

Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN PENELITIAN PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS I DENPASAR UTARA TAHUN 2022

[illegible]

Lampiran 2

Anggaran Biaya Penelitian

Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022

Alokasi dana yang diperlukan dalam penelitian ini direncanakan sebagai berikut:

No	Kegiatan	Rencana Biaya
1	Tahap persiapan a. Penyusunan Proposal Penelitian b. Presentasi Proposal Penelitian c. Revisi Proposal Penelitian	 Rp. 20.000,00 Rp. 30.000,00 Rp. 35.000,00
2	Tahap pelaksanaan a. Pengurusan ijin penelitian b. Penggandaan lembar persetujuan dan pengumpulan data c. Jasa responden d. Enumerator e. Transportasi	 Rp. 200.000,00 Rp. 150.000,00 Rp. 700.000,00 Rp. 300.000,00 Rp. 250.000,00
3	Tahap akhir a. Penggandaan laporan penelitian b. Revisi laporan penelitian c. Jilid cover laporan penelitian d. Biaya tidak terduga	 RP. 250.000,00 Rp. 200.000,00 Rp. 40.000,00 Rp. 250.000,00
Jumlah		Rp. 1.725.000,00

Lampiran 3

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth. Saudara/i Calon Responden

Di –

Tempat

Dengan hormat,

Saya, mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar semester VIII bermaksud melakukan penelitian tentang “**Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022**” sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program studi Sarjana Terapan Keperawatan. Berkaitan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan Saudara/I untuk mejadi responden yang merupakan sumber informasi bagi penelitian ini. Informasi yang Saudara/I berikan akan dijaga kerahasiaannya.

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

Denpasar, 2022

Peneliti

Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi
NIM. P07120218012

Lampiran 4

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 <i>Brisk Walking Exercise</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022
Peneliti Utama	Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Peneliti Lain	-
Lokasi Penelitian	Puskesmas I Denpasar Utara
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Brisk Walking Exercise* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas I Denpasar Utara tahun 2022. Jumlah peserta sebanyak 34 orang dengan syaratnya yaitu kriteria inklusi, pasien hipertensi di Puskesmas I Denpasar Utara yang bersedia menjadi responden, pasien hipertensi berusia ≥ 18 tahun sampai 60 tahun,

pasien hipertensi dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, pasien hipertensi yang belum pernah melakukan *brisk walking exercise*, pasien hipertensi yang tidak mengikuti kegiatan senam ataupun yoga, bisa melakukan komunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi, pasien hipertensi yang memiliki penyakit penyerta (DM, kanker, dll), pasien hipertensi yang mengundurkan diri pada saat penelitian berlangsung.

Peserta akan melakukan *brisk walking exercise* selama 30 menit dengan kecepatan rata-rata mencapai 4 km/jam selama 2 minggu dengan frekuensi 4 kali dalam seminggu. Di hari pertama sebelum melakukan *brisk walking exercise* terlebih dahulu tekanan darah peserta diukur kemudian hasilnya akan dicatat. Kemudian tekanan darah akan diukur kembali setelah selesai melakukan *brisk walking exercise* di hari terakhir.

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 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’ 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, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/Adi

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti: Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi dengan no HP: 081999961584

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.**

Peserta/ Subyek Penelitian,

Wali,

Tanggal: / /

Tanggal: / /

Hubungan dengan Peserta/ Subyek Penelitian:

Peneliti

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

SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR)

PENGUKURAN TEKANAN DARAH

A. Alat

1. Tensimeter manual
2. Manset besar

B. Prosedur Pengukuran Tensimeter Manual

1. Pertama, duduk dengan tenang dan rileks selama kurang lebih lima menit
2. Jelaskan manfaat relaksasi, agar mendapatkan nilai pengukuran yang stabil
3. Pasang manset dengan ukuran sesuai dengan lengan, dengan tepi bawah manset berjarak 2.5 cm dari siku
4. Letakkan tangan diatas meja dengan posisi yang sama dengan jantung
5. Pada bagian yang terpasang maset harus bebas dari apapun
6. Lakukan pengukuran dengan tangan berada diatas meja dan telapak tangan menghadap ke atas
7. Rasakan denyut nadi di lipatan lengan, pompa alat sampai denyut nadi tidak terasa, lalu pompa lagi sampai tekanan meningkat hingga 30mmHg diatas nilai ketika tekanan nadi tidak terasa
8. Taruh stetoskop pada denyut nadi dan lepas pompa secara perlahan dengarkan suara denyut nadi

9. Catat tekanan darah sistolik, yaitu nilai tekanan pada saat denyutan nadi pertama dan tekanan sistolik ketika bunyi denyut nadi teratur tidak terdengar kembali
10. Pengukuran tekanan darah sebaiknya dilakukan dua kali. Pengukuran yang kedua dilakukan setelah selang waktu dua menit dari pengukuran sebelumnya
11. Apabila terdapat perbedaan dari hasil pengukuran yang pertama dan kedua sebanyak 10 mmHg atau lebih maka harus dilakukan pengukuran lagi
12. Apabila pasien tidak memungkinkan untuk duduk, pengukuran bisa dilakukan dengan posisi tidur, kemudian catat kondisi tersebut pada lembar catatan

Lampiran 6

SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR)

BRISK WALKING EXERCISE

Pengertian

Latihan aktivitas fisik sedang dengan Teknik jalan cepat yang dilakukan selama 20 sampai 30 menit dengan kecepatan 4 sampai 6 km/jam.

Tujuan :

- a. Merelaksasikan otot-otot dan persendian
- b. Mengiatkan kerja pompa jantung
- c. Melancarkan aliran darah tubuh
- d. Membuka pipa-pipa pembuluh rambut kapiler (*collateral*) yang menguncup

Prosedur :

1. Perlengkapan yang digunakan

- a. Baju olahraga
- b. Sepatu olahraga

2. Waktu

Dilakukan di ruangan terbuka dengan udara yang segar dan sinar matahari yang cukup selama 20 sampai 30 menit dengan kecepatan 4 sampai 6 km/jam

3. Cara melakukan *Brisk Walking Exercise*

- a) Melangkahkan satu kaki ke depan

Pada saat melakukan jalan cepat dagu harus menghadap naik, mata menatap langsung ke depan, punggung lurus, dada diangkat dan bahu santai.

Kesalahan yang sering terjadi pada tahap ini yaitu postur tubuh terlalu kaku, langkah kaki tidak sejajar, terburu-buru, lutut ditekuk, kurang seimbang dan tidak ada gerakan lanjutan.

b) Melakukan tarikan kaki belakang ke depan

Pada tahap ini, setelah kaki depan menyentuh tanah segeralah melangkah maju dengan kaki belakang untuk melanjutkan jalan cepat. Pada bagian tumit menyentuh tanah terlebih dahulu. Jangan terlalu kaku dalam melakukan langkah kaki. Jangan sampai hilang keseimbangan.

c) Tahap relaksasi

Fase relaksasi merupakan fase pada saat langkah kaki belakang ke depan. Pada tahap ini pinggang berada pada posisi sejajar dengan bahu, sedangkan lengan vertika dan parallel disamping badan.

d) Tahap dorongan

Tahap ini merupakan tahap selanjutnya ketika ketiga tahap sebelumnya sudah selesai dilakukan. Pada tahap dorongan ini mempercepat langkah kaki dengan dorongan tenaga penuh untuk mendapatkan rentang waktu yang singkat ketika melakukan langkah kaki, tapi langkah kaki jangan terlalu cepat dan jangan juga terlalu panjang, harus tetap menjaga keseimbangan tubuh. Lengan harus berada 90 derajat. Lekukkan tangan dengan lembut dan jangan dikepal. Kemudian ayunkan tangan dari depan ke belakang, jangan dari samping ke samping. Tangan berada di depan bukan menyilang.

Lampiran 7

Lembar Pengumpulan Data

Judul Penelitian : Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah
Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara
Tahun 2022

Kode responden :

--	--	--

Tanggal pengisian : / /

Data Umum Responden

Nama :

Umur : tahun

Jenis kelamin : L/P

Nilai tekanan darah Pre :

Nilai tekanan darah Post :

Lampiran 8

Master Tabel

Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022

No Responden	Umur	Jenis Kelamin	Tekanan Darah Pre		Tekanan Darah Post	
			Sistole	Diastole	Sistole	Diastole
A01	53	2	155	95	150	90
A02	56	1	150	90	145	80
A03	48	1	160	100	140	95
A04	46	1	150	90	145	90
A05	55	1	160	95	150	80
A06	50	1	150	100	140	90
A07	50	1	170	90	155	90
A08	54	2	175	95	160	90
A09	51	1	170	110	150	95
A10	56	1	155	95	145	90
A11	53	1	145	110	140	90
A12	53	1	155	100	150	95
A13	53	2	150	95	140	85
A14	48	2	155	90	150	90
A15	56	1	175	95	170	95
A16	58	1	160	95	150	80
A17	50	2	155	100	145	90
B01	51	1	175	95	175	95
B02	57	2	150	100	150	90
B03	50	1	150	110	150	110
B04	58	1	170	90	170	90
B05	49	1	150	95	150	90
B06	59	2	155	95	155	95
B07	51	2	170	90	170	90
B08	39	1	155	100	150	95
B09	39	1	160	95	160	95
B10	57	1	165	90	160	90
B11	58	1	155	90	155	95
B12	50	2	175	100	175	100
B13	54	2	170	110	170	95

B14	50	2	160	95	160	95
B15	55	1	155	90	155	90
B16	50	1	150	100	150	100
B17	58	1	160	110	160	100

Keterangan :

A. Jenis Kelamin

1 = Perempuan 2 = laki-laki

B. Responden

A= Kelompok intervensi

B= Kelompok kontrol

Lampiran 9

HASIL UJI STATISTIK DATA PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS IDENPASAR UTARA TAHUN 2022

1. Hasil Karakteristik Responden

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	23	67.6	67.6	67.6
	Laki-Laki	11	32.4	32.4	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

Statistics

Usia		
N	Valid	34
	Missing	0
Mean		52.2059
Median		53.0000
Mode		50.00
Std. Deviation		4.81651
Variance		23.199
Range		20.00
Minimum		39.00
Maximum		59.00

2. Hasil Identifikasi Tekanan Darah

a. Kelompok Intervensi

Statistics					
		Tekanan Darah Sistol Pre Test	Tekanan Darah Diastole Pre test	Tekanan Darah Sistol Post Test	Tekanan Darah Diastole Post Test
N	Valid	17	17	17	17
	Missing	0	0	0	0
Mean		158.24	96.76	148.53	89.12
Std. Error of Mean		2.225	1.482	1.906	1.230
Median		155.00	95.00	150.00	90.00
Mode		155	95	150	90
Std. Deviation		9.176	6.109	7.859	5.073
Variance		84.191	37.316	61.765	25.735
Range		30	20	30	15
Minimum		145	90	140	80
Maximum		175	110	170	95

b. Kelompok Kontrol

Statistics					
		Tekanan Darah Sistol Pre Test	Tekanan Darah Diastole Pre Test	Tekanan Darah Sistol Post Test	Tekanan Darah Diastole Post Test
N	Valid	17	17	17	17
	Missing	0	0	0	0
Mean		160.29	97.35	159.71	95.00
Std. Error of Mean		2.164	1.721	2.206	1.286
Median		160.00	95.00	160.00	95.00
Mode		150 ^a	90 ^a	150	95
Std. Deviation		8.922	7.097	9.095	5.303
Variance		79.596	50.368	82.721	28.125
Range		25	20	25	20
Minimum		150	90	150	90
Maximum		175	110	175	110
Sum		2725	1655	2715	1615

3. Hasil Uji Normalitas

a. Kelompok Intervensi

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Tekanan Darah Sistol Pre Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%
Tekanan Darah Diastole Pre test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%
Tekanan Darah Sistol Post Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%
Tekanan Darah Diastole Post Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tekanan Darah Sistol Pre Test	.226	17	.021	.888	17	.042
Tekanan Darah Diastole Pre test	.261	17	.003	.835	17	.006
Tekanan Darah Sistol Post Test	.249	17	.006	.857	17	.014
Tekanan Darah Diastole Post Test	.334	17	.000	.800	17	.002

a. Lilliefors Significance Correction

b. Kelompok Kontrol

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Tekanan Darah Sistole Pre Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%
Tekanan Darah Diastole Pre Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%
Tekanan Darah Sistole Post Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%
Tekanan Darah Diastole Post Test	17	100.0%	0	0.0%	17	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tekanan Darah Sistole Pre Test	.194	17	.088	.886	17	.040
Tekanan Darah Diastole Pre Test	.218	17	.031	.838	17	.007
Tekanan Darah Sistole Post Test	.193	17	.092	.863	17	.017
Tekanan Darah Diastole Post Test	.265	17	.003	.806	17	.002

a. Lilliefors Significance Correction

4. Hasil Uji Wilcoxon

c. Kelompok Intervensi

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah Sistol Post Test - Tekanan Darah Sistol Pre Test	Negative Ranks	17 ^a	9.00	153.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	17		

a. Tekanan Darah Sistol Post Test < Tekanan Darah Sistol Pre Test

b. Tekanan Darah Sistol Post Test > Tekanan Darah Sistol Pre Test

c. Tekanan Darah Sistol Post Test = Tekanan Darah Sistol Pre Test

Test Statistics ^a	
	Tekanan Darah Sistol Post Test - Tekanan Darah Sistol Pre Test
Z	-3.669 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah Diastole Post Test - Tekanan Darah Diastole Pre test	Negative Ranks	13 ^a	7.00	91.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	4 ^c		
	Total	17		

a. Tekanan Darah Diastole Post Test < Tekanan Darah Diastole Pre test

b. Tekanan Darah Diastole Post Test > Tekanan Darah Diastole Pre test

c. Tekanan Darah Diastole Post Test = Tekanan Darah Diastole Pre test

Test Statistics^a

	Tekanan Darah Diastole Post Test - Tekanan Darah Diastole Pre test
Z	-3.213 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

d. Kelompok Kontrol

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah Sistole Post Negative Ranks	2 ^a	1.50	3.00
Test - Tekanan Darah Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Sistole Pre Test Ties	15 ^c		
Total	17		

a. Tekanan Darah Sistole Post Test < Tekanan Darah Sistole Pre Test

b. Tekanan Darah Sistole Post Test > Tekanan Darah Sistole Pre Test

c. Tekanan Darah Sistole Post Test = Tekanan Darah Sistole Pre Test

Test Statistics^a

	Tekanan Darah Sistole Post Test - Tekanan Darah Sistole Pre Test
Z	-1.414 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.157

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah Diastole	Negative Ranks	5 ^a	3.80	19.00
Post Test - Tekanan Darah	Positive Ranks	1 ^b	2.00	2.00
Diastole Pre Test	Ties	11 ^c		
Total		17		

a. Tekanan Darah Diastole Post Test < Tekanan Darah Diastole Pre Test

b. Tekanan Darah Diastole Post Test > Tekanan Darah Diastole Pre Test

c. Tekanan Darah Diastole Post Test = Tekanan Darah Diastole Pre Test

Test Statistics^a

	Tekanan Darah Diastole Post Test - Tekanan Darah Diastole Pre Test
Z	-1.807 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.071

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

5. Hasil Uji Beda *Mann-Whitney*

a. Tekanan Darah *Pre Test* Kelompok Kontrol dan Intervensi

Test Statistics^a

	Tekanan darah sistole Pre Test
Mann-Whitney U	125.500
Wilcoxon W	278.500
Z	-.668
Asymp. Sig. (2-tailed)	.504
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.518 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Test Statistics^a

	Tekanan Darah diastole Pre Test
Mann-Whitney U	141.500
Wilcoxon W	294.500
Z	-.108
Asymp. Sig. (2-tailed)	.914
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.919 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

b. Tekanan Darah *Post Test* Kelompok Kontrol dan Intervensi

Test Statistics^a

	Tekanan darah sistole Post Test
Mann-Whitney U	45.000
Wilcoxon W	198.000
Z	-3.503
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Test Statistics^a

	tekanan darah diastole Post Test
Mann-Whitney U	65.000
Wilcoxon W	218.000
Z	-2.920
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.005 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.



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 Faximili : (0361) 710448

Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0204 /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 :

Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022

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

Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi

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, 19 April 2022

Ketua,



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



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 Faximili : (0361) 710448

Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



Lampiran Ethical Approval No : LB.02.03/EA/KEPK/ 0204 /2022

SARAN REVIEWER

Nama Peneliti	Judul	Saran Tindak lanjut	
		Reviewer 1	Reviewer 2
Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi	Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022	Dalam pengumpulan data primer, tambahkan protokol kesehatan yang dilakukan Waktu pelaksanaan penelitian diubah, penelitian dilakukan setelah mendapatkan EC	-

Denpasar, 19 April 2022

Ketua,



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



ပိတောက်ပြည်နယ်
PEMERINTAH PROVINSI BALI
မိမိတို့အတွက်အကျိုးအမြတ်ရှိစေရန်
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
ကုမ္ပဏီများအားလုံးအတွက် (ပိတောက်ပြည်နယ်)၊ ဗဟိုဌာန
JALAN RAYA PUPUTAN NITI MANDALA (80235), TELEPON (0361)243804
WEBSITE: www.dpmptsp.baliprov.go.id, Email: dpmptsp@baliprov.go.id

Nomor : B.30.070/1246.E/IZIN-C/DPMPTSP
Lampiran
Lampiran : -
Hal : Surat Keterangan Penelitian /
Rekomendasi Penelitian

Ball, 28 Maret 2022
Kepada
Yth. Walikota Denpasar
cq. Kepala Badan Kesbangpol Kota Denpasar
di -
Tempat

I. Dasar

1. Peraturan Gubernur Bali Nomor 63 Tahun 2019 tanggal 31 Desember 2019 Tentang Standar Pelayanan Perizinan Pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
2. Surat Permohonan dari Poltekkes Kemenkes Denpasar Nomor PP.08.02/020/0244/2022, tanggal 07 Maret 2022, Perihal Permohonan Izin Penelitian.

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

Nama : ANAK AGUNG SAYU RISMA KUSUMA DEWI
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : BR/LINK. BUANA AGUNG, PADANGSAMBIAN, DENPASAR BARAT, BALI
Judul/bidang : PENGARUH BRISK WALKING EXERCISE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSIDI PUSKESMAS I DENPASAR UTARA TAHUN 2022
Lokasi Penelitian : Puskesmas I Denpasar Utara
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : 2 Bulan (31 Maret 2022 - 08 Mei 2022)

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 kaitannya dengan bidang/judul Penelitian. Apabila melanggar ketentuan Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian akan dicabut dihentikan segala kegiatannya.
- c. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat dan budaya setempat.
- d. Apabila masa berlaku Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian agar ditujukan kepada instansi pemohon.

IZIN INI DIKENAKAN
TARIF RP 0,-

Ditandatangani secara elektronik oleh :
a.n. GUBERNUR BALI
KEPALA DINAS
Anak Agung Ngurah Oka Sutha Diana
NIP. 19631022 199108 1 001

Tembusan kepada Yth

1. Gubernur Bali Sebagai Laporan
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bali di Denpasar
3. Yang Bersangkutan



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik
menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSR E



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

Nomor : 070/334/BKBP Kepada
Lampiran : - Yth. Kepala Puskesmas I Denpasar Utara
Perihal : **Surat Keterangan Penelitian /** di-
Rekomendasi Penelitian

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 Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali Nomor : B.30.070/1246.E/IZIN-C/DPMPTSP, tanggal 28 Maret 2022, Perihal : Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian

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

Nama : Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi
Alamat : BR/LINK. BUANA AGUNG, PADANGSAMBIAN, DENPASAR BARAT, BALI
Status Peneliti : Mahasiswa
Judul Penelitian : Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara Tahun 2022
Lokasi Penelitian : Puskesmas I Denpasar Utara
Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui pengaruh brisk walking exercise terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas I Denpasar Utara tahun 2022
Bidang Peneliti : Kesehatan
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : 1 Bulan (31 Maret 2022 - 08 Mei 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, 29 Maret 2022

An. Walikota Denpasar

Ub. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan
Politik Kota Denpasar

Sekretaris



Wayan Wirawan, S.Sos.M.Si
NIP. 196501011986021014

Tembusan disampaikan :

1. Walikota Denpasar (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar
3. Yang Bersangkutan
4. Arsip



PEMERINTAH KOTA DENPASAR
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS I DINAS KESEHATAN
KECAMATAN DENPASAR UTARA
Jl. Angsoka No.17 Denpasar Kode Pos 80233
Telepon (0361) 245906, email : puskesmas1.denpasarutara@gmail.com



SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/526 /PUSK I DU

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : dr. A.A.Ampera Prihatini, MM
NIP : 196311031991032006
Pangkat/Gol : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi
Status : Mahasiswa
Judul Penelitian : Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada
Pasien Hipertensi di Puskesmas I Denpasar Utara

Memang benar yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian di UPTD Puskesmas I
Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara.

Demikian surat keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana
mestinya.

Denpasar, 29 April 2022
Kepala UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara,



dr. A.A.Ampera Prihatini, MM
NIP. 196311031991032006

Lampiran 10

Dokumentasi Kegiatan Penelitian



Pengukuran tekanan darah *pre test* pada pasien hipertensi



Pemberian latihan *Brisk Walking Exercise* pada pasien hipertensi



Pengukuran tekanan darah *post test* pada pasien hipertensi

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi
NIM : P07120218012
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2022
Alamat : Link/Br. Buana Agung, Padangsambian, Denpasar Barat
Nomor HP/Email : 081999961584 / gungrisma16@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa Tugas Akhir dengan Judul:

“Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas I Denpasar Utara 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 dipublikasikan 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/P;agiarsime 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,



Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi

NIM.P07120218012

**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 SKRIPSI
PRODI S.Tr.Kep. POLTEKKES DENPASAR**

Nama Mahasiswa : Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi

NIM : P07120218012

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik	13/5-22		Bunar fih
2	Perpustakaan	13/5/22		I Gust Ayu Rika Ad
3	Laboratorium	13/5-22		Ni Made Juniari, S.Kep.Ners
4	HMJ	13/5-22		I Gede Oka Kusuma Jaya
5	Keuangan	13/5-22		I. A Suabari
6	Administrasi umum/perlengkapan	13/5-22		Dayu AWA

Keterangan:

Mahasiswa dapat mengikuti ujian Skripsi jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar



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



Data Skripsi Mahasiswa

N I M P07120218012

Nama Mahasiswa Anak Agung Sayu Risma Kusuma Dewi

Info Akademik Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan
Semester : 8

Skripsi Bimbingan Jurnal Ilmiah Seminar Proposal Syarat Sidang

Bimbingan

No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Bimbingan perihal pengajuan judul proposal	11 Jan 2022	✓
2	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan terkait judul proposal penelitian	19 Jan 2022	✓
2	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Bimbingan perihal latar belakang pada BAB 1 Masukan dosen: menambahkan data 2 tahun terakhir di tempat penelitian dan tindakan yang sudah dilakukan	25 Jan 2022	✓
3	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Bimbingan tambahan data didalam BAB 1 dan 2 Masukan dosen: tidak boleh mulai kata dari, untuk, dalam, ganti kata penderita dengan pasien	14 Feb 2022	✓
3	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan perihal BAB 1 Masukan dosen: tambahkan lokasi penelitian pada judul dan data tambahan	3 Feb 2022	✓
4	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan bab 2. Masukan dosen: acc bab 1 dan 2 dan lanjutkan ke bab berikutnya	14 Feb 2022	✓
4	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Acc BAB 1 dan 2, bimbingan bab 3. Masukan dosen: tambahkan alat ukur pada tabel definisi operasional	16 Feb 2022	✓
5	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Bimbingan bab 3 dan 4. Masukan dosen: tambahkan jumlah di populasi bisa masukkan data yang sudah ada	19 Feb 2022	✓
6	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Bimbingan terkait populasi pada BAB 4. Masukan dosen: Acc bab 3 dan bab 4 disertakan perbaikan kalimat dibagian populasi	21 Feb 2022	✓
6	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan terkait Bab 3. Masukan dosen: tambahkan di bagian variabel terikat diisi lengkap sampai tempat penelitian, acc bab 3	21 Feb 2022	✓
7	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan terkait bab 4. Masukan dosen: untuk teknik sampling ditelaah lagi, daftar pustaka dirapikan	22 Feb 2022	✓
8	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan terkait proposal keseluruhan. Masukan dosen: beri halaman pada daftar lampiran	25 Feb 2022	✓
8	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	bimbingan terkait proposal keseluruhan. Masukan dosen: pada lampiran sertakan tabel master kosong dan lembar pengumpulan data	23 Feb 2022	✓
9	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan terkait bab 5. Masukan dosen: acc bab 5	10 Mei 2022	✓
9	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Konsultasi bab 5. Masukan dosen: perbaiki kalimat, jangan menggunakan kata dalam, untuk dsb.	9 Mei 2022	✓
10	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	konsultasi bab 6. Masukan dosen: acc bab 6, lanjutkan	12 Mei 2022	✓
10	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Revisi bab 5. Masukan dosen: perbaiki kesalahan ketik, hilangkan kata dalam	10 Mei 2022	✓
11	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Bimbingan bab 6 dan abstrak. Masukan dosen: perbaiki kalimat	11 Mei 2022	✓
11	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	konsultasi abstrak dan ringkasan skripsi. Masukan dosen: atur cetak miring pada abstrak berbahasa inggris	13 Mei 2022	✓
12	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Konsultasi revisi bab 6. Masukan dosen: acc bab 6, lanjutkan konsultasi keseluruhan	12 Mei 2022	✓
14	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Konsultasi bab 1 sampai dengan bab 6. Masukan dosen: masukkan tujuan penelitian di bagian abstrak	17 Mei 2022	✓
14	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Konsultasi revisi skripsi bab 1 sampai bab 6. Masukan dosen: acc skripsi, maju ujian	17 Mei 2022	✓
15	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan revisi bab 1 sampai bab 6. Masukan dosen: acc skripsi	18 Mei 2022	✓
16	195910151986032001 - Ns. I GUSTI AYU ARI RASDINI, S.Pd., S.Kep., M.Pd.	Bimbingan ringkasan skripsi. Masukan dosen: lanjutkan bimbingan keseluruhan	16 Mei 2022	✓
17	195812191985032005 - V.M.ENDANG SRI PURWADMI RAHAYU, S.Kp., M.Pd.	Konsultasi skripsi keseluruhan. Masukan dosen: perbaiki penulisan pada daftar pustaka	13 Mei 2022	✓