

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI**

SKRIPSI



Oleh :

IKA YUNIATI

C2018064

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

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI**

SKRIPSI



Oleh :

IKA YUNIATI

C2018064

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

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI**

SKRIPSI

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program
Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh :

IKA YUNIATI

C2018064

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

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Yang di buat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapat kangelar keserjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apa bila ternyata di kemudian hari penulis Skripsi 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, 21 Juli 2022



Ika Yuniati

NIM. C2018064

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Ika Yuniati

Nim : C2018064

Jenis Karya : Jurnal

Skripsi Judul : Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi

Dengan ini menyetujui dan memeberikan hak bebas Royalty Noneksklusif (Nonexclusive Royalty – Free Right) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang 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 : 21 Juli 2022

Yang menyatakan



(Ika Yuniati)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Dinyatakan telah di setujui untuk di ujikan pada Ujian Akhir Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 14 Juli 2022

Pembimbing



Irma Mustika Sari, S.Kep.,Ns., M.Kep.
NIDN. 0625048703

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. J.
NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :



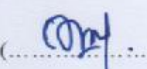
PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang Ujian Akhir pada tanggal 21 Juli 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juli 2022

Mengesahkan,

Penguji

1. Rivani Wulandari, S.Kep. Ns., M.Kep. ()
NIDN. 0624087901
2. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep., Ns., M.Kep. ()
NIDN. 0610088702
3. Irma Mustika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep. ()
NIDN. 0625048703

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Sri Kustiyati, SST., M.Keb.

NIDN. 0610077701

Ketua Prodi Sarjana Keperawatan


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

NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setulus – tulusnya kepada para pihak yang membantu, sehingga penulisan Skripsi ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW.
2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kustiyati, SST, M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. J selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Irma Mustika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing, meluangkan waktu serta memberikan pengarahan, sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
6. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku penguji 1 yang telah membimbing, meluangkan serta memberikan pengarahan, sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
7. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji 2 yang telah membimbing, meluangkan serta memberikan pengarahan, sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
8. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

9. Bapak Harjo Sumali dan Ibu Winarni Murjiyanti selaku orang tua saya, yang tidak pernah lelah memberikan dukungan, semangat dan tidak berhenti memberikan doa. Baik secara moral maupun material dalam pembuatan Skripsi ini.
10. Kepada diri saya sendiri yang telah berusaha, berjuang serta melawan rasa malas dan tidak putus asa untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
11. Adikku tersayang Dwi Nugroho Dan Mas Joko Prasetyo selaku saudara kandung dan support sistem saya yang sudah memberikan semangat dan doa dalam pembuatan Skripsi ini.
12. Teman seperjuangan saya Hesti, Dila, Adhe, Heni, Nana, dan Intan yang sabar membantu, mendoakan dan memberi semangat serta dukungan, tempat keluh kesah dan selalu memberikan dorongan untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
13. Teman satu kelas dan satu angkatan 2018 serta rekan – rekan Organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM), Universitas ‘Aisyiyah Surakarta 2018 – 2019, yang sudah berjuang bersama untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
14. Kepada Semua pihak yang telah membantu saya dalam penyusunan Skripsi ini. Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena kesempurnaan hanyalah milik ALLAH SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan Skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 29 April 2022

Penulis



Ika Yuniati
C2018064