

**PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI POSYANDU LANSIA WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SIDOHARJO SRAGEN**



ALFIAN NUR AINI

B2016007

**PROGRAM STUDI DIPLOMA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
SURAKARTA**

2019

**PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI POSYANDU LANSIA WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SIDOHARJO SRAGEN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

ALFIAN NUR AINI

B2016007

**PROGRAM STUDI DIPLOMA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN KTI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul:

**PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU
LANSIA WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SIDOHARJO SRAGEN**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES' Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari karya tulis ilmiah yang sudah di publikasikan dan atau dipakai untuk mendapatkan Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES' Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulis KTI ini merupakan hasil plagiat atau jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia tanggung jawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES' Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juni 2019

Alfian Nur Aini

B2016007

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai aktivitas akademik STIKES Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfian Nur Aini

NIM : B2016007

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Sidoharjo Sragen

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non-Exclusive Royalty-free Right) kepada STIKES' Aisyiyah Surakarta atas Karya Tulis Ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama menyantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dibuat di: STIKES' Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal: Jumat, 21 Juni 2019

Yang Menyatakan

Alfian Nur Aini

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIDOHARJO SRAGEN

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juni 2019

Pembimbing I



Marvatun A. M.Kes

NIDN. 0610047601

Pembimbing II



Siti Fatmawati, S.Kep.,Ns, M.Kep

NIDN. 0603018201

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, M.Kep

NIDN. 0602058501

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIDOHARJO SRAGEN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diajukan pada sidang Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 24 Juni 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat /sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juni 2019

Mengesahkan,

Penguji

1. Wahyuni, SKM, M.Kes, MM.

NIDN. 0625056502

2. Marvatun A, M.Kes.

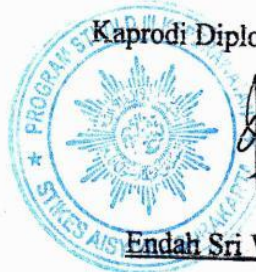
NIDN. 0610047601

3. Siti Fatmawati, S.Kep.Ns, M.Kep.

NIDN. 0603018201

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, M.Kep

NIDN. 0602058501

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sholawat serta salam selalu tercurahkan pada junjungan kita Rosulullah Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Dengan Judul “Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Sidoharjo Sragen”. Karya Tulis ini diajukan dan disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan proposal ini. Terwujudnya Karya Tulis ini tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.kep, Ns., M.Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan sarana kepada penulis untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah Ini.
2. Endah Sri Wahyuni, S.kep, Ns., M.kep selaku ketua program studi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan sarana kepada penulis untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah Ini.
3. Maryatun A., M.Kes selaku Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi dorongan, serta saran kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Siti Fatmawati, S.Kep.,Ns, M.Kep selaku Pembimbing II yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi dorongan, serta saran kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Orang tua dan saudaraku yang selalu megiringi doa yang tulus dan penuh harapan serta selalu memberikan motivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan ini.
6. Teman-teman mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2016 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas segala bantuan dan motivasi yang diberikan kepada penulis.
7. Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah Ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu’alaikum Wr.Wb.

“Penulis”