

Laporan Kasus: Penerapan Terapi Tertawa Dengan Menonton Video Wayang Cenk Blonk Pada Pasien Hipertensi dengan Ansietas

Aini Rofikoh¹ | Faridatul Istibsaroh^{1*} | Atika Jatimi¹ |
¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nazhatut Thullab Al-Muafa Sampang
* Corresponding Author: doramantul@gmail.com

ARTICLE INFORMATION

Article history

Received 26 June 2024

Revised 9 July 2024

Accepted 16 July 2024

Keywords

Terapi tertawa, wayang cenk blonk, ansietas

ABSTRACT

Background Hypertensive patients have physical complaints that cause anxiety in hypertensive patients characterized by restlessness, and difficulty sleeping. These symptoms indicate the presence of emotional and psychological stress. The purpose of this case study is to describe nursing care with the application of laughter therapy procedures in anxiety patients. **The writing method** uses a descriptive method with a nursing process approach consisting of assessment, diagnosis, planning, implementation and evaluation. The research subjects were 2 clients with anxiety nursing problems. **Implementation results** of the 4th day of Mrs. S still complains of difficulty sleeping and the objective data of Mrs. The S is not agitated, the client is not tense, and the Hars scale scores 22 problems are partially resolved. While Mrs. A is no longer complaining of difficulty sleeping and the objective data of Mrs. A is no longer restless, and the Hars scale scores 16 problems resolved. **Conclusion** After being given laughing therapy watching a wayang cenk blonk video to 2 clients with anxiety nursing problems, it was concluded that the level of anxiety decreased after being given laughing therapy watching a wayang cenk blonk video.

Latar Belakang Penderita hipertensi memiliki keluhan fisik yang menimbulkan kecemasan ditandai dengan gelisah, dan sulit tidur. Gejala tersebut menunjukkan adanya tekanan secara emosional dan psikologis. Tujuan Studi kasus ini menggambarkan Asuhan keperawatan dengan penerapan prosedur terapi tertawa pada pasien ansietas. **Metode** penulisan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan yang terdiri dari pengkajian, diagnosa, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Subjek penelitian 2 klien dengan masalah keperawatan ansietas. **Hasil Penerapan** hari ke 4 kunjungan Ny. S masih mengeluh sulit tidur dan data objektif Ny. S sudah tidak gelisah, klien tidak tegang, dan skala Hars skor 22 masalah teratasi sebagian. Sedangkan Ny. A sudah tidak mengeluh sulit tidur dan data objektif Ny. A sudah tidak gelisah, dan skala Hars skor 16 masalah teratasi. **Kesimpulan** Setelah diberikan terapi tertawa menonton video wayang cenk blonk kepada 2 klien dengan masalah keperawatan ansietas disimpulkan bahwa tingkat ansietas menurun setelah diberikan terapi tertawa menonton video wayang cenk blonk.

1. Pendahuluan

Penderita hipertensi memiliki keluhan fisik yang menimbulkan kecemasan ditandai dengan gelisah, dan sulit tidur. Gejala tersebut menunjukkan adanya tekanan secara emosional dan psikologis. Tekanan psikologis pada penderita hipertensi menjadi penting untuk diberikan tindakan sebagai pengendalian komplikasi yang dapat memperparah kondisi penderitanya. Perasan tersebut dipicu oleh kekhawatiran serta kurangnya pengetahuan individu tentang apa yang dihadapinya dan akibat dari perubahan kondisi kesehatannya (Istirokhah, 2017).

Menurut WHO (2020) rata rata lansia yang mengalami ansietas akibat hipertensi di dunia tahun 2020 mencapai 2,3 miliar, dan diperkirakan pada tahun 2025 akan meningkat menjadi 9,4 miliar. Sedangkan di Indonesia lansia yang mengalami ansietas akibat hipertensi mencapai 26,8% pada tahun 2013, lalu mengalami peningkatan lagi sampai 34,1% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Hasil riskesdas tahun 2013 lansia yang mengalami ansietas akibat hipertensi di jawa timur hanya 30% tetapi pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 34% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil wawancara 4 lansia di Dusun Torjun Timur, Desa Torjun, Kecamatan Torjun mengalami hipertensi di sertai cemas (bingung, gelisah dan insomnia).

Pasien hipertensi mengalami kecemasan akibat adanya konflik mental atau kejadian traumatis, hal tersebut terjadi apabila terdapat kondisi yang mengancam kesehatan individu berdasarkan pada prognosis pasien lanjut usia penderita hipertensi. Penderita hipertensi yang pernah mengalami masalah kesehatan secara fisik karena peningkatan tekanan darah akan menimbulkan konflik mental sehingga pasien hipertensi merasa cemas. Konflik mental merupakan salah satu penyebab munculnya kecemasan yang terjadi pada individu dengan hipertensi (Ariana dan Heri, 2018). Kecemasan yang dialami lansia dengan hipertensi apabila tidak segera ditangani akan mengancam kondisi kesehatan mental individu seperti aspek konsep diri yang terdiri dari identitas diri dan harga diri, kehilangan status atau peran diri, serta hubungan interpersonal (Asmadi, 2018).

Keluhan mental yang seringkali dikemukakan oleh lansia dengan hipertensi mengacu pada perilaku maladaptif seperti kecemasan, khawatir, memiliki firasat buruk, merasa takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut, takut sendirian, takut pada keramaian dan banyak orang, gangguan pola tidur, mimpi-mimpi yang menegangkan, gangguan konsentrasi dan daya ingat, keluhan-keluhan somatik misalnya rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdenging (*tinnitus*), berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan dan sakit kepala (Lestari, 2020). Gejala tersebut perlu untuk diberikan penatalaksanaan pada tahapan pencegahan dengan pendekatan psikososial yang bertujuan untuk membuat penderita kecemasan merasa lebih tenang. Terapi tersebut merupakan terapi non farmakologis yang dapat digunakan pada penderita hipertensi dengan kecemasan, terapi tersebut terwakil menonton video (Lestari, 2020).

Terapi tertawa dapat memberikan manfaat relaksasi yang merangsang pengeluaran hormon endorphin dan serotonin, yaitu sejenis morfin alami tubuh dan juga melatonin. Ketiga zat tersebut merupakan zat yang bersifat baik untuk otak sehingga kita sehingga dapat menurunkan kecemasan pada lansia akibat hipertensi. Terapi tertawa sebagai bentuk meditasi yang berdampak pada kecemasan, terutama jika menggunakan media audiovisual. Penyertaan media video wayang *cenk blonk* dalam terapi ini dikarenakan wayang *cenk blonk* ini merupakan wayang khas Bali. Beberapa adegan lucu antara dua tokoh utama dalam pewayangan ini dapat membuat lansia tertawa (Putu Agus Ariana dan Mohammad Heri, 2018).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dengan penerapan terapi tertawa menggunakan video wayang menurunkan derajat kecemasan pada penderita hipertensi. Karena terapi ini merupakan suatu metode pendekatan yang bersifat histolik, yaitu mencakup fisik (*somatik*), psikologik atau psikiatrik, pisikososial dan pskoreligius yang dapat merangsang pengeluaran endorphin dan serotonin sehingga penderita hipertensi merasa tenang.

2. Metode

Dalam menyusun studi kasus ini penulis menggunakan metode deskriptif dengan cara menganalisa secara mendalam terhadap suatu objek penelitian yang unit analisisnya bersifat individual dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi. Dalam studi ini kasus terdapat 2 pasien dengan masalah keperawatan Ansietas pada pasien hipertensi di Dusun Torjun Timur, Desa Torjun, Kecamatan Torjun. Penilaian Ansietas menggunakan Kuisioner HARS dengan Intervensi menonton Wayang Cenk Blonk selama 10 menit dilakukan selama 2 minggu, dengan 4x Pertemuan.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Peneliti memaparkan hasil penelitian ke dalam dua bagian yaitu: 1) Informasi umum penelitian yang berisi tentang karakteristik partisipan; dan 2) deskripsi hasil penelitian berupa data evaluasi yang muncul dari hasil penerapan prosedur terapi tertawa menonton video wayang *cenk blonk* serta catatan lapangan yang didapatkan selama proses pengkajian secara mendalam dari pengalaman responden yang bertempat tinggal di Dusun Torjun Timur, Desa Torjun, Kecamatan Torjun. Karakteristik responden disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Responden	Usia	Jenis Kelamin	Tingkat Kecemasan	Tingkat Pendidikan	Suku	Agama
R1	77	P	1	SD	Madura	Islam
R2	67	P	2	SD	Madura	Islam

Sumber : (Data Sekunder, 2022)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini termasuk dalam kategori dewasa berjenis kelamin perempuan dengan metode pengobatan terapi menonton video wayang *cenk blonk*. Semua responden beragama islam, asli suku madura, berpendidikan SD dengan distribusi masalah sebagai berikut :

Tabel 2. Analisa masalah

Tujuan	Gejala	Masalah yang muncul	Tindakan yang diberikan
Menggambarkan asuhan keperawatan dengan penerapan prosedur terapi menonton video wayang <i>cenk blonk</i> untuk menurunkan ansietas.	1) Pasien tampak Gelisah (R1 dan R2) 2) Terdapat peningkatan tekanan darah R1 : TD : 150/90 mmHg R2 : TD : 140/90 mmHg 4) pasien sulit tidur, sering terbangun tengah malam (R1 dan R2).	Ansietas b.d Ancaman Status Terkini	1. Gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan. 2. Jelaskan semua prosedur termasuk sensasi yang dirasakan yang mungkin akan dialami klien selama prosedur. 3. Intruksi klien untuk menggunakan teknik relaksasi (menonton video wayang <i>cenk blonk</i>). 4. Dorongan keluarga untuk mendampingi klien dengan cara yang tepat. 5. Bantu klien mengidentifikasi situasi yang memicu kecemasan. 6. Ciptakan atmosfer rasa aman untuk meningkatkan kepercayaan. 7. Kaji untuk tanda verbal dan non verbal kecemasan.

Sumber : (Data primer, 2022), (Riasmini et al., 2017), (Barbara Bate, 2015).

Masalah keperawatan yang teridentifikasi dari hasil pengkajian serta catatan lapangan yang didapat selama proses pengambilan data secara mendalam yaitu respon maladaptif yang termasuk dalam masalah psikososial dengan penegasan diagnosa keperawatan Ansietas. Analisa data diatas didukung oleh pernyataan dari responden saat dilakukan pengkajian secara mendalam sebagaimana tabel berikut :

Tabel 3. Pernyataan partisipan

No.	Pernyataan
1	<i>“saya merasa khawatir dengan kondisi saya yang tak kunjung sembuh.” (R1) (R2)</i>
2	<i>“saya sering melamun” (R1)</i>
3	<i>“saya sulit tidur” (R2)</i>
4	<i>“saya sulit mengontrol emosi/mudah marah “ (R2)</i>
5	<i>“saya sering mundar-mandir ketika cemas memuncak” (R1)</i>

Sumber : (Data Primer, 2022)

Pembahasan

Interaksi dengan responden menggunakan proses bina hubungan saling percaya serta kontrak kegiatan yang akan dilakukan. Pengkajian pada Ny. S dan Ny. A yaitu dengan teknik auto anamnesa atau wawancara secara langsung dilanjutkan dengan pemeriksaan fisik secara menyeluruh sesuai dengan format pengkajian keperawatan gerontik. Setelah dilakukan evaluasi terakhir didapatkan data yang terdiri dari data subjektif dan data objektif. Data Subjektif klien masih mengeluh sulit tidur dan data objektif Ny. S klien tampak gelisah (tidak ada), klien tampak tegang (tidak ada), hasil pemeriksaan skor skala HARS ialah 22 dengan interpretasi masalah teratasi sebagian. Pada Ny. A juga mengeluh sulit untuk tidur dan sering terbangun tengah malam dan tidak bisa tidur lagi. kemudian didapatkan hasil data fokus sebagai berikut: Setelah dilakukan evaluasi terakhir di dapatkan hasil klien sudah tidak mengeluh sulit tidur (tidak ada) dan data objektif Ny. A klien tampak gelisah (tidak ada), dan skor skala HARS 16 masalah teratasi.

Penerapan yang dilakukan sesuai dengan jurnal milik Putu Agus Ariana dan Mochamad Heri. Secara fisiologis, Terapi tertawa memberikan manfaat relaksasi yang dapat merangsang pengeluaran endorphin dan serotonin, yaitu sejenis morfin alami tubuh dan juga melatonin ketiga zat ini merupakan zat baik untuk otak sehingga kita bisa merasa lebih tenang sehingga dapat menurunkan kecemasan pada lansia akibat hipertensi (Putu Agus Ariana dan Mohammad Heri, 2018). Hal ini diperkuat penelitian Farida Umamah dan Nazula Mufarriyah (2020) menunjukkan bahwa setelah responden diberikan terapi tertawa menonton video wayang 2 kali dalam sehari dapat mengurangi kecemasan. Hal ini yang membuat Klien Ny. A teratasi sebagian dan klien Ny. S karena rentang usia mereka yang berbeda jadi itu yang membuat hasil dari keduanya berbeda.

Terapi tertawa menonton video wayang cenc blonk adalah salah satu Penatalaksanaan cemas yang mencakup fisik (*somatik*), psikologik atau psikiatris, psikososial dan psikoreligius yang dapat merangsang pengeluaran endorphin (Ariana & Heri, 2018) dan serotonin sehingga penderita hipertensi merasa tenang (Yulianto, Saelan & Fitriana, 2023) bila dilakukan dengan frekuensi optimal 2 kali dalam sehari selama 4 kali kunjungan. Dari data tabel evaluasi selama 4 kali kunjungan dapat kita lihat bahwa masalah teratasi sebagian, belum sepenuhnya teratasi karena ansietas yang pasien alami tidak bisa sembuh secara total dan konstan karena memerlukan tahapan dan rentan usia yang berbeda dari klien kedua. Dari permasalahan tersebut dapat disimpulkan bahwa umur berpengaruh dalam menurunkan tingkat ansietas (Ekasari, Riasmini & Hartini, 2018). Dari hasil yang peneliti dapatkan menerangkan bahwa Ny. S tingkat usianya lebih dari Ny. ASEhingga tingkat ansietas yang dialami Ny. S teratasi sebagian.

Terapi tertawa menonton video wayang *cenk blonk* dapat menurunkan tingkat ansietas jika dilakukan secara rutin dan tidak terlalu terfokus pada stressor yang dihadapi oleh individu dengan hipertensi (Sari, 2023) sebab memiliki efek relaksasi bagi tubuh (Marwah & Ladjiru, 2016) serta efektif dalam memberikan ketenangan terhadap lansia (Puspitasari, Hartati, & Supriyono, 2016), sehingga terapi tersebut dapat dilakukan secara mandiri oleh lansia untuk mengatasi kecemasan yang dialami akibat dari penurunan kondisi Kesehatan seperti hipertensi (Nadirawati, Ismafiaty, & Yulia, 2018).

4. Kesimpulan

Penerapan keperawatan dengan pemberian terapitertawa menonton video wayang *cenk blonk* terbukti dapat menurunkan tingkat ansietas pada kedua klien setelah dilakukan 4 kali kunjungan.

Daftar Pustaka

- Asmadi. (2018). *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta : Salemba Medika
- Ariana, P., & Heri, M. (2018). Pengaruh Terapi Tertawa dengan Media Wayang Cenk Blonk Terhadap Kecemasan pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Kaliasem Kabupaten Buleleng. *Jurnal Kesehatan Midwinerslion*. Volume 3. Nomor 1, 23- 32.
- Desak MADJ & Ni KYL. (2020). Family Psychoeducation Increases the role of famiies in caring for people with mental disordes. *Indonesian Journal Nursing and Midwifery*. 8(3) : 315-321
- Dewi, S.R. 2014. *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dambre, Satish. 2012. Laughter Therapy. *Journal of Pharmaceutical and Scientific Inovation Org*. 23-24.
- Ekasari, M., Riasmini, N., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Farida Ummah & Mufarrihah N., (2020). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pda Lanjut Usia Di UPTD Griya Werdha Surabaya Diunduh dari www.schoolar.ac.id tanggal 13 November 2021.
- Hamid. (2014). *Metode penelitian pendidikan sosial*. Bandung: Alfabet.
- Hawari, (2012). *Pendekatan Holistik Pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*. FKUI.
- Hidayat, A.A., (2014). *Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Istirokhah, 2017. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kaplan & Sadock, 2015. Synopsis Of Psychiatry: tingkat kecemasan pada lansia Behavioral Scienes/Cinical/Psychiatri-Elevent Edition tingkat kecemasan pada lansia.

- Lestari, Titik. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Muhammad N. H. *International MEDLIT Conference 2018 (2018)*
- Marwah, & Ladjiru, E. (2016). Terapi Musik Religi Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia di UPTW Kasian Jember. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*. Volume 4. nomor 2, 226-233.
- Nadirawati, Ismafiaty, & Yulia, D. (2018). The Effect of Laughing Therapy on Blood Pressure in Elderly with Hypertension Degree II at Cipageran Community Health Center Working Area in Cimahi. Pinlitamas 1, Volume 1, Nomor 1, 9-20.
- NANDA *International Nursing Diagnoses: definitions and classification 2018-2020*. Jakarta: EGC.
- NIC *Nursing Intervention Classification: definitions and classification 2018-2020*. Jakarta: EGC.
- NOC *Nursing Outcome Classification: definitions and classification 2018-2020*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. (2012)
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Puspitasari, N., Hartati, E., & Supriyono, M. (2016). Efektifitas Terapi Humor terhadap Penurunan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Panti Werdha Pucang Gading Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 1-11.
- Putu Agus Ariana Dan Mohammad Heri, (2018). Pengaruh Terapi Tertawa Dengan Media Video Wayang Cenk Blonk Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdhajara Mara Pati Kaliasem Kabupaten Buleleng
- Riskesdas., (2018) pasien hipertensi ansietas di tahun 2013-2018.
- Sari, Y. I. P. . (2023). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Uptd Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Lampung. *Jurnal Ners*, 7(1), 309–315. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.12058>
- Stuart, G. W., dan Sundeen. (2016). *Principle and Practice of Psychiatric Nursing, (1st edition)*. Singapore : Elsevier.
- Sulastri. (2018). Jurnal Kesehatan. Pengaruh Terapi Psikoedukasi keluarga dalam merawat orang dengan gangguan jiwa. Vol.9 no. 1).
- Yuliyanto, A. S. ., Saelan, S., & Fitriana, R. N. . (2023). Pengaruh Terapi Humor dengan Video Dagelan Jawa terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga di Instalasi Gawat Darurat . *Jurnal Keperawatan*, 16 (2), 611–618. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v16i2.1723>
- World Health Organization (WHO) pasien hipertensi ansietas
<https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-remarks-at-the-media-briefing-on-2019-ncov-on-11-february-2020>. 11 February, 2020.