

ABSTRAK

Hipertensi disebut sebagai pembunuh gelap “*Silent Killer*”, karena termasuk penyakit yang mematikan, tanpa disertai dengan gejala terlebih dahulu. Hal ini akan menyebabkan timbulnya kekhawatiran pada penderita sehingga menimbulkan masalah ansietas. Salah satu modifikasi gaya hidup yang mampu menanggulangi hipertensi adalah menganjurkan untuk rileks. Salah satu alternatif relaksasi pada penderita hipertensi adalah terapi tertawa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi tertawa pada Tn.H dan Ny.Y dengan diagnosa medis hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas di RS Mitra Keluarga Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus melalui asuhan keperawatan pada dua pasien yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas serta melakukan pengkajian, diagnosis, rencana tindakan, tindakan keperawatan, dan evaluasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi langsung.

Hasil penelitian pada Tn.H tanggal 5-7 Oktober 2020 sebelum dilakukan intervensi hasil kecemasan skor 52 termasuk kecemasan tingkat sedang, tekanan darah 170/100 mmHg, setelah dilakukan intervensi hasil kecemasan skor 20 termasuk tidak cemas, tekanan darah 130/90 mmHg. Sedangkan pada Ny. Y tanggal 7-9 Oktober 2020 sebelum dilakukan intervensi hasil kecemasan skor 46 termasuk kecemasan tingkat sedang, tekanan darah 160/90 mmHg, setelah dilakukan intervensi hasil kecemasan skor 20 termasuk tidak cemas, tekanan darah 130/90 mmHg.

Simpulan hasil penelitian menunjukkan metode penerapan terapi tertawa sesuai SOP dapat menjadi alternatif ansietas penderita hipertensi, diharapkan perawat dapat melaksanakan metode ini bagi penderita hipertensi agar dapat memberikan kontribusi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi, sehingga tekanan darah penderita hipertensi dapat terkontrol.

Kata Kunci: Hipertensi, Ansietas, Terapi Tertawa