

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP TINGKAT DEPRESI  
PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA  
KABUPATEN BLITAR**



**OLEH  
RIZKA CORNELIA  
NIM. 16.1.060**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2018/2019**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENGARUH TERAPI TERTAWA TERHADAP TINGKAT DEPRESI  
PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA  
KABUPATEN BLITAR**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan  
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen  
Malang



**OLEH**  
**RIZKA CORNELIA**  
**NIM. 16.1.060**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN**  
**MALANG**  
**2019**

## CURRICULUM VITAE



Nama : Rizka Cornelia  
Tempat Tgl Lahir : Malang, 19 Desember 1997  
Alamat Rumah : Jl. Merdeka No 1 Rt.28 Rw.05 Kebonagung  
Nama Orang Tua :  
    Ayah : Suyadi  
    Ibu : Suwati  
Riwayat Pendidikan :  
    TK : TK Cendrawasih Kebonagung  
    SD : SDN Kebonsari 2 Malang  
    SMP : SMPN 17 Malang  
    SMK : SMK Negeri 2 Malang

## LEMBAR PERNYATAAN

### LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizka Cornelia  
Tempat/tanggal lahir : Malang, 19 Desember 1997  
NIM : 161060  
Alamat : Jl. Merdeka No 1 Rt.28 Rw.05 Kebonagung

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika di kemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 27 Juni 2019

Yang Menyatakan



Rizka Cornelia

NIM. 161060

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul "**Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar**" telah disetujui untuk diujikan di depan tim penguji.

Tanggal persetujuan:

27 Juni 2019

Oleh :

Pembimbing I



Ns. Riki Ristante, M.Kep

Pembimbing II



Ns. Aloysia Ispriantari, M.Kep

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul "**Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar**" telah diujikan di depan Tim Penguji

Tanggal : 27 Juni 2019

OLEH TIM PENGUJI :

1. Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep



2. Dr. Juliati Koesrini, A.Per.Pen., M.KPd



3. Ns. Riki Ristanto, M.Kep



Malang, 27 Juni 2019

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Kumoro Asto Lenggono, M.Kep

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “**Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar**” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Suprianto, S.Sos, M.M, selaku kepala UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar yang telah menyediakan tempat dan waktu untuk membimbing dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Letkol Ckm Arif Efendi, SMPH, SH, S.Kep,.Ners, M.M, selaku direktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang yang telah memberikan ijin untuk penelitian.
3. Ns. Kumoro Asto Lenggono., M.Kep, selaku Ka Prodi Keperawatan.
4. Ns. Riki Ristanto., M.Kep, selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Ns. Aloysia Ispriantari., M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Anis Ekowati, S.Sos selaku pekerja sosial yang membimbing dan membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Seluruh responden yang meluangkan waktunya dalam terlaksananya penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik-baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul .....	i
Cover Dalam .....	ii
Curriculum Vitae.....	iii
Lembar Pernyataan.....	iv
Lembar Persetujuan .....	v
Lembar Pengesahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Gambar .....	xi
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Singkatan .....	xiii
Daftar Lampiran .....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat penelitian.....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Terapi Tertawa.....	6
2.1.1 Definisi Terapi tertawa .....	6
2.1.2 Manfaat Terapi Tertawa.....	6
2.1.3 Prosedur Terapi Tertawa .....	11
2.2 Konsep Depresi .....	15
2.2.1 Definisi Depresi .....	15
2.2.2 Gejala Depresi.....	15
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Depresi.....	19
2.2.4 Akibat Depresi .....	22
2.2.5 Cara Mengatasi Depresi .....	23
2.2.6 Pengukuran Depresi pada Lansia .....	25
2.3 Konsep Lansia .....	26
2.3.1 Definisi Lansia .....	26
2.3.2 Tipe Lansia .....	26
2.3.3 Teori Proses Menua .....	29
2.3.4 Perubahan yang Terjadi pada Lansia .....	33
2.4 Kerangka Konseptual.....	39
2.5 Hipotesa.....	40
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>41</b>
3.1 Desain Penelitian .....	41
3.2 Kerangka Kerja .....	42
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling .....	43
3.3.1 Populasi.....	43
3.3.2 Sampel .....	43
3.3.3 Sampling.....	43

3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	44
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	44
3.4.2 Definisi Operasional.....	44
3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data .....	47
3.5.1 Proses Pengumpulan Data.....	47
3.5.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	48
3.6 Waktu dan Tempat Penelitian .....	48
3.7 Analisa Data.....	49
3.8 Pengolahan Data .....	49
3.9 Etika Penelitian .....	50
3.10 Keterbatasan Penelitian.....	51
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	52
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	52
4.1.2 Data Umum Responden .....	52
4.1.3 Data Khusus Responden.....	53
4.2 Pembahasan.....	55
4.2.1 Tingkat Depresi Sebelum Diberikan Terapi Tertawa .....	55
4.2.2 Tingkat Depresi Sesudah Diberikan Terapi Tertawa .....	57
4.2.3 Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar.....	59
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
5.1 Kesimpulan .....	61
5.2 Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	39
Gambar 3.1 Kerangka Kerja .....	42

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	45
Tabel 4.1 Data Umum Responden.....	52
Tabel 4.2 Data Tingkat Depresi Sebelum Diberikan Terapi Tertawa ...	53
Tabel 4.3 Data Tingkat Depresi Sebelum Diberikan Terapi Tertawa ...	53
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas ( <i>Uji Saphiro-Wilk</i> ).....	54
Tabel 4.5 Hasil Uji Statistik Wilcoxon.....	54

## DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adreno Cortico Tropin Hormone</i>
CBT	: <i>Cognitive Behavior Therapy</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
GDS	: <i>Geriatric Depression Scale</i>
HPA	: <i>Hipotalamic Pituitary Adrenal</i>
IQ	: <i>Intelligence Quotient</i>
PVN	: <i>Paraventricular Nucleus</i>
SAD	: <i>Seasoned Affective Disorder</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
UPT	: Unit Pelaksana Teknis

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian .....	65
Lampiran 2 Surat Permohonan Menjadi Responden .....	66
Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur Terapi Tertawa.....	67
Lampiran 4 Kisi-Kisi Kuesioner .....	73
Lampiran 5 Lembar Kuesioner.....	74
Lampiran 6 Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	76
Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian .....	77
Lampiran 8 Surat Keterangan Penelitian .....	78
Lampiran 9 Data Tabulasi .....	79
Lampiran 10 Data SPSS .....	81
Lampiran 11 Lembar Revisi Proposal KTI .....	84
Lampiran 12 Lembar Revisi KTI.....	86
Lampiran 13 Lembar Konsul Pembimbing 1 .....	85
Lampiran 14 Lembar Konsul Pembimbing 2 .....	86
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian .....	87

## ABSTRAK

Cornelia, Rizka. 2019. “**Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar**”. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Riki Ristanto, S.Kep.,Ners,M.Kep. Pembimbing II Aloysia Ispriantari, S.Kep.,Ners, M.Kep.

Depresi merupakan salah satu masalah mental yang sering dijumpai pada lansia akibat proses penuaan. Depresi yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan peningkatan penggunaan fasilitas kesehatan dan pengaruh negatif terhadap kualitas hidup lansia. Lansia rentan mengalami depresi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, kehilangan pekerjaan, pasangan, penghasilan dan dukungan sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada lansia. **Metode Penelitian** : Desain penelitian *One group pretest-posttest*. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling* dengan jumlah sampel 11 responden dan populasi sebanyak 55 responden. Waktu dan tempat penelitian pada tanggal 18 dan 20 Mei 2019 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Blitar. Variabel Penelitian ini ada dua yaitu variabel independen adalah terapi tertawa dan variabel dependen adalah tingkat depresi lansia. Uji Statistik menggunakan *uji Wilcoxon*. **Hasil** menunjukkan dengan nilai  $p = 0.003 (<0.05)$  yang artinya ada pengaruh terapi tertawa terhadap tingkat depresi pada lansia. **Diskusi** : Diharapkan lansia dapat mengalami penurunan depresi dengan adanya terapi tertawa.

**Kata Kunci** : Terapi tertawa, Tingkat Depresi, Lansia

## ABSTRACT

Cornelia, Rizka. 2019. “ **The Effect of Laugh Teraphy For Depression Level of Elderly at Social Services TIU Tresna Werdha, Blitar Regency**”. Scientific Writing of Nursing Study Progam of The Polytechnic of RS. DR. Soepraoen Malang. Advisor I : Riki Ristanto, S.Kep.,Ners,M.Kep Advisor II : Aloysia Ispriantari, S.Kep., Ners, M.Kep.

Depression is one of mental problem that often found on an elderly due to the aging process. Depression which not handled properly can caused increasing use of health facility, negative impact for elderly's life quality. Elderlies are vulnerable to experiencing depression caused by several factors which is age, gender, job lossing, partner, income, and social support. Purpose of this research was to found effect of laugh teraphy for depression level of elderly. **Research Method** : This research using One group pretest-posttest research plan design. Technic sampling using Purposive Sampling with amount of sampling were 11 respondents and population was 55 respondents. Time and place research was on May 18 and 20th 2019 at Social Services TIU Tresna Werdha, Blitar Regency. There are two variables in this research that was independent variable which laugh teraphy, and dependent variable which depression level of elderly. Statistical test using sign Rank Test Wilcoxon. Result showed score  $p = 0.0003 (<0.05)$  which means there is effect of laugh teraphy for depression level of elderly. **Discussion** : Elderly are expected can reduce depression with laugh teraphy.

**Keywords** : Laugh teraphy, Depression Level, Elderly