

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK UNTUK  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA KARANGWARU PLUPUH SRAGEN**



**HESTI KURNIASARI**  
**B2016063**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AISYIAH  
SURAKARTA**

**2019**

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK UNTUK  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA KARANGWARU PLUPUH SRAGEN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program  
Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



**HESTI KURNIASARI**

**B2016063**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AISYIAH  
SURAKARTA**

**2019**

## **PERNYATAAN KEASLIAN KTI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGWARU PLUPUH SRAGEN**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya dilingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi maupun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 14 Juni 2019



Hesti Kurniasari

NIM B2016063

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hesti Kurniasari  
NIM : B2016063  
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah  
Judul : Penerapan Senam Ergonomik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Karangwaru Plupuh Sragen

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkatnya yang ada didalamnya demi mengembangkan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatikan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 14 Juni 2019

Yang menyatakan



(.....)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

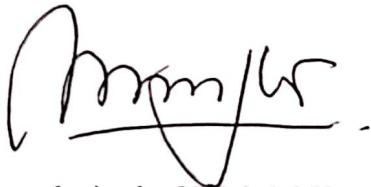
KTI dengan judul :

### PENERAPAN SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGWARU PLUPUH SRAGEN

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang KTI Program Studi Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 14 Juni 2019

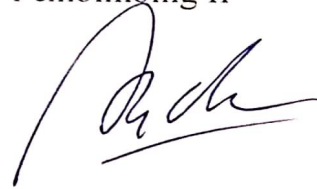
Pembimbing I



Mursudarinah, SKM, M.Kes.

NIDN. 0615126402

Pembimbing II



Nazaruddin Latif, M.S.I.

NIDN. 0615108102

Mengetahui



Kaprodi DIII Keperawatan

Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep.

NIDN. 0602058501

## PENGESAHAN PENGUJI

KTI dengan judul :

### PENERAPAN SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGWARU PLUPUH SRAGEN

Dibuat untuk melengkapi sebagian dari persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada ujian sidang KTI pada tanggal dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KTI pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 2019

Mengesahkan

- Penguji 1. Tri Susilowati, S.Kep.Ns..M.Kep.  
NIDN.0621018203
2. Mursudarinah.SKM..M.Kes.  
NIDN.0615126402
3. Nazaruddin Latif.M.S.I.  
NIDN. 0615108102

(.....)  
(.....)  
(.....)

Mengetahui



Kaprodi DIII Keperawatan

Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep.

NIDN. 0602058501

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Puji Syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, shalawat serta salam selalu tercurahkan padajunjung kita Rasulullah Muhammad SAW, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tugas Karya Ilmiah dengan judul : **“PENERAPAN SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGWARU PLUPUH SRAGEN”**. Tugas Karya Tulis Ilmiah ini diajukan dan disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

Peneliti menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini. Terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari, M. Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, M. Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Mursudarinah, M. Kes dan Nazaruddin Latif, M.S.I selaku pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Orang tua tercinta, Ibu dan Bapak yang setiap hari senantiasa mengiringi setiap langkahku dengan doa, mendidik, mendukung dan menemani dalam segala hal. Betapa diri ini ingin melihat kalian bangga padaku. Betapa tak ternilai kasih sayang dan pengorbanan kalian padaku. Terima kasih atas dukungan moril maupun materil selama ini.
5. Sahabat-sahabat tercinta yang selalu menemani, membantu dan memberi semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

6. Semua teman-teman seperjuangan mahasiswa DIII Keperawatan STIKES Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan dan semangat dalam suka duka selama tiga tahun ini

Penulis sadar bahwa proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan berharap semoga ini bermanfaat

*wassalamu'alaikum warohmatullahi wabarokatuh*

Surakarta, 14 Juni 2019



(Hesti Kurniasari)