

## ABSTRAK

Salah satu masalah psikologis yang dialami para lansia adalah rentan terhadap terjadinya depresi, namun hal ini dapat dicegah dengan terapi tertawa. Tetapi pada kenyataannya masih terdapat lansia yang terlihat sedih, murung, menyendiri, ada berbagai macam penyebab misalnya tidak pernah dijenguk, memikirkan anak dan keluarganya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada lansia di UPTD Panti Griya Wreda Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan *Pra Experiment* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*, populasi seluruh lansia yang mulai berusia 60-69 tahun sebesar 30 orang, sampel sebagian lansia sebesar 28 diambil dengan metode *simple random sampling*. Variabel independen terapi tertawa, variabel dependen adalah tingkat depresi. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuisioner dan SOP. Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon dengan nilai kemaknaan  $= 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi tertawa hampir setengahnya 35,7% mengalami depresi sedang dan setelah diberikan terapi didapatkan hampir setengah dari responden 35,7% normal/tidak depresi. Hasil uji *wilcoxon* pada terapi tertawa didapatkan nilai  $= 0,000$  dan nilai  $= 0,05$  berarti  $<$  maka  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada lansia di UPTD Panti Griya Wreda Surabaya.

Simpulan dari penelitian ini semakin rutin mengikuti terapi tertawa semakin rendah tingkat depresi lansia. Diharapkan perawat bisa melanjutkan kegiatan terapi tertawa di Panti Griya Wreda Surabaya, sehingga lansia termotivasi untuk melakukan hal ini secara rutin dan berkelompok.

Kata kunci : *terapi tertawa, tingkat depresi, lansia*