

ABSTRAK

Pengaruh proses penuaan yang dialami oleh lansia menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, mental, maupun sosial ekonomi. Salah satu masalah psikologis yang dialami lansia adalah terjadinya kecemasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat kecemasan pada lanjut usia di UPTD Griya Werdha Surabaya.

Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pra-post test design* dengan besar sampel 33 lansia yang berusia 60-74 tahun, menggunakan *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independen adalah terapi tertawa dan variabel dependen adalah tingkat kecemasan pada lanjut usia. Menggunakan kuesioner DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale*), dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon sign test*.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi tertawa sebagian besar 17 responden (51,5%) mengalami kecemasan sedang dan setelah diberikan terapi tertawa didapatkan hampir seluruhnya 30 responden (90,9%) mengalami kecemasan ringan. Hasil analisis $\rho=0,000$ dimana $\rho<0,05$ berarti H_0 ditolak artinya ada pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat kecemasan pada lanjut usia di UPTD Griya Werdha Surabaya.

Simpulan dari penelitian ini bahwa terapi tertawa mampu menurunkan tingkat kecemasan pada lanjut usia. Diharapkan perawat bisa melanjutkan kegiatan terapi tertawa di UPTD Griya Werdha Surabaya, sehingga lansia termotivasi untuk melakukan hal ini secara rutin dan berkelompok.

Kata Kunci : *Terapi Tertawa, Tingkat Kecemasan, Lansia*