

**UPAYA MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DENGAN SENAM HIPERTENSI**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada Program
Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

NURFADILLA SAGITA RAMADHANI
C2016102

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

**UPAYA MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DENGAN SENAM HIPERTENSI**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada Program
Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

NURFADILLA SAGITA RAMADHANI
C2016102

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas akhir dengan judul :

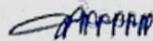
**UPAYA MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DENGAN SENAM HIPERTENSI**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Tugas Akhir Program Studi
Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juli 2020

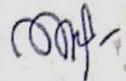
Pembimbing I

Pembimbing II



Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0624087901



Irma Mustikasari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0625048703

Mengetahui,



Kaprodi Sarjana Keperawatan

Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIDN. 0602128201

PENGESAHAN PENGUJI

Tugas akhir dengan judul :

UPAYA MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN SENAM HIPERTENSI

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

Tugas akhir ini telah diujikan pada sidang ujian tugas akhir pada tanggal 29 Juli 2020 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai tugas akhir pada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juli 2020.

Mengesahkan,

Penguji :

1. Indarwati, SKM, M.Kes

NIDN. 621076904

2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0624087901

3. Irma Mustikasari, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0625048703

(.....)

(.....)

(.....)



Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatan

Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0602128201

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah Rabbil'Alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, karunia dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu terucapkan pada junjungan serta suri tauladan kita Rasullullah Muhammad SAW sehingga penulisan dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Upaya Mengontrol Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi dengan Senam Hipertensi" ini disusun dan diajukan guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Sarjana Keperawatan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini, serta penulis tidak dapat menyelesaikan laporan ini tanpa ada bantuan, dorongan, dan dukungan dari semua pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah S.W.T dan Nabi Muhammad S.A.W
2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta
3. Anjar Nurohmah, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta
4. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing I yang selalu memberikan nasehat, arahan serta membimbing dengan penuh kesabaran.
5. Irma Mustikasari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing II yang juga selalu memberikan nasehat dan arahan dalam membimbing dengan penuh kesabaran.
6. Ibu penguji dan seluruh dosen serta staf Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan.
7. Bapak Purwanto dan Ibu Wijiati, selaku kedua orang tua yang paling saya cintai, dan saudara-saudara saya yang saya sayangi, yang selalu memberikan dukungan, do'a, serta kasih sayang.

8. Sahabat saya Oktaviani, Sekar Kartika Sari, Nuf Afiani, Nur Intan, Oktavia Puspitosari, Putri Adingsih, dan Titin Nur Huda, yang telah memberikan semangat, masukan untuk karya tulis ini dan menjadi tempat berkeluh kesah.
9. Teman-teman seperjuangan Program Studi Sarjana Keperawatan angkatan 2016, terutama Kelas C yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan proposal ini senantiasa peneliti harapkan. Semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Surakarta, Juli 2020

Penulis