

**PENERAPAN TERAPI GENGAM JARI DAN NAFAS
DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi Diploma Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



GILANG NUR FADHILAH
B2019032

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2022**

**PENERAPAN TERAPI GENGAM JARI DAN NAFAS
DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Prasyarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Keperawatan**



**GILANG NUR FADHILAH
B2019032**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :
**PENERAPAN TERAPI GENGAM JARI DAN NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI**

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 skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis 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, 09 April 2022

Yang Menyatakan



Gilang Nur Fadhilah
NIM. B2019032

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Gilang Nur Fadhilah

NIM : B2019032

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Terapi Genggam Jari dan Nafas Dalam Untuk

Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya 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.

Surakarta, 25 Juni 2022

Yang Menyatakan



Gilang Nur Fadhilah
NIM.B2019032

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KTI dengan judul :

PENERAPAN TERAPI GENGGAM JARI DAN NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

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

Surakarta, 08 Juli 2022

Pembimbing



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

Mengetahui,

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M. Kep.
NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TERAPI GENGAM JARI DAN NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang ujian akhir pada tanggal 13 Juni 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Juli 2022

Mengesahkan,

- Penguji
1. Siti Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIDN. 0603018201
 2. Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIDN. 0602128201
 3. Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes (.....)
NIDN. 0610047601


Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Sri Kusiyati, SST, M.Keb
NIDN. 0610077701

Kaprodi Studi D3 Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran ALLAH SWT atas segala rahmat nikmat yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah berjudul **“PENERAPAN TERAPI GENGAM JARI DAN NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI”** dengan waktu yang telah ditentukan dengan lancar. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu tugas akhir dalam menempuh pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik, lancar, dan tepat pada waktunya berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M. Kep. selaku Kaprodi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Siti Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen penguji satu yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen penguji dua yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Maryatun, S.Kep.,Ns.,M.Kes. selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan kesempatan dan meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan, nasihat, membimbing dengan sabar.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

8. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.
9. Teman-teman mahasiswa prodi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas persahabatan dan motivasi untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini serta seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Demikian Karya Tulis Ilmiah saya buat dengan sungguh-sungguhnya.

Surakarta, 09 April 2022



Gilang Nur Fadhilah
NIM : B2019032