

**UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SENAM  
PROLANIS PADA PENDERITA HIPERTENSI MELALUI  
MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**



**Oleh:**

**ANISA OCTAVIANI**

**202423002**

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

**UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SENAM  
PROLANIS PADA PENDERITA HIPERTENSI MELALUI  
MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Alih  
Jenjang Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah  
Surakarta



Oleh:

**ANISA OCTAVIANI**

**202423002**

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

## PERNYATAAN KEASLIAN KIE

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KIE dengan judul :

### **UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SENAM PROLANIS PADA PENDERITA HIPERTENSI MELALUI MEDIA VIDEO**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KIE 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 KIE 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, 20 Juni 2025



Anisa Octaviani  
202423002

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Anisa Octaviani  
NIM : 202423002  
Jenis Karya : Proyek KIE  
Judul : UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN  
TENTANG SENAM PROLANIS PADA PENDERITA  
HIPERTENSI MELALUI MEDIA VIDEO

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non- Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah 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, 20 Juni 2025



Anisa Octaviani  
202423002

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

KIE dengan judul :

### **UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SENAM PROLANIS PADA PENDERITA HIPERTENSI MELALUI MEDIA VIDEO**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang KIE Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 juni 2025

Pembimbing



Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0615018601

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



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

NIDN. 0615018601

## PENGESAHAN PENGUJI

Proyek KIE dengan judul:

### **UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SENAM PROLANIS PADA PENDERITA HIPERTENSI MELALUI MEDIA VIDEO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Proyek KIE ini telah diujikan pada sidang Tugas Akhir pada tanggal 20 Juni 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Proyek KIE pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juni 2025

Mengesahkan, penguji

1. Irma Mustikasari, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0625048703

(.....)

2. Fida' Husain, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0623089302

(.....)

3. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0621018203

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi 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 penyusunan KIE yang berjudul “Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Senam Prolanis Pada Penderita Hipertensi Melalui Media Video”. KIE ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan KIE ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep., selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, S.ST, M.Keb., 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. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing yang telah sabar dan ikhlas memberikan pengarahan, meluangkan waktu serta memberikan ilmu yang bermanfaat dalam penyusunan KIE ini.
5. Seluruh Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
6. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran KIE.
7. Seluruh pasien yang telah bersedia meluangkan waktu dan menjadi responden dalam pembuatan KIE ini.
8. Mama, Bapak dan keluarga terimakasih atas semangat, doa dan cinta yang selalu diberikan kepada penulis dalam penyusunan KIE ini.

9. Kepada teman-teman alih jenjang S1 Keperawatan angkatan 2024 terimakasih atas suka dan duka yang telah kita lalui, semoga kita semua menjadi orang yang sukses.
10. Untuk sahabatku Intan Dwi Yulyanti, terimakasih telah mendengarkan keluh kesah dan memberikan dukungan, semangat, pikiran maupun bantuan dalam penyusunan KIE ini

Penulis menyadari bahwa KIE ini terdapat banyak kekurangan, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun KIE ini. Semoga studi kasus ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin

Surakarta, 13 Juni 2025

Penulis



Anisa Octaviani  
NIM 202423002