

# **SENAM HIPERTENSI UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MEDIA VIDEO**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi DIII Keperawatan**



**Oleh**

**CHOLISSHANTY**

**B2018023**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITS AISYIYAH SURAKARTA**

**2021**

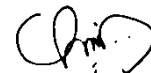
## **PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul :

### **SENAM HIPERTENSI UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MEDIA VIDEO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Diploma Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari tugas akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Diploma di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Tugas Akhir 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, 28 Januari 2021



Cholishshanty

B2018023

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Cholishshanty

NIM : B2018023

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : **Senam Hipertensi Untuk Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Hipertensi Dengan Media Video**

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*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Surakarta, 28 Januari 2021

Yang menyatakan



Cholishshanty

B2018023

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

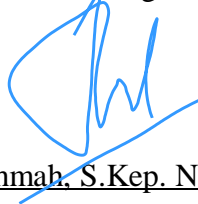
Project Akhir dengan judul :

### **SENAM HIPERTENSI UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 28 Januari 2021

Pembimbing



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

NIDN. 0602128201

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



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

NIDN. 0615018601

## PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

### **SENAM HIPERTENSI UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MEDIA VIDEO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal Januari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.


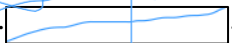
Surakarta, 28 Januari 2021

Mengesahkan,

Penguji

1. Mulyaningsih, M.Kep.

NIDN. 0007047310

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

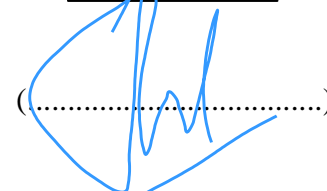
2. Tri Susilowati, M.Kep.

NIDN. 0621018203

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

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

NIDN. 0602128201

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

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



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

NIDN. 0602058501

Kaprodi DIII Keperawatan



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

NIDN. 0615018601

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu terucapkan pada junjungan Nabi Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Senam Hipertensi Untuk Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Hipertensi Dengan Media Video”. Tugas Akhir ini disusun dan diajukan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

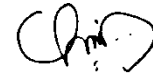
Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan, dorongan, dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membimbing dan memberi semangat. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns., M.Kep selaku rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep, Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.
3. Norman Wijaya Gati, M.Kep.,Sp.Kep.J selaku Kaprodi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns., M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, kritikan, saran, motivasi, meluangkan waktu serta dukungan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini sampai selesai.
5. Dosen penguji dan seluruh dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas ilmu yang telah diberikan dan semoga bermanfaat untuk kami.
6. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana dan prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir.
7. Bapak Marwoto dan ibu Sinar selaku orang tua saya dan adik saya Bambang yang selalu mendoakan saya serta memberikan semangat dan dukungan disetiap waktu.
8. Keluarga besar tercinta yang telah memberikan semangat, motivasi dan juga doa kepada saya dalam mengerjakan Tugas Akhir.
9. Sahabat-sahabatku Mas Fian, Erika Kristianti, Erinda Kumala, Dita Ayu Yolanda, Farda Aljanah, Destya Cahya, Sri Daryati, Riyan Triwibowo, Mbak Ayuk yang telah memberikan banyak dukungan dan semangat dalam mengerjakan Tugas Akhir.
10. Teman-teman sepembimbingan ibu Anjar Nurrohmah yang saling memberi semangat dan saling menguatkan.
11. Bapak Eko dan Ibu Darsih selaku orang tua disolo yang telah memberikan dukungan dan tempat untuk saya dan teman – teman mengerjakan Tugas Akhir.
12. Teman-teman seperjuangan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2018 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini, selalu memberikan semangat, dan dukungan dalam menjalani setiap ujian.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya serta pihak-pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Tugas Akhir ini.

Surakarta, 28 Januari 2021

Penulis



Cholisshanty

B2018023