

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI *STAGE 1*
DI GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:
Dini Kristianti
NRP: 9103016027

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2020**

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI *STAGE 1*
DI GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA**

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

SKRIPSI



OLEH:
Dini Kristianti
NRP: 9103016027

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2020**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Dini Kristianti

NRP : 9103016027

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa asil skripsi yang berjudul:

PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN

DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI *STAGE 1* DI GRIYA

WERDHA JAMBANGAN SURABAYA

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Juli 2020

Yang membuat pernyataan,



SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Dini Kristianti

NRP : 9103016027

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya

Judul : Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi Stage 1 di Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Untuk dipublikasi/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, Juli 2020

Yang menyatakan



Dini Kristianti

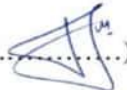
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI *STAGE 1* DI GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA

Skripsi yang ditulis oleh Dini Kristianti, NRP 9103016027 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 2 Juli 2020 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Yesiana Dwi Wahyu Werdhani, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 
2. Sekretaris : Kristina Pae, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 
3. Anggota : Maria Manungkalit, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 
4. Anggota : Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 

Mengesahkan
Dekan Fakultas Keperawatan,




Dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ.(K)
NID. 911.08.0624

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan saya kekuatan, sukacita,
damai sejahtera dalam setiap proses hidup saya.

Keluarga saya yang telah mendukung saya dan memberikan kasih sayang serta
motivasi tanpa batas kepada saya.

Pembimbing dan penguji saya yang telah memberikan motivasi serta mengajarkan
saya banyak hal dalam proses penyusunan skripsi.

HALAMAN MOTTO

**Apapun juga yang kamu perbuat, perbuatlah dengan segenap hatimu seperti
untuk Tuhan dan bukan untuk manusia (Kolose 3:23)**

Rejoice evermore

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi *Stage 1* di Griya Werdha Jambangan Surabaya”.

Selain itu penulis juga berterimakasih kepada beberapa pihak yang turut berpartisipasi dan mendukung penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik, diantaranya :

1. Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp. KJ(K), selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
2. Ibu Maria Manungkalit, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing Utama penulis yang telah menyediakan segenap waktu, tenaga, motivasi, dan kesabaran dalam penulisan skripsi ini.
3. Ibu Ninda Ayu Prabasari Panglipurningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing Pendamping penulis yang telah menyediakan segenap waktu, tenaga, motivasi, dan kesabaran dalam penulisan skripsi ini.
4. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdhani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua penguji penulis yang memberikan masukan pada penulis serta memberikan motivasi dan dukungan pada penulis.
5. Ibu Kristina Pae, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku sekretaris penguji serta Pembimbing Akademik selama penulis menuntut ilmu di Fakultas

Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah mencurahkan kasih sayang dalam membimbing angkatan 2016.

6. Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar dan berkembang demi mencapai masa depan.
7. Kakak rohani penulis yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, semangat serta motivasi selama penulisan skripsi ini.
8. Teman-teman *Care faith* yang telah memberikan semangat, dan dukungan selama penulisan skripsi ini.
9. Kepala Griya Werdha Jambangan Surabaya yang telah memberikan izin kepada penulis untuk survei awal dan bersedia menjadi tempat penelitian.
10. Seluruh lansia hipertensi di Griya Werdha Jambangan Surabaya yang bersedia menjadi responden serta meluangkan waktu dalam mengikuti kegiatan dalam penelitian.
11. Keluarga penulis yang telah memberikan kasih sayang, semangat, dukungan baik dalam bentuk moril maupun finansial yang tak terhitung jumlahnya selama penulisan skripsi ini.
12. Agatha Ninda, Ni Luh Meilina, Eurika Flastica, Septi Diah, Panji Akbar, dan Marwah Wahab, yang telah memberikan motivasi, dukungan kepada penulis serta membantu penulis dalam proses penelitian.
13. Seluruh teman angkatan 2016 yang selalu memberikan semangat kepada penulis selama penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan, sehingga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Surabaya, Juli 2020

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xv
ABSTRAK	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Konsep Terapi Tertawa.....	7
2.1.1. Pengertian Terapi Tertawa.....	7
2.1.2. Manfaat Terapi Tertawa	8
2.1.3. Kontraindikasi Terapi Tertawa	10

2.1.4. Teknik Terapi Tertawa	12
2.2. Konsep Tekanan Darah.....	18
2.2.1. Pengertian Tekanan Darah.....	18
2.2.2. Prinsip Mengukur Tekanan Darah.....	18
2.2.3. Teknik Mengukur Tekanan Darah.....	19
2.2.4. Jenis-Jenis Tensi Meter.....	19
2.3. Konsep Lansia	20
2.3.1. Pengertian Lansia.....	20
2.3.2. Batasan Lansia	21
2.3.3. Klasifikasi Lansia	21
2.3.4. Karakteristik Lansia.....	22
2.3.5. Ciri Lansia	22
2.3.6. Perubahan Pada Lansia	23
2.4. Konsep Hipertensi	28
2.4.1. Pengertian Hipertensi.....	28
2.4.2. Klasifikasi Hipertensi	28
2.4.3. Faktor Penyebab Hipertensi.....	29
2.4.4. Tanda dan Gejala Hipertensi	30
2.4.5. Patofisiologis Hipertensi.....	30
2.4.6. Penatalaksanaan Hipertensi	31
2.4.7. Komplikasi Hipertensi	32
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	33
3.1. Kerangka Konseptual.....	33
3.2. Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi <i>Stage 1</i> Di Griya Werdha Jambangan Surabaya	34
3.3. Hipotesis	35
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	36
4.1. Design Penelitian	36
4.2. Identifikasi Variabel Penelitian	37
4.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian	37
4.4. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	38
4.5. Kerangka Kerja Penelitian.....	39
4.6. Metode Pengumpulan Data.....	41
4.7. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	44
4.8. Teknik Analisa Data	44

4.9. Etika Penelitian.....	46
BAB 5 HASIL PENELITIAN	48
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian.....	48
5.2 Hasil Penelitian.....	50
BAB 6 PEMBAHASAN	60
6.1 Tekanan darah pada lansia hipertensi <i>stage</i> 1 sebelum dilakukan terapi tertawa di Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	60
6.2 Tekanan darah pada lansia hipertensi <i>stage</i> 1 setelah dilakukan terapi tertawa di Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	64
6.3 Pengaruh terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi <i>stage</i> 1 di Griya Werdha Jambangan Surabaya. ..	68
6.4 Keterbatasan penelitian.....	70
BAB 7 KESIMPULAN	72
7.1 Kesimpulan.....	72
7.2 Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	78
ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	109

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Tahapan Terapi Tertawa	12
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi.....	28
Tabel 4.1 Desain Penelitian Pra Eksperimental <i>One Group Pra-Post, Test Design</i>	36
Tabel 4.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	37
Tabel 5.1 Jumlah kamar di Griya Werdha Jambangan Surabaya	49
Tabel 5.2 Jadwal Kegiatan Perawat Harian di Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	49
Tabel 5.3 Jadwal Kegiatan Harian Lansia di Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	50
Tabel 5.4 Distribusi Tekanan Darah <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Intervensi Terapi Tertawa	56
Tabel 5.5 Hasil Uji Normalitas Tekanan Darah	57
Tabel 5.6 Hasil Uji Statistik <i>Paired Sample Test</i> Tekanan Darah Sistolik.....	58
Tabel 5.7 Hasil Uji Statistik <i>Paired Sample Test</i> Tekanan Darah Diastolik	58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Peregangen	13
Gambar 2.2 Tawa Bersemangat	13
Gambar 2.3 Tawa Sapaan	13
Gambar 2.4 Tawa Penghargaan	14
Gambar 2.5 Tawa Satu Meter	14
Gambar 2.6 Tawa <i>Milk Shake</i>	15
Gambar 2.7 Tawa Hening Tanpa Suara	15
Gambar 2.8 Tawa Bersenandung Dengan Bibir Tertutup.....	15
Gambar 2.9 Tawa Singa.....	16
Gambar 2.10 Tawa Ponsel	16
Gambar 2.11 Tawa Bantahan.....	16
Gambar 2.12 Tawa Memaafkan.....	17
Gambar 2.13 Tawa Bertahap.....	17
Gambar 2.14 Tawa Dari Hati Ke Hati	17
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi <i>Stage 1 Di Griya Werdha Jambangan Surabaya</i>	33
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi <i>Stage 1 Di Griya Werdha Jambangan Surabaya</i>	40
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	51
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	51
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal di Pantu	52

Gambar 5.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Kunjungan Keluarga.....	52
Gambar 5.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi	53
Gambar 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Kopi	53
Gambar 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Alkohol	54
Gambar 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Merokok	54
Gambar 5.9	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Obat yang Dikonsumsi	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	78
Lampiran 2 Lembar <i>Informed Consent</i>	80
Lampiran 3 Data Demografi	81
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Tertawa.....	82
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur (SOP) Pengukuran Tekanan Darah	89
Lampiran 6 Lembar Kegiatan Pelaksanaan Terapi Tertawa.....	91
Lampiran 7 Lembar Observasi Tekanan Darah <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Intervensi Terapi Tertawa	93
Lampiran 8 Surat Pengantar Survei Awal dan Penelitian.....	94
Lampiran 9 Surat Rekomendasi Penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik, Perlindungan Masyarakat	95
Lampiran 10 Lembar Disposisi Dinas Sosial Kota Surabaya	96
Lampiran 11 Surat Pengantar Survei Awal dan Penelitian di Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	97
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas	98
Lampiran 13 Hasil Uji Statistik <i>Paired Samples Test</i>	99
Lampiran 14 Tabulasi Data Penelitian.....	100
Lampiran 15 Lembar Observasi Tekanan Darah <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Intervensi	102
Lampiran 16 Surat Keterangan Melakukan Survei Awal dan Penelitia di Griya Werdha Jambangan Surabaya	103
Lampiran 17 Sertifikat Kalibrasi Tensi Meter	104
Lampiran 18 Surat Ijin Survei Awal dan Penelitian Dinsos	106
Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian	107

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	109
HALAMAN PERSETUJUAN.....	110
ABSTRAK	111
<i>ABSTRACT</i>	112
PENDAHULUAN	113
METODE PENELITIAN.....	114
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	114
KESIMPULAN DAN SARAN.....	118
DAFTAR PUSTAKA	119
BIODATA PENULIS	120

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI *STAGE* 1 DI GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA

OLEH : DINI KRISTIANTI

Seiring bertambahnya usia menyebabkan penurunan fungsi fisiologis yang menimbulkan penyakit salah satunya hipertensi. Komplikasi hipertensi adalah kerusakan pada ginjal, kerusakan pada jantung dan otak. Tujuan penelitian ini membuktikan adanya pengaruh terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi *stage* 1. Desain penelitian ini adalah *pre experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Variabel independen penelitian adalah terapi tertawa. Variabel dependen adalah tekanan darah. Populasi penelitian adalah lansia dengan usia ≥ 60 tahun sebanyak 56 lansia dengan hipertensi *stage* 1 di Griya Werdha Jambangan Surabaya. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* mendapatkan sampel sebanyak 30 lansia yang memenuhi kriteria inklusi meliputi lansia dengan hipertensi *stage* 1, kesadaran composmetis, bisa membaca dan menulis, lansia yang mengkonsumsi obat antihipertensi amlodipine 5-10 mg malam hari. Instrumen penelitian menggunakan SOP dan *sphygmomanometer* digital. Terapi tertawa diberikan selama 6 kali dalam 2 minggu dengan durasi 15 menit. Uji hipotesis pada penelitian ini adalah uji statistik *paired t-test*. Hasil uji hipotesis didapatkan $p=0.0000$ pada tekanan darah sistolik sedangkan diastolik $p=0.0000$, ada pengaruh signifikan terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi *stage* 1. Terapi tertawa akan merangsang stimulasi otak yang dapat menghasilkan hormon *endorphine* sehingga membuat otot menjadi rileks dan vasodilatasi pembuluh darah. Terapi tertawa yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan tekanan darah pada hipertensi.

Keyword : Terapi tertawa, Hipertensi, Lansia, Tekanan Darah

ABSTRACT

THE EFFECT OF LAUGHTER THERAPY ON BLOOD PRESSURE CHANGES IN THE ELDERLY WITH HYPERTENSION STAGE 1 AT GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA

BY : DINI KRISTIANTI

As we grow older our physiological function decreased, that can cause multiple disease such as hypertension. Complications of hypertension are kidney damage, heart damage and brain damage. The research aims to prove the laughter therapy influence in the elderly with hypertension stage 1. The design of this research is pre experimental with one group pretest-posttest design. The independent variable of this research is laughter therapy. Dependent variable is blood pressure. The population in this research is 56 elderly people with age more than 60 with hypertension stage 1 in Griya Werdha Jambangan Surabaya. This research uses sampling techniques purposive sampling get 30 elderly that meet the inclusion criteria is elderly with hypertension stage 1, composmetis, can read and write, elderly consumed amlodipine 5-10 mg. This research uses procedure and sphygmomanometer instrument. Laughter therapy will be given 6 time in 2 weeks and the 15 minutes each time. The Hypothesis test in this research is statistical test of paired t-test. The result of hypothesis showed that the systole blood pressure is $p=0.0000$ and diastole is $p=0.0000$, there was laughter therapy significant influence in the elderly with hypertension stage 1. Laughter therapy will stimulate the brain so it release endorphine hormone that makes you relax and vasodilatation blood vessels. If laughter therapy carried out routinely it can decrease blood pressure

Keyword : Laughter Therapy, Hypertension, Elderly, Blood Pressure.