

Sherly Christina (2006). “ Pengaruh Terapi Tawa Terhadap Stres Pada Lanjut Usia“. Skripsi Sarjana Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi antara terapi tawa dengan skor stres yang dialami para lanjut usia yang berada di panti werdha. Stres memberi pengaruh negatif pada manusia dan akan terlihat dalam tiga macam gejala: gejala fisik, gejala perilaku dan gejala emosional.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif eksperimental dan desain penelitian yang digunakan adalah *two group pretest-postest design*. Subjek penelitian (N=12) adalah para lanjut usia yang berada di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya yang terdiri dari kelompok eksperimen (N=6) dan kelompok kontrol (N=6). Stres diukur melalui angket stres yang diberikan pada para subjek saat sebelum dan sesudah pemberian terapi tawa.

Dari *Uji U mann-Whitney* tampak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok yang mengikuti terapi tawa dan kelompok yang tidak mengikuti terapi tawa. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa ada penurunan skor stres yang signifikan pada kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah terapi tawa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terapi tawa berpengaruh terhadap skor stres yang dialami para lanjut usia.

Kata kunci: stres, lanjut usia, terapi tawa.