

LAMPIRAN

Lampiran 1

Jadwal Kegiatan Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Nangun Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UTD Puskesmas Blahbatuh I

No.	Kegiatan	Bulan																			
		Januari				Februari				Maret				April				Mei			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal																				
2	Seminar Proposal																				
3	Revisi Proposal																				
4	Pengurusan Izin Penelitian																				
5	Pengumpulan Data																				
6	Pengolahan dan Analisis Data																				
7	Penyusunan Laporan																				
8	Sidang Hasil Penelitian																				
9	Revisi Laporan																				
10	Pengumpulan Skripsi																				

Keterangan : warna hitam (proses penelitian)

Lampiran 2

Realisasi Anggaran Biaya Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I

Alokasi dana yang diperlukan pada penelitian ini dirancang sebagai berikut:

No.	Kegiatan	Biaya
A. Tahap persiapan		
1	Penyusunan proposal Print hitam putih 300 lembar x Rp 500,00	Rp 150.000,00
2	Penggandaan proposal Fotocopy (85 lembar x Rp 500,00) x 4 Print warna 4 lembar x Rp 1.500,00	Rp 170.000,00 Rp 6.000,00
3	Revisi proposal Print hitam putih (85 lembar x Rp 500,00) x 3 Print warna 3 lembar x Rp 1.500,00 Jilid Kertas logo	Rp 127.500,00 Rp 4.500,00 Rp 15.000,00 Rp 12.000,00
B. Tahap pelaksanaan		
1	Pengurusan etik penelitian	Rp 200.000,00
2	Print dan Fotocopy lembar persetujuan serta Lembar pengumpulan data	Rp 200.000,00
3	Transportasi	Rp 100.000,00
4	Konsumsi penelitian	Rp 500.000,00
5	Instruktur senam	Rp. 480.000,00
C. Tahap akhir		
1	Penyusunan laporan Print hitam putih (100 x Rp 500,00) x 2 Materai 2 x Rp 10.000,00	Rp 100.000,00 Rp 20.000,00
2	Penggandaan laporan Fotocopy (100 x Rp 500,00) x 4	Rp 200.000,00

	Print warna 4 x Rp 1.500,00	Rp 6.000,00
3	Revisi laporan	
	Print hitam putih (100 x Rp 500,00) x 3	Rp 150.000,00
	Jilid	Rp 35.000,00
	Kertas logo	Rp 20.000,00
	Biaya tidak terduga	Rp 300.000,00
Total :		Rp 2. 596.000,00

Lembar Permohonan Menjadi Responden

Kepada

Yth: Bapak/ Ibu Calon Responden

Di

Tempat

Dengan hormat,

Saya mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar semester VIII bermaksud akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I”, sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program studi Sarjana Terapan Keperawatan. Berkaitan dengan hal tersebut diatas, saya mohon kesediaan bapak/ibu untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi penelitian ini. Informasi yang bapak/ibu berikan akan dijaga kerahasiaannya.

Demikian permohonan ini saya sampaikan dan atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Denpasar 2024

Peneliti

Ida Ayu Diah Kusuma Artha
NIM. P07120220010

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)
SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Bapak/ Ibu/Saudara/Adik, Kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I
Peneliti Utama	Ida Ayu Diah Kusuma Artha
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Penelitian Lain	-
Lokasi Penelitian	UPTD Puskesmas Blahbatuh I
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I. Jumlah peserta sebanyak orang dengan syaratnya yaitu sesuai kriteria inklusi pra lansia - lansia dengan rentang usia 45 - 69 tahun dan tinggal di kawasan wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I, lansia belum pernah melakukan senam aerobik nangun sat kerthi loka bali dan jarang melakukan aktivitas fisik, serta lansia yang bersedia menjadi responden. Serta kriteria eksklusi penderita hipertensi yang memiliki riwayat penyakit kronis stroke, penderita hipertensi yang minum obat tidak secara teratur, Peserta akan diberikan perlakuan yakni senam

aerobic nangun sat kerthi loka bali dalam 2 kali seminggu dalam dua minggu, dengan lama perlakuan 7 menit/hari.

Kepesertaan dalam penelitian ini tidak secara langsung memberikan manfaat kepada peserta penelitian. Tetapi dapat memberi gambaran informasi yang lebih banyak tentang *senam aerobik nangun sat kerthi loka bali*. Pemberian *senam aerobik nangun sat kerthi loka bali* ini tidak akan beresiko karena hanya akan melakukan gerakan senam yang tentu saja tidak akan menimbulkan efek samping yang berbahaya. Bagi peserta akan mendapatkan manfaat dan menurunkan tekanan darah.

Atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Kompensasi lain yaitu peneliti akan menanggung biaya perawatan yang diberikan selama menjadi peserta penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/Adik pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/Adik dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan mempengaruhi mutu dan akses/ kelanjutan pengobatan yang akan diberikan.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/Saudara/Adik diminta untuk menandatangani formulir 'Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent) Sebagai *Peserta Penelitian/ *Wali' setelah Bapak/Ibu/Saudara/Adik

benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/Adik akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, penelitian akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/Adik

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti : Ida Ayu Diah Kusuma Artha **dengan no Hp** 082145740511

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adik telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta penelitian/Wali.**

Peserta/Subyek Penelitian, Wali

Tanggal

/

/

Tanggal

/

/

Hubungan dengan Peserta/ Subjek Penelitian

Peneliti

Ida Ayu Diah Kusuma Artha

Tanggal

/

/

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- ☐ Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Nama dan Tanda Tangan Saksi

Tanggal / /

(jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

***coret yang tidak perlu**

Lampiran 5

Lembar Pengumpulan Data

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi

Nama Responden :

Tanggal Pengisian :

Kode Responden :

Petunjuk pengisian:

1. Jawablah pertanyaan di bawah sesuai dengan pendapat Anda!

2. Isi kolom yang tersedia dengan tanda X sesuai dengan jawaban yang Anda inginkan!

A. Karakteristik Responden

1. Nama :

2. Usia : tahun

3. Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki

☐ Perempuan

4. Pendidikan : ☐ Tidak sekolah ☐ SMA

☐ SD ☐ Perguruan Tinggi

☐ SMP

5. Pekerjaan : ☐ Petani/Buruh ☐ Wiraswasta/Wirausaha

☐ Pedagang ☐ Ibu Rumah Tangga

☐ PNS ☐ Tidak Bekerja/Lain-lain

6. Tekanan Darah :

Pre-test	Post-test

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL
SENAM NANGUN SAT KERTHI LOKA BALI

	STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO)	
SENAM NANGUN SAT KERTHI LOKA BALI		
Pengertian	Senam nangun sat kerthi loka bali lansia merupakan salah satu jenis senam aerobik yang menghindari loncat-loncat dengan intensitas hingga sedang, mudah dilakukan, dan tidak menimbulkan risiko cedera.	
Tujuan	Latihan atau senam aerobik nangun sat kerthi loka bali bertujuan untuk menurunkan tekanan darah yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan kekuatan pompa jantung sehingga aliran darah dapat kembali lancar. Untuk menjaga tubuh dalam keadaan sega dan aktif serta membina dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani dan rohani.	
Prosedur: Persiapan alat	1. Buku catatan 2. Laptop 3. Pengeras suara 4. Flasdisk senam nangun sat kerthi loka bali	
Preinteraksi	1. Cek catatan keperawatan dan catatan medis pasien. 2. Siapkan tempat dan sound.	
Tahap Orientasi	1. Beri salam dan panggil nama pasien. 2. Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan pada pasien/keluarga pasien. 3. Berikan kesempatan pasien bertanya sebelum kegiatan dilakukan. 4. Menanyakan keluhan utama pasien.	
Tahap Kerja	1. Petugas mengatur barisan lansia 2. Petugas memulai senam dimulai dari gerakan pemanasan, gerakan inti dan gerakan pendinginn 3. Gerakan pemanasan 1) Jalan ditempat dengan tangan mengatup di dada dengan hitungan 1 2 2) Pada hitungan 1 2 tangan keatas membentuk V, pada hitungan 3 4 tangan kembali mengatup didada, hitungan	

	5 tangan kiri direntangkan ke arah kiri dan tangan kanan tetap di dada, hitungan 6 kedua tangan direntangkan kedepan, hitungan 7 tangan kanan direntangkan ke kanan dengan tangan kiri di dada, hitungan 8 kedua tangan kembali menutup di dada. Gerakan dilakukan sambil berjalan ditempat. Gerakan ini dilakukan sebanyak 2 x 8. 3) Pada hitungan 1 tangan seperti meraup ke sebelah kanan, hitungan 2 kembali tegak, hitungan 3 tangan seperti meraup ke sebelah kanan, hitungan 4 kembali tegak, hitungan ke 5 tangan seperti meraup ke sebelah kiri, hitungan 6 kembali tegak, hitungan 7 tangan seperti meraup ke sebelah kiri dan hitungan 8 kembali tegak. Gerakan 3 dilakukan sebanyak 2 x 8. 4) Kibaskan tangan kedepan sebanyak 4 hitungan lalu tangan dikatup di dada, lalu lanjutkan hitungan 5 sampai dengan 8 dengan gerakan yang sama. 5) Gerakan 2, 3, dan 4 diulangi lagi sebanyak 1 set. 4. Gerakan Inti A. Gerakan Inti I 1) Hitungan 1 tangan direntangkan ke arah depan kanan dengan menyilang, hitungan 2 tangan kembali direntangkan lurus ke arah samping, hitungan 3 tangan direntangkan ke arah depan kanan dengan menyilang, hitungan 4 tangan kembali direntangkan lurus ke arah samping, hitungan 5 tangan direntangkan ke arah depan kiri dengan menyilang, hitungan 6 tangan kembali
--	---

	diretangkan lurus kearah samping, hitungan 7 tangan direntangkan kearah depan kiri dengan menyilang, hitungan 8 tangan kembali direntangkan lurus kearah samping. Gerakan ini dilakukan dengan salah satu kaki maju, bila gerakan ke kanan maka kaki kanan yang maju, bila gerakan ke kiri maka kaki kiri yang maju. 2) Hitungan 1 kedua tangan diayunkan kekanan, hitungan 2 kedua tangan diayunkan kekiri, hitungan 3,5,7 mengikuti hitungan 1, dan hitungan 4,6,8 mengikuti hitungan 2. 3) Gerakan 6 dan 7 diulang lagi sebanyak 2 set. B. Gerakan Inti II 1) Hitungan 1 tangan kiri diayunkan dari arah kiri kearah kanan sambil mengangkat kaki kanan, hitungan 2 tangan kanan diayunkan dari arah kanan kearah kanan sambil mengangkat kaki kiri, hitungan 3,5,7 mengikuti hitungan 1, hitungan 4,6 mengikuti hitungan 2, hitungan 8 berdiri tegak. 2) Hitungan 1 gerakan kedua tangan membuka keatas, hitungan 2 pundak kanan kiri dinaikkan bersamaan, hitungan 3,5,7 mengikuti hitungan 1, hitungan 4,6,8 mengikuti hitungan 2. 3) Gerakan 9 dan 10 diulang lagi sebanyak 2 set. C. Gerakan Peralihan
--	--

	1) Hitungan 1 2 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kiri sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan, hitungan 3 4 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kanan sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan, hitungan 5 6 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kiri sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan, hitungan 7 8 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kanan sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan. 2) Hitungan 1 gerakan tangan kanan bergelombang didepan dada, hitungan 2 gerakan tangan kiri bergelombang didepan dada, hitungan 3 gerakan tangan kanan bergelombang didepan dada, hitungan 4 gerakan tangan kiri bergelombang didepan dada, hitungan 5 gerakan kedua tangan memutar didada dengan kaki kiri melangkah ke kiri, hitungan 6 gerakan kedua tangan memutar didada dengan kaki kanan melangkah ke kanan, hitungan 7 mengikuti gerakan hitungan 5, hitungan 8 mengikuti gerakan hitungan 6. 3) Gerakan 12 dan 13 diulang lagi sebanyak 2 set. 4) Hitungan 1 gerakan tangan ditekuk keatas dengan telapak tangan menghadap atas, hitungan 2 tangan mengatup
--	--

	didada, hitungan 3,5,7 mengikuti gerakan hitungan 1, hitungan 4,6,8 mengikuti gerakan hitungan 2. D. Gerakan Inti III 1) Hitungan 1 kedua tangan direntangkan keatas sambil melangkah kekiri lalu tangan diturunkan kembali, hitungan 2 kedua tangan direntangkan keatas sambil mengangkat kaki kanan lalu diturunkan kembali, hitungan 3 kedua tangan direntangkan keatas sambil melangkah kekanan lalu tangan diturunkan kembali, hitungan 4 kedua tangan direntangkan keatas sambil mengangkat kaki kiri, hitungan 5 mengikuti gerakan hitungan 1, hitungan 6 mengikuti gerakan hitungan 2, hitungan 7 mengikuti gerakan hitungan 3, hitungan 8 mengikuti gerakan hitungan 4. 2) Tangan berada ditelinga sehingga membentuk segitiga. Hitungan 1 tangan kiri diayunkan kedepan bersamaan dengan kaki kanan diayunkan kedepan, hitungan 2 tangan kanan diayunkan kedepan bersamaan dengan kaki kiri diayunkan kedepan, hitungan 3,5,7 mengikuti gerakan hitungan 1, hitungan 4,6,8 mengikuti gerakan hitungan 2. 3) Gerakan 16 dan 17 diulang lagi sebanyak 2 set. E. Gerakan Inti IV 1) Hitungan 1 tangan menyilang didada sembari melangkah ke kiri dengan lutut ditekuk, hitungan 2 kembali berdiri tegak, hitungan 3 tangan menyilang didada sembari
--	---

	melangkah ke kiri dengan lutut ditekuk, hitungan 4 kembali berdiri tegak. Hitungan 5 tangan menyilang di dada sembari melangkah ke kanan dengan lutut ditekuk, hitungan 6 kembali berdiri tegak, hitungan 7 tangan menyilang didada dengan melangkah ke kanan dengan lutut ditekuk, hitungan 8 kembali berdiri tegak. 2) Hitungan 1 kedua tangan hormat direntangkan kedepan atas sembari kaki kiri diayunkan kedepan, hitungan 2 kedua tangan hormat direntangkan kedepan atas sembari kaki kanan diayunkan kedepan, hitungan 3,5,7, mengikuti gerakan hitungan 1, hitungan 4,6,8 mengikuti gerakan hitungan 2. 3) Gerakan 19 dan 20 diulang lagi sebanyak 2 set F. Gerakan Peralihan 1) Hitungan 1 2 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kiri sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan, hitungan 3 4 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kanan sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan, hitungan 5 6 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kiri sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan, hitungan 7 8 gerakan memutar tangan dengan posisi tangan kanan kiri sejajar kepala sambil bergerak ke kanan sebanyak 2 langkah lalu tepuk tangan.
--	--

	2) Hitungan 1 gerakan tangan kanan bergelombang didepan dada, hitungan 2 gerakan tangan kiri bergelombang didepan dada, hitungan 3 gerakan tangan kanan bergelombang didepan dada, hitungan 4 gerakan tangan kiri bergelombang didepan dada, hitungan 5 gerakan kedua tangan memutar didada dengan kaki kiri melangkah ke kiri, hitungan 6 gerakan kedua tangan memutar didada dengan kaki kanan melangkah ke kanan, hitungan 7 mengikuti gerakan hitungan 5, hitungan 8 mengikuti gerakan hitungan 6. 3) Gerakan 22 dan 23 diulang lagi sebanyak 3 set. 4) Hitungan 1 gerakan tangan ditekuk keatas dengan telapak tangan menghadap atas, hitungan 2 tangan mengatup didada, hitungan 3,5,7 mengikuti gerakan hitungan 1, hitungan 4,6,8 mengikuti gerakan hitungan 5. Gerakan Pendinginan/Penutup 1) Gerakan mengayunkan tangan dari bawah ke atas lalu kembali lagi ke bawah sebanyak 1 x 8 2) Hitungan 1 tangan seperti membawa piring dengan tangan sejajar pinggang yang diarahkan ke kiri, hitungan 2 tangan seperti membawa piring dengan tangan sejajar pinggang yang diarahkan ke kanan, hitungan 3,5,7 mengikuti gerakan hitungan 1, hitungan 4,6,8 mengikuti gerakan
--	--

	hitungan 2. Gerakan ini dilakukan sambil melangkah ke kanan dan ke kiri sesuai arah tangan. 3) Gerakan 26 dan 27 diulang lagi sebanyak 1 set. 4) Hitungan 1 tangan ditekuk keatas seperti gerakan memamerkan otot dengan kaki dibuka lebar dan tubuh condong ke kiri, hitungan 2 tangan direntangkan ke samping dengan tubuh condong ke kanan, hitungan 3 kembali ke posisi hitungan 1, hitungan 4 berdiri tegak dengan tangan dan kaki rapat. Hitungan 5 tangan ditekuk keatas seperti gerakan memamerkan otot dengan kaki dibuka lebar dengan tubuh condong ke kanan, hitungan 6 tangan direntangkan ke samping dengan tubuh condong ke kiri, hitungan 7 kembali ke posisi hitungan 5, hitungan 8 berdiri tegak dengan kaki dan tangan rapat. Gerakan ini dilakukan sebanyak 2 set 5) Gerakan penutup yaitu mengayunkan tangan dari bawah keatas lalu tangan dikatup didada.
Terminasi	1. Evaluasi perasaan pasien, simpulkan hasil kegiatan, berikan umpan balik positif. 2. Kontak pertemuan selanjutnya
Dokumentasi	1. Catat hasil kegiatan di dalam catatan keperawatan atau grafik perkembangan <i>vital sign</i>.

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL
PENGUKURAN TEKANAN DARAH

	STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO)	
PENGUKURAN TEKANAN DARAH		
Pengertian	Tekanan darah adalah gaya atau dorongan darah ke dinding arteri saat darah dipompa keluar dari jantung ke seluruh tubuh.	
Tujuan	1) Mengetahui keadaan umum pasien. 2) Mengetahui keadaan sistem kardiovaskuler. 3) Mengetahui perkembangan penyakit.	
Prosedur: Persiapan alat	1) Tensimeter (<i>sphygmomanometer</i>). 2) Stetoskop. 3) Grafik perkembangan <i>vital sign</i>. 4) Alat tulis.	
Preinteraksi	1) Cek catatan keperawatan dan catatan medis pasien. 2) Cuci tangan. 3) Siapkan alat yang diperlukan.	
Tahap Orientasi	1) Beri salam dan panggil nama pasien. 2) Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan pada pasien/keluarga pasien. 3) Berikan kesempatan pasien bertanya sebelum kegiatan dilakukan. 4) Menanyakan keluhan utama pasien.	
Tahap Kerja	1) Jaga privasi pasien. 2) Dekatkan alat agar mudah dijangkau. 3) Mencuci tangan. 4) Atur posisi pasien berbaring atau duduk. 5) Bebaskan area brakialis dengan cara menggulung lengan baju pasien. 6) Palpasi arteri brakialis. 7) Letakkan manset 2,5 cm di atas nadi brakialis (ruang antecubital). 8) Naikkan tekanan dalam manset sambil meraba arteri radialis sampai denyutnya hilang kemudian tekanan dinaikkan lagi kurang lebih 30 mmHg. 9) Letakkan stetoskop pada arteri brakialis pada fossa cubiti dengan cermat dan tentukan tekanan sistolik. 10) Mencatat bunyi korotkoff I dan V atau bunyi detak pertama (sistole) dan terakhir (diastole) pada manometer sebagai mana penurunan tekanan. Turunkan tekanan manset dengan	

	kecepatan 4 mmHg/detik sambil mendengar hilangnya pembuluh yang mengikuti 5 fase korotkoff. 11) Kempeskan manset, membuka manset, melepaskan manset dan merapikan kembali. 12) Kembalikan pasien pada posisi yang nyaman.
Terminasi	1) Evaluasi perasaan pasien, simpulkan hasil kegiatan, berikan umpan balik positif. 2) Kontak pertemuan selanjutnya. 3) Cuci tangan.
Dokumentasi	1) Catat hasil kegiatan di dalam catatan keperawatan atau grafik perkembangan <i>vital sign</i>.

Lampiran 8.

Master Tabel Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I

Kelompok Perlakuan

No	Nama	Umur	Pekerjaan	pendidikan	PRE TEST 1	POST TEST 1	PRE TEST 2	POST TEST 2	PRE TEST 3	POST TEST 3	PRE TEST 4	POST TEST 4
1E	Ny. N	46	IRT	SMA	140/85	137/83	139/84	135/80	142/85	135/80	130/80	123/80
2E	Ny. I	52	Pedagang	SMP	140/89	131/78	141/87	130/80	138/80	128/79	134/80	120/80
3E	Tn. B	59	Petani	SMA	142/90	138/72	139/85	137/80	135/80	126/79	128/80	121/80
4E	Tn. I	46	Wiraswasta	S1	138/84	135/72	139/85	134/80	130/83	125/80	124/80	119/78
5E	Ny. D	52	Wiraswasta	SMA	139/90	135/85	137/88	129/85	138/80	125/78	120/81	118/75
6E	Ny. P	47	Wiraswasta	SMA	141/88	135/80	139/85	130/82	131/80	128/78	125/80	120/74
7E	Tn. P	52	Pedagang	SMP	143/84	139/80	138/87	130/85	135/83	130/80	130/82	124/78
8E	Tn. D	45	Wiraswasta	SMA	136/80	130/80	139/87	135/85	130/80	125/78	128/80	125/80
9E	Ny. M	53	IRT	SMA	144/89	139/87	140/86	136/83	130/80	128/78	126/82	123/80
10E	Ny. S	54	Pedagang	SMA	135/80	130/79	138/84	131/80	129/83	125/80	127/80	120/78
11E	Tn. N	48	Wiraswasta	SMA	138/84	135/80	137/88	130/85	131/82	129/80	126/80	121/76
12E	Tn.K	47	Buruh	SD	142/86	138/83	136/84	130/80	128/80	124/78	126/80	120/78
13E	Ny. T	54	Pedagang	SD	139/87	135/85	136/84	133/80	134/80	130/80	129/80	124/78
14E	Ny. A	46	Pedagang	S1	142/86	138/83	135/84	130/80	131/80	127/78	129/80	124/77
15E	Ny. G	50	Wiraswasta	SMA	139/85	135/83	134/82	130/80	128/80	124/78	125/80	120/77
16E	Ny. N	54	Pedagang	SMP	144/86	140/84	138/85	134/80	131/83	128/80	129/84	124/80
17E	Tn. P	49	Wiraswasta	S1	139/87	134/84	136/83	130/80	131/83	126/78	124/80	120/78

Kelompok Kontrol

No	Nama	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	PRE TEST 1	POST TEST 1	PRE TEST 2	POST TEST 2	PRE TEST 3	POST TEST 3	PRE TEST 4	POST TEST 4
1K	Ny. A	48	Buruh	SMA	138/88	134/85	136/86	132/80	130/83	125/80	127/82	126/80
2K	Ny. J	55	Buruh	SD	139/89	134/84	136/87	131/82	130/82	124/80	127/80	122/78
3K	Ny.N	46	IRT	SMP	141/89	137/84	138/85	133/81	134/80	129/78	126/80	120/76
4K	Ny. D	59	Pedagang	SD	138/87	135/85	136/87	131/83	130/82	128/80	129/80	124/78
5K	Ny. W	49	Pedagang	SMA	140/90	136/81	139/89	135/84	130/83	128/80	125/80	119/78
6K	Ny. S	53	IRT	SMA	140/88	132/84	136/82	130/80	130/82	128/78	129/80	120/78
7K	Ny. R	58	IRT	SMP	137/85	134/83	132/84	128/80	130/82	124/80	120/80	118/76
8K	Ny. S	46	Wiraswasta	D2	136/87	134/85	132/84	129/80	127/82	124/80	120/83	117/80
9K	Ny. K	49	Pedagang	SMA	138/84	134/82	132/85	130/82	130/80	126/78	124/81	119/76
10K	Ny. S	56	Pedagang	SMP	142/85	137/84	140/89	135/85	134/83	130/80	132/82	125/80
11K	Ny. M	50	Buruh	SMA	138/87	135/84	134/85	130/80	132/83	127/80	124/80	120/78
12K	Ny. W	48	IRT	SMA	139/90	130/80	134/82	130/81	129/83	127/80	124/80	120/80
13K	Tn. P	50	Wiraswasta	SMA	140/90	136/84	137/83	134/80	130/80	127/78	125/80	120/79
14K	Ny. K	47	IRT	SMA	134/87	130/85	132/82	128/80	126/83	122/80	120/80	118/80
15K	Ny.M	56	Buruh	SD	140/89	131/87	138/85	135/80	132/80	125/78	126/82	120/80
16K	Tn. D	47	Wiraswasta	D1	140/85	136/82	135/83	130/80	134/82	129/80	126/81	120/80
17K	Tn. W	58	Buruh	SD	139/89	135/85	138/84	132/80	130/84	127/78	124/81	120/79

Lampiran 9.

Hasil Analisa Univariat dan Bivariat Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Kabupaten Gianyar

1. Hasil Analisis Univariat

Karakteristik Responden Kelompok Perlakuan

Statistics

		JK	Umur	Pendidikan
N	Valid	17	17	17
	Missing	51	51	51
Mean		1.59	1.59	3.29
Median		2.00	2.00	3.00
Std. Deviation		.507	.618	1.687
Minimum		1	1	1
Maximum		2	3	6

Jenis Kelamin

JK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	7	10.3	41.2	41.2
	2	10	14.7	58.8	100.0
	Total	17	25.0	100.0	
Missing	System	51	75.0		
Total		68	100.0		

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-49	8	11.8	47.1	47.1
	50-54	8	11.8	47.1	94.1
	55-59	1	1.5	5.9	100.0
	Total	17	25.0	100.0	
Missing	System	51	75.0		
Total		68	100.0		

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	2	2.9	11.8	11.8
	2	3	4.4	17.6	29.4
	3	8	11.8	47.1	76.5
	6	4	5.9	23.5	100.0
	Total	17	25.0	100.0	
Missing	System	51	75.0		
Total		68	100.0		

Karakteristik Responden Kelompok Kontrol

Statistics

		JK	Umur	Pendidikan
N	Valid	17	17	17
	Missing	0	0	0
Mean		1.82	1.88	2.53
Median		2.00	2.00	3.00
Std. Deviation		.393	.928	1.125
Minimum		1	1	1
Maximum		2	3	5

Jenis Kelamin

JK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tn	3	17.6	17.6	17.6
	Ny	14	82.4	82.4	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-49	8	47.1	47.1	47.1
	50-54	3	17.6	17.6	64.7
	55-59	6	35.3	35.3	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	4	23.5	23.5	23.5
	SMP	3	17.6	17.6	41.2
	SMA	8	47.1	47.1	88.2
	D1	1	5.9	5.9	94.1
	D2	1	5.9	5.9	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

Kategori Pre Test Kelompok Perlakuan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest1	17	135	144	140.06	2.585
Valid N (listwise)	17				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreDias1	17	80	90	85.88	2.977
Valid N (listwise)	17				

Kategori Post Test Kelompok Perlakuan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Posttest1	17	130	140	135.53	3.064
Valid N (listwise)	17				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PosDias1	17	72	87	81.06	4.190
Valid N (listwise)	17				

Kategori Pre Test Kelompok Kontrol

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest1	17	134	142	138.82	1.879
Valid N (listwise)	17				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreDias1	17	84	90	87.59	1.938
Valid N (listwise)	17				

Kategori Post Test Kelompok Kontrol

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Posttest1	17	130	137	134.00	2.264
Valid N (listwise)	17				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PosDias1	17	80	87	83.71	1.687
Valid N (listwise)	17				

2. Hasil Uji Normalitas
- Kelompok Perlakuan

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstand ardized Residual
N		17
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.458669
Most Extreme Differences	Absolute	.245
	Positive	.170
	Negative	-.245
Test Statistic		.245
Asymp. Sig. (2-tailed)		.008 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

- Kelompok Kontrol

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstand ardized Residual
N		17
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.921100
Most Extreme Differences	Absolute	.255
	Positive	.174
	Negative	-.255
Test Statistic		.255
Asymp. Sig. (2-tailed)		.005 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

3. Hasil Uji T Test

- Tekanan darah sistolik

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest1	140.06	17	2.585	.627
	KSIBELUM	138.82	17	1.879	.456

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest1 & KSIBELUM	17	-.126	.629

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest1 - KSIBELUM	1.235	3.382	.820	-.504	2.974	1.506	16	.152

- Tekanan darah diastolic

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreDias1	85.88	17	2.977	.722
	KDIBELUM	87.59	17	1.938	.470

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PreDias1 & KDIBELUM	17	.414	.099

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	PreDias1 - KDIBELUM	-1.706	2.801	.679	-3.146	-.266	-2.511	16	.023

4. Hasil Uji Paired T Test

- Kelompok Perlakuan
- Tekanan Darah Sistolik

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest1	140.06	17	2.585	.627
	Postest1	135.53	17	3.064	.743

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest1 & Postest1	17	.879	.000

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest1 - Posttest1	4.529	1.463	.355	3.777	5.282	12.767	16	.000

- Tekanan Darah Diastolik

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreDias1	85.88	17	2.977	.722
	PosDias1	81.06	17	4.190	1.016

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PreDias1 & PosDias1	17	.151	.563

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	PreDias1 - PosDias1	4.824	4.760	1.154	2.376	7.271	4.178	16	.001

- Kelompok Kontrol
- Tekanan darah sistolik

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest1	138.82	17	1.879	.456
Posttest1	134.00	17	2.264	.549

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest1 & Posttest1	17	.529	.029

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
			Std.	Std. Error	95% Confidence Interval				
					of the Difference				
					Mean	Deviation			
Pair 1	Pretest1 - Posttest1	4.824	2.038	.494	3.776	5.871	9.757	16	.000

- Tekanan darah diastolic

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreDias1	87.59	17	1.938	.470
	PosDias1	83.71	17	1.687	.409

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PreDias1 & PosDias1	17	-.288	.263

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	PreDias1 - PosDias1	3.882	2.913	.706	2.385	5.380	5.495	16	.000

5. Hasil Uji T Dependen

- Tekanan darah sistolik

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Postest1	135.53	17	3.064	.743
	KSISETELAH	134.00	17	2.264	.549

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Postest1 & KSISETELAH	17	-.261	.311

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Posttest1 - KSISETELAH	1.529	4.259	1.033	-.660	3.719	1.481	16	.158

- Tekanan darah diastolic

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PosDias1	81.06	17	4.190	1.016
	KDISSETELAH	83.71	17	1.687	.409

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PosDias1 & KDISSETELAH	17	.082	.754

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval				
					of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PosDias1 - KDISSETELAH	-2.647	4.387	1.064	-4.902	-.392	-2.488	16	.024

Lampiran 10.

DOKUMENTASI KEGIATAN PENELITIAN

1. Kelompok Perlakuan



2. Kelompok Kontrol



Surat Ijin Pengambilan Data



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
 Jalan Sanitasi 1 Sidakarya, Denpasar
 Telp : (0361) 710447, Fax : (0361) 710448
 Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>
 Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



Nomor : KH.03.03/F.XXXII.13/1900 /2023
 Hal : Mohon ijin Pengambilan Data studi pendahuluan

25 Oktober 2023

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar
 di-

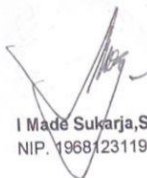
Tempat

Sehubungan dengan pembuatan tugas akhir mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin pengambilan data pendukung/ studi pendahuluan penelitian kepada mahasiswa kami atas nama:

NAMA	NIM	DATA YANG DIAMBIL
Ida Ayu Diah Kusuma Artha	P071202200010	1. Data jumlah kasus Hipertensi dalam 3 tahun terakhir di UPTD Puskesmas Blahbatuh I 2. Data jumlah kasus Hipertensi berdasarkan kelompok usia dalam 3 tahun terakhir di UPTD Puskesmas Blahbatuh I 3. Data program kesehatan yang telah dilakukan terkait penyakit Hipertensi dalam 3 tahun terakhir di UPTD Puskesmas Blahbatuh I

Demikian kami sampaikan atas perkenannya kami ucapkan terima kasih.

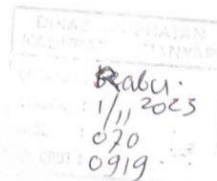
Ketua Jurusan Keperawatan



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep
 NIP. 196812311992031020

Tembusan:

1. Kepala UPTD Puskesmas Blahbatuh I
2. Arsip



PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR			
Indeks :	Kode 020	No. Urut 0919.	1/11 2023
Perihal Isi Ringkas :	mohon izin pengambilan data studi pendahuluan		
Asal Surat : paliteknik Keselamatan Dan Kesehatan Dan Dampak	Tanggal 25/10	Nomor K 11.03.03/P XXX/11-13/19002023	Lampiran
Diajukan / Diteruskan Kepada :	Instruksi / Informasi		
Kabid SDE	y d s u		
	Sub koor SDM. TL		
Ka. Pusk Bakhatih I	G. memfasilitasi		
	14/11.23		

Lembar Persetujuan Etik



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Denpasar

Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya,
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://poltekkes-denpasar.ac.id>

PERSETUJUAN ETIK/ *ETHICAL APPROVAL*

Nomor : DP.04.02/F.XXXII.25/ 0238 /2024

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Kabupaten Gianyar

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Ida Ayu Diah Kusuma Artha

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 25 Maret 2024

Ketua Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://te.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 13.

Surat Ijin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Denpasar
Jalan Saritasa No 1, Sukawaya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://poltekkes-denpasar.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXXII.13/0521/2024
Lampiran :
Hal : Mohon ijin Penelitian
Denpasar, 23 Februari 2024

Yth.
Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kabupaten Gianyar
di-
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar tahun akademik 2023-2024, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama : Ida Ayu Diah Kusuma Artha
Nim : P07120220010
Judul penelitian : Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh 1 Tahun 2024
Lokasi penelitian : UPTD Puskesmas Blahbatuh I
Waktu penelitian : Maret-April 2024

Atas perkenannya kami ucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Keperawatan

I Made Sukarya, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020



Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tts.keminfo.go.id/verifyPDF>.





PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Ngurah Rai No. 5-7 Telp (0361) 942230
Website : <https://dpmtsp.gianyarkab.go.id> email : sicantik.dpmtsp.gianyar@gmail.com
instagram @dpmtsp_gianyar



GIANYAR

**FORMULIR PERMOHONAN IZIN/REKOMENDASI PENELITIAN/
SURVEY/STUDY PERBANDINGAN/KKL/KKN/KERSOS/PKL/STUDY
WISATA/PENGABDIAN MASYARAKAT**

Nomor : -
Lamp. : 1 (Satu) Gabung
Perihal : Permohonan Izin/ Rekomendasi Penelitian/
Survey/Study Perbandingan/KKL/KKN/Kersos/
PKL/Study Wisata/Pengabdian Masyarakat

Kepada
Yth. Bupati Gianyar
c.q Kepala Dinas Penanaman Modal
dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
Kabupaten Gianyar.
Di-
Gianyar

Dengan Hormat,
Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama Pemohon : Ida Ayu Diah Kusuma Artha
Pekerjaan : Belajar / Mahasiswa
Alamat Pemohon : Desa Cucukan, Medahan, Blahbatuh, Gianyar
Nomor Telepon : 082145740511
Email yang aktif : ayudiah69@gmail.com

Dengan ini mohon dapat diberikan Izin/ Rekomendasi Penelitian/ Survey/Study Perbandingan/ KKL/ KKN/Kersos/ PKL/Study Wisata/Pengabdian Masyarakat di wilayah Kabupaten Gianyar dengan uraian sebagai berikut :

Judul Penelitian/Kegiatan : Pengaruh Seram Perobek Mangun Sat Kotha Loka
Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di
Wilayah Kerja UPD Rustroms Blahbatuh I
Lokasi Penelitian/Kegiatan : Wilayah Kerja UPD Rustroms Blahbatuh I
Jumlah Peserta : 39 Orang
Lama Penelitian : 13 / 03 / 2024 s/d 29 / 04 / 2024

Sebagai bahan pertimbangan kami lampirkan persyaratan sebagai berikut :

1. Softcopy Surat Permohonan Rekomendasi Penelitian
2. Softcopy KTP
3. Softcopy Rekomendasi Penelitian dari universitas atau Pemerintah Provinsi
4. Softcopy Proposal untuk kegiatan Penelitian

Demikian, atas perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Gianyar, 5 Maret 2024
Pemohon,

(Ida Ayu Diah Kusuma Artha)

**Izin ini Dikenakan
Tarif Rp. 0,-**

****Maaf, petugas kami menolak segala bentuk pemberian dan gratifikasi**





PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR

ආර්ථික සංවර්ධන දෙපාර්තමේන්තුව

DINAS KESEHATAN

සෞඛ්‍ය සේවා දෙපාර්තමේන්තුව

UPTD PUSAT KESEHATAN MASYARAKAT BLAHBATUH I

රාජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා මධ්‍යස්ථාන ප්‍රදේශය

Jl. Raya Keramas, Kec. Blahbatuh, Gianyar, 80851 Telp. (0361) 952069

Email: uptdpuskesmasblahbatuh1@gmail.com



Nomor : 440/334/PUSK BBI/2024
Lampiran : -
Perihal : Pelaksanaan Penelitian

Gianyar, 2 Mei 2024

Kepada:

Yth:

Kepala Poltekkes
Kemenkes Denpasar

di-

Tempat

Dengan Hormat

Berdasarkan surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Gianyar Nomor: 070/1534/IP/DPM PTSP/2024 perihal Surat Rekomendasi/Keterangan Penelitian:

Nama : Ida Ayu Diah Kusuma Artha

Pekerjaan : Mahasiswa di Poltekkes Kemenkes
Denpasar

Alamat : Br. Cucukan, Desa Medahan, Kec. Blahbatuh, Kab.
Gianyar.

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I

Lokasi Penelitian: UPTD Puskesmas Blahbatuh I

Jumlah Peserta : Satu Orang

Lama Penelitian : 13 Maret s/d 29 April 2024

Bahwa memang benar mahasiswa tersebut diatas sudah diberikan ijin dan sudah selesai melaksanakan penelitian di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk bisa dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala UPTD Puskesmas
Blahbatuh I

dr. Ni Made Dahlia

NIP. 19660601 199602 2 001

Tembusan:

1. Arsip

Lampiran 14.

Lembar Bimbingan Skripsi

Data Skripsi Mahasiswa						
N I M	P07120220010					
Nama Mahasiswa	Ida Ayu Diah Kusuma Artha					
Info Akademik	Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan + Profesi Ners					
	Semester : 8					

Bimbingan						
No	Dosen	Topik	Hasil	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen	
1	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan dan pengajuan judul penelitian	Cari jurnal atau materi terkait dengan masalah yang diangkat	8 Jan 2024	✓	
2	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan dan pengajuan judul penelitian	Revisi judul dan cari jurnal atau materi terkait dengan masalah yang diangkat	8 Jan 2024	✓	
3	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan BAB I (Pendahuluan) : masalah latar belakang	Revisi latar belakang dan ACC Melanjutkan BAB I dan BAB II	11 Jan 2024	✓	
4	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan BAB I : Latar Belakang	Revisi latar belakang, revisi tata tulis, dan ACC Melanjutkan BAB I BAB II	12 Jan 2024	✓	
5	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan BAB I (Pendahuluan) dan BAB II (Tinjauan Pustaka)	Perbaikan struktur penulisan, penambahan kategori usia lansia, dab melanjutkan BAB III	16 Jan 2024	✓	
6	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan BAB I dan BAB II	Perbaikan struktur penulisan, melanjutkan BAB III	17 Jan 2024	✓	
7	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan BAB II dan BAB III	Perbaikan struktur penulisan, perbaikan bagian kerangka konsep, melanjutkan BAB IV	24 Jan 2024	✓	
8	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan BAB III	Perbaikan kerangka konsep, perbaikan strktur penulisan, melanjutkan BAB IV	25 Jan 2024	✓	
9	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Revisi BAB I - BAB IV	Perbaiki tata tulis dan lengkapi halaman depan dan lampiran	31 Jan 2024	✓	
10	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Revisi BAB I - BAB IV	Perbaiki tata tulis istilah asing dan spasi pada proposal	31 Jan 2024	✓	
11	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan revisi halaman depan - lampiran	ACC untuk diseminarkan	1 Feb 2024	✓	
12	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan revisi halaman depan - lampiran	ACC untuk diseminarkan	2 Feb 2024	✓	
13	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan revisi seminar usulan proposal	perbaikan tata tulis, revisi skala ukur	16 Feb 2024	✓	
14	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan revisi seminar usulan proposal	perbaikan tata tulis, perbaikan alur proses penelitian	16 Feb 2024	✓	
15	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	bimbingan revisi seminar usulan proposal	ACC untuk melanjutkan penelitian	23 Feb 2024	✓	
16	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan Revisi seminar usulan proposal	ACC untuk melanjutkan penelitian	23 Feb 2024	✓	
17	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	bimbingan terkait proses penelitian	Perbaikan design penelitian	15 Mar 2024	✓	
18	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan terkait proses penelitian	Perbaikan master tabel	18 Mar 2024	✓	
19	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan BAB V,VI dan abstrak	Perbaikan tata tulis, perbaikan abstrak penelitian	5 Apr 2024	✓	
20	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan BAB V-VI	Perbaikan tata tulis dan ringkasan penelitian	23 Apr 2024	✓	
21	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan BAB V VI	Perbaikan tata tulis dan tambahkan jurnal	29 Apr 2024	✓	
22	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan BAB V,VI,abstrak dan ringkasan penelitian	Revisi abstrak penelitian	2 Mei 2024	✓	
23	197201091996031001 - Ns. I WAYAN SUARDANA, S.Kep., M.Kep.	Bimbingan skripsi	ACC untuk diseminarkan	4 Mei 2024	✓	
24	196408131985032002 - Dr AGUS SRI LESTARI, S.Kep., Ns., M.Erg.	Bimbingan skripsi	ACC untuk diseminarkan	6 Mei 2024	✓	

Bukti Penyelesaian Administrasi



Kemenkes

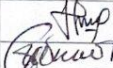
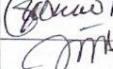
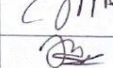
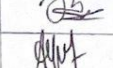
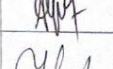
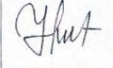
Kementerian Kesehatan
Poltekkes Denpasar

Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya,
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://poltekkes-denpasar.ac.id>

BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI
SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI
PRODI PROFESI KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

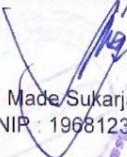
NAMA MAHASISWA : IDA AYU DIAH KUSUMA ARTHA

NIM : P07120220010

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	AKADEMIK	06-05-2024		Rai Sukerni
2	PERPUSTAKAAN	06-05-2024		Dewatrias Jayo
3	LABORATORIUM	06-05-2024		Anwar
4	HMJ	06-05-2024		Anwar
5	KEUANGAN	06-05-2024		I.A. Suabadi B
6	ADMINISTRASI UMUM/PERLENGKAPAN	06-05-2024		Anim Sutra

Keterangan:
Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Skripsi jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar, 7 Mei 2024
Ketua Jurusan Keperawatan,


I Made Sukarja, S.Kep., Ners, M.Kep
NIP. : 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Diah Kusuma Artha
NIM : P07120220010
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2024
Alamat : Br. Cucukan, Medahan, Blahbatuh, Gianyar
Nomor HP/Email : 082145740511/ dayudiah690@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa Tugas Akhir dengan Judul :

Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Pra Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I

Dan Menyetujui menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.

1. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan Pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 11 Juni 2024



Ida Ayu Diah Kusuma Artha
NIM. P07120220010

Lampiran 16.

Hasil Turnitin

Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Kabupaten Gianyar

