Asuhan keperawatan ansietas.....	20
2.3.1	Pengkajian.....	20
2.3.2	Diagnosa keperawatan	27
2.3.3	Pohon Masalah.....	28
2.3.4	Rencana keperawatan.....	29
2.3.5	Implementasi.....	31
2.3.6	Evaluasi.....	32
2.4	Konsep Dasar <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i>	34
2.4.1	Definisi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i>	34
2.4.2	Efek <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i>	34
2.4.3	Alur Teknik <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i>	35
2.4.4	Macam-Macam Teknik Reaksasi.....	38
2.5	Jurnal Yang Relevan.....	41
BAB 3 GAMBARAN KASUS.....		44
3.1	Asuhan Keperawatan Pada Ny. F Dengan Masalah Ansietas.....	44
3.1.1	Pengkajian Keperawatan.....	44
3.1.2	Analisa Data.....	47
3.1.3	Diagnosa Keperawatan	47
3.1.4	Pohon Masalah.....	47
3.1.5	Rencana Keperawatan.....	48
3.1.6	Implementasi Keperawatan.....	50
3.1.7	Evaluasi Keperawatan.....	52
3.2	Penerapan <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> Pada Ny. S Dengan Masalah Ansietas	55
3.3	Evaluasi Penerapan <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> Pada Ny. S Dengan Masalah Ansietas.....	57
BAB 4 PEMBAHASAN.....		60
4.1	Asuhan Keperawatan Pada Ny. F Dengan Masalah Ansietas.....	60
4.1.1	Pengkajian.....	60
4.1.2	Diagnosa Keperawatan	61
4.1.3	Rencana Keperawatan.....	63
4.1.4	Tindakan Keperawatan	64
4.1.5	Evaluasi Keperawatan.....	66

4.2	Penerapan <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> Pada Ny. SDengan Masalah Ansietas	68
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....		71
5.1	Simpulan	71
5.2	Saran	72
DAFTAR PUSTAKA		74
BIODATA PENULIS		lxxvii
LAMPIRAN.....		78



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Pathway Postpartum Sectio Caesarea	11
Tabel 2. 2 Rentang Respon	15
Tabel 2. 3 Pathway Ansietas	17



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	78
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden	79
Lampiran 3 Asuhan Keperawatan.....	80
Lampiran 4 Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan.....	101
Lampiran 5 Lembar Observasi.....	116
Lampiran 6 Lembar Dokumentasi	117
Lampiran 7 Lembar Bimbingan.....	118
Lampiran 8 Uji Tunitin	119



DAFTAR PUSTAKA

- Acep. (2021). *Eft Tapping Protocol And Training Guidelines Association*.
- Adolph, R. (2019). *Laporan Post Partum*. 1–23.
- Akhirussanah, S. (2021). *Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Ny. S Masalah Utama Ansietas Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Desa Semenpinggir Kecamatan Kapas Kabupaten Bojonegoro Oleh:*
- Amperaningsih, Y., Sakinah, E. N., Agustanti, D., & Manurung, I. (2024). *Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak*. 5(1), 247–255.
- Anggelina, S. (2022). *Asuhan Keperawatan Psikososial Ansietas Pada Pasien Diabetes Melitus. Jurnal Pengandian Masyarakat*, 1–6.
- Anita Novi, K. (2022). *Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus*. 5(2).
- Anita, W., Nafratilova, L., & Pesa, Y. M. (2023). *Jurnal Kesehatan As-Shiha Upaya Pencegahan Kecemasan Ibu Postpartum Dengan Terapi Komplementer : Literatur Review*.
- Ariasih, A., Besral, Budiharsana, M., & Ronoatmodjo, S. (2024). *Common Mental Disorders And Associated Factors During Pregnancy And The Postpartum Period In Indonesia: An Analysis Of Data From The 2018 Basic Health Research. Journal Of Preventive Medicine And Public Health*, 57(4), 388–398. <https://doi.org/10.3961/jpmph.24.082>
- Ayu Agustini, Muhammad Rizki Ramadhan, & Astri Rahmawati. (2024). *Mengatasi Kecemasan Melalui Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft). Proceeding Conference On Psychology And Behavioral Sciences*, 3(1), 90–105. <https://doi.org/10.61994/cpbs.v3i.130>
- Azizah, L. M., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Gebang No. 59 Rt. 03 Rw. 44 Wedomartani Ngemplak, Sleman, Yogyakarta.
- Blacher, S. (2020). *Since January 2020 Elsevier Has Created A Covid-19 Resource Centre With Free Information In English And Mandarin On The Novel Coronavirus Covid- 19 . The Covid-19 Resource Centre Is Hosted On Elsevier Connect , The Company ' S Public News And Information. Journal Of Interprofessional Education & Practice*, January.
- Davies, S. M., Christiansen, P., Harrold, J. A., Silverio, S. A., & Fallon, V. (2021). *Creation And Validation Of The Postpartum Specific Anxiety Scale Research Short-Form (Psas-Rsf). Archives Of Women's Mental Health*, 24(6), 957–969. <https://doi.org/10.1007/S00737-021-01114-7>

- Dwi, S. (2020). *Gambaran Kecemasan Pada Ibu Postpartum Sectio Caesarea Di Rsud Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta*. 9(2), 163–170. <https://doi.org/10.30644/Rik.V8i2.462>
- Fallon, V., Davies, S. M., Christiansen, P., Harrold, J. A., & Silverio, S. A. (2022). The *Postpartum Specific Anxiety Scale* : Confirmatory Factor Analyses And Relationships With Birth Experience. *Archives Of Women's Mental Health*, 655–665. <https://doi.org/10.1007/S00737-022-01233-9>
- Hadfield, K., Akyirem, S., Sartori, L., Abdul-Latif, A. M., Akaateba, D., Bayrampour, H., Daly, A., Hadfield, K., & Abihiro, G. A. (2022). Measurement Of Pregnancy-Related Anxiety Worldwide: A Systematic Review. *Bmc Pregnancy And Childbirth*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/S12884-022-04661-8>
- Ivonne, A. V., Gasper, S., Pratiwi, D. S., Metanfanuan, R., Puspitadewi, T. R., Indarsita, D., Papilaya, M. F., Wahyuningsih, W., Saragih, S. L., Gasma, A., Alow, G. B. H., Rahakbauw, G. Z., Kusmiyati, K., Priliana, W. K., Tamunu, E. N., Lombogia, M., Mamentu, P., Muaningsih, M., & Harikedua, V. T. (2024). *Editor : La Ode Alifariki, S. Kep., Ns., M. Kes* (L. O. Alifariki (Ed.)).
- Izzah, U., Hariani, W. F., Brilliant, N., Winarna, A., & Kusumawati, D. (2022). *Beberapa Faktor Yang Dapat Berpengaruh Pada Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Sectio Caesarea (Sc) Di Rsi Fatimah Banyuwangi*. 146–153.
- Lady, H., Manalu, L., Putri, M. A., Pasaribu, M. R., Gulo, P. B., & Azzahra, N. F. (2023). *Mengatasi Kecemasan Dengan Keinginan Menyusui Eksklusif*. 5(1), 51–55.
- Luo, Z., Shen, Y., Yuan, J., Zhao, Y., Liu, Z., & Shangguan, F. (2021). Perceived Stress, Resilience, And Anxiety Among Pregnant Chinese Women During The Covid-19 Pandemic: Latent Profile Analysis And Mediation Analysis. *Frontiers In Psychology*, 12(July), 1–9. <https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2021.696132>
- Natosba, J. F., Aniroh, U. T., & Rukmawati, S. (2025). Buku Ajar Keperawatan Maternitas 2. In *Midwifery* (Vol. 5, Issue 1). Pt Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta All. <https://erepo.unud.ac.id/id/eprint/17364/%0adkk>, Sumarni & Perry, & Potter. (2010). *Fundamentals Of Nursing (7th Ed.)*.
- Rahma, Z. M., Irma, Finuria Mustikawati Paramita, S., & Glorio, I. (2024). *The Effectiveness Of Spiritual Emotional Freedom Technique In Reducing The Incidence Of Postpartum Blues In Pregnant Women*. 5(4), 245–255.
- Reflisiani, D. (2023). *Therapeutic Communication Relationship With The Level Of Anxiety Of Primigravida Mother In Facing Childbirth At Tk Iv Hospital Cijantung Kesdam Jaya In*. 54(2), 125–132.

- Rejeki, S., Retno Santi, Y., Hidayati, E., & Rozikhan, R. (2022). Efektivitas Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(2), 543–548. <https://doi.org/10.26751/Jikk.V13i2.1515>
- Robbins, N., Harvey, K., & Moller, M. D. (2023). Emotional Freedom Techniques For *Postpartum* Depression, Perceived Stress, And Anxiety. *Nursing For Women's Health*, 28(1), 41–49. <https://doi.org/10.1016/J.Nwh.2023.09.005>
- Rohmana, D. Et. Al. (2025). Determinan Kecemasan Yang Terjadi Pada Ibu Post Partum Desi. *Jurnal Perspektif*, 8(2), 187–199. <https://doi.org/10.24036/Perspektif.V8i2.1083>
- Suparwati, I., Murwati, M., & Suwanti, E. (2018). Hubungan Antara Kelancaran Pengeluaran Asi Dengan Kejadian *Postpartum* Blues Di Wilayah Puskesmas Trucuk Ii 8 Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 3(1), 8–13. <https://doi.org/10.37341/Jkkt.V3i1.58>
- Syarif, K. R., Rahmatia, S., Lestari, I., Kesehatan, P., Makassar, K., & Sejarah, I. A. (2023). Studi Literatur Tingkat Kecemasan Ibu *Postpartum* Terhadap Pengeluaran Asi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 18(2), 2302–2531.
- Umiyati. (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Post Partum Spontan Di Rsud Dr. Kanudjoso Djatiwibowo Balikpapan* (Vol. 4, Issue 1).
- World Health Organization. (2023). *Perinatal Mental Health*. <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/maternal-mental-health>
- Yoviana, I., Maryati, I., & Widiasih, R. (2024). Intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (Seft) Untuk Mengatasi Kecemasan Dan Nyeri. *Jurnal Riset Ilmiah*, 3(6), 3085–3101.