

**PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI DESA KARANG
TENGAH SRAGEN**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada
Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh:
SINTA PURNAMA SARI
202013101**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2024**

**PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI DESA KARANG
TENGAH SRAGEN**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada
Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh:
SINTA PURNAMA SARI
202013101**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

**PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANG
TENGAH SRAGEN**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi 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, 16 Maret 2024



Sinta Purnama Sari

NIM 202013101

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sinta Purnama Sari

NIM : 202013101

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Senam Lansia Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive Royalty- Free Right) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas Skripsi 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, 16 Maret 2024



Sinta Purnama Sari

NIM 202013101

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANG TENGAH SRAGEN

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang skripsi Program Studi
Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 25 Juli 2024

Pembimbing



Ibu Sitti Rahma Soleman, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN. 0902029301

Mengetahui,

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANG TENGAH SRAGEN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 31 Juli 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Juli 2024

Mengesahkan, Penguji

- 1) Dr. Mulyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0007047310
- 2) Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIDN. 0621018203
- 3) Sitti Rahma Soleman, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0902029301



Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan

Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT berkat limpahan rahmat dan hidayah-Nya, serta shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Skripsi ini dengan judul **“PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANG TENGAH SRAGEN”**

Laporan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis selama penyusunan Skripsi ini telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, motivasi, dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, kemudahan, serta kelancaran dalam menyelesaikan Skripsi yang senantiasa dipanjatkan penulis dalam setiap doa.
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. Norman Wijaya Gati, M.Kep.,Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Sitti Rahma Soleman, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dalam memperoleh data dan informasi selama penulis menyelesaikan Skripsi.
6. Dr. Mulyaningsih, S.Kep.,M.Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, saran dan pikiran dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan Skripsi.

7. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.M.Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, saran dan pikirandalam membimbing penulis dalam menyelesaikan Skripsi.
8. Kedua orang tua penulis, Bapak Edi Purnomo dan Ibu Sukarni serta kakakku Gisma Miswan Nugroho yang telah menjadi tepat melepas Lelah terbaik, memberikan do'a, kasih sayang, motivasi, nasihat dan dukungan moral maupun material yang dapat membangun semangat dalam diri penulis.
9. Terima kasih untuk sahabat - sahabatku Pipin, Liana, Yanita, Annisa, Lina yang telah membantu, menemani dan mendukung penulis selama menyelesaikan Skripsi.
10. Terima kasih kepada Bening's Clinic yang telah memberi penulis pekerjaan membuat penulis bisa memenuhi kebutuhan dengan mandiri dan semakin semangat.
11. Seluruh teman seperjuangan mahasiswa Sarjana Keperawatan angkatan 2020 yang berjuang bersama dalam menyelesaikan Skripsi ini.
12. Responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga dalam membantu jalannya penerapan Senam Hipertensi.

Penulis berharap Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Skripsi ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun demi kesempurnaan Skripsi ini.

Wassalammu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, 31 Juli 2024



Sinta Purnama Sari
NIM. 202013101