

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI RW 06 KELURAHAN
PURWODININGRATAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :
NATASYA DYAH SIFA KHOYRUNNISA
202414045**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024/2025**

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI RW 06 KELURAHAN
PURWODININGRATAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :
NATASYA DYAH SIFA KHOYRUNNISA
202414045**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024/2025**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 06 KELURAHAN PURWODININGRATAN

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Ilmiah Akhir Ners yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar keprofesian di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Juni 2025



Natasya Dyah Sifa Khovrunnisa

NIM. 202414045

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Natasya Dyah Sifa Khoyrunnisa
NIM : 202414045
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners
Judul : Penerapan Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di RW 06 Kelurahan Purwodiningratan

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 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 persyaratan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 25 Juni 2025

Yang menyatakan



(Natasya Dyah Sifa Khoyrunnisa)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Ilmiah Ners dengan judul :

PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 06 KELURAHAN PURWODININGRATAN

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang Karya Ilmiah Akhir Ners Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juni 2025

Pembimbing



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

NIDN 0620118704

Mengetahui



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

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Karya Ilmiah Ners dengan judul :

PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 06 KELURAHAN PURWODININGRATAN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 25 Juni 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Juni 2025

Mengesahkan,

Penguji

- 1) Panggah Widodo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 8962230021
- 2) Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0620118704

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

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ners



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

NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di RW 06 Kelurahan Purwodiningratan”. Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulis Karya Ilmiah Akhir Ners ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan segala nikmat dan kemudahan-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan.
2. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menyelesaikan studi di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Sri Kustiyati, SST.,M.Keb, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.J, Selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Ibu Eska Dwi Prajayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku koordinator Program Studi Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
6. Ibu Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Selaku Dosen Pembimbing yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan dan penghargaan sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan.

7. Bapak Panggah Widodo, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku pembimbing klinik stase Karya Ilmiah Akhir Ners.
8. Bapak/Ibu Dosen di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
9. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir ini.
10. Kedua orang tua, Bapak Slamet Tasuri dan Ibu Siti Marfu’ah serta adikku tercinta Muhammad Syafiq Zhahirulhaq, Kakek Maryono dan Almh. Nenek Rusmi yang telah memberikan dukungan moril dan finansial selama perjalanan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
11. Teman-teman seperjuangan Profesi Ners angkatan 15 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat, memberi dukungan satu sama lain, menjadi bagian tak terpisahkan dari perjalanan ini.
12. Terimakasih untuk diri sendiri Natasya Dyah Sifa Khoyrunnisa karena telah mampu berusaha keras dan mampu bertahan sampai sejauh ini walaupun banyak tangisan dan rintangan yang dilalui.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ners ini masih jauh dari kata sempurna oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan karya tulis ilmiah ners ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 25 Juni 2025

Natasya Dyah Sifa Khoyrunnisa

NIM. 202414045