

# **Efektivitas Terapi Tertawa Dalam Mengontrol Perilaku Kekerasan Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah**

Evita Cahya Ramadani<sup>1</sup>, Ns. Desi Ariyana Rahayu, M.Kep<sup>2</sup>, Ns. Tri Nurhidayati, S.Kep, M.Med.Ed<sup>3</sup>

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Semarang, Kampus FIKKES, Jl. Kedung Mundu Raya No.18,  
Kedungmundu, Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah 50273

E-mail : [evitacahvaa@gmail.com](mailto:evitacahvaa@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Terapi tertawa bermanfaat untuk menekan sekresi epinephrin dan memperbanyak sekresi endorphine sehingga perasaan menjadi tenang. Tertawa bisa mengurangi peredaran dua hormon dalam tubuh, yaitu epinephrin dan cortisol (hormon yang dikeluarkan ketika stres) yang dikeluarkan oleh hipotalamus. Jika kedua hormon tersebut dikeluarkan maka bisa menghalangi proses penyembuhan penyakit, jadi dalam keadaan bahagia ataupun tertawa, maka hipotalamus akan mengeluarkan hormon endorphine yang berfungsi mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kekebalan tubuh. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa dalam mengontrol perilaku kekerasan pada pasien resiko perilaku kekerasan. Jenis penelitian ini merupakan *deskriptif study* yaitu menerapkan studi kasus dengan proses tindakan keperawatan berupa intervensi, implementasi dan evaluasi. Sample berjumlah 3 klien, Tempat penelitian dilakukan diRSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Berdasarkan data jumlah pasien diRSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah pada 3 bulan terakhir berjumlah 39 di Ruang Madrim, 97 di Ruang Upip, dan 49 di Ruang Citro Anggodo. Hasil penerapan terapi tertawa yang diterapkan selama tiga hari tersebut terbukti efektif untuk diaplikasikan diRSJ dari kedua klien tersebut lebih tenang, kooperatif, dan lebih rileks klien mampu mengontrol marah.

Kata kunci : Tertawa, terapi tertawa, pengendalian marah dengan perilaku kekerasan.

## **ABSTRAC**

*Laughing therapy is useful for suppressing epinephrin secretion and increasing endorphine secretion so that the feeling becomes peaceful. Laughter can reduce the circulation of two hormones in the body, namely epinephrine and cortisol (hormones released when stressed) released by Hypothalamus. If both hormones are released, it can block the healing process of the disease, so in a happy or laughing state, the hypothalamus will release the hormone endorphine which*

*functions to reduce pain and increase immunity. The purpose of this study was to determine the effect of laughing therapy in controlling violent behavior in patients at risk of violent behavior. This type of research is descriptive study that is applying case studies with nursing action processes in the form of intervention, implementation and evaluation. The place of research was conducted at RSJD Dr. Amino Gondohutomo, Central Java Province. Based on data on the number of patients in the RSJD Dr. Amino Gondohutomo of Central Java Province in the last 3 months totaled 39 in Madrim Room, 97 in Upip Room, and 49 in Citro Anggodo Room. The results of the application of laughing therapy that was applied for three days proved to be effective to be applied in the RSJ from both clients more calm, cooperative, and more relaxed clients were able to control anger.*

*Keywords: Laughter, laughter therapy, anger control with violent behavior.*

