

**PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI POSYANDU NUSA INDAH
KABUPATEN SUKOHARJO**

SKRIPSI

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

KHARISMA WAHYU WIDODO
202113056

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

**PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI POSYANDU NUSA INDAH
KABUPATEN SUKOHARJO**

SKRIPSI

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

**KHARISMA WAHYU WIDODO
202113056**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIAH SURAKARTA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

**PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI POSYANDU NUSA INDAH
KABUPATEN SUKOHARJO**

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 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, 25 Juli 2025



Kharisma Wahyu Widodo

NIM. 202113056

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Kharisma Wahyu Widodo
Nim : 202113056
Jenis Karya : Skripsi
Judul : Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Nilai Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Nusa Indah Kabupaten Sukoharjo

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta Atas Karya Ilmiah saya beserta perangkat yang didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, menggali media dan formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.
Demikian Pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya

Surakarta, 25 Juli 2025



Kharisma Wahyu Widodo

NIM. 202113056

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

**“PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI POSYANDU NUSA INDAH
KABUPATEN SUKOHARJO”**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Seminar Skripsi
Karya Tulis Ilmiah Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
‘Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 16 Juli 2025

Pembimbing

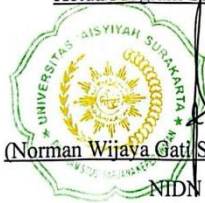


(Eska Dwi Prajayanti S.Kep., Ns., M.Kep)

NIDN : 0610088702

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



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

NIDN : 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

**“PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI POSYANDU NUSA INDAH
KABUPATEN SUKOHARJO”**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, Skripsi Ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah Skripsi pada tanggal 25 Juli 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai Karya Tulis Ilmiah Skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Juli 2025

Mengesahkan, penguji

1. Ika Silvitasari, S.kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0602048604
2. Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0617068001
3. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0610088702

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui,
Kaprodi Sarjana Keperawatan



(Norman Wijaya Gati S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep J.)
NIDN : 0615018601

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Nilai Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Nusa Indah Kabupaten Sukoharjo”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di program studi Sarjana keperawatan Fakultas ilmu kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST., Ns., M.Keh. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep J selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam menyusun skripsi ini.
5. Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan masukan dalam menyusun skripsi.
6. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing, penasihat akademis selama masa studi dan selaku penguji III yang selalu meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberi masukan pada penulisan Skripsi Ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
7. Dosen dan civitas Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang memberikan bekal ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

8. Kedua orang tua saya yaitu Ayahanda Agus Widodo dan Ibunda Nur Kholidah serta semua keluarga yang selalu memberikan semangat, dukungan serta do'a yang tiada henti.
9. Seluruh responden yang berada di Posyandu Nusa Indah Desa Cemani dan pihak Posyandu Nusa Indah yang sudah meluangkan waktu, bersedia membantu dalam jalannya proses penelitian.
10. Sahabat dan teman saya yang sudah memberikan semangat, dukungan dan motivasi penulis selama proses penulisan skripsi.

Penulisan menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dengan ini penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini.

Surakarta, 25 Juli 2025



Kharisma Wahyu Widodo

NIM. 202113056