

**SEHAT DENGAN SENAM HIPERTENSI DALAM UPAYA
MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
MELALUI MEDIA VIDEO**

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



Oleh:

SILVA NURHAMIDAH

B2018122

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

**SEHAT DENGAN SENAM HIPERTENSI DALAM UPAYA
MENURUNKAN TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
MELALUI MEDIA VIDEO**

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



Oleh:

SILVA NURHAMIDAH

B2018122

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

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul:

**SEHAT DENGAN SENAM HIPERTENSI DALAM UPAYA
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
MELALUI MEDIA VIDEO**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Tugas Akhir ini hasil dari jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan dan tata tertib di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 09 Januari 2021



Silva Nurhamidah

NIM B2018122

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Silva Nurhamidah

NIM : B2018122

Jenis Karya : Project Akhir

Judul : **SEHAT DENGAN SENAM HIPERTENSI DALAM UPAYA
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI MELALUI MEDIA VIDEO**

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty Free*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya tulis ilmiah dan beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan Universitas 'Aisyiyah Surakarta bentuk menyimpan , mengakhiri media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasi tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Surakarta, 09 Januari 2021



Silva Nurhamidah

NIM. B201812

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

**SEHAT DENGAN SENAM HIPERTENSI DALAM UPAYA
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
MELALUI MEDIA VIDEO**

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

Surakarta, 09 Januari 2021

Pembimbing

Hermawati, S. Kep.Ns, M. Kep

NIDN.0623027702

Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatan



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

NIDN.0615018601

PERSETUJUAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

SENAM HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI MELALUI 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 16 Januari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Januari 2021

Mengesahkan

- Penguji
1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M. Kep (.....)
NIDN. 0624087901
 2. Mulyaningsih, S. Kep., Ns., M. Kep (.....)
NIDN. 0007047310
 3. Hermawati, S. Kep., Ns, M. Kep (.....)
NIDN. 0623027702

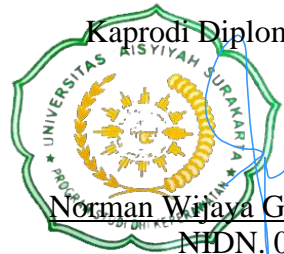
Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



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

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Norman Wijaya Gati, M. Kep, SpKep. J
NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Sehat Dengan Senam Hipertensi Dalam Upaya Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Melalui MediaVideo”. Laporan ini disusun dan diajukan guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari sepenuhnya atas kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini, sehingga penulis tidak dapat menyelesaikan laporan ini tanpa adanya doa, bantuan, dorongan, serta dukungan dari semua pihak. Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dan mendukung proses penyelesaian laporan tugas akhir ini, terutama kepada:

1. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta serta dewan penguji 1 yang telah memberikan kesempatan untuk menyusun laporan tugas akhir ini dan memberikan arahan dan masukan kepada penulis.
2. Endah Sri Wahyuni, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan sarana untuk menyusun laporan tugas akhir ini.
3. Norman Wijaya Gati, M. Kep., Sp. Kep. J selaku ketua Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
4. Hermawati, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing tugas akhir yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan arahan, dorongan, dukungan, dan saran dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
5. Mulyaningsih, M. Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan kritik dan saran kepada penulis.

6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Bapak Purnomo dan Ibu Rodiyah selaku orang tua saya yang selalu memberikan doa semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.
8. Wakhidatun Kurniawati selaku kakak kandung saya yang telah memberi saya semangat dan dukungan penuh atas pendidikan saya.
9. Untuk diri saya sendiri yang telah berjuang melawan ego, melawan rasa malas, bekerja keras, dan tetap bertahan sampai sejauh ini.
10. Keluarga besar saya yang bersedia mendoakan dan memberi semangat dalam menyelesaikan pendidikan saya.
11. Prisca, Sela, Sitikur, Sitin, Anisa, Nurul, Pradita yang tidak pernah bosan menjadi pendengar keluh kesah saya dan menjadi penyemangat saya selama kuliah.
12. Teman-teman mahasiswa prodi DIII Keperawatan terutama kelas C angkatan 2018 yang sama-sama berjuang demi menyelesaikan laporan tugas akhir ini.
13. Dan seluruh pihak yang turut membantu, yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini jauh dari kata sempurna.

Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca, sehingga laporan tugas akhir ini dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan terutama bagi penulis serta bermanfaat bagi dunia keperawatan di Indonesia.

Wassalamu’alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 09 Januari 2021



Silva Nurhamidah

