

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP
TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA
DI DESA BENDUNGAN SRAGEN**

KARYA TULIS ILMIAH

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



KHARISMA PUTRI ARDYANTILOVA

202012037

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP
TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA
DI DESA BENDUNGAN SRAGEN**

KARYA TULIS ILMIAH

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



KHARISMA PUTRI ARDYANTILOVA

202012037

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA DI DESA BENDUNGAN SRAGEN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII 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 Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis 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, 3 Agustus 2023

Yang Menvatakan



Kharisnia Putri Ardyanilova
NIM. 202012037

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Kharisma Putri Ardyantilova

NIM : 202012037

Jenis karya : KTI

Judul : Penerapan Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia di Desa Bendungan Sragen

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*NonExclusive 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 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.

Surakarta, 3 Agustus 2023

Yano Menvatakan



Kharisma Putri Ardyantilova
NIM. 202012037

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP
TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA
DI DESA BENDUNGAN SRAGEN**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 3 Agustus 2023

Pembimbing



Exda Hanung Lidiana, S.Kep., Ns., MM

NIDN. 0621049101

Mengetahui

Kaprodi ~~Diploma~~ Diploma III Keperawatan



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

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :




PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA DI DESA BENDUNGAN SRAGEN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada Sidang Ujian Akhir pada tanggal 3 Agustus 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.


Surakarta, 22 Agustus 2023.

Mengesahkan,

- Penguji I 1. Riyani Wulandari, M.Kep
NIDN. 0624087901
- Penguji II 2. Ika Silvitasari, M.Kep
NIDN. 0602048604
- Penguji III 3. Exda Hanung Lidiana, MM
NIDN. 0621049101


.....

.....

.....

Mengetahui
Kaprodiplo III Keperawatan


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

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT berkat limpahan rahmat dan hidayah-Nya, serta shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP TEKANAN DARAH TINGGI PADA LANSIA DI DESA BENDUNGAN SRAGEN”**

Laporan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, motivasi, dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, kemudahan, serta kelancaran dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang senantiasa dipanjatkan penulis dalam setiap doa.
2. Kedua orang tua penulis, Bapak Suparno dan Ibu Suryani serta adikku Verlyana Ayuri Nauliashefani yang telah menjadi tepat melepas lelah terbaik, memberikan do'a, kasih sayang, motivasi, nasihat dan dukungan moral maupun material yang dapat membangun semangat dalam diri penulis.
3. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan juga dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, saran dan pikiran dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
4. Ibu Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Ibu Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
6. Bapak Exda Hanung Lidiana, S.Kep., Ns., MM selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dalam memperoleh data dan informasi selama penulis menyelesaikan Karya Tulisan Ilmiah.

7. Ibu Ika Silvitasari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, saran dan pikiran dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
8. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
9. Terima kasih untuk member NCT terutama Huang Renjun, Lee Haechan dan Park Jisung yang telah memberikan hiburan serta motivasi selama penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Seluruh teman seperjuangan mahasiswa Diploma III Keperawatan angkatan 2020 yang berjuang bersama dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga dalam membantu jalannya penerapan Senam Hipertensi.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Proposal Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, 22 Agustus 2023



Kharisma Putri Ardyantilova
NIM. 202012037