



UWHS

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI TERTAWA TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PANTI
WREDHA HARAPAN IBU SEMARANG**

Karya Ilmiah Ners ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan
Profesi Ners

Cahyani Khoirun Nisak
NIM 2408049

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI TERTAWA TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PANTI
WREDHA HARAPAN IBU SEMARANG**

Karya Ilmiah Ners ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan
Profesi Ners

CAHYANI KHIRONNISAK
NIM 2408049

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025**

HALAMAN SIAP UJIAN KARYA ILMIAH

Judul KIAN : Penerapan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan
Darah Pada Pasien Hipertensi Di Panti Wredha Harapan Ibu
Semarang
Nama Mahasiswa : Cahyani Khoirun Nisak
NIM : 2408049

Siap dipertahankan di depan penguji

Pada tanggal Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Niken Sukesu', with a large circular flourish on the left and a horizontal line extending to the right.

Ns. Niken Sukesu, S.Kep., M.Kep

NUPTK : 4639756657230132

HALAMAN PENGESAHAN KIAN

Judul KIAN : Penerapan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan
Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Panti
Wredha Harapan Ibu Semarang
Nama mahasiswa : Cahyani Khoirun Nisak
NIM : 2408049

Telah dipertahankan di depan Penguji pada:
Juli 2025

Menyetujui,

Penguji : Ns. Wahyuningsih, S.Kep., M.Kep
Anggota Penguji : Ns. Niken Sukesi, S.Kep., M.Kep



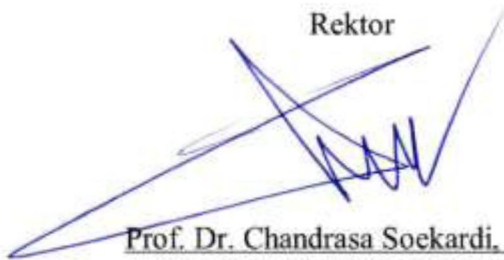
Mengetahui

Universitas Widya Husada Semarang

Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Rektor

Ketua



Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA.
NUPTK: 7836735636130062



Heny Prasetyorini, S.Kep., Ns., M.Kep.
NUPTK: 1359762663230203

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Cahyani Khoirun Nisak
Tempat tanggal lahir : Rembang, 15 Desember 2001
NIM : 2408049
Program Studi : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Laporan Karya Ilmiah dengan judul “Penerapan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang “ adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar Profesi Ners di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain baik sebagian atau keseluruhan, kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan diterbitkan dalam sumber kutipan atau daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah laporan Karya Ilmiah ini dapat dibuktikan terdapat unsur unsur plagiat, saya bersedia laporan Karya Ilmiah ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta diproses dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Laporan Karya Ilmiah ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas *royalty* non eksklusif.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 17 Juli 2025.

Cahyani Khoirun Nisak

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang” ini dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan KIAN ini tidak lepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Ns. Heny Prasetyorrini, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang.
3. Ns. Wahyuningsih, S.Kep., M.Kep selaku penguji yang di mohon arahnya dan bimbingan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini
4. Ns. Niken Sukesi, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing yang telah memberi bimbingan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
5. Seluruh dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
6. Untuk cinta pertamaku Bapak Mundakir dan Ibu Parti tersayang selaku orang tua penulis dan Charisma Ghoniyatul Amalia tersayang selaku adik yang telah memberikan doa tulus, dukungan dan motivasinya untuk kelancaran penyusunan karya ilmiah ini love you all so much.
7. Dengan pemilik nama Pratu MAR Setya Bayu Saputra, yang telah mendengarkan keluh kesah penulis serta memberikan dukungan, doa dan semangat selama menyelesaikan Profesi Ners dan penulisan Karya Ilmiah ini.
8. Untuk Jamilatuz Zahra keponakan penulis yang telah mendengarkan keluh kesah penulis setiap hari serta banyak membantu penulis, memberikan dukungan, doa dan semangat selama menyelesaikan Profesi Ners dan penulisan Karya Ilmiah ini

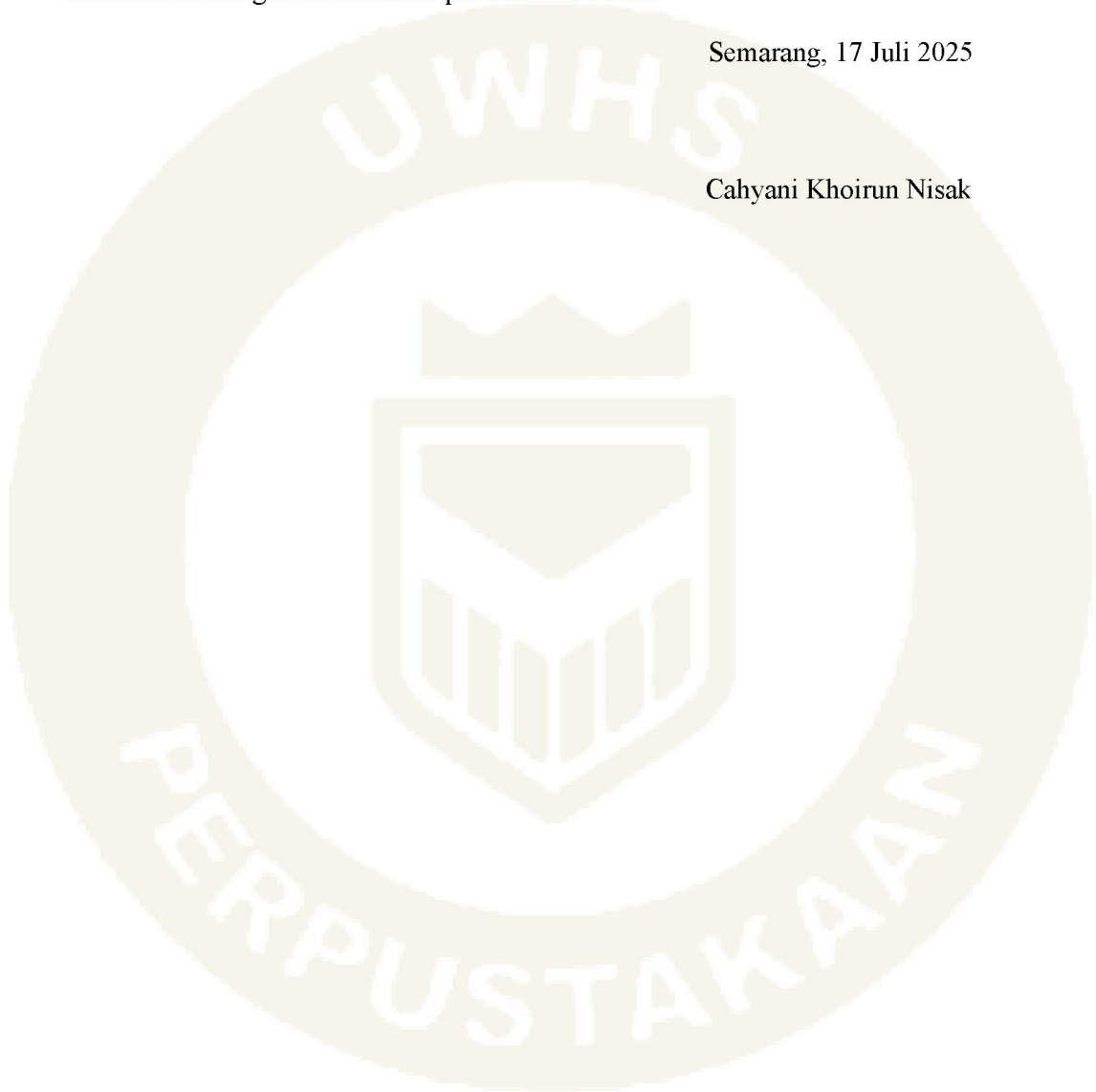
loveyou more.

9. Teruntuk teman-teman yang telah memberikan motivasi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan. oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan KIAN ini.

Semarang, 17 Juli 2025

Cahyani Khoirun Nisak



Penerapan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang

Cahyani Khoirun Nisak¹, Niken Sukesi²

¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

²Dosen Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Widya Husada Semarang

Email: cahyani.khironnisak@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama yang banyak terjadi pada lansia, dan terapi farmakologis sering tidak cukup untuk menurunkan tekanan darah secara optimal. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan adalah terapi tertawa, yang dipercaya mampu menurunkan tekanan darah melalui pelepasan endorfin dan pengurangan stress

Tujuan: Mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan one group pretest-posttest. Subjek penelitian terdiri dari 5 lansia yang mengalami hipertensi primer. Intervensi berupa terapi tertawa dengan menayangkan video lucu selama 10–15 menit setiap hari selama 3 hari. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing hari dengan alat bantu lembar observasi tekanan darah.

Hasil: Setelah dilakukan intervensi, seluruh responden mengalami penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik. Rata-rata tekanan darah sebelum terapi adalah 159/92 mmHg pada hari pertama dan menurun menjadi 144/82 mmHg pada hari ketiga.

Kesimpulan: Terapi tertawa terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Terapi ini dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang sederhana, murah, dan menyenangkan dalam pengelolaan hipertensi di komunitas lansia.

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

Implementation of Laughter Therapy to Lower Blood Pressure in Hypertension Patients at Harapan Ibu Nursing Home, Semarang

Cahyani Khoirun Nisak ¹, Niken Sukesi²

¹*Student of the Nursing Professional Education Program, Widya Husada University, Semarang*

²*Lecturer of the Nursing Professional Education Program, Widya Husada University, Semarang*

Email: cahyani.khironnisak@gmail.com

Abstract

Background: Hypertension is a major health problem that often occurs in the elderly, and pharmacological therapy is often insufficient to optimally lower blood pressure. One complementary therapy that can be used is laughter therapy, which is believed to lower blood pressure through the release of endorphins and stress reduction.

Objective: To determine the effect of laughter therapy on lowering blood pressure in primary hypertension patients at Harapan Ibu Nursing Home, Semarang.

Methods: This study used a descriptive case study design with a one-group pretest-posttest approach. The study subjects consisted of five elderly people with primary hypertension. The intervention consisted of laughter therapy, which involved showing humorous videos for 10–15 minutes daily for three days. Blood pressure measurements were taken before and after the intervention on each day using a blood pressure observation sheet.

Results: After the intervention, all respondents experienced a decrease in both systolic and diastolic blood pressure. The average blood pressure before therapy was 159/92 mmHg on the first day and decreased to 144/82 mmHg on the third day.

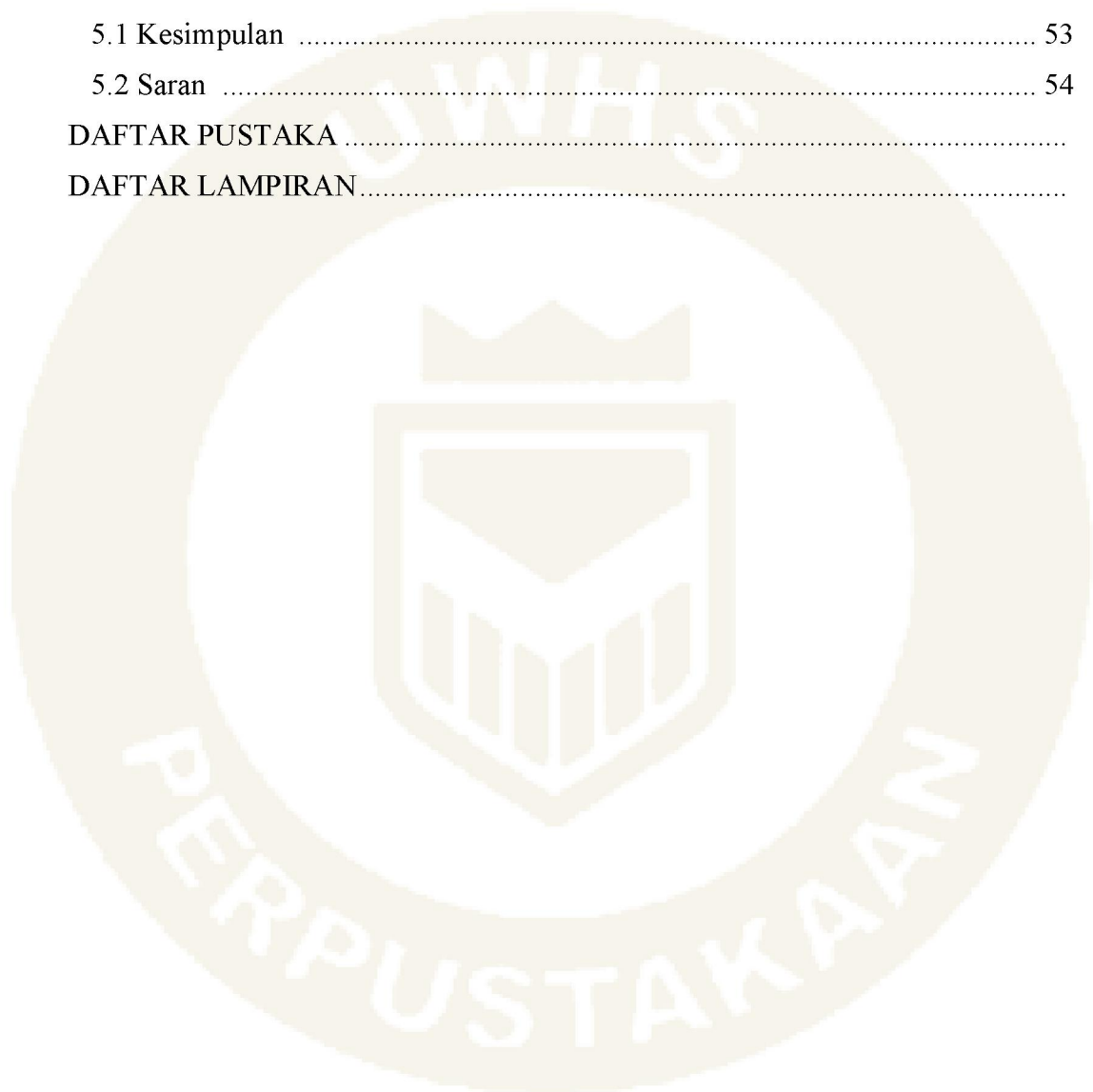
Conclusion: Laughter therapy has been proven effective in lowering blood pressure in elderly people with hypertension. This therapy can be a simple, inexpensive, and enjoyable alternative non-pharmacological intervention for managing hypertension in the elderly community.

Keywords: hypertension, elderly, laughter therapy, blood pressure

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR	I
HALAMAN SAMPUL DALAM	II
PERSETUJUAN JUDUL	III
HALAMAN PENGESAHAN.....	IV
KATA PENGANTAR	V
ABSTRAK	VI
DAFTAR ISI.....	VII
DAFTAR TABEL.....	IX
DAFTAR GAMBAR	X
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Studi Kasus	8
1. Tujuan umum :	8
2. Tujuan khusus	9
D. Manfaat Studi Kasus	9
1. Bagi Institusi Pendidikan	9
2. Bagi Perawat	9
3. Bagi Peneliti	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Hipertensi	10
B. Konsep Terapi Tertawa	17
BAB III METODE STUDI KASUS	38
A. Rancangan Studi Kasus.....	38
B. Subyek Studi Kasus.....	38
C. Fokus Studi	39
D. Definisi Operasional.....	39
E. Instrumen Studi Kasus	40
F. Metode Pengumpulan Data.....	40
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	42

H. Analisis Data dan Penyajian Data	42
I. Etika Studi Kasus.....	43
BAB IV : HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Studi Kasus	44
4.2 Pembahasan	49
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN.....	



DAFTAR TABEL

<u>Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi</u>	13
---	----

Tabel 4. 1 Distribusi Sampel Menurut Karakteristik
pada pasien hipertensi di Panti Werdha Harapan

Ibu Semarang.	44
--------------------	----

Tabel 4. 2 Distribusi Sampel Menurut Rata-Rata Nilai Hari

ke 1 pada pasien hipertensi di Panti Werdha	45
---	----

Tabel 4. 3 Distribusi Sampel Menurut Rata-Rata Nilai Hari
ke 2 pada pasien hipertensi di Panti Werdha Harapan
Ibu Semarang

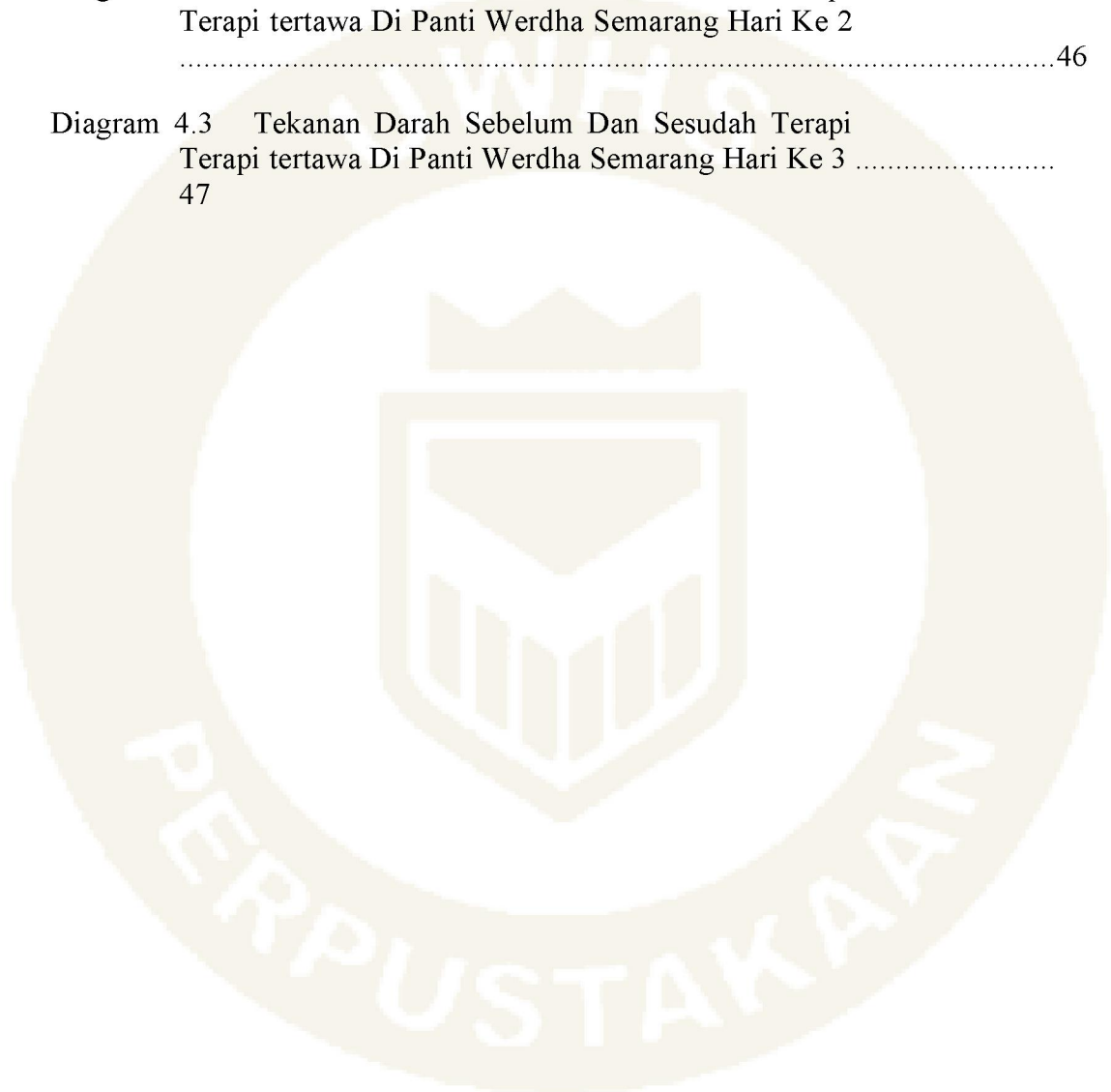
46

Tabel 4. 4 Distribusi Sampel Menurut Rata-Rata Nilai Hari
ke 3 pada pasien hipertensi di Panti Werdha Harapan
Ibu Semarang

48

DAFTAR GAMBAR

Diagram 4.1 Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Terapi Terapi tertawa Di Panti Werdha Semarang Hari Ke 1	44
Diagram 4.2 Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Terapi Terapi tertawa Di Panti Werdha Semarang Hari Ke 2	46
Diagram 4.3 Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Terapi Terapi tertawa Di Panti Werdha Semarang Hari Ke 3	47



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2 SOP Pengukuran Tekanan darah

Lampiran 3 SOP Terapi Tertawa

Lampiran 4 Lembar observasi pasien

Lampiran 5 Surat Persetujuan Judul

Lampiran 6 surat Studi Pendahuluan

Lampiran 7 Surat Balasan Studi Pendahuluan

Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 9 Surat Balasan Ijin penelitian

Lampiran 10 Dokumentasi