

Lampiran 1

**JADWAL KEGIATAN PENELITIAN PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP
PENDERITA HIPERTENSI DEWASA MUDA DI WILAYAH KERJA
KESMAS BLAHBATUH I
TAHUN 2019**

No	Kegiatan	Waktu Kegiatan (Dalam Minggu)																					
		Februari				Maret				April				Mei				Juni					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Penyusunan Skripsi																						
2	Seminar Skripsi																						
3	Revisi Skripsi																						
4	Pengurusan Izin Penelitian																						
5	Pengumpulan Data																						
6	Pengolahan Data																						
7	Analisis Data																						
8	Penyusunan Laporan																						
9	Sidang Hasil Penelitian																						
10	Revisi Laporan																						
11	Pengumpulan Skripsi																						

Lampiran 2

**ANGGARAN BIAYA PENELITIAN
PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DEWASA MUDA DI WILAYAH KERJA
UPT KESMASBLAHBATUH I
TAHUN 2019**

Alokasi dana yang diperlukan dalam penelitian ini sebagai berikut :

No	Kegiatan	Rencana Biaya
1	Tahap Persiapan	
	a. Pembelian Tensimeter Digital	Rp 300.000,00
	b. Pembelian ATK	Rp 100.000,00
	c. Penyusunan Skripsi	Rp 250.000,00
	d. Revisi Skripsi	Rp 250.000,00
2	Tahap Pelaksanaan	
	a. Pengurusan izin penelitian	Rp 250.000,00
	b. Penggandaan lembar pengumpulan data	Rp 200.000,00
	c. Transportasi dan akomodasi	Rp 150.000,00
	d. Enumerator	Rp 300.000,00
	e. Pengolahan dan analisis data	Rp 200.000,00
3	Tahap Akhir	
	a. Penyusunan laporan	Rp 300.000,00
	b. Penggandaan laporan	Rp 300.000,00
	c. Revisi laporan	Rp 100.000,00
	d. Biaya tak terduga	Rp 300.000,00
Jumlah		Rp 3.000.000,00

Lampiran 3

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth. Saudara/i Calon Responden

Di –

UPT Kesmas Blahbatuh I

Dengan hormat,

Saya mahasiswa D-IV Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar semester VIII bermaksud akan melakukan penelitian tentang **“Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Dewasa Muda”**, sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program studi D-IV Keperawatan. Berkaitan dengan hal tersebut diatas, saya mohon kesediaan bapak/ibu/saudara untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi peneliti.

Demikian permohonan ini kami sampaikan dan atas partisipasinya, kami ucapkan terima kasih.

Gianyar,

2019

Peneliti

Ni Luh Putu Erna Pramestyandani
NIM: P07120215022

Lampiran 4

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai Peserta Penelitian

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/i, 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 <i>Brisk Walking Exercise</i> Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Dewasa Muda
Peneliti Utama	Ni Luh Putu Erna Pramestyandani
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Lokasi Penelitian	UPT Kesmas Blahbatuh I
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *brisk walking exercise* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di UPT Kesmas Blahbatuh I tahun 2019. Jumlah peserta sebanyak 20 orang dengan syaratnya yaitu kriteria inklusi, Penderita hipertensi yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani *inform consent* saat pengambilan data, umur 30 sampai 40 tahun, mengonsumsi obat dan berobat ke UPT Kesmas Blahbatuh 1 saat pengambilan data, belum pernah melakukan *brisk walking exercise*, pengukuran tekanan darah 140/90 mmHg - 160/100 mmmHg. Kriteria eksklusi, Penderita hipertensi yang memiliki penyakit kronis, wanita hamil yang menderita hipertensi, penderita hipertensi yang tidak hadir tiga kali berturut-turut.

Kegiatan yang akan dilakukan tidak berbahaya karena peserta hanya akan diukur tekanan darahnya menggunakan tensimeter digital. Pengukuran tekanan darah akan dilakukan sebelum tindakan *brisk walking exercise* pada hari pertama dan hari terakhir setelah tindakan *brisk walking exercise*. *Brisk walking exercise* dilakukan dalam durasi 30 menit selama dua kali seminggu diawali dengan pemanasan dan diakhiri dengan pendinginan.

Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Kompensasi lain yaitu peneliti akan memberikan snack untuk peserta. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/i pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/i dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Bapak/Ibu/Saudara/i 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 diminta untuk menandatangani formulir “Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai Peserta Penelitian” setelah Bapak/Ibu/Saudara/i benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/i akan diberi salinan persetujuan yang sudah ditandatangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk kelanjutan

kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/i. Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti : CP : Erna Pramestyandani (085739149669)

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.**

Peserta/Subyek Penelitian,

Wali,

Tanggal : / /

Tanggal : / /

Hubungan dengan Peserta/Subyek Penelitian:

Peneliti

Tanggal : / /

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir-Consent ini hanya bila:

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

Catatan : Sanksi 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.



Tanggal : / /

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

*coret yang tidak perlu

Lampiran 5

Standar Prosedur Operasional Mengukur Tekanan Darah

	MENGUKUR TEKANAN DARAH		
	SPO	No. Dokumen : SPO/VII-134/BBI/2016	
		No. Revisi : 00	
		Tanggal terbit : 28-12-2016	
		Halaman : 1	
UPT KESMAS BLAHBATUH I			dr. Ni Made Dahlia NIP. 1966060119960 22001
1. Pengertian	Mengukur tekanan sistole dan tekanan diastole pada dinding arteri		
2. Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Untuk mengetahui kerja jantung 2. Untuk menentukan diagnosa 3. Untuk menentukan langkah-langkah keperawatan 		
4. Kebijakan	SK Kepala UPT Kesmas Blahbatuh I Nomor 800/43/BB I/2016 tentang penyusunan rencana layanan medis		
5. Referensi	Permenkes No 75 tahun 2014 tentang Perkesmas Peemenkes No 46 tahun 2015 tentang Akreditasi		
6. Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perisiapan alat <ol style="list-style-type: none"> a. Tensimeter air raksa b. Stetoskop c. Buku catatan dan bolpoint 2. Persiapan pasien Pasien dijelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan dan mengatur posisi pasien sesuai kebutuhan 		

7. Langkah-langkah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Petugas mencuci tangan 2. Petugas membuka lengan baju pasien atau digulung ke atas 3. Petugas memasang manset tensimeter pada lengan atas (3 jari diatas fossa cubiti) dengan pipa karet nya berada di sisi luar lengan. Manset dipasang tidak terlalu kencang atau terlalu longgar 4. Petugas meraba denyut nadi brachialis, lalu stetoskop ditempatkan pada daerah yang terasa denyut nadi 5. Petugas membuka pengunci air raksa 6. Petugas menutup skrup balon karet, selanjutnya balon karet dipompa sampai denyut arteri tidak terdengar lagi dan air raksa didalam pipa gelas naik 7. Petugas membuka skrup balon perlahan-lahan sehingga air raksa turun perlahan, sambil memperhatikan turunnya air raksa dengarkan bunyi denyutan pertama/sistole, dengarkan terus sampai denyutan terakhir/diastole 8. Petugas mencatat hasil pengukuran dan respon pasien
8. Hal-hal yang perlu diperhatikan	Posisi manset dan stetoskop sehingga dapat mendengarkan tekanan systole dan diastole dengan benar
9. Unit terkait	<ol style="list-style-type: none"> 1. Poli umum 2. Polo gigi 3. Rawat inap 4. Ruang KIA/KB 5. UGD 6. Puskesmas Pembantu 7. Ruang VK/Bersalin
8. Dokumen terkait	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rekam medis 2. Catatan tindakan

Lampiran 6

Standar Prosedur Operasional *Brisk Walking Exercise*

A. Waktu dan durasi pelaksanaan *brisk walking exercise*

Waktu pelaksanaan *brisk walking* yang disarankan sekitar 15-30 menit, namun jika belum mampu mencapai waktu tersebut bisa dilakukan secara bertahap. *Brisk walking* dilakukan minimal 1-2 kali seminggu. Efek *brisk walking* dapat dilihat dalam seminggu latihan.

B. Teknik dasar dan tahap *brisk walking exercise*

1. Tahap I melangkahkan satu kaki ke depan

Saat melakukan jalan cepat, secepat apapun ketika berjalan tidak ada kaki yang melayang di udara. Kaki depan harus menyentuh tanah sebelum kaki belakang diangkat. Kesalahan yang sering terjadi pada tahap ini adalah sikap badan terlalu kaku, langkah kaki yang kurang pas, tergesa-gesa, lutut ditekuk, masih terlihat lari karena masih ada saat melayang di udara, kurang adanya keseimbangan dan tidak diikuti gerak lanjut.

2. Tahap II melakukan tarikan kaki belakang ke depan

Pada tahap II, kaki depan menyentuh tanah segera setelah kaki belakang ditarik ke depan untuk melanjutkan langkah-langkah jalan cepat. Bagian tumit menyentuh tanah terlebih dahulu. Hal yang harus dihindari dalam fase ini adalah jangan terlalu kaku ketika melakukan tarikan kaki belakang, langkah kaki jangan terlalu kecil-kecil dan jangan terlalu lebar. Jangan sampai kehilangan keseimbangan.

3. Tahap III relaksasi

Tahap relaksasi adalah tahap antara tahap awal ketika melangkahkan kaki ke depan dan ketika akan melakukan tarikan kaki belakang. Pada tahap ini pinggang berada pada posisi yang sama dengan bahu, sedangkan lengan vertikal dan paralel disamping badan.

4. Tahap IV dorongan

Pada tahap ini adalah gerakan ketika ketiga tahap diatas selesai dilakukan. Tahap dorongan ini adalah mempercepat laju jalan kaki dengan dorongan tenaga secara penuh untuk mendapatkan rentang waktu yang sesingkat-singkatnya ketika melakukan langkah-langkah kaki, namun langkah kaki jangan terlalu pendek dan jangan terlalu panjang, jaga keseimbangan tubuh. (Nadesul, 2011)

C. Hal yang harus diperhatikan

1. Saat melangkahkan kaki, tumpuan kaki harus selalu kontak dengan tanah dan lutut harus dalam keadaan lurus, sebelum kaki yang dilangkahkan mendarat ditanah.
2. Saat mengangkat paha ke depan selalu bersamaan dengan ayunan tangan. Misalnya mengangkat tungkai kaki kiri ke depan, maka di saat yang sama tangan kanan kanan diayunkan ke depan dengan diikuti badan condong ke depan.
3. Pada saat kaki mendarat (misalnya kaki kiri) menyentuh tanah, segera paha tungkai kanan diangkat ke depan bersamaan dengan tangan kiri diayunkan ke depan diikuti dengan badan condong ke depan dan pandangan tetap lurus.
4. Kaki mendarat dimulai dari tumit kemudian berangsur-angsur menuju ke ujung kaki, lutut dalam keadaan lurus.

5. Saat melakukan gerakan pada lengan dan bahu, jangan mengangkatnya terlalu tinggi.
6. Saat berjalan usahakan agar pinggul tetap rendah dan berada di bawah, keadaan ini harus diusahakan tetap stabil, hindari gerakan ke samping yang berlebihan (Nadesul, 2011).

Lampiran 7

**MASTER TABEL PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DEWASA MUDA
DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS BLAHBATUH 1 TAHUN 2019**

KODE	KARAKTERISTIK RESPONDEN			TEKANAN DARAH				SELISIH	
	USIA (th)	JENIS KELAMIN	PEKERJAAN	SISTOLE		DIASTOLE		SISTOLE	DIASTOLE
				PRE	POST	PRE	POST		
1	40	1	1	145	140	95	92	5	3
2	39	1	1	148	145	96	90	3	6
3	40	2	2	155	151	92	89	4	3
4	35	1	2	157	153	97	93	4	4
5	33	1	3	155	150	98	91	5	7
6	38	2	4	158	154	100	90	4	10
7	39	1	4	165	160	108	100	5	8
8	40	1	5	145	141	95	93	4	2
9	40	2	4	150	146	99	95	4	4
10	40	1	5	155	149	102	99	6	3
11	38	1	1	147	143	100	95	4	5
12	37	1	1	152	148	92	89	4	3
13	39	2	4	148	143	95	89	5	6
14	39	1	1	149	145	100	90	4	10
15	36	1	2	145	142	93	89	3	4
16	38	2	5	153	148	94	90	5	4
17	40	1	1	150	145	107	95	5	12
18	40	2	2	152	146	96	93	6	3
19	39	2	4	150	144	95	87	6	8
20	40	1	1	160	153	100	94	7	6

Keterangan :

A. Jenis kelamin

1 = Perempuan

2 = Laki-laki

B. Pekerjaan

1 = IRT

2 = Karyawan Swasta

3 = PNS

4 = Buruh

5 = Pedagang

Lampiran 8

HASIL UJI STATISTIK DATA PENGARUH BRISK WALKING EXERCISE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DEWASA MUDA DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS BLAHBATUH I TAHUN 2019

1. Hasil Karakteristik Responden

usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 33	1	5.0	5.0	5.0
35	1	5.0	5.0	10.0
36	1	5.0	5.0	15.0
37	1	5.0	5.0	20.0
38	3	15.0	15.0	35.0
39	5	25.0	25.0	60.0
40	8	40.0	40.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid IRT	7	35.0	35.0	35.0
karyawan swasta	4	20.0	20.0	55.0
PNS	1	5.0	5.0	60.0
Buruh	5	25.0	25.0	85.0
pedagang	3	15.0	15.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

jenis kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid perempuan	13	65.0	65.0	65.0
laki-laki	7	35.0	35.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

2. Hasil Uji Normalitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
pre sistole	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
pre diastole	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
post sistole	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
post diastole	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
pre sistole	Mean	151.95	1.200	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound Upper Bound	149.44 154.46	
	5% Trimmed Mean	151.61		
	Median	151.00		
	Variance	28.787		
	Std. Deviation	5.365		
	Minimum	145		
	Maximum	165		
	Range	20		
	Interquartile Range	7		
	Skewness	.712	.512	
	Kurtosis	.267	.992	
	pre diastole	Mean	97.70	.987
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	95.63

	for Mean	Upper Bound	99.77	
	5% Trimmed Mean		97.44	
	Median		96.50	
	Variance		19.484	
	Std. Deviation		4.414	
	Minimum		92	
	Maximum		108	
	Range		16	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		.961	.512
	Kurtosis		.687	.992
post sistole	Mean		147.30	1.129
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound Upper Bound	144.94 149.66	
	5% Trimmed Mean		147.00	
	Median		146.00	
	Variance		25.484	
	Std. Deviation		5.048	
	Minimum		140	
	Maximum		160	
	Range		20	
	Interquartile Range		8	
	Skewness		.805	.512
	Kurtosis		.519	.992
post diastole	Mean		92.15	.769
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound Upper Bound	90.54 93.76	
	5% Trimmed Mean		92.00	
	Median		91.50	
	Variance		11.818	
	Std. Deviation		3.438	
	Minimum		87	
	Maximum		100	
	Range		13	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.835	.512
	Kurtosis		.285	.992

3. Hasil Uji Paired T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pre sistole	151.95	20	5.365	1.200
	post sistole	147.30	20	5.048	1.129
Pair 2	pre diastole	97.70	20	4.414	.987
	post diastole	92.15	20	3.438	.769

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pre sistole & post sistole	20	.982	.000
Pair 2	pre diastole & post diastole	20	.770	.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	pre sistole - post sistole	4.650	1.040	.233	4.163	5.137	19.996	19	.000
Pair 2	pre diastole - post diastole	5.550	2.819	.630	4.231	6.869	8.806	19	.000

Lampiran 9



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN**

Alamat : Jalan Pulau Moyo No.33 Pedungan, Denpasar, Telp/Fax: (0361) 725273 / 724563
Website : www.poltekkes-denpasar.ac.id



Nomor : PP.02.02/020/0573/2019

22 Maret 2019

Hal : Mohon Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Provinsi Bali

Di -

Tempat

Sehubungan dengan pembuatan tugas akhir pada mahasiswa semester VIII Program Studi D-IV Keperawatan Poltekkes Denpasar Jurusan keperawatan, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin penelitian di kepada mahasiswa kami an :

Nama : Ni Luh Putu Erna Pramestyandani

NIM : P07120215022

Judul Penelitian :

Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dewasa Muda di Wilayah Kerja UPT Kesmas Blahbatuh I.

Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

I Dw Pt.Gd Putra Yasa, S.Kp., M.Kep, Sp., MB
NIP : 197108141994021001



PEMERINTAH PROVINSI BALI
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU
PINTU

Jalan Raya Puputan, Niti Mandala Denpasar 80235
Telp./Fax (0361) 243804/256905

website: www.dpmpptsp.baliprov.go.id e-mail: dpmpptsp@baliprov.go.id

Nomor : 070/06734/DPMPPTSP-B/2019
Lampiran : -
Perihal : Rekomendasi

Kepada
Yth: Bupati Gianyar
cq. Kepala Badan Kesbang
Linmas Kabupaten Gianyar
di -
Tempat

I. Dasar

1. Peraturan Gubernur Bali Nomor 33 Tahun 2018 Tanggal 15 Mei 2018 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Peraturan Gubernur Bali Nomor 45 Tahun 2018 Tanggal 21 Juni 2018 Tentang Tata Cara Penerbitan Perizinan dan Non Perizinan pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
2. Surat Permohonan dari NI LUH PUTU ERNA PRAMESTYANDANI Nomor PP.02.02/020/0573/2019, tanggal 22 Maret 2019, Perihal Permohonan Izin Penelitian.

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

Nama : NI LUH PUTU ERNA PRAMESTYANDANI
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Dalung Permai Blok H3/38 Lingkungan Surya Bhuana
Judul/bidang : PENGARUH BRISK WALKING EXERCISE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DEWASA MUDA DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS BLAHBATUH I TAHUN 2019
Lokasi Penelitian : WILAYAH KERJA UPT KESMAS BLAHBATUH I
Jumlah Peserta : 20 Orang
Lama Penelitian : 1 Bulan (10 Apr 2019 s/d 11 May 2019)

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

- a. Sebelum melakukan kegiatan agar melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota setempat atau pejabat yang berwenang
- b. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitanya dengan bidang/judul Penelitian. Apabila melanggar ketentuan Rekomendasi/Ijin akan dicabut dihentikan segala kegiatannya.
- c. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat dan budaya setempat.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi/Ijin ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Rekomendasi/Ijin agar ditujukan kepada instansi pemohon.
- e. Menyerahkan hasil kegiatan kepada Pemerintah Provinsi Bali, melalui Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali dan Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bali



**IZIN INI DIKENAKAN
TARIF Rp 0,-**

Denpasar, 02 April 2019

a.n. GUBERNUR BALI
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PTSP PROVINSI BALI



DEWA PUTU MANTERA, SH. MH.
Pembina Utama Muda
NIP. 19621231 198503 1 192

Tembusan kepada Yth.:

1. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi Bali
2. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jalan Manik Nomor 16A Telepon/Faximile 0361 943403
GIANYAR

Nomor : 070/1068/Bid.IV/BKBP/2019 KEPADA
Lampiran : -
Perihal : Ijin/Rekomendasi Penelitian/ Yth : Kepala UPT Kesmas Blahbatuh 1
Survey/ Studi Perbandingan/ Di -
KKL/ KKN/ Kersos/ PKL/ Tempat,
Studi Wisata/ Pengabdian
Masyarakat

Berdasarkan Surat dari Gubernur Bali c.q. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali, Nomor 070/06734/DPMP/TSP-B/2019, Tanggal 02 April 2019, Perihal Rekomendasi Penelitian, dan setelah dilakukan penelitian administrasi rencana kegiatan yang diajukan, maka dapat diberikan Ijin/Rekomendasi Penelitian/ Survey/ Studi Perbandingan/ KKL/ KKN/ Kersos/ PKL/ Studi Wisata/ Pengabdian Masyarakat kepada:

Nama : NI LUH PUTU ERNA PRAMESTYANDANI
Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
Alamat : Dalung Permai Blok H3/38 Lingkungan Surya Bhuana
Bidang/Judul : PENGARUH BRISK WALKING EXERCISE TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DEWASA
MUDA DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS BLAHBATUH 1
TAHUN 2019.
Tempat/lokasi penelitian : UPT Kesmas Blahbatuh 1
Jumlah Peserta : 20 Orang
Lamanya penelitian : 1 Bulan (10 April s/d 11 Mei 2019)

Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan agar melaporkan kedatangannya kepada Camat setempat atau pejabat yang berwenang;
2. Dilarang melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan bidang/judul Penelitian. Apabila melanggar ketentuan, maka Ijin/Rekomendasi akan dicabut dan dihentikan segala kegiatannya;
3. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku, serta mengindahkan norma adat istiadat dan budaya setempat;
4. Apabila masa berlaku Ijin/Rekomendasi ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Ijin/Rekomendasi agar ditujukan kepada instansi pemohon;
5. Menyerahkan 2 (dua) eksemplar dokumen hasil kegiatan kepada Bupati Gianyar melalui Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Gianyar.

DIKELUARKAN DI GIANYAR
PADA TANGGAL 08 APRIL 2019
u.b. BUPATI GIANYAR,
KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KABUPATEN GIANYAR,
u.b. Sekretaris,

Cokorda Gede Putra Darmavuda, SIP., M.Si
Pembina Tingkat I
NIP.19720527 199703 1 007

Tembusan disampaikan kepada Yth.:

1. Bupati Gianyar sebagai laporan;
2. Kepala Kepolisian Resor Gianyar;
3. Komandan Komando Distrik Militer 1616/Gianyar;
4. Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar;
5. Kepala Bappeda dan Litbang Kabupaten Gianyar;
6. Pimpinan Lembaga/Instansi/Rektor yang bersangkutan;
7. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR

DINAS KESEHATAN

UPT KESMAS BLAHBATUH I



Nomor : 440/ 502 /Pusk 2019
Lampiran : -
Perihal : Ijin Rekomendasi Penelitian

Keramas, 20 Mei 2019
Kepada:
Yth. Pimpinan Lembaga/Instansi /
Rektor yang bersangkutan

di -


Denpasar

Dengan Hormat

Sehubungan Surat dari badan kesehatan Bangsa dan Politik No, 070/1086/Bid IV/BKBP/2019 Tanggal 08 April 2019 Perihal, Ijin Rekomendasi Penelitian Survey/ Studi Perbandingan / KKI/ KKN/Kersos / PKL/ Studi Wisata / Pengabdian Masyarakat Telah di berikan ijin pada UPT Kesmas Blahbatu I kepada:

1. Ni luh Putu Erna Pramestyandani
2. Ketut Dian Wahyuni

Demikian surat ini di buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala UPT Kesmas Blahbatuh I

Dr. Ni Made Dahlia
NIP. 19660601 199602 2 001.

Tembusan :

1. Arsip



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)



Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan

Telp : (0361) 710447 FAX : (0361) 710448

Website: www.poltekkes-denpasar.ac.id

PERSETUJUAN ETIK /
ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0227 /2019

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 *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DEWASA MUDA DI WILAYAH KERJA UPT KESMAS BLAHBATUH I TAHUN 2019

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

NI LUH PUTU ERNA PRAMESTYANDANI

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, 8 April 2019

Ketua,



I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp, M.Kep, Sp.MB

Lampiran 10



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN**

Alamat : Jalan Pulau Moyo No.33 Pedungan, Denpasar, Telp/Fax: (0361) 725273 / 724563
Website : www.poltekkes-danpasar.ac.id



BLANKO BIMBINGAN

NAMA : Ni Luh Putu Erna Pramestyandani
 NIM : P07120215022
 JUDUL SKRIPSI : Pengaruh *Stress* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dewasa Muda di Wilayah Kerja UPT Kesmas Blehbatuh I Tahun 2019
 PEMBIMBING : Drs. I Made Widastra, S.Kep., Ners., M.Pd.

HARI/TANGGAL	BIMBINGAN KE	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN
Kamis, 23/5/2019	I	Bimbingan BAB V Hasil Penelitian	- Bahas sesuai dengan responden dewasa muda - Urutkan paragraf : - Teori - Hasil penelitian - Argumen - Cari Teori yang berhubungan	
Senin, 27/5/2019	II	Bimbingan BAB V dan VI	- Review situprotan dan map map keul - Spula tidak terlalu banyak	
Selasa, 28/5/2019	III	Bimbingan BAB V dan VI perbaikan	- Ace map V dan VI - Tunt capinda - Abstrak & Copir selalap	
Rabu, 29/5/2019	IV	Skripsi	- review abstrak dan ringkasan penelitian	
Kamis, 30/5/19	V	Skripsi	- Ace abstrak dan ringkasan penelitian	
Jumat, 31/5/19	VI	Skripsi	- Ace ujian skripsi → adapta !	



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN**

Alamat : Jalan Pulau Moyo No.33 Pedungan, Denpasar, Telp/Fax: (0361) 725273 / 724563
Website : www.poltekkes-denpasar.ac.id



BLANKO BIMBINGAN

NAMA : Ni Luh Putu Erna Pramestyandani
 NIM : 207120215022
 JUDUL SKRIPSI : Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dewasa Muda di Wilayah Kerja UPT Kesmas Blahbatuh 3 Tahun 2019
 PEMBIMBING : I. Wayan Surasta, S.KP., N.Fis

HARI/TANGGAL	BIMBINGAN KE	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN
Jumat 24/5/2019	I	Konsul BAB V dan VI	Perbaiki penulisan tabel. Konsul lengkap.	
Jumat 31/5/2019	II	Revisi BAB V dan VI	Perbaiki penyajian data Perbaiki penulisan yang salah	
Senin, 3/6/2019	III	Revisi BAB V dan VI	Perbaiki tata tulis pada simpulan dan saran Saran sesuai dengan yang ada di keterbatasan dan yang belum dijalankan puskesmas Perbaiki tata tulis tabel	
Rabu, 5/6/2019	IV	Revisi BAB VI Simpulan dan Saran	Sempurnakan penulisan simpulan dan saran Buat abstrak dan ringkasan	



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN

Alamat : Jalan Pulau Moyo No.33 Pedungan, Denpasar, Telp/Fax: (0361) 725273 / 724563
Website : www.poltekkes-denpasar.ac.id



BLANKO BIMBINGAN

NAMA : Ni Luh Putu Erna Pramestyandani.....
NIM : P09120210022.....
JUDUL SKRIPSI : Pengaruh Psik. Malina Gerak Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dewasa Muda di Wilayah Kerja UPT Kesmas Blahbatuh I Tahun 2019.....
PEMBIMBING : I. Wayan Surasta, S.Kp., M.Fis.....

HARI/TANGGAL	BIMBINGAN KE	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN
Kamis, 6/6/2019	V	Bimbingan Skripsi lengkap	Perbaiki abstrak bahasa Inggris Cek lagi tata tulis	
Senin, 10/6/2019	VI	Bimbingan Skripsi lengkap	ace of diujikan	

