PENERAPAN SENAM PROLANIS (PROGRAM PENGOLAHAN PENYAKIT KRONIS) PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS NGORESAN

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Alih Madya Keperawatan Pada

Progam Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu keperawatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Sinta

202312068

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENERAPAN SENAM PROLANIS (PROGRAM PENGOLAHAN PENYAKIT KRONIS) PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS NGORESAN

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Alih Madya Keperawatan Pada

Progam Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu keperawatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Sinta

202312068

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah dengan judul:

PENERAPAN SENAM PROLANIS (PROGRAM PENGOLAHAN PENYAKIT KRONIS) PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS NGORESAN

Yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila teryata dikemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau pengjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 7 Juli 2026

Yang menyatakan



202312068

Dipindai dengan CamScanner

iii

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas' Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tanggan di bawah ini :

Nama	: Sinta
NIM	: 202312068
Jenis Karya	: Karya Tulis Ilmiah
Judul	: Penerapan Senam Prolanis (Program Pengolahan Penyakit Kronis) Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ngoresan

Dengan ini menyatakan menyutujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non eksekutif (*Non Exlucive Royalty-Free Right)* kepada Universitas'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya dan demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas' Aisyiyah Surakarta juga berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan memplublikasikan tugas akhir milik saya selama masih mencantumkan nam saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian penyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 9 Agustus 2026

Yang menyatakan



NIM. 202312068

iv

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

PENERAPAN SENAM PROLANIS (PROGRAM PENGOLAHAN PENYAKIT KRONIS) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUKESMAS NGORESAN

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Sidang Karya Tulia Ilmiah Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 1 Juli 2026

Pembimbing

(Zulfa Mahdiatur Rasvida, S. Kep, Ns., M.Kep)

NIDN. 0722039205

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III

Keperawatan

(Irma Mustikasari S. Kep.,Ns.,M.Kep)

NIDN. 0625048703

v

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas dengan judul:

Penerapan Senam Prolanis (Program Pengolahan Penyakit Kronis) Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ngoresan

Dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang KTI pada 7 Juli 2026 dan dinyatakan memenuhi syarat / sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Mengesahkan

Surakarta, 2026

Penguji I 1. Hermawati, S. Kep. Ns, M.Kep

NIDN. 0623027702 (.....)

Penguji II 2. Dr.Mulyaningsih, S. Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN. 0007047310 (.....)

Penguji III 3. Zulfa Mahdiatur Rasyida, S. Kep, Ns., M.Kep

NIDN. 0722039205 (.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Keperawatan

Irma Mustikasari S. Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0625048703

vi

KATA PENGATAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "**Penerapan senam prolanis (program pengolahan penyakit kronis) penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Ngoresan**". tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada pihak yang membantu sehingga penulisan karya tulis ilmiah terlaksana dengan lancer, yakni kepada:

1. Dr. Dyah Rahmawati RBU, S.Kep. Ns, M. Kep. selaku Rektor Universitas Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, S.ST., Bdn., M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta
3. Irma Mustikasari S. Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta
4. Zulfa Mahdiatur Rasyida, S. Kep, Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkang waktu, tenaga dan ilmunya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah
5. Hermawati, S. Kep. Ns, M.Kep selaku penguji I yang telah membimbing dan memberikan pengaraham sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan
6. Dr. Mulyaningsih, S. Kep., Ns., M.Kep penguji II yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan
7. Bapak dan Ibu dosen Progran Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

1. Dipindai dengan CamScanner

8. Bapak dan Ibu selaku orang tua saya, yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta terimakasih selalu menjadi penyemangat penulis, selalu memberikan motivasi serta do'a hingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhirnya sampai selesai. Sehat selalu dan hidoplah lebih lama lagi. Karna ibu dan bapak harus selalu ada disetiap perjalanan dan pencapaian hidup penulis..
9. Ny.S dan Ny.T. Responden yang telah membantu dalam penerapan senam prolanis
10. Teman-teman seperjuangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta Angkatan 2023 yang telah berjuang bersama-sama saling mendoakan dan saling mengingatkan hingga saat ini. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan tugas akhir ini.
11. Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umunya.

Surakarta, 2026

Penulis

Sinta

NIM.202312068

viii