

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Di Desa Babahan, Kecamatan Penebel, Kabupaten Tabanan



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XXIV.18/1110/2025
Lampiran : satu berkas
Hal : Permohonan Izin Penelitian

11 Maret 2025

Yth. Kepala Desa Babahan Kabupaten Tabanan

Sehubungan dengan Skripsi/Penelitian sebagai tugas akhir bagi mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Denpasar membutuhkan izin penelitian agar dapat melanjutkan penyusunan Skripsi, maka dengan ini kami mohon agar berkenan membantu untuk izin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini :

nama : Ni Putu Dinayanti Anisa Putri
NIM : P07134221007
prodi/program : TLM/Sarjana Terapan
semester : VIII
judul proposal : Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan

Demikian surat ini disampaikan untuk mendapatkan proses lebih lanjut. Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis,



I Gusti Ayu Sri Dhyana Putri, SKM, MPH
NIP. 197209011998032003

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://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://rte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 2 Surat Izin Ke Puskesmas Pembantu Desa Babahan



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XXIV.18/1109/2025
Lampiran : satu berkas
Hal : Permohonan Izin Penelitian

11 Maret 2025

Yth. Kepala Puskesmas Pembantu Desa Babahan
Kabupaten Tabanan

Sehubungan dengan Skripsi/ Penelitian sebagai tugas akhir bagi mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Denpasar membutuhkan izin penelitian agar dapat melanjutkan penyusunan Skripsi, maka dengan ini kami mohon agar berkenan membantu untuk izin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini :

nama	: Ni Putu Dinayanti Anisa Putri
NIM	: P07134221007
prodi/program	: TLM/Sarjana Terapan
semester	: VIII
judul proposal	: Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan

Demikian surat ini disampaikan untuk mendapatkan proses lebih lanjut. Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis,



I Gusti Ayu Sri Dhyana Putri, SKM, MPH
NIP. 197209011998032003

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://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 3 Surat Izin Penelitian ke Dinas Penanaman Modal Kabupaten Tabanan



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XXIV.18/1108/2025
Lampiran : satu berkas
Hal : Permohonan Izin Penelitian

11 Maret 2025

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
Kabupaten Tabanan

Sehubungan dengan Skripsi/Penelitian sebagai tugas akhir bagi mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Denpasar membutuhkan izin penelitian agar dapat melanjutkan penyusunan Skripsi, maka dengan ini kami mohon agar berkenan membantu untuk izin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini :

nama : Ni Putu Dinayanti Anisa Putri
NIM : P07134221007
prodi/program : TLM/Sarjana Terapan
semester : VIII
judul proposal : Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan

Demikian surat ini disampaikan untuk mendapatkan proses lebih lanjut. Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis,



I Gusti Ayu Sri Dhyanaputri, SKM, MPH
NIP. 197209011998032003

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://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 4 Surat Izin Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal Kabupaten Tabanan



Tabanan 13 Maret 2025

Nomor : 071/ 115/2025/DPMPTSP
Lampiran :
Perihal : **Surat Rekomendasi Penelitian**

Kepada Yth:

Kepala Desa Babahan Kecamatan
Penebel
di
Tempat

I. Dasar

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
- Surat dari Poltekkes Kemenkes Denpasar Nomor PP.06.02./F.XXIV.18/1108/2025 , Tanggal 11 Maret 2025, perihal permohonan Ijin Rekomendasi Penelitian

II. Setelah mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan, maka dapat diberikan Rekomendasi kepada :

Nama : Ni Putu Dinayanti Anisa Putri
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Br. Babahan Kanginan, Ds. Babahan, Kec. Penebel, Kab. Tabanan
Judul Penelitian : Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan
Lokasi Penelitian : Ds Babahan Kecamatan Penebel
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : Maret 2025 s/d April 2025
Tujuan : Tugas Akhir/ Skripsi

III. Dalam melakukan penelitian agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut:

- Sebelum melakukan kegiatan penelitian agar melaporkan kepada instansi terkait tempat dilaksanakannya penelitian.
- Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan bidang judul dimaksud, apabila melanggar Rekomendasi akan dicabut dan penelitian dihentikan.
- Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan Adat Istiadat dan Budaya setempat.
- Apabila masa berlaku Rekomendasi telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai maka perpanjangan Rekomendasi agar ditujukan kepada instansi pemohon.

**IZIN INI DIKENAKAN
Biaya Tarif Rp0;**

a.n Bupati Tabanan
Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan
Terpadu Satu Pintu Kabupaten Tabanan
Dra.Ni Wawan Mariati, MM
Pembina Utama Muda (IV/c)
NIP. 196809261994032008

TEMBUSAN disampaikan kepada :

- Yth. 1. Bupati Tabanan;
2. Kepala Kesbangpol Kabupaten Tabanan;
3. Yang Bersangkutan



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

Lampiran 5 Surat Etik Penelitian



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/ 212 /2025

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

PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA LANSIA DI DESA BABAHAN KECAMATAN PENEHEL KABUPATEN TABANAN

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

Ni Putu Dinayanti Anisa Putri

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, 26 Maret 2025

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://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



**PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)
SEBAGAI PESERTA PENELITIAN**

Yang terhormat Bapak/Ibu, kami meminta kesediaanya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan di bawah dengan seksama dan dipersilahkan bertanya apabila terdapat pernyataan yang belum dimengerti.

Judul	Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan
Peneliti Utama	Ni Putu Dinayanti Anisa Putri
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis
Peneliti Lain	-
Lokasi Penelitian	Desa Babahan, Kecamatan Penebel, Kabupaten Tabanan
Sumber Pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar kolesterol total dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam pada lansia di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan yang berusia ≥ 45 tahun. Jumlah responden sebanyak 40 orang dengan syarat yang bersedia menjadi responden serta memenuhi kriteria inklusi. Responden yang tidak memenuhi syarat yaitu responden yang sedang dalam kondisi tidak sehat dan yang mengkonsumsi obat-obatan yang dapat memengaruhi kadar kolesterol dan tekanan darah. Pada penelitian ini, responden akan diberikan perlakuan senam, pengambilan sampel darah kapiler dan pengukuran tekanan darah. Waktu yang diperlukan dalam yang diberikan kepada pasien untuk mengikuti senam yaitu 6 kali selama 3 minggu, untuk pengambilan darah vena dan tekanan darah diberikan waktu 10-20 menit dari tahap pra analitik hingga tahap pasca analitik. Responden dalam penelitian ini secara langsung dapat memberikan

manfaat kepada responden tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan atau dapat mendeteksi awal penyakit kolesterol dan tekanan darah bagi para lansia.

Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkans untuk penelitian ini. Kompensasi lain yaitu peneliti akan memberikan *snack* dan diberikan biaya pengobatan secara medis apabila terjadi komplikasi yang diakibatkan dari pengambilan sampel. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Bapak/Ibu untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan memengaruhi mutu dari penelitian yang dilaksanakan. Data yang diperoleh dari penelitian ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan akan tetap dijaga kerahasiaannya. Pada penelitian ini dilaksanakan tanpa ada konflik kepentingan antara peneliti dengan pihak lain.

Maka dengan surat pernyataan ini menyatakan bersedia/tidak bersedia*) ikut terlibat sebagai responden/subjek penelitian. Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu diminta untuk menandatangani formulir.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat memengaruhi keputusan Bapak/Ibu untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu.

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti: Ni Putu Dinayanti Anisa Putri (085337316600).

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

Responden/Subyek Penelitian,

Peneliti

Tanggal (wajib isi): / /

Tanggal (wajib isi): / /

Keterangan:

*) coret yang tidak perlu

Saksi: Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh responden penelitian dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela

Saksi,

Tanggal (wajib isi): / /

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan

Petunjuk Pengisian

Pertanyaan di bawah ini mohon dijawab sejujurnya, sesuai dengan apa yang Bapak/Ibu ketahui serta sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya.

A. Identitas Responden

Kode Responden :

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

B. Pertanyaan Untuk Responden

1. Apakah bapak/ibu memiliki riwayat kolesterol tinggi?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah bapak/ibu memiliki riwayat tekanan darah tinggi?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Jika memiliki riwayat penyakit kolesterol atau tekanan darah, apakah bapak/ibu mengkonsumsi obat-obatan tersebut?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Apakah bapak/ibu sebelumnya melakukan aktivitas fisik (senam) secara rutin?
 - a. Ya
 - b. Tidak

C. Hasil Pemeriksaan Kadar Kolesterol dan Tekanan Darah Responden

Kadar Kolesterol :.....mg/dL

Tekanan darah :.....mmHg

Lampiran 8 Rekapitulasi Data Responden

Rekapitulasi Data Responden

Kode Responden	Usia (Tahun)	Jenis Kelamin	Mengonsumsi obat-obatan		Pernah mengikuti senam secara rutin		Tekanan Darah (mmHg) Sebelum senam			Kadar Kolesterol (mg/dL) Sebelum senam		Tekanan Darah (mmHg) Sesudah senam			Kadar kolesterol (mg/dL) sesudah senam	
			ya	tidak	ya	tidak	Sistole	Diastole	Kategori	mg/dL	Kategori	Sistole	Diastole	Kategori	mg/dL	Kategori
01	59	P		√		√	120	70	Normal	205	Tinggi	120	70	Normal	203	Tinggi
02	67	P		√		√	140	90	Ringan	310	Tinggi	130	90	Normal	290	Tinggi
03	45	P		√		√	110	70	Normal	250	Tinggi	100	70	Normal	244	Tinggi
04	65	P		√		√	150	90	Ringan	197	Normal	140	90	Ringan	176	Normal
05	53	P		√		√	130	80	Normal	168	Normal	120	80	Normal	167	Normal
06	62	P		√		√	120	80	Normal	216	Tinggi	110	70	Normal	214	Tinggi
07	50	P		√		√	120	70	Normal	175	Normal	110	60	Normal	173	Normal
08	65	P		√		√	140	90	Ringan	194	Normal	140	80	Ringan	198	Normal
09	45	P		√		√	100	70	Normal	226	Tinggi	100	70	Normal	221	Tinggi
10	57	P		√		√	120	70	Normal	259	Tinggi	120	70	Normal	234	Tinggi
11	51	P		√		√	110	70	Normal	269	Tinggi	100	70	Normal	263	Tinggi

12	65	P		√		√	100	60	Normal	162	Normal	100	60	Normal	181	Normal
13	58	P		√		√	110	60	Normal	214	Tinggi	100	60	Normal	252	Tinggi
14	59	P		√		√	120	80	Normal	173	Normal	120	80	Normal	207	Tinggi
15	49	P		√		√	120	70	Normal	183	Normal	120	70	Normal	180	Normal
16	59	P		√		√	140	90	Ringan	240	Tinggi	130	80	Normal	235	Tinggi
17	67	P		√		√	130	80	Normal	219	Tinggi	130	80	Normal	215	Tinggi
18	61	P		√		√	110	70	Normal	264	Tinggi	100	70	Normal	264	Tinggi
19	65	P		√		√	120	80	Normal	215	Tinggi	110	70	Normal	214	Tinggi
20	65	P		√		√	130	80	Normal	216	Tinggi	130	70	Normal	215	Tinggi
21	72	P		√		√	120	80	Normal	139	Normal	120	70	Normal	137	Normal
22	61	P		√		√	130	80	Normal	186	Normal	120	70	Normal	184	Normal
23	70	P		√		√	110	70	Normal	283	Tinggi	100	70	Normal	281	Tinggi
24	59	P		√		√	130	70	Normal	151	Normal	130	70	Normal	149	Normal
25	60	P		√		√	130	80	Normal	199	Normal	130	80	Normal	198	Normal
26	53	P		√		√	120	70	Normal	154	Normal	120	70	Normal	154	Normal
27	64	P		√		√	110	70	Normal	189	Normal	110	70	Normal	186	Normal
28	65	P		√		√	100	60	Normal	218	Tinggi	100	60	Normal	215	Tinggi
29	84	L		√		√	150	80	Ringan	182	Normal	140	70	Ringan	180	Normal
30	76	L		√		√	140	80	Ringan	185	Normal	130	70	Normal	185	Normal
31	74	P		√		√	130	80	Normal	167	Normal	130	80	Normal	165	Normal
32	67	P		√		√	130	80	Normal	188	Normal	120	70	Normal	188	Normal
33	68	L		√		√	120	70	Normal	240	Tinggi	120	70	Normal	239	Tinggi
34	70	P		√		√	120	70	Normal	200	Normal	120	70	Normal	198	Normal

35	45	P		√		√	130	80	Normal	173	Normal	130	80	Normal	172	Normal
36	61	L		√		√	100	70	Normal	159	Normal	100	70	Normal	158	Normal
37	66	P		√		√	130	70	Normal	165	Normal	130	70	Normal	163	Normal
38	74	P		√		√	120	80	Normal	195	Normal	120	80	Normal	190	Normal
39	67	P		√		√	110	60	Normal	168	Normal	110	60	Normal	166	Normal
40	71	P		√		√	120	70	Normal	203	Tinggi	120	70	Normal	200	Normal

Lampiran 9 Rekapitulasi Hasil

REKAPITULASI HASIL

USIA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-59	14	23.7	35.0	35.0
	60-74	22	37.3	55.0	90.0
	?75	4	6.8	10.0	100.0
	Total	40	67.8	100.0	
Missing	System	19	32.2		
Total		59	100.0		

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PEREMPUAN	36	90.0	90.0	90.0
	LAKI-LAKI	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Descriptives

KELAS				Statistic	Std. Error
KOLESTEROL	KOLESTEROL PRE	Mean		202.48	6.113
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	190.11	
			Upper Bound	214.84	
		5% Trimmed Mean		200.44	
		Median		196.00	
		Variance		1494.563	
		Std. Deviation		38.660	
		Minimum		139	
		Maximum		310	
		Range		171	
		Interquartile Range		46	
		Skewness		.830	.374
		Kurtosis		.417	.733
	KOLESTEROL POST	Mean		201.35	5.786
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	189.65	
			Upper Bound	213.05	
		5% Trimmed Mean		199.92	
		Median		198.00	
		Variance		1339.310	
		Std. Deviation		36.597	
		Minimum		137	
		Maximum		290	
		Range		153	
		Interquartile Range		46	
		Skewness		.627	.374
		Kurtosis		-.090	.733

Tests of Normality

KELAS		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
KOLESTEROL	KOLESTEROL PRE	.110	40	.200	.950	40	.076
	KOLESTEROL POST	.105	40	.200	.963	40	.205

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	KOLESTEROL SEBELUM - KOLESTEROL SESUDAH	3.575	9.910	1.567	.406	6.744	2.282	39	.028

Descriptives

KELAS	Statistic	Std. Error
TEKANAN DARAH TEKANAN DARAH SISTOLE SEBELUM	Mean	122.25
	95% Confidence Interval for Mean	118.12
	Lower Bound	126.38
	Upper Bound	
	5% Trimmed Mean	121.94
	Median	120.00
	Variance	166.603
	Std. Deviation	12.907
	Minimum	100
	Maximum	150
	Range	50
	Interquartile Range	20
	Skewness	.159
	Kurtosis	-.274
		.733
TEKANAN DARAH TEKANAN DARAH SISTOLE SESUDAH	Mean	118.25
	95% Confidence Interval for Mean	114.22
	Lower Bound	122.28
	Upper Bound	
	5% Trimmed Mean	118.06
	Median	120.00
	Variance	158.397
	Std. Deviation	12.586
	Minimum	100
	Maximum	140
	Range	40
	Interquartile Range	20
	Skewness	-.140
	Kurtosis	-1.000
		.733
TEKANAN DARAH TEKANAN DARAH DIASTOLE SEBELUM	Mean	74.75
	95% Confidence Interval for Mean	72.14
	Lower Bound	77.36
	Upper Bound	
	5% Trimmed Mean	74.72
	Median	70.00
	Variance	66.603
	Std. Deviation	8.161
	Minimum	60
	Maximum	90
	Range	30
	Interquartile Range	10
	Skewness	.084
	Kurtosis	-.375
		.733
TEKANAN DARAH TEKANAN DARAH DIASTOLE SESUDAH	Mean	72.00
	95% Confidence Interval for Mean	69.69
	Lower Bound	74.31
	Upper Bound	
	5% Trimmed Mean	71.67
	Median	70.00
	Variance	52.308
	Std. Deviation	7.232
	Minimum	60
	Maximum	90
	Range	30
	Interquartile Range	10
	Skewness	.531
	Kurtosis	.590
		.733

Tests of Normality

KELAS		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TEKANAN DARAH	TEKANAN DARAH SISTOLE SEBELUM	.169	40	.006	.938	40	.030
	TEKANAN DARAH SISTOLE SESUDAH	.205	40	.000	.891	40	.001
	TEKANAN DARAH DIASTOLE SEBELUM	.245	40	.000	.868	40	.000
	TEKANAN DARAH DIASTOLE SESUDAH	.334	40	.000	.815	40	.000

Test Statistics^a

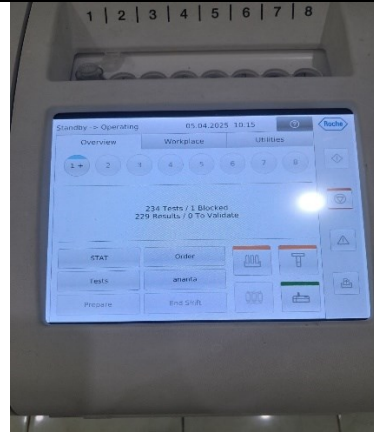
	TEKANAN DARAH SISTOLE SESUDAH - TEKANAN DARAH SISTOLE SEBELUM	TEKANAN DARAH DIASTOLE SESUDAH - TEKANAN DARAH DIASTOLE SEBELUM
Z	-5.511 ^b	-3.317 ^c
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.001

Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan

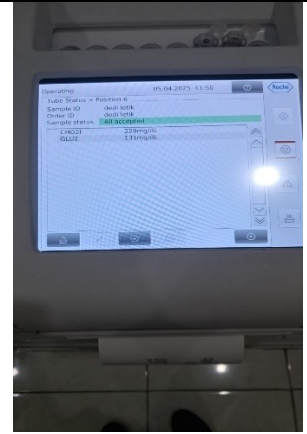
 Pengisian Informed consent dan kuesioner responden	 Alat dan bahan pengambilan	 Pengambilan darah vena sebelum senam
 Pemeriksaan tekanan darah oleh bidan desa	 Pelaksanaan senam	 Pelaksanaan senam
 Pengambilan sampel darah sesudah senam	 Sampel darah yang sudah beku	 Sampel darah yang sudah beku di centrifuge dengan kecepatan 2500 rpm selama 15 menit



Pipet serum masukkan ke dalam sampel cup



Pemeriksaan kolesterol total pada alat Cobas c 111



Hasil pemeriksaan kolesterol total pada alat Cobas c 111



ANANTA CLINICAL LABORATORY

Jl. Raya Mambal - Ubud No 3B

Telp. (0361) 476 3021, 082 146 751 699 | Email : ananta_lab@yahoo.co.id

Lampiran 11 Hasil Pemeriksaan Kolesterol Total

CERTIFICATE OF LABORATORY EXAMINATION

Kode sampel	Tanggal Lahir	Umur	Jenis Kelamin	Kolesterol total sebelum Senam	Kolesterol total sesudah senam
01	06-12-1966	59	P	205*	203*
02	31-12-1949	67	P	310*	290*
03	27-03-1981	45	P	250*	244*
04	26-12-1962	65	P	197	176
05	31-12-1972	53	P	168	167
06	31-12-1962	62	P	216*	214*
07	31-12-1975	50	P	175	173
08	12-12-1959	65	P	194	198
09	24-02-1978	45	P	226*	221*
10	17-06-1968	57	P	259*	234*
11	03-11-1973	51	P	269*	263*
12	12-12-1959	65	P	162	181
13	12-02-1967	58	P	214*	252
14	02-12-1964	59	P	173	207
15	17-08-1976	49	P	183	180
16	17-05-1966	59	P	240*	235*
17	31-12-1958	67	P	219*	215*
18	13-12-1964	61	P	264*	264*
19	02-12-1960	65	P	215*	214*
20	07-12-1960	65	P	216*	215*
21	20-12-1953	72	P	139	137
22	31-12-1961	61	P	186	184
23	31-12-1955	70	P	283*	281*
24	31-12-1966	59	P	151	149
25	31-12-1965	60	P	199	198
26	11-05-1971	53	P	154	154
27	26-12-1960	64	P	189	186
28	10-12-1960	65	P	218*	215*



ANANTA CLINICAL LABORATORY

Jl. Raya Mambal - Ubud No 3B

Telp. (0361) 476 3021, 082 146 751 699 | Email : ananta_lab@yahoo.co.id

29	31-12-1941	84	L	182	180
30	17-10-1949	76	L	185	185
31	31-12-1951	74	P	167	165
32	20-12-1958	67	P	188	188
33	20-12-1957	68	L	240*	239*
34	31-12 -1955	70	P	200	198
35	15-09-1979	45	P	173	172
36	28-12-1963	61	L	159	158
37	28-12-1958	66	P	165	163
38	31-12-1950	74	P	195	190
39	19-1-1958	67	P	168	166
40	03-5-1953	71	P	203*	200

Maker by : Shinta, S.Tr. Kes.



Authorized by : Mas Krisna, A.Md.Kes

Lampiran 12 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Dinayanti Anisa Putri

NIM : P07134221007

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Teknologi Laboratorium Medis

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Br. Babahan Kanginan, Ds. Babahan, Penebel, Tabanan

Nomor HP/Email : 085337316600/ dinayanti16240@gmail.com

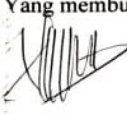
Dengan ini menyerahkan Skripsi dengan judul:

Perbedaan Kadar Kolesterol Total Dan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Senam Pada Lansia Di Desa Babahan Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialih mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan publikasinya di internet atau di media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam Skripsi 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, 21 Mei 2025

Yang membuat pernyataan

Ni Putu Dinayanti Anisa Putri
NIM. P07134221007

Lampiran 13 Validasi Bimbingan SIAK

12	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Bimbingan BAB V dan BAB VI	Perbaiki sesuai koreksi	20 Mar 2025	✓	
13	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Diskusi dan revisi BAB V dan BAB VI	Perbaiki sesuai koreksi	14 Apr 2025	✓	
14	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Revisi BAB V, BAB VI, abstrak, dan ringkasan penelitian	Perbaiki sesuai koreksi saat bimbingan	17 Apr 2025	✓	
15	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Diskusi dan revisi BAB V, BAB VI, abstrak, ringkasan penelitian	Perbaiki sesuai koreksi saat bimbingan	18 Apr 2025	✓	
16	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Revisi abstrak dan ringkasan penelitian	Perbaiki sesuai koreksi saat bimbingan	21 Apr 2025	✓	
17	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Diskusi dan revisi abstrak, ringkasan penelitian, dan lampiran	Perbaiki sesuai koreksi saat bimbingan	25 Apr 2025	✓	
18	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	Finalisasi BAB V - BAB VI, abstrak, ringkasan penelitian dan lampiran	Perbaiki sesuai koreksi saat bimbingan	28 Apr 2025	✓	
19	196906211992032004 - COKORDA DEWI WIDHYA HANA SUNDARI, SKM, M.Si	ACC Ujian Skripsi	Acc ujian hasil	29 Apr 2025	✓	
20	198301192012122001 - LUH ADE WILAN KRISNA, M.Ked	Bimbingan penulisan skripsi BAB V - BAB VI	Perbaiki tata tulis sesuai buku Pedoman Penulisan KTI	21 Apr 2025	✓	
21	198301192012122001 - LUH ADE WILAN KRISNA, M.Ked	Bimbingan penulisan dan revisi penulisan skripsi BAB V - BAB VI	Perbaiki tata tulis sesuai buku Pedoman Penulisan KTI dan masukan dari Penguji	25 Apr 2025	✓	
22	198301192012122001 - LUH ADE WILAN KRISNA, M.Ked	Bimbingan penulisan dan revisi BAB V, BAB VI dan daftar pustaka	Perbaiki tata tulis sesuai buku Pedoman Penulisan KTI dan masukan dari Penguji	29 Apr 2025	✓	

Lampiran 14 Hasil Turnitin

SKRIPSI PERBEDAAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DAN
TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH SENAM PADA
LANZIA DI.pdf

ORIGINALITY REPORT

29%	21%	24%	8%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.setiabudi.ac.id Internet Source	1%
2	eprints.stainkudus.ac.id Internet Source	1%
3	eprints.ums.ac.id Internet Source	1%
4	repository.uinsu.ac.id Internet Source	1%
5	Wenny Ino Ischak, Suwarly Mobiliu, Indra Domili, Herman Luawo. "EDUKASI KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT HIPERTENSI", JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 2022 Publication	1%
6	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	1%
7	Submitted to Universitas Terbuka Student Paper	1%
8	Aniek Puspitosari, Ninik Nurhidayah. "The Effect of Sensory Stimulation with Group Therapy Methods on Geriatric Depression Scale Scores in the Community", Jurnal	1%

Cakranegara", Journal of Excellent Nursing
Students (JENIUS), 2023

Publication

- 59 Elsy Syafrina Putri, Elmia Kursani, Syukaisih Syukaisih. "Effectiveness Of Giving Ambon Banana To Blood Pressure Reduction On Elderly Patients With Hipertension In The Work Area Of Harapan Raya Public Health", Media Kesmas (Public Health Media), 2021

Publication

<1%

- 60 Nurindah Lestari, Laras Sitoayu, Nadiyah Nadiyah, Lintang Purwara Dewanti, Yulia Wahyuni, Putri Azahra Sumitra. "Consumption frequency of junk food, simple carbohydrate intake, and total cholesterol levels in Esa Unggul University employees", Journal of Current Health Sciences, 2023

Publication

<1%

Exclude quotes On
Exclude bibliography On

Exclude matches Off

Ass. Admin
Dr. R. R. R.
A. R. R.