

**PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH
DI DESA KALI SELATAN DAN DESA KALI**

SKRIPSI

MARYO GUSTAFO ROVI UNDAF

18061078



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS
KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

2022

**PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH
DI DESA KALI SELATAN DAN DESA KALI**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Katolik De La Salle Manado**

MARYO GUSTAFO ROVI UNDA

18061078



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS
KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI
PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH
DI DESA KALI SELATAN DAN DESA KALI

Nama : MARYO GUSTAFO ROVI UNDA
NIM : 18061078
Fakultas : Keperawatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyetujui,
Manado, 04 Agustus 2022

Pembimbing 1

Pembimbing 2

Dr. Julianus Ake, S.Kp., M.Kes

Angela A.M.L.Laka, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui

Dekan Fakultas Keperawatan
Unika De La Salle
Manado

Ketua Program Studi
Ilmu Keperawatan
Unika De La Salle Manado

Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes

Helly Budiawan, S.Kep.,Ns.,M.Kes

LEMBAR ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam naskah SKRIPSI ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naska ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naska tesis dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia SKRIPSI ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA) dibatalkan, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Manado, 04 Agustus 2022

Mahasiwa



Nama : Maryo Gustafo Rovi Undap

NIM : 18061078

PS : Sarjana Keperawatan

Prog : Ilmu Keperawatan

Fak : Keperawatan Unika DLSM

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena Kasih dan Anugerahnya kepada saya sehingga saya bisa menyelesaikan penyusunan proposal ini dengan judul **“PENGARUH SENAM LANSIA TERHADAP TEKANAN DARAH DI DESA KALI SELATAN DAN DESA KALI”**. Dalam penelitian ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof.Dr. Johanis Ohoitumur, Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado
2. Wahyuny Langelo, BSN., M.Kes., Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
3. Natalia E. Rakinaung, S.Kep., Ns., MNS., Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Univesitas Katolik De La Salle Manado
4. Helly Budiawam, S.Kep., Ns., M.Kes., Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
5. Dr. Julianus Ake, S.Kp., M.Kes, Dosen Pembimbing I yang telah membimbing serta memberikan arahan dalam pembuatan proposal.
6. Angela A. M. L. Laka, S.Kep., Ns., M.Kep, Dosen Pembimbing II yang telah membimbing serta memberikan arahan dan motivasi.
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang sudah banyak membantu kurang lebih selama 4 tahun.
8. Pada Kepala Desa Kali Selatan dan Desa Kali Kecamatan Pineleng yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian.
9. Keluarga saya yang terkasih serta orang tua mama, papa dan adik saya serta keluarga besar saya yang memberikan kepada saya dukungan, serta dorongan, serta doa selama proses penyusunan Skripsi .
10. Teman-teman Angkatan tahun 2018 dan teman-teman yang berbeda fakultas yang ada di Universitas Katolik De La Salle Manado yang memberikan dukungan serta motivasi bagi saya

11. Kerabat dan saudara saya, yang sudah terlibat dan yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu yang telah membantu, yang memberikan dukungan serta doa dalam pembuatan proposal ini.

12. Dalam penyusunan proposal ini, penulis tau ada kekurangan serta keterbatasan dalam proposal yang peneliti buat tersebut dan untuk itu penulis membutuhkan saran dari beberapa pihak. Semoga hasil penelitian ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan dan serta pengetahuan Ilmu Keperawatan.

Manado, 04 Agustus 2022

Maryo Gustafo Rovi Undap

UKDLSM

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR ORISINALITAS SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	iv
Abstrak	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	vi
Daftar Tabel	viii
Daftar Gambar	ix
Daftar Bagan	x
Daftar Lampiran	xi
Daftar Singkatan	xii
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
1.2 Pertanyaan Penelitian	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
1.3 Manfaat Penelitian	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
DEFINISI OPERASIONAL, HIPOTESIS, KERANGKA KONSEP	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.

HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
5.1. Analisis Univariat	Error! Bookmark not defined.
5.2. Analisis Bivariat	Error! Bookmark not defined.
BAB VI	Error! Bookmark not defined.
PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
6.1. Analisis Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah	Error!
6.2. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VII	Error! Bookmark not defined.
Kesimpulan Dan Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.

UKDLSM

Daftar Tabel

- a. **Tabel 2.4.1 Penelitian Terkait**
- b. **Tabel 2.2.7 Klasifikasi Hipertensi menurut JNC 2003**
- c. **Tabel 2.3.3.1.1 Prosedur gerakan senam**
- d. **Tabel 2.3.3.2.1 Prosedur Gerakan senam**
- e. **Tabel 2.3.3.3.1 Prosedur Gerakan senam**
- f. **Tabel 3.4 Definisi operasional**
- g. **Tabel 4.1.1 Desain Penelitian**
- h. **Tabel 5.1.1 Karakteristik Data Demografis Responden**
- i. **Tabel 5.1.2 Gambaran Distribusi tekanan darah sebelum perlakuan senam di Desa Kali Selatan dan Desa Kali**
- j. **Tabel 5.1.3 Gambaran Distribusi tekanan darah sesudah perlakuan senam di Desa Kali Selatan dan Desa Kali**
- k. **Tabel 5.2.1 Pengaruh Senam Terhadap Tekanan Darah Tabel uji *Wilcoxon signed test***

Daftar Gambar

- a. Daftar Gambar 2.6 Model Konsep *Callista Roy***
- b. Daftar Gambar Teori Konsep *Callista Roy***
- c. Tabel 2.3.3.1.1 Prosedur Gerakan Senam**
- d. Tabel 2.3.3.2.1 Prosedur Gerakan Senam**
- e. Tabel 2.3.3.3.1 Prosedur Gerakan Senam**

UKDLSM

Daftar Bagan

- a. Bagan 4.4 Kerangka konsep Teory Adaptasi Sister Callista Roy**
- b. Bagan 4.5 Pengumpulan Data**

UKDLSM

Daftar Lampiran

- a. **Lampiran 1: *Curriculum Vitae (CV)***
- b. **Lampiran 2: *Informed concent***
- c. **Lampiran 3: Permohonan Ijin Survei Data Awal**
- d. **Lampiran 4 Surat Bukti Penelitian**
- e. **Lampiran 5 Surat Pengumpulan Data**
- f. **Lampiran 6 Master Tabel Tekanan Darah Rata-Rata Sebelum Perlakuan**
- g. **Lampiran 7 Master Tabel Tekanan Darah Rata-Rata Sesudah Perlakuan**
- h. **Lampiran 8 Master Tabel Karakteristik Responden**
- i. **Lampiran 9 Standar Operasional (SOP)**
- j. **Lampiran 10 Dokumentasi**
- k. **Lampiran 11 Lembar Observasi**
- l. **Lampiran 12 Analisi Spss**

Daftar Singkatan

WHO : World Health Organization

SMP : Sekolah Menengah Pertama

SMA : Sekolah Menengah Atas

SD : Sekolah Dasar

HIPERTENSI : Tekanan Darah Tinggi

SENAM : Senam

Infark Miokardium : serangan jantung

DNA : *deoxyribonucleic acid*

CVP : *central venous catheter*

Sistolik : tekanan tertinggi saat jantung beroperasi

Diastolik : tekanan darah pada dinding pembuluh saat jantung dalam kondisi istirahat

JNCVII : *joint national committee on prevention, Detection, Evaluation, and Treatment on High Blood Pressure VII*

UKDLSM