

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI TERTAWA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA
WERDHA UNIT ABIYOSO
YOGYAKARTA



HILARIUS GILANG PUTRA ANGGONO
NPM 202223021

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI TERTAWA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA
WERDHA UNIT ABIYOSO
YOGYAKARTA



HILARIUS GILANG PUTRA ANGGONO
NPM 202223021

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI TERTAWA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA
WERDHA UNIT ABIYOSO
YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Hilarius Gilang Putra Anggono

NPM 202223021

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih

Yogyakarta 6 Februari 2026

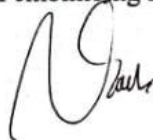
Pembimbing I,



Bernadetta Eka Noviati, S.Kp., Ns, M.M.

NIK 201850002

Pembimbing II,



Agnes Mahayanti, Ns., M.Kep

NIK 199950001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hilarius Gilang Putra Anggono

NPM : 202223021

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul:

“Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta”

Yang telah saya laksanakan selama empat bulan dari bulan September 2025 sampai dengan Januari 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri. Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya jelas sesuai dengan norma kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 29 Januari 2026

Yang membuat pernyataan



10000
METERAI
TEMPEL
823ANX323023010

Hilarius Gilang Putra Anggono

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI TERTAWA
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA
WERDHA UNIT ABIYOSO
YOGYAKARTA

Disusun Oleh:
Hilarius Gilang Putra Anggono
NPM 202223021

Telah dipertahankan dan diuji di depan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada tanggal 29 Januari 2026

Mengesahkan,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta


Yulia Wardani, MAN

NIK 201450001

Penguji:

Ketua : Dr. Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B 

Anggota Penguji : 1. Bernadetta Eka Noviati, S.Kp., Ns, M.M



2. Agnes Mahayanti, Ns., M.Kep



HALAMAN MOTTO

“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur”

Filipi 4:6

“Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang”

Amsal 23:18

“Bagaimanapun juga merawat cita-cita tak akan semudah berkata-kata
Rencana berikutnya rajut lagi cerita merapal doa gas sekencangnya”

Lek Sirin Farid Stevy

“Bilas muka, gosok gigi, evaluasi, tidur sejenak, menemui esok pagi
walau pedih, ku bersamamu kali ini ku masih ingin melihatmu esok hari”

Baskara Putra

“Doakan usahamu, Usahakan doamu”

Gilang Putra

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat, kekuatan, serta penyertaan-Nya selama proses perjalanan yang luar biasa. Sampai juga pada laporan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha unit Abiyoso Yogyakarta” dapat selesai dengan tepat waktu.

Dengan segala rasa syukur dan bahagia, peneliti mengucapkan terimakasih serta mempersembahkan karya ini kepada :

1. Kedua orang tua yang sangat istimewa bagi peneliti, Pius Joko Trianggono dan Yulia Candra Trihastuti yang selalu memberikan dukungan dan seluruh doa yang tulus. Terimakasih juga atas segala usaha serta jerih payah untuk mengusahakan anak terakhirmu ini bisa menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Terimakasih atas segala hal yang kalian berikan yang tak terhitung jumlahnya.
2. Atanasia Tiara Anindyagita, yang selalu menemani peneliti selama proses penelitian dalam kondisi apapun. Terimakasih banyak telah menjadi bagian dari perjalanan hidup yang berharga. Hadirmu selalu menjadi rumah bagi peneliti dalam mendukung ataupun menghibur dalam kesedihan. Peneliti berharap ikatan ini tidak pernah selesai dan selalu bersama untuk merangkai cerita yang baru. Terimakasih telah berjuang bersama sampai detik ini.
3. Mbak Gita, Mas Bim, dan juga keponakan saya tercinta Anora terimakasih atas doa yang mengiringi dan semangat yang menguatkan peneliti
4. Teruntuk saudara tanpa darah Hariyanto, Christian Dhimas, Yesaya Putra, Rahmat Advent, Valen Islama, Benediktus Andra, dan Valentino Andre terimakasih telah menjadi penguat langkah dan saksi proses pendewasaan ini.
5. Terakhir terimakasih kepada diri saya sendiri yang sudah bisa melewati proses yang sangat indah ini. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih sudah bertahan.

INTISARI

Nama : Hilarius Gilang Putra
NPM : 202223021
Judul : Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi BPSTW unit Abiyoso Yogyakarta
Tanggal Ujian : 29 Januari 2026
Pembimbing : 1. Bernadetta Eka Novianti, S.Kp., Ns, M.M
2. Agnes Mahayanti, Ns., M.Kep
Jumlah Pustaka : 90 Pustaka (1998-2026)
Jumlah Halaman : xiv, 183 halaman, tabel, lampiran

Lansia adalah individu yang berusia diatas 60 tahun keatas, yang mengalami proses penuaan alami berupa penurunan fungsi fisik dan kognitif serta meningkatnya risiko penyakit salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang sering dialami lansia akibat penurunan elastisitas pembuluh darah serta peningkatan resistensi perifer. Seiring berjalannya waktu penderita hipertensi semakin meningkat. Balai Pelayanan Sosisal Tresna Werdha yang merupakan salah satu pelayanan sosial dari DIY memiliki 55,8% penderita lansia hipertensi. Dalam pengendaliannya hipertensi bisa diatasi dengan berbagai pendekatan yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu pendekatan terapi nonfarmakologis dalam pengendalian hipertensi adalah terapi tertawa yang berpotensi mampu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Penelitian dilakukan dengan desain *quasi experimental non-equivalent pretest-posttes* pada 30 lansia hipertensi yang menggunakan total sampling dan dibagi menjadi dua kelompok serta pemilihan kedua kelompok dilakukan secara non acak. Kelompok intervensi diberikan terapi tertawa 1 kali per minggu selama 3 minggu, masing-masing selama 15 menit. Hasil analisis uji *Wilcoxon* pada kelompok intervensi menunjukkan penurunan signifikan tekanan darah sistolik $p=0,001$ ($p<0,05$), dan analisis uji *Paired t Test* pada tekanan diastolik $p=0,040$ ($p<0,05$). Hasil uji beda *Mann Whitney* menunjukkan perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kontrol pada tekanan darah sistolik $p=0,001$ ($p<0,05$) dan diastolik $p=0,000$ ($p<0,05$). Kesimpulan ada pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Diharapkan terapi tertawa dapat dijadikan sebagai program rutin nonfarmakologis pada kelompok lansia hipertensi di BPSTW unit Abiyoso Yogyakarta.

Kata kunci: hipertensi, lansia, tekanan darah, terapi tertawa

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Laporan Penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Pakem” dengan baik. Hasil ini disusun sebagai persyaratan tugas akhir program sarjana.

Penyelesaian laporan ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Yulia Wardani, MAN selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
2. Bernadetta Eka Noviati, S.Kp., Ns, M.M. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan serta bimbingan dalam penyusunan laporan ini.
3. Agnes Mahayanti, Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan serta bimbingan dalam penyusunan laporan ini.
4. Muhammad Fathoni Rohman, S Kep., Ns selaku pembimbing lapangan di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha unit Abiyoso Yogyakarta.
5. Responden lansia di BPSTW unit Abiyoso Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini
6. Segenap dosen studi keperawatan program sarjana.

Akhir kata peneliti menyadari bahwa penulisan laporan ini memiliki banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak agar kedepannya peneliti dapat memperbaiki dan menyusun dengan baik dan benar.

Yogyakarta, 16 Januari 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
INTISARI	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN TEORI.....	7
2.1 Tinjauan Teori	7
2.2 Kerangka Teori.....	38
2.3 Kerangka Konsep	39
2.4 Hipotesis Penelitian.....	40
BAB 3 METODE PENELITIAN	41
3.1 Desain Penelitian.....	41
3.2 Definisi Operasional.....	42
3.3 Populasi dan Sampel	42
3.4 Tempat dan Waktu.....	44

3.5	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	44
3.6	Analisis Data	49
3.7	Etika Penelitian	53
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN		56
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian	56
4.2	Hasil dan Pembahasan.....	58
4.3	Kelemahan Penelitian.....	83
4.4	Keterbatasan Penelitian.....	83
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....		85
5.1	Simpulan	85
5.2	Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA		87
LAMPIRAN.....		97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Konsekuensi Fungsional.....	12
Gambar 4.1 Peta BPSTW unit Abiyoso	57

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	23
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	42
Tabel 3.2 Interpretasi Hasil	52
Tabel 4.1 Distribusi Responden	58
Tabel 4.2 Distribusi Rerata Tekanan Darah <i>Pre</i>	61
Tabel 4.3 Distribusi Rerata Tekanan Darah <i>Post</i>	65
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas.....	69
Tabel 4.5 Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik Kelompok Intervensi	71
Tabel 4.6 Perbedaan Rerata Tekanan Darah Diastolik Kelompok Intervensi	71
Tabel 4.7 Perbedaan Rerata Tekanan Darah Sistolik Kelompok Kontrol	76
Tabel 4.8 Perbedaan Rerata Tekanan Darah Diastolik Kelompok Kontrol.....	76
Tabel 4.9 Perbedaan Rerata Tekanan Darah <i>Pre</i>	79
Tabel 4.10 Perbedaan Rerata Tekanan Darah <i>Post</i>	80

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori Konsekuensi Fungsional	38
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	39
Bagan 2.3 Kerangka Desain Penelitian.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Balasan Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Balasan Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Pengajuan Uji Etik
- Lampiran 6 Balasan Uji Etik
- Lampiran 7 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 8 *Informed Consent*
- Lampiran 9 Lembar Data Demografi dan Lembar Data Observasi
- Lampiran 10 SOP Terapi Tertawa
- Lampiran 11 Standar Operasional Prosedur Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 12 Hasil Uji Expert SOP Terapi Tertawa
- Lampiran 13 Hasil Uji Kalibrasi Tensi Digital
- Lampiran 14 Daftar Hadir Peserta Terapi Tertawa
- Lampiran 15 Daftar Hadir Asisten Penelitian
- Lampiran 16 Rekapitulasi Data Penelitian
- Lampiran 17 Output Analisis Univariat
- Lampiran 18 Output Analisis Bivariat
- Lampiran 19 Sertifikat Stride BP
- Lampiran 20 Hasil Uji Turnitin