

PENERAPAN TERAPI TERTAWA PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUKESMAS JEBRES

Galuh Setyo Aji Kusworo¹, Zulfa Mahdiatur Rasyida²
Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
galuhstyak@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang; Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57%. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan perdesaan (37,01%). Oleh sebab itu, terapi tertawa dapat diterapkan sebagai terapi alternatif untuk lansia penderita hipertensi. **Tujuan;** Mendeskripsikan hasil penerapan terapi tertawa untuk menurunkan hipertensi pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Ngoresan. **Metode;** Penerapan menggunakan studi kasus dengan metode penelitian deskriptif dan mengobservasi kejadian yang sudah terjadi. Instrumen yang digunakan meliputi Sphygmomanometer digital, Lembar observasi responden, dan SOP (Standar Operasional Prosedur) Terapi Tertawa. **Hasil;** Setelah melakukan terapi tertawa selama 5-10 menit dilakukan sebanyak 3 hari sebanyak 1 kali setiap harinya menunjukkan penurunan tekanan darah pada kedua responden. **Kesimpulan;** Terapi tertawa memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi Tertawa, Lansia