

**PENGARUH *SENAM TERA* TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA**

SKRIPSI

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



Oleh:

TIARA PRAMUDA WARDANI

E2019045

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENGARUH *SENAM TERA* TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA**

SKRIPSI



Oleh:

TIARA PRAMUDA WARDANI

E2019045

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENGARUH *SENAM TERA* TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS HIDUP PADA LANSIA**

SKRIPSI

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

Oleh:

TIARA PRAMUDA WARDANI

E2019045

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH SENAM TERA TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Sarjana Terapan Diploma IV 'Universitas Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah diduplikasikan 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 penulis Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakkan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Februari 2023



Tiara Pramuda Wardani
E2019045

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Tiara Pramuda Wardani
NIM : E2019045
Jenis Karya : Skripsi
Judul : Pengaruh *Senam Tera* Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pada Lansia.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-esklusi (*Non- Exclusive Royalty-Free Right*) Kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi mengembangkan ilmu pengetahuan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang selama masih mencamtumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal. 9 Juni 2023

yang menyatakan



(Tiara Pramuda Wardani)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH *SENAM TERA* TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada ujian Seminar Hasil Program
Studi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Mei 2023

Mengetahui,

Pembimbing



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

NIDN.0615059502

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



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

NIDN.0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH SENAM TERA TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diajukan pada ujian seminar hasil pada tanggal 25 Mei 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Juni 2023

Mengesahkan,

Penguji : 1. Rini Widarti, SSt. FT, M.Or

NIDN. 0627088801

(.....)

2. Dea Linia Romadhoni, S.Fis., M.K.M

NIDN. 0607039301

(.....)

3. Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0615059502

(.....)

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV 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 dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Penulis mengucapkan terima kasih:

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 Diploma IV Fisioterapi dan selaku dosen pembimbing yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Diri saya, terimakasih sudah sabar dan terus berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan semaksimal mungkin.
5. Kedua orang tua saya, adik dan kakak tersayang yang selalu mendoakan, memberisemangat, motivasi dan dukungan tiada henti.
6. Teman-teman seperjuangan Diploma IV Fisioterapi angkatan 2019 yang telah memberikan dukungan dan motivasi.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan Doa dan motivasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam proposal skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Semogaberbagai kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan proposal skripsi memberikan manfaat bagiteman sejawat fisioterapi dan lembagakesehatan.

Surakarta, 24 Januari 2023

Penulis