

**PENERAPAN SENAM YOGA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN
SAMBAN RT 3 RW 4 KELURAHAN COMBONGAN
SUKOHARJO**



LIA PUJI ASTUTIK
B2016074

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
2019

**PENERAPAN SENAM YOGA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN
SAMBAN RT 3 RW 4 KELURAHAN COMBONGAN
SUKOHARJO**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta**



LIA PUJI ASTUTIK

B2016074

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

2019

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

**PENERAPAN SENAM YOGA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN
SAMBAN RT 3 RW 4 KELURAHAN COMBONGAN
SUKOHARJO**

Di buat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES '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 STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata 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 STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Juni 2019



Lia Puji Astutik

B2016074

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Lia Puji Astutik

NIM : B2016074

Jenis Karya : KTI

Judul : **PENERAPAN SENAM YOGA UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI DUSUN SAMBAN RT 3 RW 4 KELURAHAN
COMBONGAN SUKOHARJO**

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Ekklusif (*Non Exclusive Royalty Free*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya tulis Ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi peembangan ilmu pengetahuan STIKES '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.

Dibuat di: STIKES 'Aisyiyah Surakarta
Pada tanggal: 19 Juni 2019

Yang Mengetahui



Lia Puji Astutik

NIM : B2016074

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM YOGA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN SAMBAN RT 3 RW 4 KELURAHAN COMBONGAN KECAMATAN SUKOHARJO KABUPATEN SUKOHARJO

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Juni 2019

Pembimbing I

Tri Susilowati M.Kep
NIDN 0621018203

Pembimbing II

Wahyu Purwaningsih, S.Kep.NS., M.Sc
NIDN 0605117803

Mengetahui

Kaprosdi DIII Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns., M.Kep

NIDN 0602058501

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM YOGA UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DUSUN SAMBAN RT 3 RW 4 KELURAHAN COMBONGAN SUKOHARJO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 26 Juni 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KTI pada Program Studi Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 17 Juli 2019

Mengesahkan,
Penguji

1. Mulyaningsih, S.Kep. Ns. M.Kep
NIDN.0007047310
2. Tri Susilowati, M.Kep
NIDN.0621018203
3. Wahyu Purwaningsih, M.Sc
NIDN.0605117803

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

Mengetahui,

Kaprodid III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIDN 0602058501

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan mengucap Alhamdulillah Robbil'Alamin, puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala berkah, rahmat, karunia dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu terucapkan pada junjungan serta suri tauladan kita Rasulullah Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Penerapan Senam Yoga Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi". Laporan ini di susun dan di ajukan guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang terdapat dalam penyusunan laporan ini, sehingga penulis tidak dapat menyelesaikan laporan tanpa adanya bantuan, dorongan dan dukungan dari semua pihak. Untuk itu perkenankan kami mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam menyusun dan terselesaikan laporan ini.

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.
3. Tri Susilowati,M.Kep.selaku pembimbing 1 yang selalu memberikan arahan, serta membimbing dengan penuh kesabaran.
4. Wahyu Purwaningsih,M.Sc selaku pembimbing 2 yang selalu memberikan masukan-masukan yang memotivasi.
5. Mulyaningsih, S.Kep. Ns. M.Kep selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktu untuk menguji proposal karya tulis ilmiah ini.

6. Orangtua tercinta, Bapak Sumadi dan Ibu Mulyani yang tidak pernah lelah memberikan dukungan, kasih sayang dan juga perhatian.
7. Adek dan kakak – kakak saya, Joko Triyanto, Yuli Setyawan, Fajar Prasetya, dan Nanda Nita Sari.
8. Sahabat konsul satu bimbingan saya May, Lia Anggraini, Nevi, dan Megi yang selalu membantu saya dan menyemangati saya.
9. Teman Kos Ungu Saya Lia Anggraini, Kristin, dan Elin yang selalu menemani saya mengerjakan laporan ini.
10. Teman- teman Enthung Squad yang saling memberi semangat untuk menyelesaikan laporan ini.
11. Untuk seseorang yang spesial yang dari awal memberi semangat, dukungan dan motivasi selama ini. Terimakasih sudah menemani dalam suka maupun duka.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan.

Penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam laporan Karya Tulis Ilmiah ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 29 Juni 2019

Penulis