

ABSTRAK

Pengaruh Terapi Tawa Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Babalan Lor Kecamatan Bojong Kabupaten Pekalongan

Iffa Masruroh¹, Dyah Putri Aryati²

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit yang banyak diderita lansia. Selain terapi farmakologis sebagai penanganan hipertensi, terapi tawa merupakan salah satu terapi nonfarmakologis dalam mengontrol tekanan darah. Dengan tertawa dapat melebarkan pembuluh darah sehingga melancarkan aliran darah yang dapat meminimalkan tekanan darah tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi tawa terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Metode : penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasy experiment* dan rancangan *Pre-post test with control group design* menggunakan uji Paired T Test. Sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu lansia dengan hipertensi yang berusia >60 tahun di Desa Babalan Lor sebanyak 20 responden, dimana terbagi menjadi 2 kelompok yaitu 10 intervensi dan 10 kontrol.

Hasil: hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh terapi tawa terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Baabalanlor dengan perbandingan *pre post test* pada kelompok intervensi dan kontrol didapatkan hasil nilai *p value* 0,001 ($p < 0,05$).

Simpulan: ada pengaruh terapi tawa terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi. Disarankan pada lansia hipertensi selain terapi farmakologis juga dapat melakukan terapi tawa untuk mengontrol tekanan darah.

Kata Kunci: terapi tawa, hipertensi, lansia

Daftar Pustaka: 72 (2013-2023)