



**PENERAPAN TERAPI TERTAWA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PSLU HARAPAN
KITA INDRALAYA**

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh :

Falahia Syakiroh, S.Kep

04064822326035

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2023

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Falahia Syakiroh, S.Kep

NIM : 04064822326035

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah akhir ini saya susun tanpa tindakan plagiarism sesuai ketentuan yang berlaku di Program Profesi Keperawatan (Ners) Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarism, saya bertanggungjawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Oktober 2023




Falahia Syakiroh, S.Kep

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : FALAHIA SYAKIROH
NIM : 04064822326035
**JUDUL : PENERAPAN TERAPI TERTAWA UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI PSLU HARAPAN KITA
INDRALAYA**

PEMBIMBING

Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198901272018032001

()

Mengetahui

Ketua Bagian Keperawatan



Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 19760220200212001

Koordinator Program Profesi Ners



Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198306082008122002

LEMBAR PENGESAHAN

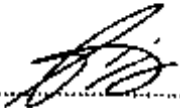
NAMA : FALAHIA SYAKIROH
NIM : 04064822326035
**JUDUL : PENERAPAN TERAPI TERTAWA UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
PSLU HARAPAN KITA INDRALAYA**

Laporan Karya ilmiah Akhir ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan Karya Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, 10 Oktober 2023

PEMBIMBING

Fuji Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198901272018032001

()

PENGUJI I


Jaji, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 197605142009121001

()

PENGUJI II

Putri Widita Muharyani, S. Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198304302006042003

()

Mengetahui
Ketua Bagian Keperawatan

Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 19760220200212001

Koordinator Program Profesi Ners


Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIP. 198306082008122002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah -Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir yang berjudul penerapan terapi tertawa untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di PSLU Harapan Kita Indralaya. Penulis menyadari jika laporam ini dapat terselesaikan dengan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka penulis pada kesempatan ini ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua bagian Keperawatan FK UNSRI.
2. Ibu Dhona Andini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku koordinator program Profesi Ners PSIK FK UNSRI.
3. Ibu Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing karya ilmiah akhir yang telah memberikan arahan, bimbingan dan saran kepada penulis
4. Bapak Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai sebagai penguji 1 yang sudah ikut serta dalam menyempurnakan laporan ini.
5. Ibu Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai penguji II yang sudah ikut serta dalam menyempurnakan laporan ini.
6. Seluruh dosen dan staff tata usaha PSIK FK UNSRI yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan selama ini.
7. Keluarga ku tersayang Ayah, ibu, Fina, Faza, dan Fadhil yang telah memberikan bantuan baik berupa materi, motivasi dan doa selama pembuatan laporan ini.

8. Teman-teman seperjuangan Profesi Ners 2023, sahabat-sahabat posko 3 ku tersayang dan terkhusus sahabat terbaikku Lala yang telah memberikan bantuan dan dukungannya.

Penulis pula menyadari jika karya ilmiah akhir ini masih memiliki banyak kekurangan, maka dari itu sangat dibutuhkan kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini dapat lebih baik.

Indralaya, Oktober 2023



Penulis
Falahia Syakiroh, S.Kep

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Identitas Diri

Nama : Falahia Syakiroh, S.Kep
Tempat Tanggal Lahir : Lubuk Tua, 02 Maret 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Nama Ayah : Rudensyah Wahsa
Nama Ibu : Mulyana
Alamat : Dusun 3 Desa Lubuk Tua, Kecamatan Muara Kelingi Kabupaten Musi Rawas

Riwayat Pendidikan

SD Negeri Lubuk Tua (2006-2012)
SMP Negeri 1 Muara Kelingi (2012-2015)
SMA Negeri 1 Muara Kelingi (2015-2018)
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya (2018-2022)
Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya (2022-2023)

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
<i>ABSTRAK</i>	xiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan	5
1. Tujuan umum	5
2. Tujuan khusus	5
C. Manfaat penulisan	5
D. Metode penulisan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Lansia	7
1. Definisi lansia	7
2. Ciri-ciri lansia	8
3. Karakteristik lansia	9

4.	Klasifikasi lansia	9
5.	Perubahan Pada Lansia.....	9
B.	Konsep penyakit hipertensi.....	14
1.	Definisi.....	14
2.	Etiologi	15
3.	Patofisiologi.....	16
4.	Tanda dan Gejala	17
5.	Komplikasi	18
6.	Penatalaksanaan	19
C.	Konsep Terapi Tertawa	20
1.	Definisi.....	20
2.	Dasar Teori Terapi Tertawa	21
3.	Tujuan Terapi Tertawa	23
4.	Manfaat Terapi Tertawa	23
D.	Konsep Dasar Asuhan Keperawatan.....	25
1.	Pengkajian.....	25
2.	Diagnosa Keperawatan.....	27
3.	Rencana Keperawatan.....	27
<i>E.</i>	<i>Evidence Based Journal</i>	28
BAB III	GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN.....	32
A.	Gambaran Hasil Pengkajian.....	32
B.	Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	34
C.	Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan.....	35
D.	Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan	38
BAB IV	PEMBAHASAN.....	40
A.	Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori Dan Hasil Penelitian	40

B. Implikasi Keperawatan.....	46
C. Hambatan dan Harapan Selama Profesi	48
BAB V PENUTUP	50
A. Simpulan.....	50
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 <i>Evidance Based Journal</i>	28
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Manuskrip Studi Kasus

Lampiran 2 Asuhan Keperawatan 3 Klien

Lampiran 3 Dokumentasi

Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Terapi tertawa

Lampiran 5 Logbook Tugas Akhir Profesi

Lampiran 6 Jurnal Terkait Aplikasi Intervensi

Lampiran 7 Lembar Hasil Pengecekan Similarity

PENERAPAN TERAPI TERTAWA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PSLU HARAPAN KITA INDRALAYA

Falahia Syakiroh* Fuji Rahmawati
Mahasiswa PSIK FK Universitas Sriwijaya*
Dosen PSIK FK Universitas Sriwijaya**

*email : falahiya86@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Periode lansia mengakibatkan penurunan fungsi fisiologis sehingga mudah terserang penyakit degeneratif seperti hipertensi. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat diberikan adalah terapi tertawa yang dapat melepaskan hormon endorphin kedalam sirkulasi sehingga tubuh menjadi lebih nyaman, rileks dan melebarkan pembuluh darah. Terapi ini sederhana, mudah dipelajari, tidak memerlukan alat bantu dan tidak membutuhkan biaya. **Tujuan:** menggambarkan aplikasi asuhan keperawatan secara klinis pada 3 lansia pengidap hipertensi yang diberikan intervensi keperawatan yaitu terapi komplementer tertawa. **Metode :** Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan studi literatur dan studi kasus pada pasien dengan hipertensi **Hasil :** Tekanan darah Ny.A, Sebelum terapi 178/110 mmHg dan setelah diberikan terapi tertawa tekanan darah menjadi 160/90 mmHg. Pada klien Ny.H sebelum terapi 173/92 mmHg, setelah diberikan terapi tertawa tekanan darah menjadi 162/102 mmHg. Pada klien Tn.M Sebelum terapi tekanan darah 155/90 mmHg, setelah diberikan terapi tertawa tekanan darah 144/86 mmHg. **Pembahasan :** Berdasarkan hasil pemberian asuhan keperawatan terapi tertawa pada tiga klien kelolaan diketahui terdapat penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi tertawa selama 3 hari, keluhan nyeri dan sulit tidur menurun. **Kesimpulan:** terapi tertawa dapat diterapkan untuk menurunkan tekanan darah klien lansia dengan hipertensi.

Kata kunci : *Asuhan keperawatan, lansia, hipertensi dan terapi tertawa*

**APPLICATION OF LAUGHTER THERAPY TO REDUCE BLOOD
PRESSURE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION AT PSLU HARAPAN
KITA INDRALAYA**

Falahia Syakiroh* Fuji Rahmawati
Student of PSIK FK Sriwijaya University *
Lecturer in PSIK FK Sriwijaya University **

*email : falahiya86@gmail.com

ABSTRAK

Background: The elderly period results in a decrease in physiological function so that people are susceptible to degenerative diseases such as hypertension. One non-pharmacological therapy that can be given is laughter therapy which can release endorphin hormones into the circulation so that the body becomes more comfortable, relaxed and dilates blood vessels. This therapy is one of the simplest, easy to learn, does not require tools and does not require costs. **Objective:** to describe the clinical application of nursing care for 3 elderly people with hypertension who are given nursing intervention, namely complementary laughter therapy. **Method:** The method used is qualitative research with literature studies and case studies on patients with hypertension. **Results:** Mrs. A's blood pressure before therapy was 178/110 mmHg and after being given laughter therapy the blood pressure became 160/90 mmHg. The client Mrs. H before therapy was 173/92 mmHg, after being given laughter therapy the blood pressure became 162/102 mmHg. In the client Mr. M. Before therapy, blood pressure was 155/90 mmHg, after being given laughter therapy, blood pressure was 144/86 mmHg. **Discussion :** Based on the results of providing laughter therapy nursing care to three managed clients, it was found that there was a decrease in blood pressure after being given laughter therapy for 3 days, complaints of pain and difficulty sleeping decreased. **Conclusion:** Laughter therapy can be applied to lower blood pressure in elderly clients with hypertension..

Key words: Nursing care, elderly, hypertension and laughter therapy

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan bagian dari proses tumbuh kembang manusia. Manusia berkembang bertahap dimulai dari bayi, anak-anak, dewasa lalu lansia (Pujianti, 2003). Usia tua adalah puncak tahap kehidupan seseorang yang pasti akan dialami dan tidak bisa dihindari. Pada masa ini, fisik juga mental seseorang akan berubah terutama penurunan fungsi-fungsi dan kemampuan (Soejono, 2000). Periode usia tua merupakan masa dalam kehidupan dimana seseorang mudah terserang penyakit akibat adanya perubahan fungsi tubuh, sehingga berdampak pada terjadinya penyakit degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes (Yogiantoro, 2016). Salah satu penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lanjut usia adalah hipertensi, suatu penyakit kronis akibat gangguan pada sistem peredaran darah yang selama ini menjadi suatu permasalahan. Hipertensi merupakan penyakit berupa tekanan darah meningkat dengan kronis (Pujianti, 2003).

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular yang semakin marak terjadi. Tekanan darah tinggi didefinisikan dengan meningkatnya tekanan darah sistolik minimal 140 mmHg dan tekanan darah diastolik minimal 90 mmHg. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa hipertensi adalah tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disebut sebagai “*silent killer*” karena rata-rata penderita tidak mengetahui dirinya

mengidap tekanan darah tinggi sampai tekanan darahnya diperiksa (Jerome, 2017).

World Health Organization (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi mencapai 22% dari total jumlah penduduk seluruh dunia. Afrika dan Asia Tenggara memegang prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% berada di posisi ke-3 dari keseluruhan total penduduk dunia (WHO, 2019). Menurut Riskesdas dalam (Kemenkes RI, 2021), hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia setelah stroke dan TB. Berdasarkan pengukuran penduduk usia 18 tahun ke atas, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34%. Hal ini terjadi peningkatan 8,3% dari pengukuran Riskesdas tahun 2013 yang menunjukkan kejadian tekanan darah tinggi di Indonesia sebesar 25,8%. Di seluruh dunia pengidap hipertensi jumlahnya semakin banyak setiap tahun, dan diperkirakan 1,5 miliar orang akan terkena hipertensi pada tahun 2025.

Penderita tekanan darah tinggi dengan tidak sadar dapat terjadi penyakit kompleks pada organ-organ tubuh seperti jantung, otak, atau ginjal (Kementerian Kesehatan, 2013). Penyakit stroke, jantung, gagal ginjal, dan kebutaan dapat terjadi pada orang dengan tekanan darah tinggi (Dinas Kesehatan Jambi, 2013). Di Indonesia, stroke dan tuberkulosis merupakan penyebab kematian terbanyak lalu disusul dengan hipertensi sebesar 6,8% kasus kematian pada semua kelompok umur. Penatalaksanaan yang tepat sangat diperlukan dalam pencegahan terjadinya komplikasi.

Penatalaksanaan farmakologisnya adalah dengan obat antihipertensi. Duthie & Katz menyebutkan dalam laporan mereka tentang kelemahan-kelemahan dalam mengkonsumsi obat, termasuk efek samping,

ketergantungan, biaya tinggi serta permasalahan lainnya bagi seorang lanjut usia. Lain daripada itu, pengobatan farmakologis serta nonfarmakologis akan memberikan efek besar dalam menurunkan tekanan darah daripada pengobatan farmakologis saja (Hidayat, 2010). Perawatan non farmakologis termasuk mengontrol stres, menurunkan BB, meningkatkan frekuensi berolahraga, membatasi konsumsi garam, tidak mengonsumsi alkohol dan rokok serta perubahan pola makan (Kowalski, 2010). Pengobatan non farmakologis juga dapat diberikan melalui terapi komplementer. Arthini menyebutkan bahwa terapi tertawa, terapi musik, relaksasi progresif, yoga, hipnoterapi, guided imagery merupakan terapi-terapi komplementer yang sudah sering digunakan untuk menurunkan tekanan darah (Setyoadi dan Kushariyadi, 2011 dalam Nurhusna, 2018).

Terapi nonfarmakologi berupa tertawa merupakan salah satu terapi yang mempunyai banyak manfaat. Terapi tertawa merupakan salah satu terapi yang sederhana, mudah untuk dipelajari, tidak memerlukan alat bantu dan tidak membutuhkan biaya. Terapi tertawa merupakan terapi yang bisa dilakukan untuk membuat tubuh menjadi rileks. Terapi tawa adalah paduan dari peningkatan dan penurunan kerja saraf simpatis. Peningkatan tersebut mempunyai efek memberikan energi untuk pergerakan tubuh, namun diiringi dengan menurunnya sistem saraf simpatis yang salah satunya disebabkan oleh perubahan kondisi otot menjadi lebih rileks, dan penurunan pemecahan oksida nitrat sehingga menyebabkan pembuluh darah melebar. Jadi rata-rata tertawa menyebabkan meningkatnya aliran darah sebesar 20%, sedangkan stres menyebabkan menurunnya aliran darah sekitar 30% (Desinta, 2013). Menurut

Setyawan dalam (Jaji, *et al* 2019) mengatakan bahwa tawa melepaskan dua *neuropeptide* yaitu *endorphin* dan *encephalin* yang dapat menghilangkan rasa sakit, meningkatkan kenyamanan dan merelaksasi tubuh sehingga tekanan darah dapat turun.

Perbedaan yang signifikan ditemukan pada beberapa telaah jurnal tentang terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah. Pada penelitian Eka, *et.al* didapatkan bahwa terapi tertawa efektif menurunkan tekanan darah pada lansia di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya. Data menunjukkan hasil yang efektif dimana ada sebanyak 8 orang lansia mengalami penurunan tekanan sistole dan diastole sebesar 10 poin setelah diberikan terapi tertawa. Studi lain yaitu Bete. D, *et al* menunjukkan hasil Terdapat efektifitas terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dengan $p=0,000$ ($p<0,05$).

Berdasarkan hasil pengkajian selama tiga hari di PSLU Harapan Kita Indralaya, lebih dari 50 lansia menderita hipertensi. Hal itu diketahui dari laporan harian tekanan darah dan keluhan lansia, penulis juga melakukan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh lansia. Lansia mengatakan bahwa kurangnya kegiatan di panti sehingga lansia sering merasa bosan dan bahkan merasa stres. Stres menyebabkan penurunan aliran darah sehingga menyebabkan tekanan darah lansia meningkat. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk menganalisa pengaruh pemberian asuhan keperawatan terapi tertawa pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Harapan Kita Indralaya Utara.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam laporan ini yaitu menggambarkan aplikasi asuhan keperawatan secara klinis dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif pada lansia pengidap hipertensi yang diberikan intervensi keperawatan secara mandiri yaitu terapi tertawa.

2. Tujuan khusus

- a. Menggambarkan pelaksanaan pengkajian meliputi tahap anamnesis dan observasi pada klien hipertensi
- b. Menentukan masalah keperawatan dan menegakkan diagnosis keperawatan pada klien hipertensi
- c. Menyusun perencanaan keperawatan pada klien hipertensi
- d. Memberikan implementasi dan tindakan keperawatan pada klien hipertensi
- e. Melakukan penilaian keberhasilan asuhan keperawatan dengan evaluasi pada klien hipertensi
- f. Memaparkan hasil tindakan keperawatan terapi tertawa untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi

C. Manfaat penulisan

1. Bagi Lansia

Memberikan informasi untuk lansia agar menerapkan salah satu terapi komplementer yang dapat dijadikan terapi penyerta dalam penatalaksanaan hipertensi dengan menerapkan terapi tertawa.

2. Bagi Panti Lansia

Menambah wawasan dan informasi mengenai terapi komplementer yaitu terapi tertawa yang dapat menurunkan tekanan darah pada lansia.

3. Bagi Mahasiswa

Laporan ini dapat menjadi referensi dan rujukan untuk menerapkan topik serupa yaitu terapi tertawa dan dapat dikembangkan lagi.

4. Bagi Ilmu Keperawatan

Laporan ini dapat dijadikan referensi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang keperawatan gerontik mengenai terapi tertawa untuk mengatasi masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif pada penderita hipertensi.

D. Metode penulisan

Penulisan laporan asuhan keperawatan ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Penulis melakukan studi kasus memilih tiga kasus yang sama untuk analisis mendalam. Namun sebelum itu, penulis mencari referensi pembandingan dengan studi literatur yaitu 10 *evidence based journal*. Studi literatur dilakukan secara online dengan memasukkan kata kunci “hipertensi”, “asuhan keperawatan”, dan “terapi tertawa” ke dalam *Google Scholar*. Hasil tinjauan literatur dipilih artikel yang memenuhi kriteria dan intervensi terapi tertawa dipilih. Ketiga kasus yang ditemukan dianalisis menggunakan metode implementasi keperawatan, dan disusun dalam format tertentu berdasarkan buku SDKI, SIKI dan SLKI.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar. (2015). *Potensi Terapi Tertawa Sebagai Terapi Hipertensi*. 2, 15–21. [Http://Jurnal.Stikes-Sitihajar.Ac.Id/Index.Php/Jhsp](http://Jurnal.Stikes-Sitihajar.Ac.Id/Index.Php/Jhsp)
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Bete, D, *et.al.* 2022. Terapi tertawa terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Budiyono, 2013. *Anatomi Fisiologi Kardiovaskuler*. Jakarta : Salemba Medika
- Chang, Mi Young. 2016. *Effects of Tai Chi Exercise Program Incorporating Laughter Therapy on Blood Pressure, Stress Response and Depression in Older People with Hypertension*. Department of Nursing Science, Gwangju University
- Desinta, S. (2013). Terapi Tertawa untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 15-27.
- Dewi, Ni Made Indah Mustia. (2022). gambaran kualitas tidur pada lansia di desa mambang kecamatan selemadeg timur kabupaten tabanan tahun 2022. Diploma thesis, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan
- Fatimah. (2010). *Merawat Lanjut Usia Suatu Pendekatan Proses Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Trans Info Media
- Fikriana, R. (2018). *Sistem kardiovaskuler*. Deepublish.
- Hidayanti, neneng. 2018. pengaruh terapi tertawa terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di puskesmas solokanjeruk kabupaten bandung. stik bhakti kencana bandung
- Jaji, J., Natosba, J., & Fikri, M. Z. (2019, February). Pengaruh Terapi Aktifitas Kelompok (Tak) Ketawa Terhadap Skala Nyeri Sendi (Reumathoid Arthritis) Pada Lansia. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan* (Vol. 4, No. 1, pp. 109-114).
- Jerome, A. (2017). Expert Consensus Document on Hypertension in The Elderly. *Journal of the American College of Cardiology*
- Kemenkes.RI. (2017). *Karakteristik Lansia*. 2012, 10–26.
- Kemenkes RI(2018). *Pencegahan dan pengendalian Hipertensi, mengurangi risiko Hipertensi*. Kemenkes.

- Kemkes RI (2021). Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke. Available from : <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20210506/3137700/hipertensi-penyebab-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke/>
- Khoironi, Iwan (2020) Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di masyarakat noreh sreseh kabupaten sampang. undergraduate thesis, universitas muhammadiyah gresik.
- Manuntung, A. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Wineka Media.
- Martaliana dan Susi Eryani. 2019. Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di puskesmas pasar ikan kota Bengkulu. STIKES Bhakti Husada Bengkulu
- Nuraini, B. (2015). *Risk Factors Of Hypertension*. 4, 10–19.
- Nurarif, Amin Huda & Kusuma, Hardhi (2013). Aplikasi Asuhan Keperawatan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC. Jakarta : Media Action.
- Nurhusna, Yosi Oktarina dan Andika Sulistiawan. 2018. Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi di puskesmas olak kemang kota Jambi. Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi
- Nurrahmani, U. 2015. STOP! Osteoporosis. Yogyakarta: Familia
- Nurwela1, T. Sri, dkk. 2019. Efektivitas terapi tertawa untuk menurunkan tingkat depresi pada lanjut usia . Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya
- Prasetyo & Nurjahjanti, 2012. *Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Sistolik Terisolasi Di Panti Sosial Budi Kupang Agung*.
- Sari, D.J Eka, *et.al.* 2022. Penerapan Terapi Tertawa Pada Lansia dengan Hipertensi Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
- Setyaningrum, N., Setyorini, A., & Fitrianta, Fachrudin Tri. (2018a)
- Setyaningrum, N, dkk. 2018. Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah lansia di upt panti wredha budhi dharma yogyakarta. Jurnal ilmiah ilmu keperawatan dan ilmu kesehatan masyarakat
- Soejono, C.H, Setiati, S & Wiwie. 2000. Pedoman Pengolahan Kesehatan Pasien Geriatri: Untuk Kedokteran dan Perawat. Jakarta: Penerbit FKUI.
- Smeltzer, Susan C (2017). *Keperawatan Medikal Brunner & Suddarth edisi 12*. Jakarta : EGC

- Sumah, D. Fries, dkk. 2020. Peningkatan derajat kesehatan lansia penderita hipertensi melalui terapi tertawa. JPKM. <http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkm/article/view/15325>
- Sumaryati, N. M. (2013). Pengaruh Therapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di PSWT Puspakarma Mataram. *Jurnal Sangkareang Mataram*, 2(1), 40–46.
- Sumartyawati, N. Made. (2016). Pengaruh therapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di pstw puspakarma mataram. *Jurnal Sangkareang Mataram*
- Tage, Petrus Kanisius Siga. 2018. Pengaruh terapi tertawa terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sistolik terisolasi di panti sosial budi agung kupang. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar luaran keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI
- World Health Organization. (2019). Hypertension. Kobe: World Health Organization
- Widiyawati, W., & Sari, D. J. E. (2020). Keperawatan gerontik. CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Yim, J. E. (2016). Therapeutic benefits of laughter in mental health: A theoretical review. *Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 239(3), 243–249. <https://doi.org/10.1620/TJEM.239.243>
- Yogiantoro, M. 2016. Hipertensi Esensial. Jakarta: Interna Publishing