

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung  
Program Studi DIII Keperawatan Bogor

Sekar Afifah  
NIM. P17320320034

Penerapan Terapi Tawa Terhadap Tingkat Stres dan Tekanan darah Pada Lansia  
Dengan Hipertensi Di RW 12 Kelurahan Bubulak Tahun 2023

i-xi + 84 Halaman, V BAB, 8 Tabel, 7 Lampiran

## **ABSTRAK**

Lansia adalah seseorang berusia lebih dari 60 tahun dan mengalami berbagai penurunan serta rentan mengalami penyakit degeneratif seperti hipertensi. Hipertensi yang terjadi pada lansia akan berdampak pada kesehatan dan menimbulkan berbagai masalah seperti serangan jantung, stroke, hingga kematian. Hal tersebut membuat lansia menjadi stres dan memicu terjadinya hipertensi. Salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk menurunkan stres dan hipertensi pada lansia yaitu terapi tertawa. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat stres dan tekanan darah sebelum dan sesudah penerapan terapi tertawa pada lansia dengan hipertensi di RW 12 Kelurahan Bubulak. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan cara *purposive sampling*. Pengambilan sampel menggunakan lembar kuesioner tingkat stres Kurzen dan pengukuran tekanan darah, dengan jumlah 6 responden yang dilakukan selama 6 hari dalam 2 minggu dimana 30 menit setiap intervensi. Hasil penelitian ini didapatkan penurunan tingkat stres dengan rata-rata dari 13,33 menjadi 8,00 dan penurunan tekanan darah dengan nilai tertinggi dari 170/100 mmHg menurun menjadi 140/80 mmHg dan terendah dari 140/90 mmHg menurun menjadi 120/90 mmHg. Diharapkan terapi tertawa dapat dilakukan bagi para masyarakat di RW 12 Kelurahan Bubulak terutama lansia untuk menurunkan stres dan tekanan darah.

**Kata Kunci** : Lansia, Hipertensi, Stres, Terapi Tertawa  
Daftar Pustaka : 45 Sumber (2012 – 2022)

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung  
Program Studi DIII Keperawatan Bogor

Sekar Afifah  
NIM. P17320320034

Application Of Laughter Therapy To Stress Levels And Blood Pressure In Elderly  
With Hypertension in RW 12 Bubulak Village In 2023

i-xi + 84 Pages, V Chapter, 8 Tabels, 7 Attachments

## **ABSTRACT**

Elderly is someone who is over 60 years old and experiences various declines and is prone to degenerative diseases such as hypertension. Hypertension that occurs in the elderly will have an impact on health and cause various problems such as heart attacks, strokes, and death. This makes the elderly become stressed and trigger hypertension. The purpose of this research is to find out the level of stress and blood pressure before and after the application of laughter therapy to elderly with hypertension in RW 12 Bubulak Village. The research design used was descriptive research by means of purposive sampling. Sampling used a Kurzen stress level questionnaire sheet and blood pressure measurements, with a total of 6 respondents carried out for 6 days in 2 weeks where 30 minutes for each intervention. The results of this study showed a decrease in stress levels with an average of 13,33 to 8,00 and a decrease in blood pressure with the highest value from 170/100 mmHg decreased to 140/80 mmHg and the lowest from 140/90 mmHg decreased to 120/90 mmHg. It is hoped that laughter therapy can be carried out for the community in RW 12 Bubulak Village, especially the elderly, to reduce stress and hypertension.

**Keywords** : Elderly, Hypertension, Stress, Laughter Therapy

**Bibliography** : 45 Sources (2012 – 2022)