

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN
DARAH LANSIA DI WILAYAH KOTA SURAKARTA**



Oleh:

YULIANITA RAHMAWATI

202112104

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS AISYIAH SURAKARTA

TAHUN 2024

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN
DARAH LANSIA DI WILAYAH KOTA SURAKARTA**

KARYA TULIS ILMIAH

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



Oleh:

YULIANITA RAHMAWATI

202112104

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIAH SURAKARTA
TAHUN 2024**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN DARAH LANSIA DI WILAYAH KOTA SURAKARTA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di Lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata kemudian hari Penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juni 2024



Yulianita Rahmawati

NIM : 202112104

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Yulianita Rahmawati

NIM : 202112104

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : **PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN DARAH LANSIA DI WILAYAH KOTA SURAKARTA**

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak Royalti Non Ekslusive (*Non-Exlusive Royalty free*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas Karya Tulis Ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya 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.

Dibuat di : Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Pada Tanggal : 20 Juni 2024



Yulianita Rahmawati

NIM : 202112104

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul :

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN DARAH LANSIA DI
WILAYAH PUSKESMAS PUCANG SAWIT**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Seminar Karya Tulis Ilmiah Program
Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juni 2024

Pembimbing



(Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns., M.Kep)

NIDN. 0620118704

Mengetahui,

Kaprodi Diploma III Keperawatan



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

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul :

PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN DARAH LANSIA DI WILAYAH KOTA SURAKARTA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

KTI ini telah diujikan pada sidang KTI pada tanggal 24 Juni 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KTI pada Program Studi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juni 2024

Mengesahkan,

- Penguji 1. Siti Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIDN. 0603018201
2. Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIDN. 0602128201
3. Ida Nur Imamah, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIDN. 0620118704

Mengetahui,

Kaprodi Diploma III Keperawatan


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

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillah saya haturkan puja dan puji syukur kehadirat Allah Ta'ala atas karunia dan segala rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul "***PENERAPAN SENAM HIPERTENSI PADA TEKANAN DARAH LANSIA DI WILAYAH KOTA SURAKARTA***" laporan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, dukungan dan bantuan dari beberapa pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah Ta'ala yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, serta kelancaran dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kusyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns M.Kep selaku Kaprodi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
5. Siti Fatmawati, S.Kep.,Ns. M.Kep selaku dosen penguji 1 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi penguji.
6. Anjar Nurrohmah, M.Kep selaku dosen penguji 2 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi penguji
7. Ida Nur Imamah, M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak sekali waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dan sebagai dosen Penguji 3.
8. Seluruh dosen, karyawan, dan staf prodi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan selama 3 tahun ini.
9. Pak Agus dan Bu Hartini selaku Ketua RW 07 di kelurahan Pucang sawit, yang banyak membantu dan memberikan kesempatan kepada saya untuk melakukan penerapan ini.
10. Ny. S dan Ny. W yang sudah bersedia menjadi responden untuk penelitian ini.
11. Alm. Ayahanda Bambang Salisatun Muflih Rohimahullah Ta'ala Amiin, beliau adalah alasan serta tujuan untuk melanjutkan Pendidikan di ranah Keperawatan ini.

12. Ibunda tersayang Nafiah Hafidzahallah Ta'ala, sebagai sosok bidadari yang sangat kuat dibalik semangat dalam melanjutkan Pendidikan di ranah Keperawatan ini.
13. Ketut Indah Puspita Hafidzahallah Ta'ala, sebagai kakak dan benteng kokoh penyemangat dalam menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
14. Habib Abdullah Majid Hafidzohullah Ta'ala, sebagai kakak yang selalu ada untuk membantu saat penulis perlu bantuan.
15. Alia dan Fadli selaku adik penulis, yang selalu mendukung dan memberikan semangat untuk tetap melanjutkan Pendidikan ini.
16. Kepada Aufa Nurul , Alsha Inayah, Zofiana Mahabba, dan Lubna Zulava Hafidzohunnallah Ta'ala selaku sahabat serta keluarga tak sedarah, yang telah meluangkan banyak waktu dan mendengarkan keluh kesah selama kuliah dan selama penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, Terima kasih untuk sahabat terbaik selama 11 tahun ini.
17. Kepada Khoirunnisa Nur Istiqomah, Kurnia Jelly, Khaulah Rofiqoh, Haikal, dan Imam hafizhohumullah Ta'ala selaku teman terbaik dan telah mendukung, menghibur dan mendengarkan keluh kesah dan tidak henti-hentinya memberikan semangat dan doa kepada penulis.
18. Terakhir, diri saya sendiri Yulianita Rahmawati karena telah berusaha dan berjuang sejauh ini, mampu bertahan dari berbagai macam masalah dan ujian yang Allah Ta'ala berikan dan tidak pernah menyerah.

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.

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Surakarta, 20 Juni 2024

Yang Menyatakan



(Yulianita Rahmawati)

NIM 202112104