

ABSTRAK

**PENGARUH TERAPI HUMOR DENGAN MEDIA FILM KOMEDI
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

Dewi Masruroh

Penelitian *Quasy Experiment*

Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

Dewi.masruroh-2017@fkp.unair.ac.id

Pendahuluan: Hipertensi atau tekanan darah tinggi seringkali muncul tanpa gejala, sehingga disebut sebagai silent killer. Berdasarkan permasalahan tersebut, terapi humor dapat digunakan sebagai alternatif pilihan dalam upaya untuk mengurangi kejadian hipertensi dan menurunkan tekanan darah dengan biaya murah, mudah dilakukan. Terapi humor berperan dalam menstimulasi hormon endofin. Endorphin merelaksakan otot-otot yang tegang, melebarkan pembuluh darah sehingga memperlancar aliran darah ke seluruh tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat sejauh mana efektifitas terapi humor terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Metode:** Design penelitian yang digunakan yaitu quasi Experimental pre post control grup desain. Sampel yang digunakan berjumlah 56 responden untuk kelompok intervensi dengan metode random sampling. Variable *independent* dalam penelitian ini adalah terapi humor dengan media film komedi dan variable dependennya tekanan darah lansia, instrument dalam penelitian ini adalah *spignomanometer*. Analisa data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov smirnov* dengan tingkat signifikansi $p=0.05$. **Hasil :** Analisis data dengan uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada kelompok perlakuan didapatkan sistol $p\ value = 0,00$ dan diatole $p\ value: 0,002$. Hasil pengujian dengan *Kolmogorov smirnov* didapatkan $p\ value$ sistole: 0.000 dan $p\ value$ diastole 0.816 yang artinya terdapat perubahan tekanan darah sistole sebelum dan sesudah diberikan terapi humor dengan media film komedi. **Kesimpulan:** Kesimpulan Penelitian adalah terapi humor berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistol pada lansia dengan hipertensi, sehingga terapi humor dapat digunakan sebagai alternatif pilihan dalam upaya untuk mengurangi kejadian hipertensi

Kata kunci : Terapi Humor, film komedi, tekanan darah, lansia dan hipertensi

ABSTRACT

**THE EFFECT OF HUMOR THERAPY BY USING COMEDY FILM
IN REDUCING BLOOD PRESSURE OF ELDERLY
WITH HYPERTENSION**

Dewi Masruroh

Quasy Experiment Research

Faculty of Nursing Universitas Airlangga

Dewi.masruroh-2017@fkip.unair.ac.id

Introduction: Hypertension or high blood pressure often occur without symptoms, so called the silent killer. Based on these problems, humor therapy can be used as an alternative choice in an effort to reduce the incidence of hypertension and decrease blood pressure with low cost, easily done. humor therapy most economical in the fight against hipertension. Humor therapy also play a role in stimulate of endorphins hormone.endorphins stimulate relaxes tense muscles, blood vessels dilate to accelerate the flow of blood the body. Goal of this research is to see effectivity of humor therapy ini decreasing blood pressure in elderly people with hypertension.**Method:** Design study that used is quasi-experiment pretest- posttest with control group design. The sample used amounted to fifty-three respondents to the intervention group by random sampling. Instrument used spignomanometer. Independent variables was humor therapy by using comedy film and Dependent variables was blood pressure . Data then analyzed by using Wilcoxon Signed Ranks Test and Kolmogorov smirnov with significant value $p=0.05$.**Result:** : Analysis data with statistical tests of Wilcoxon Signed Ranks Test on treatment group showed p-value systole 0.000 and p-value diastole 0.002. Kolmogorov smirnov test showed the result p-value systole 0.000 and p-value diastole 0.815 which means there was change of systole blood pressure level before and after humor therapy by using comedy film.**Suggestion:** The conclusion of the study is that Humor Therapy affects the decrease in systolic blood pressure in the elderly with hypertension. humor therapy can be used as an alternative choice in an effort to reduce the incidence of hypertension

Keywords: humor therapy, comedy film, blood pressure. elderly and hipertension