

**PENGARUH PEMBERIAN LATIHAN *ISOMETRIC HAND GRIP* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA  
DIMASA PANDEMI**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan  
pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



**Oleh**

**ERVINA CHANDRA WAHYU DAMAYANTI**

**E2018024**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2022**

**PENGARUH PEMBERIAN LATIHAN *ISOMETRIC HAND GRIP* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA  
DIMASA PANDEMI**

**SKRIPSI**

Oleh

**ERVINA CHANDRA WAHYU DAMAYANTI**

**E2018024**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2022**

**PENGARUH PEMBERIAN LATIHAN *ISOMETRIC HAND GRIP* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA  
DIMASA PANDEMI**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan  
pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

**Oleh**

**ERVINA CHANDRA WAHYU DAMAYANTI**

**E2018024**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

**2022**

**iii**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PENGARUH PEMBERIAN LATIHAN *ISOMETRIC HAND GRIP* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DIMASA PANDEMI**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan 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 dikemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Juni 2022



Ervina Chandra Wahyu Damayanti

NIM E2018024

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Ervina Chandra Wahyu Damayanti  
NIM : E2018024  
Jenis Karya : Skripsi  
Skripsi Judul : Pengaruh Pemberian Latihan *Isometric Hand Grip* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dimasa Pandemi

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*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 oangkalan 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 : 12 Juni 2022

Yang menyatakan



(Ervina Chandra Wahyu D)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PEMBERIAN LATIHAN *ISOMETRIC HAND GRIP* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DIMASA PANDEMI**

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada sidang Skripsi Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 15 Juni 2022

Pembimbing



Rini Widarti, SSt.FT., M.Or

NIDN.0627088801

Mengetahui,

Kaprodi DIV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.FTr., M.Fis

NIDN.0615059502

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PEMBERIAN LATIHAN *ISOMETRIC HAND GRIP* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DIMASA PANDEMI**

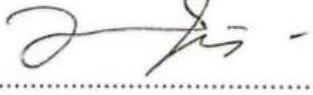


Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada seminar proposal tanggal 16 Juni 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 2 Juli 2022


Mengesahkan,

Penguji

1. Maskun Pudjianto, S.Mph., S.Pd., M.Kes.  
NIDK.9906000450  
()
2. Ari Sapti Mei Leni, SSt.Ft., M.Or.  
NIDN.0605059001  
()
3. Rini Widarti, SSt.Ft., M.Or.  
NIDN.0627088801  
()

Mengetahui

Kaprodi DIV Fisioterapi

  
Dita Mirawati, S.Tr.FTr., M.Fis  
NIDN.0615059502

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Latihan *Isometric Hand Grip* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dimasa Pandemi” dengan baik dan lancar.

Selama menyelesaikan penyusunan skripsi ini, penulis mengucapkan terimakasih yang 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 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.FTr., M.Fis selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Rini Widarti, SSt.Ft., M.Or selaku dosen pembimbing yang telah membimbing serta mengarahkan penulis dalam menyusun skripsi.
5. Bapak/Ibu Dosen Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi.
6. Orang tua dan keluarga Bapak Suwignyo dan Ibu Sri Rahayu yang telah mencintai, mendidik, mengasuh dan tidak lupa memberikan doa kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
7. Sahabat-sahabat Vanka dan Putri serta pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi.

Penulis berharap skripsi ini memberikan manfaat bagi teman sejawat Fisioterapi dan lembaga kesehatan.

Surakarta, 12 Juni 2022

Penulis