

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP PENURUNAN  
KECEMASAN PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS BENTENG KECAMATAN NUSANIWE**



**OLEH :**

**LIN PAPILAYA**

**NPM : 12114201190147**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA MALUKU**

**AMBON**

**2023**

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP PENURUNAN  
KECEMASAN PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS BENTENG KECAMATAN NUSANIWE**

**Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
sarjana keperawatan**

**OLEH :**

**LIN PAPILAYA**

**NPM : 12114201190147**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA MALUKU**

**AMBON**

**2023**

## LEMBARAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Panitia Penguji Skripsi Sarjana Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.

Nama : LIN PAPILAYA  
NPM : 12114201190147  
Hari : Jumat  
Tanggal : 29 September 2023  
Tempat : Ruang Ujian Sarjana Fakultas Kesehatan

Dan telah memenuhi syarat untuk diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana.

Pembimbing I,



**Ns. M. Lilipory, S.Kep., M.Kep**  
NIDN : 1203068702

Pembimbing II,



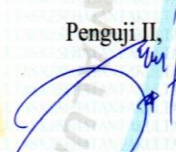
**Ns. F. Tasijawa, S.Kep., M.Kep**  
NIDN : 1217119101

Penguji I,



**Ns. S. L. Tubalawony, S.Kep., M.Kep**  
NIDN : 1223109201

Penguji II,



**Ns. J. H. Herwawan, S.Kep., M.Kep**  
NIDN : 1219088801

Mengesahkan  
Dekan

  
**Gracia V. Souisa, S.Si., M.Kes**  
NIDN: 1201128802

Mengetahui  
Ketua Program Studi Keperawatan



**Ns. M. Lilipory, S.Kep., M.Kep**  
NIDN : 1203068702

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : LIN PAPILAYA  
NPM : 12114201190147  
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Kecemasan  
Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng  
Kecamatan Nusaniwe  
Program Studi : Keperawatan  
Fakultas : Kesehatan  
Universitas : Universitas Kristen Indonesia Maluku

Dengan ini mengatakan bahwa :

1. Karya tulis ini adalah karya orisinal sendiri melalui proses penelitian, dan didalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis menyebutkan penulis dari sumber aslinya atau dari sumber orang lain, sebagaimana tercantum dalam daftar pustaka.
2. Saya menyerahkan hak milik atas karya tulis ini kepada Universitas Kristen Indonesia Maluku, dan oleh karenanya Universitas Kristen Indonesia Maluku berhak melakukan pengelolaan atas karya tulis ini sesuai dengan normal hukum dan etika yang berlaku.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-sebenarnya, dan apabila dikemudian hari terbukti tidak sesuai dengan pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Kristen Indonesia Maluku dan Perundang-Undang yang berlaku.

Ambon, Oktober 2023

**Yang Memberi Pernyataan**



**(LIN PAPILAYA)**

**12114201190147**

## **MOTTO**

**JANGANLAH HENDAKNYA KAMU KUATIR TENTANG APA PUN  
JUGA, TETAPI NYATAKANLAH DALAM SEGALA HAL  
KEINGINANMU KEPADA ALLAH DALAM DOA DAN  
PERMOHONAN DENGAN UCAPAN SYUKUR.**

**(FILIPHI 4 : 6)**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Kecemasan Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng Kecamatan Nusaniwe”**. Penyusunan skripsi ini merupakan syarat dalam penyelesaian tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di Fakultas Kesehatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku.

Dengan terselesaikan skripsi ini, perkenankanlah peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. H. H. Hetharia, M. Th selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia Maluku.
2. Wakil Rektor I, II, III, IV Universitas Kristen Indonesia Maluku.
3. Ibu G. V. Souisa, S.Si., M. Kes selaku Dekan beserta Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku.
4. Dr. M. H. Pentury, S.Pi., M.Si selaku mentor yang selalu memberikan arahan dan membimbing peneliti semasa peneliti menempuh pendidikan di Universitas Kristen Indonesia Maluku.
5. Ns. M. Lilipory, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan sekaligus sebagai pembimbing I yang selalu membimbing, memotivasi dan mengarahkan peneliti dalam penelitian skripsi ini.
6. Ns. S. L. Tubalawony, S.Kep., M.Kep selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Keperawatan sekaligus sebagai penguji 1 yang telah mengarahkan peneliti dalam penelitian ini.
7. Ns. F. A. Tasijawa, S. Kep., M.Kep sebagai pembimbing II yang selalu membimbing, memotivasi dan mengarahkan peneliti dalam penelitian skripsi ini.
8. Ns. J. Herwawan, S. Kep., M.Kep sebagai penguji II yang telah mengarahkan peneliti dalam proses penelitian skripsi ini.

9. Para dosen pengampuh mata kuliah Fakultas Kesehatan dan Program Studi Ilmu Keperawatan.
10. Kepala Puskesmas Benteng yang berkenan mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian.
11. Responden yang turut berpartisipasi selama proses penelitian berlangsung.
12. Mama Yohana Agusteyn, Papa Pieter Papilaya dan Alm. Tete Andi yang selalu menjadi inspirasi, semangat dan kebanggaan peneliti untuk menyelesaikan studi, terima kasih karena selalu ada menjadi tiang doa, memberikan dukungan semangat dan motivasi kepada peneliti.
13. Kakak dan adik tercinta Mario beserta keluarga Nathalia Embuay dan Verel Jerusa Agusteyn, Sami Papilaya, Melga Likumahwa dan Vrel Papilaya terima kasih untuk dukungan semangat dan motivasi yang diberikan kepada peneliti.
14. Keluarga besar Papilaya, Agusteyn, Likumahwa yang selalu memberikan dukungan bagi peneliti dalam menempuh pendidikan.
15. Sahabat-sahabat tercinta Konina, Yuni, Egha, Cici, Jojo, Alex, Feldy, Emelia, Ficka, Julia, Merlyn dan Maria serta teman-teman seperjuangan Keperawatan D 2019 yang tidak dapat disebutkan satu per satu terima kasih untuk dukungan semangat, motivasi, suka duka dan kebersamaan yang luar biasa selama peneliti menempuh pendidikan.

Akhirnya peneliti menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang dengan berbagai macam cara dan perannya telah membantu peneliti dalam proses penyusunan hingga terselesaikannya skripsi ini. Peneliti juga mengharapkan saran dan kritik yang dapat membantu perbaikan dan pengembangan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberi manfaat bagi pengembangan ilmu khususnya dalam bidang kesehatan.

Ambon, Oktober 2023

(Lin Papilaya)

## ABSTRAK

**Papilaya Lin, 2023. “Pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan kecemasan penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng Kecamatan Nusaniwe”. (dibimbing oleh : M. Lilipory dan F. Tasijawa)**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering dikenal dengan *The Silent Killer* dengan penyebab kematian hampir 70% di dunia yang dapat menjadi salah satu faktor penyebab kecemasan pada setiap penderitanya. Terapi tertawa merupakan salah satu terapi nonfarmkologi yang memiliki segudang manfaat bagi penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan kecemasan penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng Kecamatan Nusaniwe. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah desain *pre-eksperimental* dengan tipe *one group pre-post test design*, dengan cara sampel diberikan kuesioner sebelum dan setelah dilakukan perlakuan berupa terapi tertawa. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 18 responden. Hasilnya diuji dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat kemaknaan  $p < 0,05$  dan di dapatkan bahwa ada pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan kecemasan pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng Kecamatan Nusaniwe ( $p=0,005$ ). Sehingga intervensi ini dapat menjadi rekomendasi untuk mengontrol kecemasan pada penderita hipertensi.

**Kata Kunci : hipertensi, kecemasan, terapi tertawa**



## **ABSTRACT**

***Papilaya Lin, 2023. "The effect of laughter therapy on reducing the anxiety of hypertension sufferers in the Benteng Health Center Working Area, Nusaniwe District." (supervised by: M. Lilipory and F. Tasijawa)***

*Hypertension is a non-communicable disease that is often known as The Silent Killer with the cause of death in almost 70% of the world which can be a factor that causes anxiety in every sufferer. Laughter therapy is a non-pharmacological therapy that has a multitude of benefits for hypertension sufferers. This study aims to determine the effect of laughter therapy on reducing the anxiety of hypertension sufferers in the Benteng Health Center Working Area, Nusaniwe District. The research design used in this research is design pre-experimental with type one group pre-post test design, by means of which the sample was given a questionnaire before and after treatment in the form of laughter therapy. The number of samples in this study was 18 respondents. The results were tested using statistical tests Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of  $p < 0.05$  and it was found that there was an effect of laughter therapy on reducing anxiety in hypertension sufferers in the Benteng Health Center Working Area, Nusaniwe District ( $p=0.005$ ). So this intervention can be a recommendation to control anxiety in hypertension sufferers.*

***Keywords: hypertension, anxiety, laughter therapy***

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
SAMPUL LUAR .....	i
SAMPUL DEPAN .....	ii
HALAMAN JUDUL .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
DAFTAR SINGKATAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6

BAB II	TINJAUAN PUSTAKA .....	7
	A. Tinjauan Umum Tentang Hipertensi .....	7
	B. Tinjauan Umum Tentang Kecemasan .....	17
	C. Tinjauan Umum Tentang Terapi Tertawa .....	27
	D. Kerangka Konsep Penelitian .....	40
	E. Hipotesis Penelitian .....	41
BAB III	METODE PENELITIAN .....	42
	A. Jenis Penelitian .....	42
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	43
	1. Lokasi Penelitian .....	43
	2. Waktu Penelitian .....	43
	C. Populasi dan Sampel .....	43
	1. Populasi .....	43
	2. Sampel .....	43
	D. Teknik Sampling .....	46
	E. Variabel Penelitian .....	46
	F. Defenisi Operasional .....	47
	G. Instrumen Penelitian .....	47
	H. Pengumpulan Data .....	48
	I. Pengolahan Data dan Analisis Data .....	50
	1. Pengolahan Data .....	50
	2. Analisis Data .....	52
	J. Etika Penelitian .....	53
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN .....	55
	A. Hasil .....	55
	B. Pembahasan .....	62
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN .....	76
	A. Kesimpulan .....	76

B. Saran .....	77
----------------	----

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1	Klasifikasi Derajat Hipertensi ..... 8
Tabel 2.2	Faktor Risiko Hipertensi ..... 10
Tabel 3.1	Defenisi Operasional ..... 47
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng ..... 56
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng ..... 57
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Agama di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng ..... 57
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng ..... 58
Tabel 4.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Benteng ..... 58
Tabel 4.6	Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Sebelum di Berikan Terapi Tertawa Terhadap 18 Responden Penderita Hipertensi ..... 59
Tabel 4.7	Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Setelah di Berikan Terapi Tertawa Terhadap 18 Responden Penderita Hipertensi ..... 60
Tabel 4.8	Hasil Uji Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Kecemasan Penderita Hipertensi ..... 61

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Tertawa Bersemangat .....	33
Gambar 2.2 Tertawa Sapaan .....	34
Gambar 2.3 Tertawa Satu Meter .....	34
Gambar 2.4 Tertawa Milk Shake .....	35
Gambar 2.5 Tertawa Hening Tanpa Suara .....	36
Gambar 2.6 Tertawa Ayunan .....	37
Gambar 2.7 Tertawa Ponsel .....	37
Gambar 2.8 Tertawa Sehat .....	38
Gambar 2.9 Kerangka Konsep .....	40
Gambar 3.1 Desain Penelitian .....	42

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. SK Pembimbing
2. Surat ijin Pengambilan Data Awal
3. Surat Ijin Penelitian PTSP
4. Surat Ijin Penelitian Dinas Kesehatan
5. Surat Pengembalian Selesai Penelitian
6. Informed Consent
7. Standar Operasional Prosedur Pelaksanaan Terapi Tertawa
8. Lembar Observasi Kecemasan HARS
9. Tabulasi Data Pre - Post
10. Hasil Olah Data
11. Dokumentasi Penelitian

## DAFTAR ARTI LAMBANG, ISTILAH DAN SINGKATAN

### Daftar Arti Lambang :

$Z\alpha$	: Deviat baku alpha
$Z\beta$	: Deviat baku beta
$\leq$	: Kurang dari atau sama dengan
$>$	: Lebih dari
$n$	: Banyaknya kelompok
$S$	: Standar deviasi

### Daftar Istilah :

WHO : *World Health Organization*