

**PENERAPAN JALAN KAKI DUA PULUH MENIT TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA**

**PENDERITA HIPERTENSI DI DESA
DUKUH JATI**

KARYA TULIS ILMIAH

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



AGUSTINA NUR ISTIOOMAH

202012004

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2023

**PENERAPAN JALAN KAKI DUA PULUH MENIT TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA
DUKUH JATI**

KARYA TULIS ILMIAH

**Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan
menyelesaikan Program Pendidikan Diploma**



AGUSTINA NUR ISTIQOMAH

202012004

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah

dengan judul :

PENERAPAN JALAN KAKI DUA PULUH MENIT TERHADAP

PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA

PENDERITA HIPERTENSI DI DESA

DUKUH JATI

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis Ilmiah 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.

Karanganyar, 02 Agustus 2023



Agustina Nur Istiqomah

202012004

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Agustina Nur Istiqomah

NIM 202012004

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Jalan Kaki Dua Puluh Menit Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dukuuh Jati.

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, mengalihkan 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 : Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 02 Agustus 2023

Yang menyatakan



(Agustina Nur Istiqomah)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul:

PENERAPAN JALAN KAKI DUA PULUH MENIT TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DUKUH JATI

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juli 2023

Pembimbing



(Dewi Kartika Sari, S.Kep. Ns, M.Kep)

NIDN. 0617068001

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



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

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN JALAN KAKI DUA PULUH MENIT TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DUKUH JATI

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

Hasil Tugas Akhir ini telah diujikan pada ujian seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 02 Agustus 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 02 Agustus 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Ika Silvitasari, S.Kep. Ns. M.Kep
NIDN. 0602048602
2. Tri Susilowati, S.Kep. Ns. M.Kep
NIDN. 0621018203
3. Dewi Kartika Sari, S.Kep. Ns. M.Kep
NIDN. 0617068001

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan


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

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini melalui berbagai proses. Namun penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik. Tugas Akhir ini tidak dapat terwujud tanpa adanya dukungan dari pihak-pihak yang banyak membantu. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya, yakni kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, serta kelancaran dan segala do'a, ikhtiar yang telah Engkau kabulkan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
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. Tri Susilowati, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Serta selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Dewi Kartika Sari, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

6. Ika Silvitasari, M. Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
7. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
8. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Sukanto Ibu Jamilah yang selalu memberikan dukungan berupa doa, semangat dan perhatian serta kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
9. Terimakasih untuk kakakku Iwan Medianto dan Iput Utami, adik Talita dan Fathan yang telah memberikan semangat dan dukungan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
10. Terima kasih untuk teman-teman terdekat saya (Oky Tegar,Lilis,Nindya, Aulia bintang, Neneng) yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan tugas Karya Ilmiah ini.
11. Seluruh teman seperjuangan mahasiswa angkatan 2020 Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang bersama-sama telah berjuang dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT, oleh karena itu saya sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan bermanfaat bagi penulis dan khususnya pembaca.