

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Juli 2023
Aas Siti Nurjanah

PENGARUH TEKNIK TERTAWA TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS RANCAH
KABUPATEN CIAMIS

ABSTRAK

Xiii bagian awal + 61 halaman + 6 tabel + 15 Lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) dengan permasalahan yang sangat serius jika terus menerus dibiarkan, hipertensi dapat menyebabkan komplikasi pada otak (stroke), jantung infark miokard dan juga gangguan koroner lainnya. Salah satu intervensi yang bisa dilakukan selain dengan farmakologis adalah non farmakologis terapi relaksasi salah satunya teknik terapi tertawa. Tawa adalah salah satu cara terbaik untuk mengendurkan otot, tawa dapat mempelebar pembuluh darah dan mengirim lebih banyak darah hingga ke ujung-ujung dan semua otot diseluruh tubuh yang bermanfaat menurunkan tekanan darah, terapi ini merupakan salah satu yang paling sederhana dan mudah untuk dipelajari. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik terapi tertawa terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rancah Kabupaten Ciamis. Metode penelitian ini menggunakan *quasi experimental* dengan *one grup pretest-posttest design*, sampel dalam penelitian ini 18 orang dengan metode *purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji *paired t-test*. Hasil penelitian diperoleh rata-rata tekanan darah sebelum *systole* 160 mmHg dan tekanan darah *diastole* 92 mmHg dan rata-rata tekanan darah *sistole* sesudah yaitu 146 mmHg sedangkan tekanan darah *diastole* 85 mmHg. Hasil uji *paired t-test* untuk tekanan darah sistolik *p value* = 0,006 dan untuk tekanan darah diastolik *p value* = 0,008 ($p \leq 0,05$) maka hipotesis diterima. Kesimpulan dari hasil penelitian ini diyakini bahwa ada pengaruh teknik terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rancah Kabupaten Ciamis. Disarankan ada baiknya bagi penderita hipertensi melakukan teknik terapi tertawa, yang merupakan terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi tertawa,

Pustaka : 29 (2018 – 2023)

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
S1 NURSING STUDY PROGRAM

Thesis, July 2023

Aas Siti Nurjanah

**THE EFFECT OF LAUGHTER TECHNIQUES ON BLOOD PRESSURE
IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE WORKING AREA OF
PUSKESMAS RANCAH CIAMIS REGENCY**

ABSTRACT



Xiii the beginning + 61 pages + 6 tables + 15 Appendices

Hypertension is a non-communicable disease (PTM) with very serious problems if left unchecked, hypertension can cause complications in the brain (stroke), heart myocardial infarction and other coronary disorders. One of the interventions that can be done apart from pharmacology is non-pharmacological relaxation therapy, one of which is laughter therapy. Laughter is one of the best ways to relax muscles, laughter can dilate blood vessels and send more blood to the ends and all the muscles throughout the body that are beneficial to lower blood pressure, this therapy is one of the simplest and easiest to learn. The purpose of this study was to determine the effect of laughter therapy techniques on blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Rancah Health Center, Ciamis Regency. This research method uses a quasi-experimental with one group pretest-posttest design, the sample in this study is 18 people with a purposive sampling method. Data analysis used paired t-test. The results showed that the average blood pressure before systole was 160 mmHg and the diastolic blood pressure was 92 mmHg and the average after systolic blood pressure was 146 mmHg while the diastolic blood pressure was 85 mmHg. The results of the paired t-test for systolic blood pressure p value = 0.006 and for diastolic blood pressure p value = 0.008 ($p \leq 0.05$) then the hypothesis is accepted. The conclusion from the results of this study is that it is believed that there is an effect of laughing therapy techniques on reducing blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Rancah Health Center, Ciamis Regency. It is recommended that hypertension sufferers do laughter therapy techniques, which are complementary therapies in lowering blood pressure.

Keywords : Hypertension, Blood Pressure, Laughter Therapy

Literature : 29 (2018 – 2023)