

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA BANGUNREJO KIDUL KABUPATEN
NGAWI**

Risma Niken Septiana, Ika Silvitasari
rismaniken2109@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi sering terjadi tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui kalau dirinya mengidap hipertensi. Tanpa disadari penderita mengalami komplikasi pada organ organ vital seperti jantung, otak, ginjal maupun stroke. Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu penanganan non farmakologis adalah terapi tertawa karena terapi tertawa mudah dilakukan, tidal memerlukan alat dan biaya dan merupakan terapi yang sederhana. **Tujuan** : Mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah. **Metode Penelitian** : Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Eksperimen Design* dengan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*. Responden penelitian ini adalah penderita hipertensi derajat I sebanyak 17 orang. **Hasil** : Rata-rata tekanan darah pada responden sebelum pemberian intervensi terapi tertawa adalah 151,5/93,7 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah sesudah pemberian intervensi terapi tertawa adalah 146,9/91,9 mmHg. Hasil Uji *Wilcoxon* pada tekanan darah sistolik dan diastolik $p < 0,05$, yaitu p value sebesar 0,000 dan 0,011. **Kesimpulan** : Terapi tertawa berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan tekanan darah penderita hipertensi di Desa Bangunrejo Kidul Kabupaten Ngawi.

Kata Kunci : *Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi Tertawa*