

**EDUKASI SENAM ERGONOMIK SEBAGAI UPAYA  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA  
HIPERTENSI LANSIA MELALUI MEDIA VIDEO**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi Diploma III Keperawatan**



**Oleh :**

**PUJI TRI MULIASARI**

**B2019060**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
2021/2022**

## **PERNYATAAN KEASLIAN KOMUNIKASI INFORMASI DAN EDUKASI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa komunikasi informasi dan edukasi dengan judul :

### **EDUKASI SENAM ERGONOMIK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA HIPERTENSI LANSIA MELALUI MEDIA VIDEO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi ahli madya keperawatan pada Program Studi Diploma 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 komunikasi dan edukasi 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, 19 April 2021**



**PUJI TRI MULIASARI**

**B2019060**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

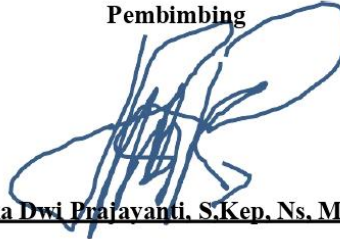
Project Akhir dengan judul :

### **EDUKASI SENAM ERGONOMIK SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA HIPERTENSI LANSIA MELALUI MEDIA VIDEO**

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

Surakarta, 19 April 2021

**Pembimbing**



**Eska Dwi Prajavanti, S.Kep. Ns, M.Kep**

**NIDN. 0610088702**

**Mengetahui**

**Kaprodi Diploma Keperawatan**



**Tri Susilowati, S.Kep. Ns, M.Kep**

**NIDN. 0621018203**

## PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

### EDUKASI SENAM ERGONOMIK SEBAGAI UPAYA MENURUKAN TEKANAN DARAH PADA HIPERTENSI LANSIA 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 25 Juni 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/ sah sebagai project akhir pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 11 Agustus 2022

Mengesahkan,

Penguji

1. Mulyaningsih, S.Kep, Ns, M.Kep

NIDN. 0007047310

2. Tri Susilowati, S.Kep, Ns, M.Kep

NIDN. 0621018203

3. Eska Dwi Prajayanti, S. Kep, Ns, M.Kep

NIDN. 0610088702



Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Sri Kustiyati, SST., M.Keb

NIDN. 0610077701



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

NIDN. 0621018203

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Tugas Akhir dengan judul “EDUKASI SENAM ERGONOMIK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA HIPERTENSI LANSIA MELALUI MEDIA VIDEO” ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat lulus pendidikan diploma III keperawatan angkatan 2019 jurusan keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Selama penyusunan tugas akhir ini banyak pihak yang telah memberikan bantuan dan motivasi kepada penulis. Untuk semua itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustiyati, SST.,M.Keb, selaku Dekan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Eska Dwi Prajayanti, S,Kep., Ns., M.Kep, selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing, memberikan motivasi, meluangkan waktu, serta memberikan pengarahan, sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
4. Dosen penguji dan seluruh Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Kedua orang tua tersayang Bapak Sadin dan Ibu Sumarni, yang tak pernah lelah menyayangi dengan penuh kasih sayang, menyemangati, memberikan perhatian, dan selalu memberikan yang terbaik untuk anaknya, serta mendoakan yang terbaik bagi anaknya dan memberikan motivasi dukungan lebih baik secara moril maupun materiil dalam pembuatan Tugas Akhir.
6. Keluarga yang selalu mendukung dan selalu memberikan semangat untuk saya dengan rasa ikhlas.

7. Sahabat saya Riska, Rahmi, Retno kinasih, Salsa, juga Alva, yang selalu memberikan dukungannya kepada saya untuk selalu semangat dan sabar dalam mengerjakan Tugas Akhir ini.
8. Teman-teman seperjuangan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2019 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini, merasakan suka duka bersama-sama, saling memberikan semangat, dukungan, motivasi, dan selalu membantu dalam penulisan Tugas Akhir.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir hingga selesai.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan tugas akhir ini dikarenakan keterbatasan ilmu yang penulis miliki untuk membuat tugas akhir ini jauh dari sempurna. Untuk itu dengan tidak mengurangi rasa hormat, dengan segala kerendahan hati, penulis sangat mengharapkan saran atau kritik yang sifatnya membangun, dan bermanfaat untuk kesempurnaan tugas akhir ini.

Selanjutnya penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca umumnya dan bagi penulis pribadi dapat dijadikan sebagai penambah wawasan ilmu pengetahuan dan dapat dikembangkan untuk memperlancar dalam melaksanakan tugas.

Surakarta, 19 April 2022



Puji Tri Muliastari

B2018060