

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI DESA KARANGLO KARANGTURI
GONDANGREJO KARANGANYAR**

**Karya Tulis Ilmiah
Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Diploma Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



ANNA TATA DEWANTI MEHHTA

B2019009

**PROGRAM STUDI DIPLOMA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2022**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI DESA KARANGLO KARANGTURI
GONDANGREJO KARANGANYAR**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Prasyarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Keperawatan**



ANNA TATA DEWANTI MEHHTA

B2019009

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH


Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DESA KARANGLO KARANGTURI GONDANGREJO KARANGANYAR

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Proposal Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi ataupun Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Maret 2022

Yang Menyatakan



Anna Tata Dewanti Mehhta

NIM : B2019009

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DESA KARANGLO KARANGTURI GONDANGREJO KARANGANYAR

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian hasil Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Maret 2022

Pembimbing



Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M. Kep.

NIDN. 0602128201

Mengetahui,

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M. Kep.

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Proposal Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DESA KARANGLO KARANGTURI GONDANGREJO KARANGANYAR




Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Karya Tulis Ilmiah ini akan diujikan pada sidang hasil pada tanggal 8 Juli 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juli 2022

Mengesahkan,

Penguji :

1. Dewi Kartika Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep. ()
NIDN. 0617068001
2. Ika Silvitasari, S.Kep.,Ns.,M.Kep. ()
NIDN. 0602048604
3. Anjar Nurrohmah, S.Kep.,Ns.,M.Kep. ()
NIDN. 0602128201

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

(Tri Kusumawati, SSt, M.Keb)
NIK: 26.05.03

Kaprodi Diploma III Keperawatan


Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M. Kep.
NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat ALLAH SWT atas segala rahmat nikmat yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah berjudul **“PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DESA KARANGLO KARANGTURI GONDANGREJO KARANGANYAR”** dengan waktu yang telah ditentukan dengan lancar. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu tugas akhir dalam menempuh pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

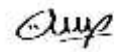
Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik, lancar, dan tepat pada waktunya berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT dan Rasulullah SAW yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir ini.
2. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kustiyati, SST, M. Keb selaku Dekan Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M. Kep. selaku Kaprodi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Anjar Nurrohmah, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan kesempatan dan meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan, nasihat, membimbing dengan sabar.
6. Dewi Kartika Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku dosen penguji satu.
7. Ika Silvitasari, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku dosen penguji kedua.
8. Segenap Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

9. Orang tua saya yang selalu mendukung, mendoakan dan mensupport saya selama kuliah ini.
10. Responden yang bersedia melongkan waktu untuk menjadi responden saya.

Penulis menyadaro bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, Maret 2022



Anna Tata Dewanti Mehhta

NIM : B2019009