

**PENERAPAN SENAMLANSIA TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
KELURAHAN BANYUANYAR**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya pada Program Studi DIII
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta**



ELSA TIARA

202012025

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIAH SURAKARTA**

2023

**PENERAPAN SENAMLANSIA TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
KELURAHAN BANYUANYAR**

Karya Tulis Ilmiah

**Karya Tulis Ilmiah Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Keperawatan**



ELSA TIARA

202012025

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN BANYUANYAR

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis 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, 18 Maret 2023

Yang Menyatakan



Elsa Tiara

NIM 202012025

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Elsa Tiara

NIM : 202012025

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : PENERAPAN SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN BANYUANYAR

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih, media/formatkan, 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.

Surakarta, 18 Maret 2023

Yang Menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a 1000 Rupiah banknote. The signature is stylized and appears to read 'ELSA TIARA'. The banknote is partially visible, showing the number '1000' and the text 'SEPULUH RIBU RUPIAH'.

Elsa Tiara

NIM 202012025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

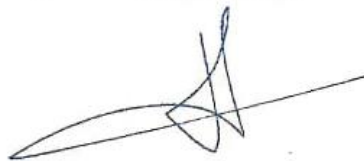
Karya Tulis Ilmiah dengan Judul :

PENERAPAN SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN BANYUANYAR

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada seminar hasil Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 10 Agustus 2023

Pembimbing



Sri Hartutik, S.Kep., Ns., M.Kes.

NIDN. 0620108202

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



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

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN BANYUANYAR

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

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 15 Agustus 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 4 September 2023

Mengesahkan, Penguji

1. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN 0623027702
2. Ida Nur Imamah, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN 0620118704
3. Sri Hartutik, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIDN 0620108202



Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Keperawatan



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

NIDN. 062/018203

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 SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN BANYUANYAR”** 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 terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, serta kelancaran dan segala do’a, ikhtiar yang telah Engkau kabulkan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep.Ns.,M.Kep. selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Sri Hartutik, S.Kep. Ns., M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Hermawati, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

7. Ida Nur Imamah, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
8. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
9. Terima kasih kepada Dinas Kesehatan Kota Surakarta dan Puskesmas Banyuwang yang memfasilitasi jalannya penerapan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan tepat waktu.
10. Terima kasih kepada Ny. S dan Ny. N yang telah membantu dan bersedia menjadi responden penulis sehingga penerapan Karya Tulis Ilmiah dapat berjalan dengan baik.
11. Bapak Joko Widogdo, Ibu Siti Rohani, Kakak Dhita dan Kakak Denish yang telah memberikan do'a, nasihat kasih sayang, cinta, semangat, dan motivasi moral maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
12. Terima kasih kepada teman-teman terdekat saya (Alva, Bayu, Lia) yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah ini.
13. Seluruh teman SMA Blues Brothers Pangudi Luhur Santo Yosef memberikan semangat, motivasi moral maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
14. Seluruh teman seperjuangan mahasiswa angkatan 2020 Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang bersama-sama telah berjuang dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Ini.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Proposal Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Demikian Karya Tulis Ilmiah saya buat dengan sungguh-sungguh

Surakarta, 18 Maret 2023

Yang Menyatakan

A handwritten signature in black ink, appearing to read "HESTARA". The signature is stylized with some overlapping letters and a long horizontal stroke at the bottom.

Penulis