

PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang

berjudul :

PENATALAKSANAAN PROGRERISSVE MUSCLE RELAXATION (PMR)

TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPRASI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

NAMA : Erika Putri Efendi

NIM : 119013

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal 24 Juni 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Pembimbing

Linlin lindayani , PhD

NIDN. 201209A043

Penguji I

Hana Anggraini, S.Kep., Ners., M.Kep

NIDN.0427058405

Penguji II

Tri Antika RKP, M.Kep., SP.Kep.M.B

NIDN.0401019002

Bandung, 24 Juni 2022

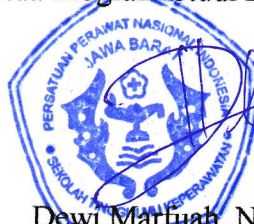
 PPNJ Jawa Barat



S.Kep., M.Kep

NIDN.0427058405

Ketua Program Studi DIII Keperawatan



Dewi Marfuah, Ners., M.Kep

NIDN. 0414038902






Lampiran 5 Bukti catatan bimbingan




CACATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Erika Putri Efendi

Judul : **PENATALAKSANAAN PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION (PMR) TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI**

Pembimbing : Linlin Lindayani., Phd

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Selasa, 28 Desember 2021	Mencari judul beserta jurnal yang mendukung	
2.	Kamis, 06 Januari 2022	ACC Judul KTI : "Penatalaksanaan Progressive Muscle Relaxation (PMR) terhadap kecemasan Pada pasien pre operasi "	
3.		- Bimbingan Judul - Membuat BAB I	
4.	Senin, 24 Januari 2022	Revisi BAB I	
5.	Jumat, 18 Februari 2022	Revisi Bab I, II dan III	

6.	Rabu, 02 Maret 2022	Persiapan persyaratan untuk Sidang Proposal	
7.		Revisi hasil sidang UP dari Penguji	
8.	Jumat, 1 April 2022	Konsul pertanyaan Interview dengan CI	

Penatalaksanaan Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi

Shely Agustin

2022

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN PPNI JAWA BARAT

Pembimbing : Vita Lucy, Ners.,M.Kep

ABSTRAK

Latar belakang : Keberadaan lansia yang semakin meningkat menimbulkan berbagai polemik dewasa ini, meningkatnya populasi lansia ini tidak dapat dipisahkan dari masalah kesehatan yang terjadi pada lansia. Hipertensi menjadi urutan pertama pada masalah kesehatan lansia di Indonesia. Hipertensi pada lansia yaitu tekanan darah 160/90 mmHg. Jika hipertensi pada lansia tidak diobati akan menyebabkan komplikasi munculnya penyakit serius yaitu gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal. Hipertensi dapat diatasi salah satunya dengan terapi non farmakologi yaitu dengan senam lansia. **Tujuan**: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penatalaksanaan senam lansia terhadap tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi. **Metode**: metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif. Subjek penelitian dilakukan pada seorang lansia di Kampung Rancabali Kawasan Puskesmas Pasirkaliki yang mengalami Hipertensi. Kriteria subyek dalam studi kasus ini adalah klien dengan hipertensi. Klien usia 60 tahun ke atas. Dan klien yang dapat bergerak aktif. Prosedur pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, pemeriksaan tekanan darah, dan observasi. **Hasil** : Hasil penelitian didapatkan bahwa klien merasa tubuh menjadi segar, klien ada motivasi ingin melakukan senam lansia secara rutin, klien melakukan gerakan senam dengan baik dan benar, hasil tekanan darah mengalami penurunan. **Kesimpulan dan Saran**: Senam lansia dapat menurunkan tekanan darah pada lansia, diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, mengingat adanya pengaruh senam lansia terhadap penurunan tekanan darah.

Kata kunci : Lansia, Hipertensi, dan Senam-Lansia