	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH TERAPI HUMOR DENGAN VIDEO KOMEDI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI PRIMER




Disusun Oleh :

Ketua : Ns.Tri Wijayanto,M.Kep,Sp.MB (0225057204)

Anggota : Ns Apri Budianto M.Kep (0214048201)

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2022**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

1. Identitas Penelitian

A. Judul penelitian

**PENGARUH TERAPI HUMOR DENGAN VIDEO KOMEDI TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI PRIMER**

B. Waktu Penelitian

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2021	2022	Genap	1 Tahun

C. Mata Kuliah


Kode MK	Mata Kuliah
2035251	Keperawatan Medikal Bedah

D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	al-Mu'min /40: 67
Ayat alquran	<p>وَأَعْمَلْتُمْ بِلِّبِّتٍ لَا تَخْرُجُ كَمْطَفٍ مِّمَّيْ تُثِةٌ قَمَمِّنَ عَلِّتْ فِةٌ طَمَمِّنَ رَ تُّ كَمَمِّنَ تُّ قِيَذِي خَلَّ وَ أَلْهُ كَمَمَي وَلَعَلِّمَس مَجَلَا أَوَّاعٌ وَلَّتْ بِلِّبِّتِي مِّنْ قَبْلُ أَوْفَ وَمِنْ كَمَمَّنْ يُتَّ أَشْيُو أَخْمَلْتُمْ كُونُوا شَدُّ كَمَم تُّ أَوْ نَ) ٦٧ ت</p>
Artinya	<p>Dialah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)</p>
Hadis	

2. Identitas Peneliti

Nama	Peran	Tugas
------	-------	-------

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Tri Wijayanto	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan penelitian
Apri Budianto	Anggota 1	Mengkoding dan mengolah data
Irmaya M sari	Mahasiswa 1	Membantu mengumpulkan data dan mengkoding data

3. Mitra Penelitian

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
-	-	-	-

4. Luaran dan Target capaian


Tahun	Jenis Luaran
1	Prosiding internasional/ jurnal scopus
1	Jurnal nasional (sinta 1-4)
1	HKI

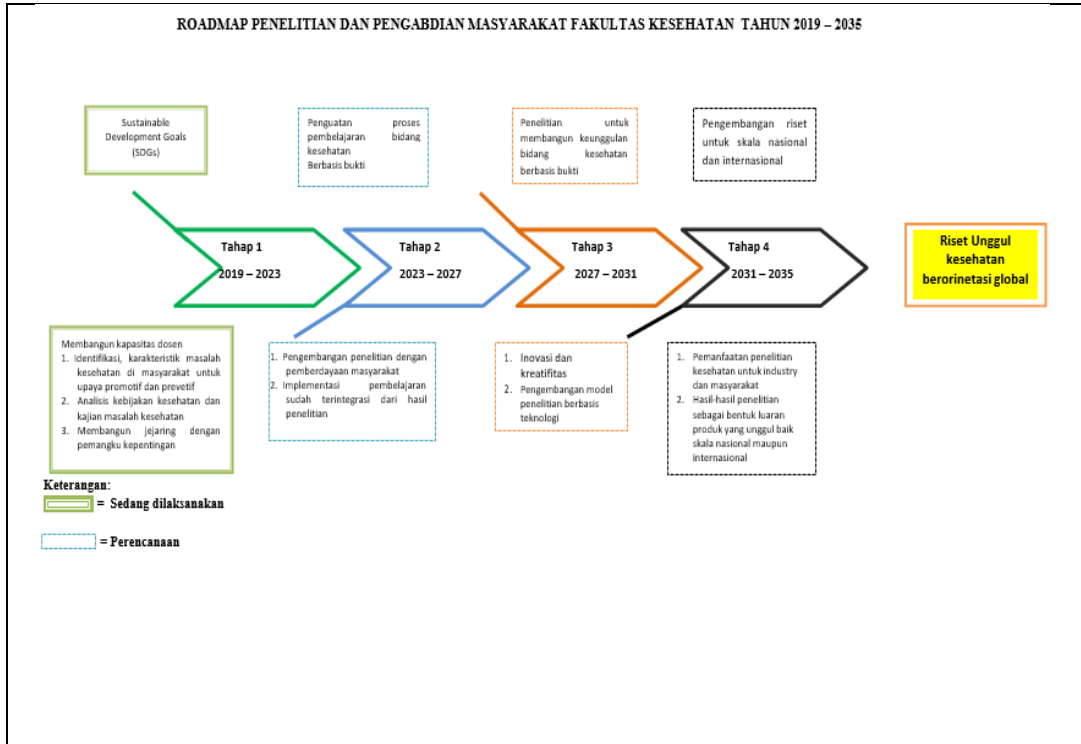
5. Roadmap Universitas



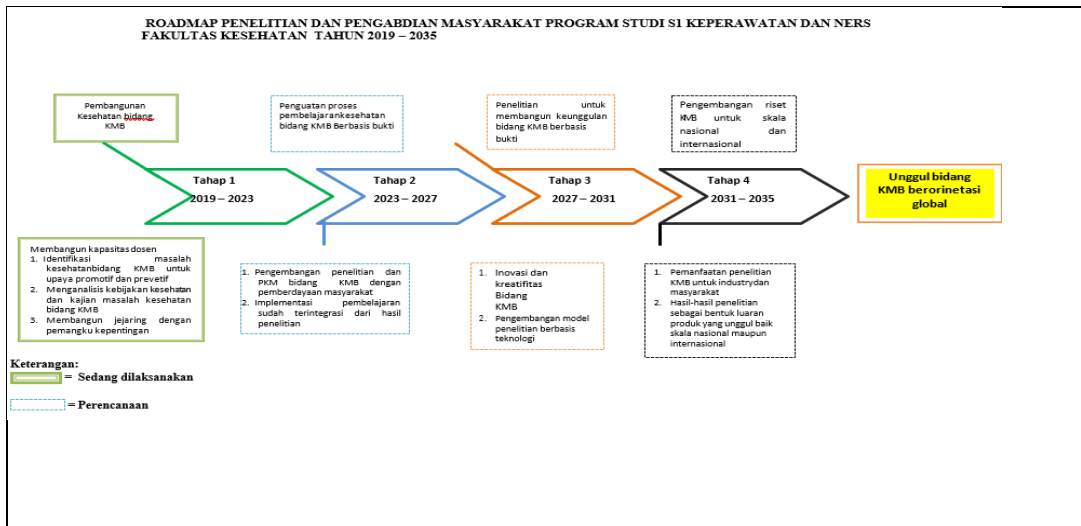
6. Roadmap Fakultas

--

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

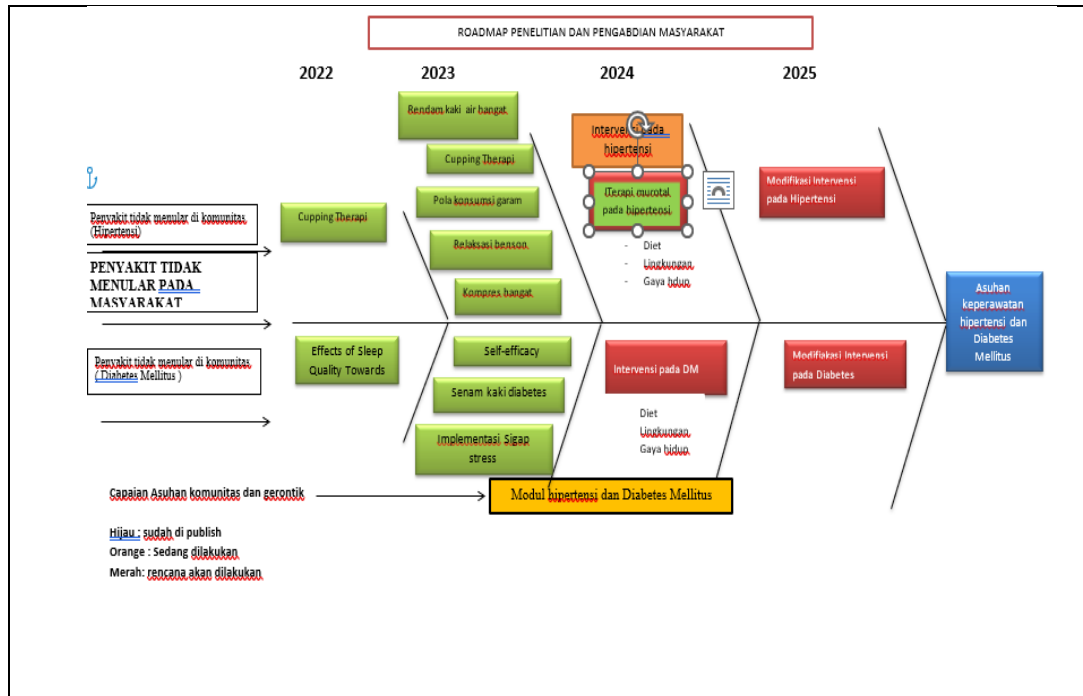


7. Roadmap Prodi




8. Roadmap dosen

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1







9. Anggaran Penelitian

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor peneliti	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.500.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 3.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot)	10	RP 300.000,00	Rp 3,000,000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000.000,00	Rp 1.000,000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 1.000.000,00
	Jumah			Rp 10.000.000,00

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1


10. Halaman pengesahan

HALAMAN PENGESAHAN	
<p>1. Judul: Pengaruh Terapi Humor dengan Video Komedi terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi primer</p>	
<p>1. Bidang Penelitian : Kesehatan/Keperawatan</p>	
<p>2. Ketua Peneliti</p>	
a. Nama lengkap	: Ns Tri Wijayanto, M.Kep., Sp.KMB
b. NIDN	: 0217017403
c. Jabatan /golongan	: Lektor/ III d
d. Program Studi	: S1 Keperawatan
e. No Hp	: 081272270344
<p>3. Anggota Peneliti 1</p>	
a. Nama lengkap	: Ns. Apri Budianto, M.Kep
b. NIDN	: 0214048201
<p>5. Lokasi Peneliti : Panti Tresna Werdha Natar</p>	
<p>6. Jumlah biaya yang diusulkan : Rp.10.000.000</p>	
<p>Pringsewu, September 2022 Mengetahui</p>	
<p>Dekan FKes,</p>	<p>Kepala LPPM UMPRI</p>
  <p>Elni Nuryati, M.Epid, Ph.D NIDN. 0215117601</p>	  <p>Sofwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN 0213108601</p>

4. Isi Penelitian

a. Abstrak

Terapi humor merupakan tindakan untuk menstimulasi seseorang untuk tertawa, tindakan ini mampu merangsang pelepasan opiat endogenous atau yang sering disebut dengan endorfin. Manfaat endorfin yaitu membuat relaksasi yang

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

berdampak pada pelebaran pembuluh darah sehingga menurunkan tekanan darah, dengan kondisi relaks juga akan membuat denyut jantung menjadi normal. Tujuan dari penelitian ini mengetahui pengaruh terapi humor dengan video komedi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Panti Tresna Werdha Natar Lampung Selatan. Desain penelitian ini adalah jenis *quasy experiment semu* dengan rancangan *pretest–posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang menderita hipertensi primer di panti tresna werdha. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 86 orang Teknik sampel *consecutive sampling*. Analisis data yang peneliti gunakan adalah uji *Paired T Test*. Berdasarkan analisis data diketahui nilai p-value 0,000 atau p-value < 0,05, yang artinya ada pengaruh terapi humor terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Wilayah Kerja Panti Tresna Werdha Natar Lampung. Hasil penelitian diharapkan agar pihak Puskesmas dapat bekerjasama dengan instansi lain untuk menjalankan program penurunan angka kejadian hipertensi memberikan sosialisasi, terapi humor secara rutin serta pencatatan tekanan darah kepada para lansia.

b. Key word

Terapi Humor, Penurunan Tekanan Darah, Pasien Hipertensi

c. Latar Belakang

Perkembangan kehidupan pada era globalisasi banyak sekali mengalami perubahan, dari pola kehidupan dan pola aktifitas kurang baik yang mengganggu kesehatan (Videbeck, 2008), sehingga timbulnya berbagai macam penyakit baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular, salah satu penyakit tidak menular yang terus meningkat adalah kenaikan tekanan darah atau hipertensi. Saat ini hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar untuk tetap diatasi. Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg setelah dua kali pengukuran terpisah (Nuraini,2015).

Menurut WHO (World Health Organization) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia, dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 (Anitasari, 2019). Provinsi Maluku menduduki angka prevalensi kejadiin hipertensi sebanyak 4,6%. Hal ini menunjukkan intervensi penurunan angka kejadian hipertensi masih dibutuhkan di Maluku (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian Kesehatan tahun 2018 menghasilkan peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil pada tahun 2013. kejadian hipertensi berdasarkan hasil riskesdas 2018 adalah 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 yang menyentuh

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1


angka prevalensi 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Sementara berdasarkan data dari Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 juga menunjukkan kenaikan prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 32,4%. Data dari Laporan Surveilans kasus penyakit tidak menular berbasis puskesmas di lingkungan Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2018 prevalensi hipertensi di Provinsi Lampung sudah mencapai 62,41% dan menduduki penyakit dengan peringkat teratas yang diderita oleh masyarakat dengan jumlah penderita sebanyak 545.625 orang (Febria Listina, 2020). Berdasarkan data di Panti Tresna Werdha Lampung Selatan pada tahun 2021 menunjukkan bahwa pasien dengan hipertensi sebanyak 86 orang.

Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi dua jenis yaitu hipertensi primer atau esensial yang tidak diketahui penyebabnya dan hipertensi sekunder yang dapat disebabkan oleh penyakit ginjal, penyakit endokrin, penyakit jantung, dan gangguan ginjal (Smeltzer, dkk., 2010). Ada banyak faktor yang mempengaruhi penyakit hipertensi primer namun secara garis besar dapat digolongkan menjadi dua faktor yaitu faktor yang dapat dikendalikan dan yang tidak dapat dikendalikan. Faktor yang tidak dapat dikendalikan diantaranya adalah usia, ras, genetik, sedangkan faktor yang dapat dikendalikan meliputi obesitas, lingkungan (stres), rokok, kopi, dan konsumsi alkohol (Majid, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi primer dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi yang diberikan adalah obat diuretik dan anti hipertensi, sedangkan terapi non-farmakologi meliputi modifikasi gaya hidup seperti menurunkan berat badan dalam batas ideal, memperbanyak makan buah dan sayur, mengurangi makanan berlemak, membatasi asupan garam, olahraga secara teratur, berhenti merokok dan minum alkohol. Adapun terapi non farmakologi lainnya adalah terapi komplementer atau alternatif seperti tehnik relaksasi meliputi tehnik relaksasi nafas dalam, tehnik pijat, dan terapi humor, kemudian dengan terapi herbal menggunakan bahan tradisional seperti rebusan daun salam, seledri, jus mentimun dsb.

Salah satu terapi komplementer yang dapat diberikan pada pasien hipertensi adalah terapi humor. *Association for Applied and Therapeutic Humor (AATH)* menyatakan bahwa humor dapat dijadikan intervensi terapeutik menggunakan stimulus-stimulus yang merangsang ekspresi senang. Intervensi ini dapat meningkatkan kesehatan atau digunakan sebagai pengobatan komplementer penyakit untuk memfasilitasi penyembuhan atau mengatasi baik fisik, emosional, kognitif, sosial dan spiritual. Terapi humor dapat digunakan dalam


	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

pelayanan kesehatan, konseling, kerja sosial, pendidikan, dan relasi bisnis (Awaludin, Purnawan, & G.N, 2016).

Terapi humor merupakan tindakan untuk menstimulasi seseorang untuk tertawa, tindakan ini mampu merangsang pelepasan opiat endogenous atau yang sering disebut dengan endorfin. Manfaat endorfin yaitu membuat relaksasi yang berdampak pada pelebaran pembuluh darah sehingga menurunkan tekanan darah, dengan kondisi relaks juga akan membuat denyut jantung menjadi normal. Terapi humor dilakukan dengan beberapa cara yaitu dengan melihat film lucu, mendengarkan kelompok lawak, melihat kartun, komik, karikatur yang lucu serta dan membaca kumpulan cerita lucu (Awaludin, Purnawan, & G.N, 2016).

Menurut penelitian William Fry 10 menit tertawa sama dengan setengah jam berlatih mendayung yang dianggap sebagai latihan aerobik terbaik untuk mengembalikan kondisi tubuh. Menurut Miller tertawa spontan sambil menonton humor dapat membuat arteri melebar. Terapi humor efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada klien dengan hipertensi. Terapi humor juga tergolong terapi yang murah dan aman karena penggunaannya dapat dilakukan bersamaan dengan terapi farmakologis dan tidak akan mengganggu efek terapi tersebut.

Teori ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tage (2020) dengan judul Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi Di Panti Sosial Budi Agung Kupang. Hasil penelitian diketahui bahwa tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi tertawa terhadap 19 responden yang tertinggi adalah 192 mmHg dan tekanan darah sistolik terendah adalah 163 mmHg. Sedangkan tekanan darah sistolik sesudah diberikan terapi tertawa terhadap 19 responden yang tertinggi adalah 184 mmHg dan tekanan darah sistolik terendah adalah 149 mmHg. Berdasarkan tekanan darah diastolik terhadap 19 responden sebelum diberikan terapi diketahui bahwa tekanan yang tertinggi adalah 88 mmHg dan tekanan darah terendah adalah 74 mmHg sedangkan sesudah diberikan terapi tekanan yang tertinggi adalah 83 mmHg dan yang terendah adalah 58 mmHg. Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Paired T-test* menunjukkan bahwa tingkat signifikansi $p = 0.000$ artinya terdapat pengaruh pemberian terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. dakan non farmakologis untuk mengatasi masalah tekanan darah tinggi pada pasien dapat berupa tindakan mandiri yang dilakukan perawat, seperti teknik relaksasi dan distraksi (Potter, 2005). Jenis distraksi meliputi distraksi penglihatan, distraksi pendengaran, distraksi pernafasan, distraksi intelektual, teknik pernafasan dan imajinasi terbimbing, sedangkan jenis relaksasinya adalah teknik relaksasi dengan pernafasan dalam. Relaksasi adalah teknik manajemen diri yang didasarkan pada aktivitas sistem saraf simpatis dan parasimpatis. Teknik relaksasi umum digunakan karena terbukti efektif dalam mengurangi stres dan kecemasan,

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

mengatasi insomnia, dan asma (Ramdani 2006, dalam Triyanto, 2014).

d. Metode

Desain penelitian ini adalah jenis quasi experiment semu dengan rancangan pretest–posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang menderita hipertensi primer di panti tresna werdha. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 86 orang Teknik sampel consecutive sampling. Analisis data yang peneliti gunakan adalah uji Paired T Test untuk melihat pengaruh terapi humor terhadap tekanan darah penderita hipertensi primer.

e. Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden kelompok intervensi berusia 59-67 tahun sebanyak 16 orang (57,15%) di Panti Tresna Werdha Natar Lampung. Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang (53,1%) di Panti Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

Tabel 4.6.

Distribusi Frekuensi Usia Pada Pasien Hipertensi
Kelompok Intervensi

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
59 – 67 Tahun	16	57,1
68 – 74 Tahun	12	42,9
Jumlah	28	100.0

Tabel 4.7.

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Pasien Hipertensi
Kelompok Intervensi

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	17	53.1
Perempuan	11	34.4
Jumlah	28	100.0

b. Karakteristik Responden Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa sebagian besar responden kelompok kontrol berusia 63-69 tahun sebanyak 18 orang (64,2%)

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang (53,1%) di Panti Tresna Werdha Natar Lampung.

Tabel 4.6.
Distribusi Frekuensi Usia Pada Pasien Hipertensi
Kelompok Kontrol

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
63 – 69 Tahun	18	64,2
70 - 74 Tahun	10	35,8
Jumlah	28	100.0

Tabel 4.7.
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Pasien Hipertensi
Kelompok Kontrol

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	17	53.1
Perempuan	11	34.4
Jumlah	28	100.0

3. Analisis Bivariat

Tabel 4.8.
Tekanan Darah Sebelum Diberikan Terapi Humor Dengan Menggunakan
Video Komedi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

Kelompok Intervensi	Mean	N
Tekanan Sistole Sebelum	178,93	28
Tekanan Diastole Sebelum	117,50	28
Kelompok Kontrol		
Tekanan Sistole Sebelum	179,29	28
Tekanan Diastole Sebelum	116,79	28

Berdasarkan table 4.8 diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi humor dengan video komedi pada kelompok intervensi adalah 178,93 dan tekanan diastole 117,50 sedangkan pada kelompok control tekanan sistolik sebelum adalah 179,29 dan tekanan darah diastole sebelum adalah 116,79.

Tabel 4.9.
Tabel Tekanan Darah Sesudah Diberikan Terapi Humor Dengan
Menggunakan Video Komedi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Kelompok Intervensi	Mean	N
Tekanan Sistole Sesudah	131,07	28
Tekanan Diastole Sesudah	87,50	28
Kelompok Kontrol		
Tekanan Sistole Sesudah	166,43	28
Tekanan Diastole Sesudah	96,79	28

Berdasarkan table 4.9 diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sesudah diberikan terapi humor dengan video komedi adalah 131,07 dan tekanan darah diastole 87,50, sedangkan pada kelompok control tekanan darah systole sesudah adalah 166,43 dan tekanan darah diastole sesudah 96,79.

a) Uji Paired T-Tes


Tabel 4.10

Pengaruh Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Humor Di Wilayah Kerja Panti Asuhan Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2021

Variabel	Mean	N	Mean Selisih	P-Value
Tekanan Sistole Sebelum	178,93	28	47,857	0,000
Tekanan Diastole Sebelum	117,50	28		
Tekanan Sistole Sesudah	131,07	28	30,000	
Tekanan Diastole Sesudah	87,50	28		

Berdasarkan table 4.10 diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi humor 178,93 dan rata-rata tekanan darah sistolik setelah diberikan terapi humor 131,07. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum diberikan terapi humor 117,50 dan rata-rata tekanan darah diastolik setelah diberikan terapi humor 87,50.

Berdasarkan analisis data diketahui nilai p-value 0,000 atau p-value < 0,05, yang artinya ada pengaruh terapi humor terhadap penurunan tekanan darah

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

pada pasien hipertensi primer di Wilayah Kerja Panti Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2021.

Tabel 4.11
Pengaruh Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Pada Kelompok Kontrol Di Wilayah Kerja Panti Asuhan Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2021

Variabel	Mean	N	Mean Selisih	P-Value
Tekanan Sistole Sebelum	179,29	28	12,857	0,000
Tekanan Sistole Sesudah	166,43	28		
Tekanan Diastole Sebelum	116,79	28	20,000	
Tekanan Diastole Sesudah	96,79	28		

Berdasarkan tabel 4.11, diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi humor 179,29 dan rata-rata tekanan darah sistolik setelah diberikan terapi humor 166,43. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum diberikan terapi humor 116,79 dan rata-rata tekanan darah diastolik setelah diberikan terapi humor 96,79.

f. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa penderita hipertensi pada penelitian berjenis kelamin perempuan (78,6%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Purbashinta (2014) mengenai pengaruh terapi musik dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dirawat di Eka Hospital. Akibatnya, perempuan lebih banyak menderita hipertensi yaitu 24 orang (55%), dibandingkan laki-laki sebanyak 20 orang (45%). Perubahan hormon estrogen pada wanita pada umumnya terjadi pada saat usia 45-55 tahun, setelah melewati batas ini, maka peningkatan tekanan darah pada lanjut usia perempuan akan semakin terjadi, hingga pada saat lanjut usia berumur 75 tahun (Nuraini, 2015). Udjianti juga mengatakan bahwa wanita pasca menopause beresiko tinggi untuk mengalami hipertensi (Udjianti, 2011). Pada penelitian ini, penderita hipertensi terbanyak adalah pada usia 60 hingga 80 tahun sebanyak 55 orang (78,6%).

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Sebelum Diberikan Terapi Humor

Berdasarkan hasil penelitian, maka diketahui bahwa sebelum diberikan terapi humor, rata-rata tekanan darah sistole pasien adalah 178,93 dan tekanan darah diastole pasien adalah 117,50

Hipertensi kronis dapat menyebabkan komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal serta stroke. Hipertensi merupakan penyakit multifaktorial yang munculnya oleh karena interaksi berbagai faktor. Manifestasi klinis pada pasien hipertensi meliputi frekuensi jantung meningkat, perubahan irama jantung, dada berdebar-debar, gelisah, pusing atau sakit kepala, nyeri hilang timbul dan rasa berat ditengkuk, jalan limbung atau sempoyongan dan pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Smeltzer, 2010).

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian Budiman (2017) tentang pengaruh terapi relaksasi humor terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kusumadadi, menyebutkan bahwa sebelum diberikan terapi humor, rata-rata tekanan darah sistole pasien adalah 169,43 dan tekanan darah diastole pasien adalah 122,40.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas, maka peneliti berpendapat bahwa seseorang dikatakan mengalami hipertensi apabila tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, hal ini dikarenakan adanya faktor lain seperti peningkatan usia, penurunan aktifitas fisik, kurangnya konsumsi makan, serta stress yang berlebihan.

2 Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi sesudah Diberikan Terapi Humor

Berdasarkan hasil penelitian, maka diketahui bahwa sesudah diberikan terapi humor, rata-rata tekanan darah sistole 131,07, sedangkan rata-rata tekanan darah diastole sesudah diberikan terapi humor menjadi 87,50.

Terapi humor merupakan tindakan untuk menstimulasi seseorang untuk tertawa, tindakan ini mampu merangsang pelepasan opiat endogenous atau yang sering disebut dengan endorfin. Manfaat endorfin yaitu membuat relaksasi yang berdampak pada pelebaran pembuluh darah sehingga menurunkan tekanan darah, dengan kondisi relaks juga akan membuat denyut jantung menjadi normal. Terapi humor dilakukan dengan beberapa cara yaitu dengan melihat film lucu, mendengarkan kelompok lawak, melihat kartun, komik, karikatur yang lucu serta dan membaca kumpulan cerita lucu (Awaludin, Purnawan, & G.N, 2016).

Menurut penelitian William Fry 10 menit tertawa sama dengan setengah jam berlatih mendayung yang dianggap sebagai latihan aerobik terbaik untuk mengembalikan kondisi tubuh. Menurut Miller tertawa spontan sambil menonton humor dapat membuat arteri melebar. Terapi humor efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada klien dengan hipertensi. Terapi humor juga tergolong terapi yang murah dan aman karena penggunaannya dapat

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

dilakukan bersamaan dengan terapi farmakologis dan tidak akan mengganggu efek terapi tersebut.

Teori ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tage (2020) dengan judul Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi Di Panti Sosial Budi Agung Kupang. Hasil penelitian diketahui bahwa tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi tertawa terhadap 19 responden yang tertinggi adalah 192 mmHg dan tekanan darah sistolik terendah adalah 163 mmHg. Sedangkan tekanan darah sistolik sesudah diberikan terapi tertawa terhadap 19 responden yang tertinggi adalah 184 mmHg dan tekanan darah sistolik terendah adalah 149 mmHg. Berdasarkan tekanan darah diastolik terhadap 19 responden sebelum diberikan terapi diketahui bahwa tekanan yang tertinggi adalah 88 mmHg dan tekanan darah terendah adalah 74 mmHg sedangkan sesudah diberikan terapi tekanan yang tertinggi adalah 83 mmHg dan yang terendah adalah 58 mmHg. Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Paired T-test* menunjukkan bahwa tingkat signifikansi $p = 0.000$ artinya terdapat pengaruh pemberian terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas, maka peneliti berpendapat bahwa sesudah diberikan terapi humor rata-rata tekanan darah responden mengalami penurunan, hal ini dikarenakan menonton humor dapat membuat arteri melebar. Terapi humor efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada klien dengan hipertensi.

1. Pengaruh Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Humor

Berdasarkan analisis data diketahui nilai p -value 0,000 atau p -value $< 0,05$, yang artinya ada pengaruh terapi humor terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Wilayah Kerja Panti Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2021.

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian Novitasari dan Awaludin (2016) dengan judul Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah Terapi Humor Di Kelurahan Mersi Purwokerto. Berdasarkan hasil penelitian diketahui Rata-rata tekanan darah sistolik lansia sebelum diberikan terapi humor sebesar $169,00 \pm 4,71$ mmHg dan diastolik $91,50 \pm 3,02$ mmHg. Rata-rata tekanan darah lansia tersebut termasuk kategori hipertensi derajat 2 kemudian Rata-rata tekanan darah sistolik lansia sesudah diberikan terapi humor menjadi $156,75 + 4,17$, mmHg dan diastolik $87,59 + 6,75$ mmHg. Rata-rata tekanan darah lansia tersebut termasuk kategori hipertensi derajat 1. Dari hasil yang didapat Rata-rata tekanan darah sistolik menurun sebesar 12, 25 mmHg secara signifikan dengan p -value 0,000 dan rata-rata tekanan darah diastolik menurun signifikan sebesar 3,91 mmHg dengan p -value 0,004.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

artinya terdapat pengaruh pemberian terapi humor terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka peneliti berpendapat bahwa sebelum diberikan terapi humor, nilai selisih rata-rata tekanan darah systole responden adalah 47,857 dan nilai selisih rata-rata tekanan darah diastolenya 30,00, dibandingkan dengan responden yang tidak diberikan terapi humor, yaitu nilai selisih rata-rata tekanan darah systole responden adalah 12,857 dan nilai selisih rata-rata tekanan darah diastolenya 20,00, hal ini membuktikan bahwa terapi humor sangat memberikan pengaruh terhadap penurnan tekanan darah.


g. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh terapi humor terhadap tekanan darah penderita hipertensi. diharapkan agar pihak Puskesmas dapat bekerjasama dengan instansi lain untuk menjalankan program penurunan angka kejadian hipertensi, seperti memberikan sosialisasi, memberikan terapi humor setiap 1 minggu sekali, senam lansia setiap 1 minggu sekali serta melakukan pencatatan tekanan darah setiap 1 minggu sekali.

Hasil penelitian ini agar dapat dijadikan sebagai referensi atau tambahan kepustakaan untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti tentang hipertensi

h. Daftar Pustaka

- Afriyani, R. (2022). Pengaruh Terapi Murottal Al- Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskemas Merdeka Palembang. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 12(23), 84-91.
- Astuti. 2011. *Terapi Sehat Dengan Tertawa*. Tugu Publisher. Jaga Karsa
- Bianti Nuraini. 2015. *Risk Fakctor Of Hypertension*. Bandar Lampung
- Ernawati & Septi Fandinata, dkk. 2020. *Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi*. Graniti. Gresik
- Hidayat & uliyah.2004.*kebutuhan dasar manusia buku saku praktikum*. Penerbit buku kedokteran EGC. Jakarta
- Kowalski.2010. *Terapi Hipertensi Program 8 Minggu*.Pt. Mizan Pustaka. Bandung
- Liswan & Dananda. 2016. *Upaya Pencegahan Hipertensi*. Bandar Lampung

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPMform/05/01
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

Marlianti & Tantan S. 2007. *100 Questions & Answers Hipertensi*.Pt. Elex Media Komputindo. Jakarta

Majid. 2018. *Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem kardiovaskular*. Pustaka baru press. Yogyakarta

Masruroh & Mar'ah Has, Dkk. 2019. *Pengaruh Terapi Humor Dengan Media Film Komedi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Surabaya

Pearce.2013. *Anatomi Dan Fisiologi Untuk Para Medis*.Pt. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta

Suheman. 2018. *Hipertensi Esensial Aspek Neurobehavior Dan Genetika*. Banda

Tirtasari & Kodim. 2019. *Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Indonesia*. Jakarta

5. Publikasi Penelitian

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
Jurnal sinta 4	Care Nursing Journal	https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/article/view/2607
HKI		-