

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PENINGKATAN PENGETAHUAN SENAM ERGONOMIK
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**



Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan
Program Studi Keperawatan

Disusun Oleh :

AFIFAH NUR LAILY

B2017004

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

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PENINGKATAN PENGETAHUAN SENAM ERGONOMIK
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI**



Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan
Program Studi Keperawatan

Disusun Oleh :

AFIFAH NUR LAILY

B2017004

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

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas akhir dengan judul:

PENINGKATAN PENGETAHUAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari karya yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar ahli madya dilingkungan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan laporan ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan atau tata tertib Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Juli 2020



Afifah Nur Laily
B2017004

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Afifah Nur Laily

NIM : B2017004

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : Peningkatan Pengetahuan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Eksklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas Tugas Akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya 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.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 12 Juli 2020

Yang menyatakan



(Afifah Nur Laily)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas akhir dengan judul:

PENINGKATAN PENGETAHUAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar hasil Luanan Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Juli 2020

Pembimbing I



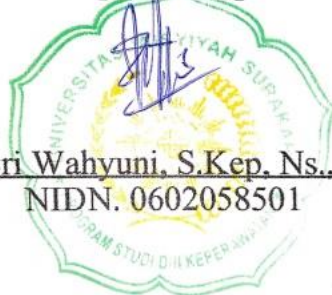
Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0610047601

Pembimbing II



Indarwati, SKM., M.Kes
NIDN. 0621076904

Mengetahui:
Kaprodi Diploma Keperawatan



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

PENGESAHAN PENGUJI

Tugas akhir dengan judul:

PENINGKATAN PENGETAHUAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Tugas Akhir ini telah diuji dan disahkan oleh tim penguji sebagai tugas akhir pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Juli 2020

Mengesahkan,

Penguji:

1. Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0610047601
2. Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0610047601
3. Indarwati, SKM., M.Kes
NIDN. 0621076904



Mengetahui
Kaprosdi Diploma Keperawatan


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

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan anugerahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Luaran *booklet* dengan judul “Senam Ergonomik Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi”. Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Dalam menyelesaikan Studi Kasus ini, penulis tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membimbing dan memberi semangat. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kaprodi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, kritikan, saran, motivasi dan dukungan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini sampai selesai.
4. Indarwati, SKM., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, kritikan, saran, motivasi dan dukungan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini sampai selesai.
5. Seluruh Dosen dan Karyawan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta terimakasih atas ilmunya semoga bermanfaat.
6. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan motivasi kepada penulis dalam menjalani setiap tahap yang harus dilalui dalam pembelajaran sebagai mahasiswa.
7. Sahabat-sahabatku yang telah memberikan semangat dan support sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

8. Rekan-rekan mahasiswa DIII Keperawatan angkatan 2017 yang telah bersama-sama selama 3 tahun ini berjuang untuk menyelesaikan pendidikan keperawatan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini disebabkan karena keterbatasan penulis sendiri sebagai manusia tidak luput dari kesalahan. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk perbaikan Luaran *Booklet* dikemudian hari. Sehingga, hasil penyusunan Luaran *Booklet* ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan bagi pembaca dan penulis.

Wassalamulaikum Wr. Wb

Surakarta, 12 Juli 2020

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'D. J. M.' with a stylized flourish at the end.

Penulis