

BAB 7 KESIMPULAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi *stage* 1 di Griya Werdha Jambangan Surabaya menunjukkan hasil bahwa mayoritas responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik. Berdasarkan hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi *stage* 1 di Griya Werdha Jambangan Surabaya.

7.2 Saran

7.2.1. Bagi Pasien Hipertensi

Pada pasien hipertensi diharapkan terus melakukan terapi tertawa selama 15 menit untuk menurunkan tekanan darah dan mencegah terjadinya peningkatan *stage* serta mencegah terjadinya komplikasi pada hipertensi.

7.2.2. Bagi Perawat Panti

Perawat panti diharapkan dapat mengaplikasikan terapi tertawa pada lansia dengan hipertensi sebagai pengembangan intervensi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

7.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan menggunakan kelompok kontrol dan kelompok intervensi pada lansia dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriansyah, A., & Santoso, M. B. (2019). Pelayanan Panti Werdha Terhadap Adaptasi Lansia. *Journal Responsive*, Vol 2 No.4, Hal 190-198. Retrieved from <http://jurnal.unpad.ac.id/responsive/article/view/22925>. Di unduh pada tanggal 1 April 2020.
- Alimansur, M., & Anwar, M. C. (2013). Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol.2 No.1, Hal 74-82. Retrieved from <https://www.ejurnaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/31/23>. Di unduh pada tanggal 1 April 2020.
- Astuti, N. (2011). *Terapi Sehat Dengan Tertawa*. Yogyakarta: Tugu Publisher.
- Asy'ari, M. (2012). *Terapi Tertawa Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Bintang Cemerlang.
- Azizah, L. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia (Pertama)*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bangun, A. (2016). *Cara Sehat Alami Mengatasi Hipertensi Dengan Ramuan Herbal dan Terapi Jus*. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Candra, I. W., Hariani, I. G. A., & Sumirta, I. N. (2017). *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa (Edisi 1)*. Yogyakarta: Andi.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Strategi Intervensi*. Malang: Wineka Medika.
- Eni, N. M. S., & Wijaya, I. P. A. (2017). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Peningkatan Tekanan Darah Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat di Desa Adat Bualu. *Caring*, Vol 1 No 1, Hal 14-24. Retrieved from <http://ejournal.binausadabali.ac.id/index.php/caring/article/view/13>. Di unduh pada tanggal 1 April 2020.
- Festy, P. (2018). *Lanjut Usia Prespektif dan Masalah*. Surabaya: UM Surabaya Publishing.
- Hakim, A. (2011). *Dahsyatnya Pikiran Bawah Sadar. Teknik Tepat Menuju Ketenangan, Kesehatan, Keberuntungan, Kesuksesan & Kebahagiaan*. Jakarta: Visi Media.
- Hersianna, N. (2012). *Happy Eating : Hamil Tetap Langsing*. Jakarta: Visi Media.

- Hidayat. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Himawan, R., Rustono, Aryatu, M., & Indanah. (2019). The Effect Of Laughter Therapy To Decrease Blood Pressure in Patiens With Hypertension Patients At Walehan 1 Primary Health Care. *Advance in Health Sciences Research*, Vol 15, Hal 211-214. Retrieved from <https://download.atlantispress.com/article/125919828>. Di unduh pada tanggal 1 April 2020.
- Indofarma. (2018). *Amlodipine Besylate*. Retrieved from <https://indofarma.id/amlodipine-besylate/>. Di unduh pada tanggal 1 April 2020.
- Jain, R. (2011). *Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah*. Jakarta: Gramedia.
- JNC-8. (2014). *Update JNC-8 Guideline Recommendations*. Retrieved from https://cdn.ymaws.com/www.aparx.org/resource/resmgr/CEs/CE_Hypertensi_on_The_Silent_K.pdf. Di unduh pada tanggal 10 Februari 2020.
- Junaedi, E., Yulianti, S., & Rinata, M. G. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Info Datin Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI Hipertensi*. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi.pdf>. Di unduh pada tanggal 19 September 2019.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016a). *Profil Dinas Kesehatan Kota Surabaya Tahun 2016*. Retrieved from www.depkes.go.id. Di unduh pada tanggal 19 September 2019.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016b). *Situasi Lanjut Usia Di Indonesia*. (Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia). Retrieved from <https://www.depkes.go.id/article/view/16090700005/situasi-lanjut-usia-lansia-di-indonesia.html>. Di unduh pada tanggal 19 September 2019.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Retrieved from https://www.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/15_Jatim_2017.pdf. Di unduh pada tanggal 19 September 2019.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Retrieved from <https://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf>. Di unduh pada tanggal 19 September 2019.
- Kholifah, S. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.

- Kowalski, R. (2010). *Terapi Hipertensi Program 8 Minggu*. Bandung: Qanita.
- Kusumawaty, J., Hidayat, N., & Ginanjar, E. (2018). Hubungan Jenis Kelamin dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. *Mutiara Medika*, Vol. 16 No, 46–51. Retrieved from <https://journal.umsida.ac.id/index.php/mm/article/view/4450/3514>. Di unduh pada tanggal 15 April 2020.
- Lanti, E. (2017). *Pendidikan Karakter*. Gorontalo: Athra Samudra.
- Lingga, L. (2012). *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- Mahfiro, I., Ligita, T., & Parjo. (2013). Hubungan Pola Aktivitas Pemenuhan Kebutuhan Dasar Dengan Tingkat Stres Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal ProNers*, Vol 1 No.1. Retrieved from <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/3516>. Di unduh pada tanggal 5 Juni 2020.
- Manabung, D. (2012). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Psikososial Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Ikomata Kota Gorontalo. *Journal Health and Sport*, Vol 5 No.1. Retrieved from <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/JHS/article/view/932>. Di unduh pada tanggal 7 Juni 2020.
- Manuntung, A. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Hipertensi*. Malan: Wineka Media.
- Mendoko, F., Katuuk, M., & Rompas, S. (2017). Perbedaan Status Psikososial Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado Dengan Yang Tinggal Bersama Keluarga Di Desa Sarongsong II Kecamatan Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara. *Journal Keperawatan*, Vol 5 No.1, Hal 1-9. Retrieved from <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/14671/14239>. Di unduh pada tanggal 7 Juni 2020.
- Merina, N. D., Wuri, E., & Roymond. (2011). Pengaruh Perlakuan Tawa Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Yang Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Summersari Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Dr Soebandi*, Vol. 1 No., Hal 10-16. Retrieved from <http://journal.stikesdrsoebandi.ac.id/index.php>. Di unduh pada tanggal 21 September 2019.
- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik* (P. Christian, ed.). Yogyakarta: Andi.
- Nasrudin, J. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Panca Terra Firma.

- Nor'alia, Lestari, D. R., & Rachmawati, K. (2019). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa di Desa Sapala Kecamatan Paminggir Kabupaten Hulu Sungai Utara. *Nerspedia*, Vol 2 No.1, Hal 77-86. Retrieved from <http://103.81.100.242/index.php/nerspedia/article/view/190/102>. Di unduh pada tanggal 15 April 2020.
- Nurhusna, Oktarina, Y., & Sulistiawa, A. (2018). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Olak Kemang Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi*, Vol I, Hal 75-81. Retrieved from <https://www.online-journal.unja.ac.id/JIITUJ/article/view/5654>. Di unduh pada tanggal 21 September 2019.
- Nurrahmani, U. (2015). *Stop Hipertensi*. Yogyakarta: Familia.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangestu, N. B., Kurniasari, M. D., & Wibowo, A. T. (2017). Efektifitas Yoga Ketawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Derajat II di Panti Werdha Salib Putih Salatiga. *Jurnal Kesehatan*, Vol VIII N, Hal 396-403. Retrieved from <http://www.ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/650>. Di unduh pada tanggal 22 September 2019.
- Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomer 5. (2018). *Standart Nasional Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia*. Retrieved from [https://jdih.kemsos.go.id/pencarian/www/storage/repository/PERMENSOS NOMOR 5 TAHUN 2018 TENTANG STANDAR NASIONL REHABILITASI SOSIAL LANJUT USIA.pdf](https://jdih.kemsos.go.id/pencarian/www/storage/repository/PERMENSOS%20NOMOR%205%20TAHUN%202018%20TENTANG%20STANDAR%20NASIONL%20REHABILITASI%20SOSIAL%20LANJUT%20USIA.pdf). Di unduh pada tanggal 22 September 2019.
- Pieter, H. Z., & Lubis, N. L. (2017). *Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan*. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama.
- Pikir, B. S. (2015). *Hipertensi Managemen Komprehensif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Prasetyaningrum, Y. (2014). *Hipertensi Bukan Untuk Ditakuti Terapi Sehat dengan Pengaturan Pola Makan*. Jakarta: Fmedia.
- Puspitasari, D. E., Hannan, M., & Chindy, L. D. (2017). Pengaruh Jalan Pagi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Desa Kalianget Timur Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Jurnal Ners Lentera*, Vol 5 No.2, Hal 169-177. Retrieved from <http://journal.wima.ac.id/index.php/NERS/article/view/1798>. Di unduh pada tanggal 15 Mei 2020.

- Ratnasari, Kasmawati, Musdalipa, & Azwar. (2018). Efektifitas Pemeberian Terapi Tertawa Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerjaa Puskesmas Jagong Kecamatan Pangkajene Kabupaten Pangkep. *Bimiki*, Vol.6 No.1, Hal 34-48. Retrieved from <https://bimiki.e-journal.id/bimiki/article/view/38>. Di unduh pada tanggal 15 Mei 2020.
- Seke, P. A., Bidjuni, H. J., & Lolong, J. (2016). Hubungan Kejadian Stres dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapenget Kota Manado. *E-Journal Keperawatan*, Vol 4 No 2, Hal 1-5. Retrieved from <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/12880>. Di unduh pada tanggal 25 Februari 2020.
- Selo, J., Candrawati, E., & Putri, R. M. (2017). Perbedaan Tingkat Stres Pada Lansia Di Dalam Dan Di Luar Panti Werdha Pangesti Lawang. *Nursing News*, Vol.2 No.3, hal 522-533. Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/688/549>. Di unduh pada tanggal 15 Mei 2020.
- Simanungkalit, B. (2007). *Terapi Tawa*. Jakarta: Papas Sinar Sinanti.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suparni, I. E., & Astutik, R. Y. (2016). *Menopause Masalah dan Penangan* (Edisi 1). Yogyakarta: Deepublish.
- Tage, P. K. S. (2012). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi di Panti Sosial Budi Agung Kupang. *Indonesian Journal Of Community Health Nursing*, Vol 2 No.2, 1–11. Retrieved from <https://e-journal.unair.ac.id/IJCHN/article/view/11960>. Di unduh pada tanggal 19 September 2019.
- Thayyarah, N. (2013). *Buku Pintar Sains Dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Zaman.
- Utomo, A. S. (2019). *Status Kesehatan Lansia Berdayaguna*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia.
- Wauthers, A., & Thomson, G. (2001). No Title. In *Terapi Warna*. Jakarta: Perpustakaan Nasional.
- Wiraputra, M. A. (2013). Stres Pada Penduduk Lanjut Usia Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tabanan II Kabupaten Tabanan Periode September-Oktober 2013. *ISM*, Vol 3 No 1, hal 51-57. Retrieved from <http://intisarisainmedis.weebly.com/>. Di unduh pada tanggal 25 Februari 2020