

**PENERAPAN AKTIVITAS JALAN PAGI PADA TEKANAN
DARAH UNTUK PENDERITA HIPERTENSI
LANJUT USIA**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah
Surakarta**



MELIKA PUTRI PEBRIANTI

202212077

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2025**

**PENERAPAN AKTIVITAS JALAN PAGI PADA TEKANAN
DARAH UNTUK PENDERITA HIPERTENSI
LANJUT USIA**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah
Surakarta**



MELIKA PUTRI PEBRIANTI

202212077

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah dengan judul :

PENERAPAN AKTIVITAS JALAN PAGI PADA TEKANAN DARAH UNTUK PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di 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 tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 27 MEI 2025

Yang menyatakan



Melika putri Pebrianti

NIM. 202212077

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Melika Putri Pebrianti

NIM : 202212077

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Aktivitas Jalan Pagi Pada Tekanan Darah Untuk Penderita Hipertensi Lanjut Usia

Dengan ini menyatakan menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksekutif (*Non Exlucive Royalti-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya dan demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta juga berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir milik saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 6 Juli 2025

Yang menyatakan



Melika Putri Pebrianti

NIM. 202212077

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas akhir dengan judul:

PENERAPAN AKTIVITAS JALAN PAGI PADA TEKANAN DARAH UNTUK PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan Pada ujian seminar Sidang Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 22 Mei 2025

Pembimbing



(Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti, S.Kep., Ns., M.Kep)

NIDN. 0617019502

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



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

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul:

PENERAPAN AKTIVITAS JALAN PAGI TERHADAP TEKANAN DARAH UNTUK PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA

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 sidang KTI pada tanggal dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai karya tulis ilmiah pada program Studi Diploma III Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Juni 2025

Mengesahkan,

Penguji I 1. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0623027702

(.....)

Penguji II 2. Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0621018203

(.....)

Penguji III 3. Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN. 0617019502

(.....)

Mengetahui,

Ketua program Studi DIII Keperawatan



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

NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ **PENERAPAN AKTIVITAS JALAN PAGI PADA TEKANAN DARAH UNTUK PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA** “ Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisahn karya tulis ilmiah ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb, selaku Dekan Fakutas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Progam Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Bagas Biyanzah Drajat Pramukthi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan ilmunya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah
5. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Penguji I yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
6. Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku penguji II yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

8. Ibu Kasiyem, Erna Erviana Amd. Keb dan Ratih Kusuma dewi Amd. Keb selaku keluarga saya. Terimakasih atas segala pengorbanan, perjuangan, kasih sayang dan senantiasa mendoakan demi kelancaran dalam menempuh Pendidikan dan dalam mengerjakan tugas akhir ini.
9. Ny. W dan Ny. M responden yang telah membantu dalam penerapan aktivitas jalan pagi terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi lanjut usia.
10. Nabila Putri, Nadia Trihapsari, Krisna Anindita, M Mudhofar, Egi Rahmadani, dan Feri Permana, rekan terbaik penulis serta Teman-teman seperjuangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2022 yang selalu memberikan dukungan, motivasi, waktu dan tenaga kepada penulis dalam membantu menyelesaikan tugas perkuliahan selama 3 tahun dan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya serta pihak-pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Surakarta. 27 Mei 2025

Penulis



Melika Putri Pebrianti

NIM. 202212077