

Lampiran 1

**JADWAL KEGIATAN PENELITIAN**  
**GAMBARAN PEMBERIAN TERAPI SENAM YOGA PADA LANSIA**  
**HIPERTENSI DI BANJAR ABIANTIMBUL DESA PEMECUTAN**  
**KELOD DENPASAR BARAT KOTA DENPASAR 2022**

No	Kegiatan	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	Pengumpulan Proposal							■													
3	Seminar Proposal									■	■										
4	Perbaikan Proposal									■	■	■									
5	Pengurusan Ijin Penelitian									■	■	■	■								
6	Pengambilan data									■	■	■	■	■	■	■	■				
7	Penyusunan laporan									■	■	■	■	■	■	■	■				
8	Pengumpulan KTI													■	■	■	■				
9	Ujian Hasil Penelitian KTI																	■	■	■	■
10	Perbaikan Laporan KTI																	■	■	■	■
11	Penyerahan laporan KTI																	■	■	■	■

Lampiran 2

**REALISASI BIAYA PENELITIAN**

**GAMBARAN PEMBERIAN TERAPI SENAM YOGA PADA LANSIA  
HIPERTENSI DI BANJAR ABIANTIMBUL DESA PEMECUTAN  
KELOD DENPASAR BARAT KOTA DENPASAR TAHUN 2022**

No.	Kegiatan	Biaya
<b>A.</b>	<b>Tahap Persiapan</b>	
	Print Proposal BW	Rp. 50.000,00
	Print Berwarna	Rp. 4.000,00
	ATK untuk Proposal	Rp. 50.000,00
	Kuota Internet	Rp. 250.000,00
	Materai 10000	Rp. 11.000,00
	Jilid Proposal	Rp. 50.000,00
<b>B.</b>	<b>Tahap Pelaksanaan</b>	
	Lembar Pengumpulan Data	Rp. 20.000,00
<b>C.</b>	<b>Tahap Akhir</b>	
	Laporan KTI	Rp. 75.000,00
	ATK KTI	Rp. 50.000,00
	Penggandaan KTI	Rp. 225.000,00
	Revisi KTI	Rp. 75.000,00
	Jilid KTI	Rp. 150.000,00
Total Keseluruhan		Rp. 1.010.000,00

Lampiran 3

### LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Yth. Bapak/Ibu Calon Responden

Di-

Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar

Dengan hormat

Saya mahasiswi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar semester VI bermaksud akan melakukan penelitian tentang **“Gambaran Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022”** sebagai persyaratan dalam memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D-III Keperawatan. Berkaitan dengan hal tersebut diatas, saya mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi penelitian ini.

Demikian permohonan ini saya sampaikan dan atas partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Denpasar, 2022

Ni Kadek Kusumawati  
NIM. P07120019025

Lampiran 4

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Judul Penelitian : Gambaran Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022

Peneliti : Ni Kadek Kusumawati

NIM : P07120019025

Pembimbing : 1. Ketut Sudiantara, A.Per Pen.,S.Kep.,Ns.,M.Kes  
2. I Ketut Gama, SKM.,M.Kes

Saya telah diminta dalam memberikan persetujuan untuk berperan serta dalam penelitian **“Gambaran Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022”** yang dilakukan oleh Ni Kadek Kusumawati, saya mengerti bahwa catatan atau data mengenai penelitian ini akan dirahasiakan. Kerahasiaan ini akan dijamin selegal mungkin, semua berkas yang dicantumkan identitas subjek penelitian akan digunakan dalam data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian ini.

Denpasar, 2022  
Responden

( ..... )

Lampiran 5

**PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Yang terhormat Bapak/Ibu, 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	Gambaran Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022
Peneliti Utama	Ni Kadek Kusumawati
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan
Peneliti Lain	-
Lokasi Penelitian	Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar
Sumber Pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022. Jumlah responden sebanyak 44 sampel dengan syarat penderita hipertensi berusia 60-75 tahun di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar, responden yang memiliki tekanan darah  $\geq 140$  mmHg, penderita hipertensi yang bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan dan responden yang tidak termasuk syarat

yaitu penderita hipertensi yang sedang dirawat di Rumah Sakit saat dilakukan penelitian dan pasien yang memiliki gangguan saat duduk. Pada penelitian ini akan memberikan intervensi yaitu pemberian terapi senam yoga yang diberikan kepada responden.

Kepesertaan dalam penelitian ini tidak secara langsung memberikan manfaat kepada peserta penelitian. Tetapi dapat memberikan gambaran informasi lebih banyak tentang senam yoga. Pada responden yang jarang melakukan aktivitas olahraga mungkin awal-awal akan mengalami sedikit pegal-pegal namun hal tersebut dapat diatasi dengan melakukan pemijatan dengan lembut. Untuk mencegah terjadinya pegal-pegal sebelum melakukan gerakan akan dilakukan pemanasan terlebih dahulu dan diakhiri dengan pendinginan. Dan bagi peserta akan mendapatkan informasi mengenai manfaat dari senam yoga pada penderita hipertensi.

Atas kesediaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang telah 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 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 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/\*Wali setelah Bapak/Ibu benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu akan diberi salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi 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 Kadek Kusumawati **dengan No HP. 083114963658.**

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/Wali.**

Peserta/Subjek Penelitian

Denpasar,

2022

Peneliti,

(.....)

(Ni Kadek Kusumawati)  
NIM.P07120019025

Lampiran 6

**LEMBARAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN GAMBARAN  
PEMBERIAN TERAPI SENAM YOGA PADA LANSIA HIPERTENSI  
DI BANJAR ABIANTIMBUL DESA PEMECUTAN KELOD  
DENPASAR BARAT KOTA DENPASAR  
TAHUN 2022**

---

Kode Responden

Petunjuk Pengisian :

1. Jawablah pertanyaan pertanyaan dibawah ini sesuai dengan pendapat saudara!
2. Isilah pada kolom yang tersedia dengan cara memberi tanda (√) pada kolom sesuai pilihan anda.

**A. Karakteristik Responden**

1. Nama (Inisial) :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :  Perempuan  Laki-laki
4. Pendidikan
5. Pekerjaan :



Lampiran 7

**LEMBAR DOKUMENTASI TEKANAN DARAH**

<b>Kode Responden</b>	<b>Nama (Inisial)</b>	<b>TD Sebelum Terapi Senam Yoga</b>	<b>TD Setelah Terapi Senam Yoga</b>

## SOP

**GAMBARAN PEMBERIAN TERAPI SENAM YOGA PADA LANSIA  
HIPERTENSI DI BANJAR ABIANTIMBUL DESA PEMECUTAN  
KELOD DENPASAR BARAT KOTA DENPASAR TAHUN 2022**

No	SOP	Dilakukan	
		Ya	Tidak
1.	A. Persiapan Alat 1. Matras		
2.	B. Tahap Kerja 1. Menyiapkan masing-masing matras yang disediakan 2. Mengatur posisi 3. Gerakan pertama <i>sukhasana</i> : dilakukan dengan duduk bersila rileks dengan menarik dan menghembuskan nafas secara perlahan 4. Gerakan kedua <i>shoulder stretch</i> : yang dilakukan dengan duduk bersimpuh dan menarik tangan ke belakang. 5. Gerakan ketiga <i>standing spread leg forward fold</i> : posisi tubuh berdiri kaki dilebarkan dan tangan didorong ke depan. 6. Gerakan keempat <i>bidalaksana</i> : Posisi gerakan ini yaitu seperti kucing, tarik nafas sambil melengkungkan punggung keatas lalu buang nafas perlahan. 7. Gerakan kelima <i>ardha matsyendrasana</i> : posisi duduk bersila dan memutar badan ke kanan dan kiri. 8. Gerakan keenam <i>anuloma viloma</i> : teknik bernafas ini menghirup dengan satu lubang hidung kiri, dan dikeluarkan dengan lubang kanan. Lakukan hal ini secara bergantian.		
3.	C. Tahap Terminasi 1. Rapikan alat-alat		

**MASTER TABEL**  
**GAMBARAN PEMBERIAN TERAPI SENAM YOGA PADA LANSIA HIPERTENSI**  
**DI BANJAR ABIANTIMBUL DESA PEMECUTAN KELOD**  
**DENPASAR BARAT KOTA DENPASAR TAHUN 2022**

Kode	Umur	JK	Pendidikan	Pekerjaan	TD Sebelum	Kategori	Kode	TD Sesudah	Kategori	Kode
001	1	1	2	4	140/90	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
002	3	1	1	4	140/100	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2
003	1	1	2	4	150/80	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
004	3	1	2	3	150/100	HT Derajat I	3	140/80	HT Derajat I	3
005	3	1	1	4	140/90	HT Derajat I	3	130/70	Pra-Hipertensi	2
006	1	1	2	4	140/100	HT Derajat I	3	140/90	HT Derajat I	3
007	3	1	1	3	160/100	HT Derajat II	4	150/80	HT Derajat I	3
008	1	1	2	4	140/80	HT Derajat I	3	130/70	Pra-Hipertensi	2
009	1	1	1	2	140/90	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2
010	1	1	3	4	160/100	HT Derajat II	4	150/90	HT Derajat I	3
011	2	1	1	3	140/90	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2
012	1	1	3	3	150/80	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
013	1	1	1	2	160/90	HT Derajat II	4	150/90	HT Derajat I	3
014	1	1	3	2	150/100	HT Derajat I	3	130/90	Pre Hipertensi	2
015	2	1	1	4	140/90	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
016	3	1	1	4	150/100	HT Derajat I	3	140/80	HT Derajat I	3
017	1	1	2	4	150/90	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
018	1	1	3	1	160/100	HT Derajat II	4	150/80	HT Derajat I	3
019	1	1	4	3	150/90	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2

020	1	1	3	1	140/90	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
021	1	1	1	2	150/100	HT Derajat I	3	150/90	HT Derajat I	3
022	2	1	4	1	140/90	HT Derajat I	3	120/80	Pra-Hipertensi	2
023	3	1	1	4	160/100	HT Derajat II	4	160/90	HT Derajat II	4
024	2	1	4	1	150/90	HT Derajat I	3	140/90	HT Derajat I	3
025	2	1	2	4	140/80	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
026	1	2	1	1	140/100	HT Derajat I	3	140/90	HT Derajat I	3
027	3	2	1	4	160/90	HT Derajat II	4	150/90	HT Derajat I	3
028	3	2	1	4	140/100	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
029	2	2	1	2	170/110	HT Derajat II	4	150/100	HT Derajat I	3
030	2	2	3	3	140/80	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2
031	2	2	4	1	140/90	HT Derajat I	3	120/80	Pra-Hipertensi	2
032	3	2	2	3	160/110	HT Derajat II	4	160/100	HT Derajat II	4
033	3	2	1	3	140/90	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
034	1	2	3	1	150/100	HT Derajat I	3	140/90	HT Derajat I	3
035	2	2	2	2	140/100	HT Derajat I	3	120/60	Pra-Hipertensi	2
036	1	2	1	2	150/100	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2
037	2	2	3	1	140/90	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
038	1	2	1	3	150/90	HT Derajat I	3	130/90	Pra-Hipertensi	2
039	2	2	1	2	140/100	HT Derajat I	3	130/80	Pra-Hipertensi	2
040	2	2	1	2	150/110	HT Derajat I	3	140/90	HT Derajat I	3
041	2	2	1	3	140/100	HT Derajat I	3	120/80	Pra-Hipertensi	2
042	1	2	3	2	150/110	HT Derajat I	3	150/90	HT Derajat I	3
043	2	2	1	2	150/100	HT Derajat I	3	140/80	HT Derajat I	3
044	3	2	3	1	160/90	HT Derajat II	4	160/100	HT Derajat II	4

Umur	Jenis Kelamin	Klasifikasi Tekanan Darah
Kode 1 = 60-65 tahun	Kode 1 = Perempuan	Kode 1 = Normal (<120/80 mmHg)
Kode 2 = 66-70 tahun	Kode 2 = Laki-laki	Kode 2 = Pre Hipertensi (120-139/81-89 mmHg)
Kode 3 = 71-79 tahun		Kode 3 = Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)
		Kode 4 = Hipertensi Derajat II ( $\geq$ 160/100 mmHg)

Pendidikan	Pekerjaan
Kode 1 = SD	Kode 1 = Pensiunan
Kode 2 = SMP	Kode 2 = Karyawan Swasta
Kode 3 = SMA	Kode 3 = Wirausaha
Kode 4 = Perguruan Tinggi	Kode 4 = Ibu Rumah Tangga (IRT)

Kode 1 = Normal (<120/80 mmHg)  
 Kode 2 = Pre Hipertensi (120-139/81-89 mmHg)  
 Kode 3 = Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)  
 Kode 4 = Hipertensi Derajat II ( $\geq$ 160/100 mmHg)

**HASIL ANALISIS DATA PENELITIAN****GAMBARAN PEMBERIAN TERAPI SENAM YOGA PADA LANSIA HIPERTENSI DI BANJAR ABIANTIMBUL DESA PEMECUTAN KELOD DENPASAR BARAT KOTA DENPASAR TAHUN 2022****UMUR**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60-64	19	43.2	43.2	43.2
	65-69	14	31.8	31.8	75.0
	70-74	11	25.0	25.0	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

**JENIS\_KELAMIN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	25	56.8	56.8	56.8
	Laki-Laki	19	43.2	43.2	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

**PENDIDIKAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	21	47.7	47.7	47.7
	SMP	9	20.5	20.5	68.2
	SMA	10	22.7	22.7	90.9
	PERGURUAN TINGGI	4	9.1	9.1	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

**PEKERJAAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pensiunan	9	20.5	20.5	20.5
	Karyawan Swasta	11	25.0	25.0	45.5
	Wirausaha	10	22.7	22.7	68.2
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	14	31.8	31.8	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

### TD\_SEBELUM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)	35	79.5	79.5	79.5
	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)	9	20.5	20.5	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

### TD\_SESUDAH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pre Hipertensi (120-139/81-89 mmHg)	25	56.8	56.8	56.8
	Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)	16	36.4	36.4	93.2
	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)	3	6.8	6.8	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

### Crosstab Umur Dan Tekanan Darah Sebelum

		TD_SEBELUM		Total	
		Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)		
UMUR	60-64	Count	16	3	19
		% within UMUR	84.2%	15.8%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	45.7%	33.3%	43.2%
		% of Total	36.4%	6.8%	43.2%
	65-69	Count	13	1	14
		% within UMUR	92.9%	7.1%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	37.1%	11.1%	31.8%
		% of Total	29.5%	2.3%	31.8%
	70-74	Count	6	5	11
		% within UMUR	54.5%	45.5%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	17.1%	55.6%	25.0%
		% of Total	13.6%	11.4%	25.0%
Total		Count	35	9	44
		% within UMUR	79.5%	20.5%	100.0%

	% within TD_SEBELUM	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	79.5%	20.5%	100.0%

### Crosstab Umur Dan Tekanan Darah Sesudah

	UMUR		TD_SESUDAH			Total
			Pre Hipertensi (120-139/81-89 mmHg)	Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)	
	60-64	Count	11	8	0	19
		% within UMUR	57.9%	42.1%	0.0%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	44.0%	50.0%	0.0%	43.2%
		% of Total	25.0%	18.2%	0.0%	43.2%
	65-69	Count	10	4	0	14
		% within UMUR	71.4%	28.6%	0.0%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	40.0%	25.0%	0.0%	31.8%
		% of Total	22.7%	9.1%	0.0%	31.8%
	70-74	Count	4	4	3	11
		% within UMUR	36.4%	36.4%	27.3%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	16.0%	25.0%	100.0%	25.0%
		% of Total	9.1%	9.1%	6.8%	25.0%
Total	Count	25	16	3	44	
	% within UMUR	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%	
	% within TD_SESUDAH	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%	

### Crosstab Jenis Kelamin Dan Tekanan Darah Sebelum

	JENIS_	KELAMIN		TD_SEBELUM		Total
				Hipertensi Derajat I (140-159/90-99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)	
	Perempuan	Count	20	5	25	
		% within JENIS_KELAMIN	80.0%	20.0%	100.0%	
		% within TD_SEBELUM	57.1%	55.6%	56.8%	
		% of Total	45.5%	11.4%	56.8%	
	Laki-Laki	Count	15	4	19	
		% within JENIS_KELAMIN	78.9%	21.1%	100.0%	
		% within TD_SEBELUM	42.9%	44.4%	43.2%	



	% of Total	34.1%	9.1%	43.2%
Total	Count	35	9	44
	% within JENIS_KELAMIN	79.5%	20.5%	100.0%
	% within TD_SEBELUM	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	79.5%	20.5%	100.0%

### Crosstab Jenis Kelamin Dan Tekanan Darah Sesudah

		TD_SESUDAH			Total	
		Pre Hipertensi (120- 139/81-89 mmHg)	Hipertensi Derajat I (140- 159/90-99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)		
JENIS_ KELAMIN	Peremp uan	Count	15	9	1	25
		% within JENIS_KELAMIN	60.0%	36.0%	4.0%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	60.0%	56.3%	33.3%	56.8%
		% of Total	34.1%	20.5%	2.3%	56.8%
Laki-Laki		Count	10	7	2	19
		% within JENIS_KELAMIN	52.6%	36.8%	10.5%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	40.0%	43.8%	66.7%	43.2%
		% of Total	22.7%	15.9%	4.5%	43.2%
Total		Count	25	16	3	44
		% within JENIS_KELAMIN	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%

### Crosstab Pendidikan Dan Tekanan Darah Sebelum

		TD_SEBELUM			Total
		Hipertensi Derajat I (140- 159/90-99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)		
PENDIDIKAN	SD	Count	16	5	21
		% within PENDIDIKAN	76.2%	23.8%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	45.7%	55.6%	47.7%
		% of Total	36.4%	11.4%	47.7%
	SMP	Count	8	1	9
		% within PENDIDIKAN	88.9%	11.1%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	22.9%	11.1%	20.5%
		% of Total	18.2%	2.3%	20.5%
	SMA	Count	7	3	10
		% within PENDIDIKAN	70.0%	30.0%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	20.0%	33.3%	22.7%
		% of Total	15.9%	6.8%	22.7%
PERGURU AN TINGGI	Count	4	0	4	
	% within PENDIDIKAN	100.0%	0.0%	100.0%	
	% within TD_SEBELUM	11.4%	0.0%	9.1%	
	% of Total	9.1%	0.0%	9.1%	
Total	Count	35	9	44	
	% within PENDIDIKAN	79.5%	20.5%	100.0%	
	% within TD_SEBELUM	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	79.5%	20.5%	100.0%	

### Crosstab Pendidikan Dan Tekanan Darah Sesudah

		TD_SESUDAH			Total
		Pre Hipertensi (120- 139/81-89 mmHg)	Hipertensi Derajat I (140- 159/90-99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)	
PENDIDIKAN	SD	Count	11	9	1
		% within PENDIDIKAN	52.4%	42.9%	4.8%
		% within TD_SESUDAH	44.0%	56.3%	33.3%
		% of Total	25.0%	20.5%	2.3%
SMP	Count	6	2	1	

	% within PENDIDIKAN	66.7%	22.2%	11.1%	100.0%
	% within TD_SESUDAH	24.0%	12.5%	33.3%	20.5%
	% of Total	13.6%	4.5%	2.3%	20.5%
SMA	Count	5	4	1	10
	% within PENDIDIKAN	50.0%	40.0%	10.0%	100.0%
	% within TD_SESUDAH	20.0%	25.0%	33.3%	22.7%
	% of Total	11.4%	9.1%	2.3%	22.7%
PERGURU AN TINGGI	Count	3	1	0	4
	% within PENDIDIKAN	75.0%	25.0%	0.0%	100.0%
	% within TD_SESUDAH	12.0%	6.3%	0.0%	9.1%
	% of Total	6.8%	2.3%	0.0%	9.1%
Total	Count	25	16	3	44
	% within PENDIDIKAN	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%
	% within TD_SESUDAH	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%

### Crosstab Pekerjaan Dan Tekanan Darah Sebelum

		TD_SEBELUM		Total	
		Hipertensi Derajat I (140-159/90- 99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)		
PEKERJA AN	Pensiunan	Count	7	2	9
		% within PEKERJAAN	77.8%	22.2%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	20.0%	22.2%	20.5%
		% of Total	15.9%	4.5%	20.5%
Karyawan Swasta		Count	9	2	11
		% within PEKERJAAN	81.8%	18.2%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	25.7%	22.2%	25.0%
		% of Total	20.5%	4.5%	25.0%
Wirausaha		Count	8	2	10
		% within PEKERJAAN	80.0%	20.0%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	22.9%	22.2%	22.7%
		% of Total	18.2%	4.5%	22.7%
Ibu Rumah Tangga (IRT)		Count	11	3	14
		% within PEKERJAAN	78.6%	21.4%	100.0%
		% within TD_SEBELUM	31.4%	33.3%	31.8%
		% of Total	25.0%	6.8%	31.8%
Total	Count	35	9	44	

% within PEKERJAAN	79.5%	20.5%	100.0%
% within TD_SEBELUM	100.0%	100.0%	100.0%
% of Total	79.5%	20.5%	100.0%

### Crosstab Crosstab Pekerjaan Dan Tekanan Darah Sesudah

			TD_SESUDAH			Total
			Pre Hipertensi (120-139/81- 89 mmHg)	Hipertensi Derajat I (140-159/90- 99 mmHg)	Hipertensi Derajat II (≥160/100 mmHg)	
PEKERJ AAN	Pensiunan	Count	4	4	1	9
		% within PEKERJAAN	44.4%	44.4%	11.1%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	16.0%	25.0%	33.3%	20.5%
		% of Total	9.1%	9.1%	2.3%	20.5%
	Karyawan Swasta	Count	5	6	0	11
		% within PEKERJAAN	45.5%	54.5%	0.0%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	20.0%	37.5%	0.0%	25.0%
		% of Total	11.4%	13.6%	0.0%	25.0%
	Wirusaha	Count	7	2	1	10
		% within PEKERJAAN	70.0%	20.0%	10.0%	100.0%
		% within TD_SESUDAH	28.0%	12.5%	33.3%	22.7%
		% of Total	15.9%	4.5%	2.3%	22.7%
Ibu Rumah Tangga (IRT)	Count	9	4	1	14	
	% within PEKERJAAN	64.3%	28.6%	7.1%	100.0%	
	% within TD_SESUDAH	36.0%	25.0%	33.3%	31.8%	
	% of Total	20.5%	9.1%	2.3%	31.8%	
Total	Count	25	16	3	44	
	% within PEKERJAAN	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%	
	% within TD_SESUDAH	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	56.8%	36.4%	6.8%	100.0%	

Lampiran 11

**BUKTI VALIDASI BIMBINGAN**

Data Skripsi Mahasiswa				
N I M	P07120019025			
Nama Mahasiswa	Ni Kadek Kusumawati			
Info Akademik	Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi D-III Keperawatan Semester : 6			

  

Bimbingan				
No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Pengarahan melalui zoom	28 Des 2021	✓
2	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Pengajuan judul	3 Jan 2022	✓
3	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Pengajuan Judul dan Latar Belakang	10 Jan 2022	✓
4	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Pengajuan Judul dan Bab I	4 Feb 2022	✓
5	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisian Bab I	7 Feb 2022	✓
6	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	ACC BAB I	9 Feb 2022	✓
7	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan BAB II dan III	11 Feb 2022	✓
8	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisian BAB II dan III Bimbingan BAB IV	14 Feb 2022	✓
9	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisian BAB IV	16 Feb 2022	✓
10	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Pengarahan melalui zoom	15 Des 2021	✓
11	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Penyampaian Masalah	30 Des 2021	✓
12	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Pengajuan Judul dan BAB I	3 Jan 2022	✓
13	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Pengajuan Judul dan BAB I	12 Jan 2022	✓
14	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Pengajuan Judul dan BAB I	4 Feb 2022	✓
15	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan Revisian BAB I dan Bimbingan BAB II	16 Feb 2022	✓
16	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisian BAB I-IV	21 Feb 2022	✓
17	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan BAB III dan BAB IV	21 Feb 2022	✓
18	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan revisian BAB I-IV	25 Feb 2022	✓
19	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan BAB V	28 Apr 2022	✓
20	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisian BAB V	29 Apr 2022	✓
21	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan BAB VI	4 Mei 2022	✓
22	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisian BAB VI	9 Mei 2022	✓
23	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Abstrak dan Ringkasan Penelitian	10 Mei 2022	✓
24	196808031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan serta ACC KTI	11 Mei 2022	✓
25	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan BAB V	29 Apr 2022	✓
27	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan Revisian BAB V	5 Mei 2022	✓
28	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan BAB VI	6 Mei 2022	✓
29	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan Revisian BAB VI	9 Mei 2022	✓
30	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan Abstrak dan Ringkasan Penelitian	10 Mei 2022	✓
31	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Bimbingan serta ACC KTI	11 Mei 2022	✓

Lampiran 12 Surat Persetujuan Etik



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**  
**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)  
Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan  
Telp : (0361) 710447 Faximilli : (0361) 710448  
Laman (website) : [www.poltekkes-denpasar.ac.id](http://www.poltekkes-denpasar.ac.id)



**PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL**

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0279 /2022

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

Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022

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

Ni Kadek Kusumawati

**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, 28 April 2022

Ketua,



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



**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/Faksimile : (0361) 725273 / 724563

Laman (website) : [www.poltekkes-denpasar.ac.id](http://www.poltekkes-denpasar.ac.id)



Nomor : KH.03.02/020/0047/2022  
Hal : Mohon ijin Pengambilan Data

14 Januari 2022

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar  
di.  
Tempat

Sehubungan dengan pembuatan tugas akhir pada mahasiswa semester VI Program Studi D.III Keperawatan Poltekkes Denpasar Jurusan keperawatan, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin pengambilan data pendukung/study pendahuluan penelitian kepada mahasiswa kami an :

NO	NAMA	NIM	DATA YG DIAMBIL
1	Ni Kadek Kusumawati	P07120019025	Angka kejadian Hipertensi di UPTD Puskesmas II Denpasar Barat

Demikian kami sampaikan atas perkenannya kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

**Ners. I Made Sukarja, S.Kep.M.Kep**

NIP. 196812311992031020

Tembusan:

1. Kepala UPTD Puskesmas II Denpasar Barat
2. Arsip



**PEMERINTAHAN KOTA DENPASAR**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
**JALAN BELITON NO.1 TELEPON 234648 DENPASAR**

<https://www.denpasarkota.go.id/> email : [kesbangpol@denpasarkota.go.id](mailto:kesbangpol@denpasarkota.go.id)

Nomor : 070/415/BKBP Kepada  
Lampiran : - Yth. Pebekekel Desa Pemecutan Kelod  
Perihal : **Rekomendasi Penelitian** di-

**Denpasar**

I. Dasar:

1. 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.
2. Peraturan Daerah Kota Denpasar Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah (Lembaran Daerah Kota Denpasar Tahun 2016 Nomor 8. Tambahan Lembaran Daerah Kota Denpasar Nomor 8).
3. Peraturan Walikota Denpasar Nomor 43 Tahun 2016 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Serta Tata Kerja Sekretariat Daerah, Staf Ahli, Sekretariat Dewan Perwakilan Daerah, Inspektorat, Badan Daerah dan Rumah Sakit Umum Daerah Kota Denpasar (Berita Daerah Kota Denpasar Tahun 2016 Nomor 43).
4. Peraturan Walikota Denpasar Nomor 12 Tahun 2017 Tentang Uraian Tugas Jabatan pada Sekretariat Daerah, Staf Ahli, Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah Inspektorat, Badan Daerah dan Rumah Sakit Daerah.

II. Memperhatikan:

Surat Rekomendasi dari Politeknik Kesehatan Denpasar. Jurusan Keperawatan Nomor : KH.03.02/020/0269/2022, tanggal 14 Maret 2022, Perihal : Mohon Ijin Penelitian

III. Setelah Mempelajari dan Meneliti Rencana Kegiatan yang diajukan, maka Walikota Denpasar memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : Ni Kadek Kusumawati  
Alamat : Dusun Gunung Rata Desa Getakan  
Status Peneliti : Mahasiswa  
Judul Penelitian : Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022  
Lokasi Penelitian : Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat  
Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022  
Bidang Peneliti : Kesehatan  
Jumlah Peserta : 1 Orang  
Lama Penelitian : 1 Bulan (04 April 2022 - 29 April 2022)

IV. Dalam Melakukan Kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut:

1. Sebelum mengadakan penelitian/kerja praktek agar melapor kepada Atasan/Kepala Instansi bersangkutan



2. Selesai mengadakan penelitian melapor kembali kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar.
3. Menyerahkan 1 (satu) exemplar hasil penelitian tersebut kepada Pemerintah Kota Denpasar (Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar)
4. Dilarang melakukan kegiatan diluar dari pada kegiatan tujuan yang telah ditetapkan dan pelanggaran terhadap ketentuan di atas, ijin ini akan dicabut dan menghentikan segala kegiatannya.
5. Para Peneliti, Survey, Study Perbandingan, KKN, KKL, mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku di Daerah setempat.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 06 April 2022

An Walikota Denpasar

Ulu Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan  
Politik Kota Denpasar

Politik Kota Denpasar

Sekretaris



Wayan Wirawan, S.Sos, M.Si

NIP. 196501011986021014

Tembusan disampaikan :

1. Walikota Denpasar (sebagai laporan)
2. Camat Denpasar Barat
3. Yang Bersangkutan
4. Arsip



PEMERINTAH KOTA DENPASAR  
KECAMATAN DENPASAR BARAT  
DESA PEMECUTAN KELOD

Jl. Imambonjol No.430 , Telepon (0361) 471 7562, Kode Pos 80119

Denpasar, 11 April 2022

Nomor : 098 / IV / 2022  
Lampiran : -  
Perihal : SURAT REKOMENDASI

Kepada :  
Yth. -  
Kepala Dusun  
Se-Desa Pemecutan Kelod  
Di  
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Pemerintah Kota Denpasar Badan Kesatuan Bangsa dan Politik, Nomor 070/415/BKBP, tanggal 06 Februari 2022, Perihal Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian kepada :

Nama : NI KADEK KUSUMAWATI  
Tugas : Pemberian Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi di Banjar Abiantimbul  
Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022  
Bidang Kegiatan : Kesehatan  
Jumlah Peserta : 1 (satu) orang  
Lama Penelitian : 1 Bulan (04 April 2022 – 29 April 2022)

Dengan ini kami memberikan ijin rekomendasi Kepada Petugas / Peneliti tersebut diatas untuk melaksanakan Survey di wilayah Desa Pemecutan Kelod.

Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih

Denpasar, 11 April 2022

PERBEKEL DESA PEMECUTAN KELOD





**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



**BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI  
SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN AKHIR PROGRAM (UAP)  
PRODI D III KEPERAWATAN POLTEKKES DENPASAR**

Nama Mahasiswa : Ni Kadek Kusumawati  
NIM : P07120019025

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik	11/5-2022		Bunatih
2	Perpustakaan	11/5-2022		Aesa Nyoman Triwijaya
3	Laboratorium	11/5 2022		Suandarni
4	HMJ	11/5 2022		I Gede Oka Kusumajaya
5	Keuangan	11/5-2022		I. A Suabdi
6	Administrasi umum/ perlengkapan	11/5-2022		I. A Kt Ait

**Keterangan :**

Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Akhir Program (UAP) jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar, Mei 2022  
Ketua Jurusan Keperawatan,



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

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Kusumawati  
NIM : P07120019025  
Program Studi : D-III Keperawatan  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2021/2022  
Alamat : Jalan Ayani Utara Gang Wahyu No. 6  
Nomor HP/Email : 083114963658/kusumawatii69@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa Tugas Akhir dengan Judul:

“Gambaran Pemberian Terapi Senam Yoga Pada Lansia Hipertensi Di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2022”

1. Dan Menyetujuinya 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.
2. 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, 30 Mei 2022

Yang menyatakan,



Ni Kadek Kusumawati  
NIM : P07120019025