

Lampiran 2 Lembar *Informed Consent*

LEMBAR INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya dari peneliti serta mengetahui manfaat dari penelitian yang berjudul “**Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi**” maka saya menyatakan (bersedia / tidak bersedia) diikutsertakan dalam penelitian ini.

Gresik, Oktober 2024

Peneliti

Responden

Dicky Chandra Ardiansyah

.....

Lampiran 3 Lembar Observasi Tekanan Darah Pasien Hipertensi

LEMBAR OBSERVASI TEKanan DARAH PASIEN HIPERTENSI**LEMBAR OBSERVASI
TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI**

No Kode Responden :
 Alamat :
 Umur :
 Jenis Kelamin : Laki – Laki / Perempuan
 Pekerjaan :
 Tingkat Pendidikan :
 Lama Menderita Hipertensi :
 Pengobatan Hipertensi : Rutin / kadang-kadang / Tidak
 Terapi Selain Obat-Obatan :

No.	Tanggal Pemeriksaan	Tekanan Darah	
		Sebelum <i>Isometric Handgrip Exercise</i>	Sesudah <i>Isometric Handgrip Exercise</i>
1			
2			
3			
4			
5			

Lampiran 4 Standart Operasional Prosedur (SOP)

STANDART OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)***ISOMETRIC HANDGRIP EXCERCISE***

Pengertian	<i>Isometric</i> Handgrip merupakan kegiatan mencengkram yang akan menciptakan kontraksi lengan bawah serta tangan yang nantinya menyebabkan perubahan ketegangan otot.
Indikasi	Pasien Hipertensi
Tujuan	Untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi
Petugas	Mahasiswa dibantu petugas kesehatan
Pengkajian	Mengisi lembar observasi dan mengukur tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah melakukan <i>Isometric Handgrip Excercise</i>
Persiapan Lingkungan	Tempat duduk yang nyaman
Media	<i>Handgrip Adjustable</i> , Tensimeter Digital
Prosedur Pelaksanaan	A. Pra Interaksi 1. Cek Catatan kesehatan atau catatan medis (jika ada) 2. Siapkan alat : a) <i>Handgrip Adjustable</i> b) Tensimeter digital B. Orientasi 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Melakukan kontrak 4. Jelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan C. Tahap Kerja 1. Mengisi <i>informed consent</i> sebagai persetujuan menjadi responden 2. Mengukur tekanan darah dengan tensimeter digital 3. Melakukan <i>isometric handgrip</i> selama 3 menit 4. Mengukur kembali takanan darah setelah dilakukan <i>isometric handgrip</i> 5. Mencatat hasil pengukuran di lembar observasi

Lampiran 5 Surat Perizinan Penelitian



PRODI KEPERAWATAN
 FAKULTAS KESEHATAN
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 075/II.3.UMG/PSIK/F/2024
 Lamp. : -
 Hal : Ijin Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik
 Di
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkenaan dengan tugas penyusunan skripsi bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik, maka kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama	: Dicky Chandra Ardiansyah
NPM	: 211103028
Judul Penelitian	: Pengaruh Isometrik Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Kebomas.

Kami mengharap bantuan untuk memberikan kesempatan pada mahasiswa kami dalam melakukan penelitian guna memperoleh bahan-bahan untuk menyusun skripsi di Instansi yang Bapak/Ibu Pimpin.

Perlu kami sampaikan bahwa bahan-bahan yang diperoleh tidak akan dipergunakan untuk hal-hal yang merugikan instansi yang bersangkutan.

Demikian untuk dimaklumi, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Gresik, 9 Juli 2024



Diah Fauziah Zuhroh, S. Kep., Ns., M. Kes

Tindakan:

- Arsip

AKREDITASI BAN-PT
 0217/LAM-PTKes/Akr/Sari/IV/2017

The Power of Islamic Entrepreneurship
 Jl. Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik. 61121 Telp. (031) 3951414, Fax: (031) 3952585 Website: <http://www.umg.ac.id>, Email: info@umg.ac.id

Lampiran 6 Surat Perijinan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN GRESIK
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN
PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN DAERAH**

Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 245 Telp. 0811-3050-7778
Website : <http://bappeda.gresikkab.go.id> id email : bappeda@gresikkab.go.id
G R E S I K

Nomor	: 070 / 451 / 437.71 / 2024	Gresik, 18 Juli 2024
Sifat	: Penting	Kepada
Lampiran	: 1 (Satu) Berkas	Yth (Terlampir)
Perihal	: Surat Keterangan Penelitian	

Dasar

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri No. 3 Tahun 2018 tentang Penyerbitan Surat Keterangan Penelitian
2. Peraturan Daerah Kabupaten Gresik Nomor 12 Tahun 2016 tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kabupaten Gresik
3. Peraturan Bupati Gresik Nomor 58 Tahun 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Bupati Nomor 67 Tahun 2021 Tentang Kodudukan, Susunan Organisasi, Tugas, Fungsi dan Tata Kerja Badan Perencanaan, Pembangunan, Penelitian, Dan Pengembangan Daerah Kabupaten Gresik
4. Surat dari Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik Universitas Muhammadiyah Gresik Nomor: 075/IL.3.UMC/PSIKF/2024 tanggal 09 Juli 2024 Perihal Permohonan Ijin Penelitian

Maka dengan ini Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Kabupaten Gresik menyatakan tidak keberatan atas dilakukannya kegiatan yang dilakukan oleh

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1. Nama | : Dicky Chandra Ardiansyah |
| 2. NIM/ NIK/ NIDN | : 3524122104030002 |
| 3. Pekerjaan | : Mahasiswa |
| 4. Alamat | : Dsn. Rambit, Ds. Kodungbanjar, Kec. Sugjo, Kab. Lamongan |
| 5. Keperluan dilakukan Penelitian | : Untuk melaksanakan Penelitian dengan judul "Pengaruh Isometrik Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pasien Hipertensi di Puskesmas Kobomas" |
| 6. Tempat melakukan Penelitian | : Dinas Kesehatan |
| 7. Waktu Pelaksanaan Penelitian | : 22 Juli 2024 - 31 Januari 2025 |
| 8. Peserta/ Pengikut | : - |

Dalam melakukan kegiatan Penelitian agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Sebelum dan setelah dilaksanakannya Penelitian diwajibkan melapor kepada Instansi terkait;
2. Tidak diperkenankan melaksanakan kegiatan lain diluar kegiatan Penelitian yang dilakukan;
3. Setelah melakukan Penelitian selanjutnya - lamatnya 1 (satu) bulan agar mengunggah hasil laporan Penelitian/Survey/Riset/KKN/PKL kepada Bupati Gresik melalui <https://sepekan.gresikkab.go.id> ;
4. Dalam pelaksanaan wajib mematuhi Protokol Kesehatan sesuai dengan Peraturan yang berlaku.

Demikian surat keterangan Penelitian ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sepenuhnya.

AN.KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN,
PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN
KABUPATEN GRESIK

Kabid Riset dan Inovasi Daerah



HAVY WARDANA, S.T.

Penata Tk. I

NIP. 19801227 200901 1 001

Tembusan

1. Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik - Universitas Muhammadiyah Gresik
2. Saudara/h yang bersangkutan

Lampiran

Nomor : 070 / 451 / 437.71 / 2024

Tanggal : 18 Juli 2024

Kepada :

1. Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik
2. Dinas Kesehatan
3. Upt Piskesmas Kobomas
4. Kecamatan Kobomas

Lampiran 7 Surat Perijinan Pengambilan Data



PRODI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 076/II.3.UMG/PSIK/F/2024
Lamp. : -
Hal : Ijin Pengambilan Data

Kepada Yth.
Kepala UPT Puskesmas Kebomas
Di
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkenaan dengan tugas penyusunan skripsi bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik, maka kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Dicky Chandra Ardiansyah
NPM : 211103028
Judul Penelitian : Pengaruh Isometrik Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Kebomas.

Kami mengharap bantuan untuk memberikan kesempatan pada mahasiswa kami dalam melakukan penelitian guna memperoleh bahan-bahan untuk menyusun skripsi di Instansi yang Bapak/Ibu Pimpin.

Perlu kami sampaikan bahwa bahan-bahan yang diperoleh tidak akan dipergunakan untuk hal-hal yang merugikan instansi yang bersangkutan.

Demikian untuk dimaklumi, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Gresik, 1 Agustus 2024



Diah Fauziah Zuhroh, S. Kep., Ns., M. Kes

Tindakan:

- Arsip

0217/LAM-PTKes/Akri/Sari/VI/2017

The Power of Islamic Entrepreneurship
Jl. Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik. 61121 Telp: (031) 3951414, Fax: (031) 3952585 Website: <http://www.umg.ac.id>, Email: info@umg.ac.id

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan



PRODI KEPERAWATAN
 FAKULTAS KESEHATAN
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 075/II.3.UMG/PSIK/F/2024
 Lamp. : -
 Hal : Ijin Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik
 Di
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkenaan dengan tugas penyusunan skripsi bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik, maka kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama	: Dicky Chandra Ardiansyah
NPM	: 211103028
Judul Penelitian	: Pengaruh Isometrik Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Kebomas.

Kami mengharap bantuan untuk memberikan kesempatan pada mahasiswa kami dalam melakukan penelitian guna memperoleh bahan-bahan untuk menyusun skripsi di Instansi yang Bapak/Ibu Pimpin.

Perlu kami sampaikan bahwa bahan-bahan yang diperoleh tidak akan dipergunakan untuk hal-hal yang merugikan instansi yang bersangkutan.

Demikian untuk dimaklumi, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Gresik, 9 Juli 2024



Diah Fauziah Zuhroh, S. Kep., Ns., M. Kes

Tindakan:

- Arsip

AKREDITASI BAN-PT
 0217/LAM-PTKes/Akr/Sari/IV/2017

The Power of Islamic Entrepreneurship
 Jl. Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik. 61121 Telp. (031) 3951414, Fax. (031) 3952585 Website: <http://www.umg.ac.id>, Email: info@umg.ac.id

Lampiran 9 Lembar Bimbingan



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

Jl. Sumatra No. 01 GKB_GRESIK, 61121 Telp. (031) 3952585
Website : <https://www.umg.ac.id>, email: info@umg.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dicky Chandra Ardiansyah
NIM : 211103028
Judul Skripsi : Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap
Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas
Kebomas
Dosen Pembimbing 1 : Widiharti, S.Kep.,Ns.,M.Kep

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing	Paraf Mahasiswa
1	19 Maret 2024	Konsultasi Judul Skripsi		
2	22 Mei 2024	Menentukan Judul		
3	24 Mei 2024	Konsultasi BAB 1 - Latar Belakang - Rumusan Masalah - Tujuan Penelitian - Manfaat Penelitian		
4	22 Juni 2024	Konsultasi BAB 1 - 4 - Tata letak kurang tepat - Menambah Referensi BAB 2 - Membuat SOP <i>Isometric Handgrip Exercise</i> - Membuat lembar observasi		
5	2 Agustus 2024	Acc Proposal Penelitian		
6	15 November 2024	Konsultasi BAB 5 - Pengolahan dan interpretasi data		
7	25 November 2024	Konsultasi BAB 6-7 - Hasil Pembahasan, Kesimpulan dan Saran		
8	26 November 2024	Acc Skripsi Penelitian		

Mengetahui / Menyetujui
Dosen Pembimbing Skripsi

Widiharti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0702128102



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

Jl. Sumatra No. 01 GKB_GRESIK, 61121 Telp. (031) 3952585
Website : <https://www.umg.ac.id>, email: info@umg.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dicky Chandra Ardiansyah
NIM : 211103028
Judul Skripsi : Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap
Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas
Kebomas
Dosen Pembimbing 2 : Diah Jerita Eka Sari, S.Kep., Ns., M.Kep

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing	Paraf Mahasiswa
1	5 Agustus 2024	Konsultasi BAB 1- 4 - Kata-kata tidak konsisten - Penulisan miring kata asing		
2	5 Agustus 2024	Acc Proposal Penelitian		
3	27 November 2024	Konsultasi BAB 5 - Pengolahan data		
4	28 November 2024	Konsultasi BAB 6-7 - Pembahasan dan Penutup		
5	5 Desember 2024	Acc Skripsi Penelitian		
6				
7				
8				

Mengetahui / Menyetujui
Dosen Pembimbing Skripsi

Diah Jerita Eka Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0722048401

Lampiran 10 Hasil Rekapitulasi Data

No	Kode Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Lama Menderita (thn)	Pengobatan hipertensi
1	1	1	1	2	1	1	1
2	2	1	1	2	1	2	1
3	3	1	1	2	1	1	1
4	4	1	2	2	2	3	1
5	5	1	2	1	2	2	1
6	6	1	2	1	2	1	1
7	7	1	1	1	2	2	1
8	8	2	1	1	2	2	1
9	9	1	1	2	2	1	1
10	10	1	1	2	2	3	1
11	11	1	1	1	3	2	2
12	12	1	2	2	1	3	1
13	13	2	1	1	2	1	1
14	14	1	2	2	1	2	1
15	15	1	1	1	3	1	1
16	16	1	1	1	3	1	1
17	17	1	2	2	2	1	1
18	18	1	2	2	2	1	1
19	19	1	2	2	2	1	1
20	20	1	1	1	3	1	1
21	21	1	2	2	2	2	1
22	22	1	1	1	3	1	1

23	23	1	1	1	2	1	1	1
24	24	1	1	1	1	1	1	1
25	25	2	1	1	1	1	1	1
26	26	1	1	1	4	1	1	1
27	27	1	1	1	4	1	1	1
28	28	1	1	1	4	1	1	1
29	29	1	1	1	3	1	1	1
30	30	1	1	1	2	1	1	1
31	31	1	2	2	1	2	1	1
32	32	1	2	2	2	2	1	1
33	33	1	1	1	2	1	1	1
34	34	1	2	2	2	1	1	1
35	35	1	2	2	1	1	1	1
36	36	1	1	1	4	1	1	1
37	37	1	1	1	4	1	1	1
38	38	1	1	1	4	1	1	1
	Keterangan	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Lama Menderita (thn)	Pengobatan hipertensi	
		1 : Perempuan 2 : Laki-laki	1 : 46 – 55 thn 2 : 56 – 65 thn	1 : Bekerja 2 : Tidak Bekerja	1 : SD 2 : SMP 3 : SMA 4 : Perguruan Tinggi	1 : 1 tahun 2 : 2 tahun 3 : 3 tahun	1 : Rutin 2 : Kadang-kadang	

Kode Responden	10-Okt-24						11-Okt-24						12-Okt-24						13-Okt-24						14-Okt-24					
	Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah		
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
1	140	80		135	83		135	89		124	86		145	90		132	85		143	87		137	84		140	90		136	87	
2	129	69		112	60		130	90		125	85		135	87		128	84		130	85		127	80		138	91		125	87	
3	186	95		125	76		176	93		155	88		170	91		154	86		180	90		167	85		155	92		146	89	
4	162	78		154	79		169	80		161	74		165	85		160	81		159	79		152	76		161	82		153	79	
5	148	86		144	73		152	82		146	79		150	79		146	75		149	80		145	76		159	89		142	83	
6	140	81		118	77		151	91		125	78		149	85		124	86		143	87		115	72		159	89		120	86	
7	158	80		122	56		161	74		125	78		184	105		174	101		147	94		119	99		152	84		125	85	
8	144	83		147	87		152	85		145	77		162	86		149	78		158	79		150	80		167	90		137	79	
9	174	90		161	90		178	91		156	78		170	84		162	81		180	92		168	85		172	81		157	78	
10	114	62		106	59		149	79		135	77		130	79		135	81		157	82		146	78		141	85		112	77	
Kode Responden	15-Okt-24						16-Okt-24						17-Okt-24						18-Okt-24						19-Okt-24					
	Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah		
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
11	203	118		158	97		181	98		163	88		184	74		152	79		182	103		167	97		184	105		174	101	
12	181	98		163	88		169	80		161	74		178	91		156	78		170	84		162	81		186	95		125	76	
13	144	96		139	72		161	74		135	78		158	79		150	80		174	85		159	80		165	79		139	76	
14	160	93		152	70		178	91		156	78		174	87		169	82		169	80		162	74		162	78		154	79	
15	154	100		145	84		169	80		161	74		170	91		154	86		174	90		161	90		158	80		122	76	
16	111	78		116	74		144	83		145	81		129	69		112	60		136	79		126	74		143	94		112	86	
17	184	74		152	79		181	98		163	88		165	85		160	81		152	82		146	79		159	79		152	76	
18	128	82		126	80		148	86		144	73		140	80		135	83		130	73		135	76		143	94		125	86	
19	124	70		122	72		145	90		132	85		141	85		134	77		154	100		145	84		155	79		121	61	
20	182	103		167	97		186	95		125	76		170	91		154	86		180	90		164	85		172	81		157	78	

Kode Responden	20-Okt-24						21-Okt-24						22-Okt-24						23-Okt-24						24-Okt-24					
	Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah		
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
21	130	73		122	72		141	85		134	77		160	93		152	70		136	79		126	74		143	94		126	86	
22	144	90		108	56		160	93		152	70		161	74		135	78		152	82		146	79		159	79		140	76	
23	155	79		121	61		169	80		161	74		158	79		150	80		170	91		154	86		154	100		145	84	
24	128	81		122	72		144	96		139	73		136	78		124	75		130	73		122	72		143	94		123	86	
25	136	117		156	74		156	80		122	72		141	85		134	77		162	74		134	78		136	79		126	74	
26	143	94		133	86		144	96		139	72		137	78		125	74		159	79		152	76		165	78		140	74	
27	128	80		114	72		140	80		135	83		145	90		132	85		154	90		146	87		162	86		130	78	
28	133	91		129	75		140	81		118	77		158	80		122	56		149	79		135	77		168	85		134	78	
29	116	79		128	71		129	69		112	74		143	92		134	89		128	82		126	80		130	73		110	72	
30	134	119		146	100		143	94		133	86		156	80		122	72		140	80		135	84		136	77		124	74	
Kode Responden	25-Okt-24						26-Okt-24						27-Okt-24						28-Okt-24						29-Okt-24					
	Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah		
	Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol		Sistol	Diastol	
31	140	76		142	79		144	90		128	87		149	96		139	73		156	80		122	79		140	77		135	82	
32	154	93		150	90		155	79		121	74		160	93		152	76		165	78		156	74		140	80		124	75	
33	184	105		174	101		170	91		154	86		184	86		157	79		176	92		164	78		160	93		152	70	
34	136	105		185	125		143	94		133	86		144	96		136	79		158	79		150	80		149	80		135	78	
35	147	94		119	99		144	96		139	72		169	80		161	74		141	85		134	76		158	80		122	86	
36	135	84		164	88		145	84		132	79		162	90		152	82		160	79		154	74		152	82		129	79	
37	131	81		135	82		140	86		144	73		135	89		124	86		145	90		132	85		140	80		127	83	
38	121	77		128	71		124	70		122	72		154	98		145	84		158	79		150	80		141	85		115	78	

Lampiran 11 Surat Kelaikan Etik



**KOMISI ETIK PENELITIAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

**KETERANGAN KELAIKAN ETIK
ETHICAL APPROVAL
Nomor : 081/KET/II.3.UMG/KEP/A/2024**

Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Gresik dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti protokol penelitian yang diusulkan, maka dengan ini menyatakan bahwa penelitian berjudul :

Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pasien Hipertensi di Puskesmas Kebomas

Peneliti Utama : Dicky Chandra Ardiansyah

NIM : 211103028

Nama Institusi : Universitas Muhammadiyah Gresik

DINYATAKAN LAIK ETIK

Gresik, 10 September 2024

Ketua,



**Dr. Wiwik Widiyawati, S.Kep., Ns., M.M., M.Kes.
NIP. 11111903236**

Lampiran 12 Hasil Uji SPSS

HASIL DISTRIBUSI FREKUENSI**Jeniskelamin**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Perempuan	35	92,1	92,1	92,1
Laki-Laki	3	7,9	7,9	100,0
Total	38	100,0	100,0	

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 46 - 55 tahun	26	68,4	68,4	68,4
56 - 65 tahun	12	31,6	31,6	100,0
Total	38	100,0	100,0	

Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Bekerja	22	57,9	57,9	57,9
Tidak Bekerja	16	42,1	42,1	100,0
Total	38	100,0	100,0	

Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SD	9	23,7	23,7	23,7
SMP	17	44,7	44,7	68,4
SMA	6	15,8	15,8	84,2
Perguruan Tinggi	6	15,8	15,8	100,0
Total	38	100,0	100,0	

LamaMenderita

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	26	68,4	68,4	68,4
2	9	23,7	23,7	92,1
3	3	7,9	7,9	100,0
Total	38	100,0	100,0	

PengobatanHipertensi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rutin	37	97,4	97,4	97,4
Kadang-kadang	1	2,6	2,6	100,0
Total	38	100,0	100,0	

HASIL UJI NORMALITAS

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sistol Pre Hari 1	,147	38	,038	,937	38	,035
Sistol Pre Hari 2	,156	38	,021	,948	38	,079
Sistol Pre Hari 3	,100	38	,200*	,965	38	,279
Sistol Pre Hari 4	,072	38	,200*	,963	38	,240
Sistol Pre Hari 5	,160	38	,016	,955	38	,134
Diastol Pre Hari 1	,137	38	,068	,948	38	,079
Diastol Pre Hari 2	,124	38	,149	,980	38	,719
Diastol Pre Hari 3	,124	38	,149	,980	38	,719
Diastol Pre Hari 4	,166	38	,010	,925	38	,014
Diastol Pre Hari 5	,170	38	,007	,925	38	,014
Sistol Post Hari 1	,122	38	,166	,966	38	,305
Sistol Post Hari 2	,156	38	,021	,948	38	,079
Sistol Post Hari 3	,128	38	,116	,964	38	,261
Sistol Post Hari 4	,118	38	,198	,954	38	,119
Sistol Post Hari 5	,144	38	,045	,950	38	,091
Diastol Post Hari 1	,115	38	,200*	,945	38	,060
Diastol Post Hari 2	,165	38	,010	,899	38	,002
Diastol Post Hari 3	,143	38	,050	,914	38	,007
Diastol Post Hari 4	,182	38	,003	,899	38	,002
Diastol Post Hari 5	,161	38	,014	,934	38	,027

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

HASIL UJI WILCOXON TEKANAN DARAH SISTOLIK

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
SistolSesudah - SistolSebelum	Negative Ranks	35 ^a	20,93	732,50
	Positive Ranks	3 ^b	2,83	8,50
	Ties	0 ^c		
	Total	38		

a. SistolSesudah < SistolSebelum

b. SistolSesudah > SistolSebelum

c. SistolSesudah = SistolSebelum

Test Statistics^a

	SistolSesudah - SistolSebelum
Z	-5,254 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

HASIL UJI WILCOXON DIASTOL

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
DiastolSesudah - DiastolSebelum	Negative Ranks	23 ^a	24,00	552,00
	Positive Ranks	15 ^b	12,60	189,00
	Ties	0 ^c		
	Total	38		

a. DiastolSesudah < DiastolSebelum

b. DiastolSesudah > DiastolSebelum

c. DiastolSesudah = DiastolSebelum

Test Statistics^a

	DiastolSesudah - DiastolSebelum
Z	-2,633 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,008

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 13 Surat Balasan Puskesmas dan Surat Izin Publikasi

	PEMERINTAH KABUPATEN GRESIK DINAS KESEHATAN PUSKESMAS KEBOMAS Jl. Sunan Giri No. 31 Kebomas Gresik, Telp. (031) 3985880 Email : puskesmaskebomas31@gmail.com GRESIK 61121	
---	--	---

Nomor : 445/ 196 /437.52.04/2024 Lampiran : - Perihal : <u>Surat Selesai Penelitian dan</u> <u>Ijin Publikasi</u>	Gresik , 14 Desember 2024 K e p a d a Yth. Universitas Muhammadiyah Gresik di TEMPAT
--	--

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat tanggal 01 Agustus 2024 Nomor: 076/II.3.UMG/PSIK/F/2024 perihal permohonan ijin pengambilan data penyusunan skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik yang dilakukan oleh:

Nama : Dicky Chandra Ardiansyah
 NIM/NIK/NIDN : 211103028
 Judul Penelitian : Pengaruh Isometrik Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Kebomas

Sehubungan dengan hal tersebut kami sampaikan beberapa hal:

1. Pada dasarnya kami tidak keberatan, maka kami mengizinkan pelaksanaan penelitian tersebut di tempat kami;
2. Ijin melakukan penelitian diberikan untuk keperluan akademik;
3. Waktu pengambilan data harus dilakukan di waktu hari kerja;
4. Menjaga kerahasiaan data pasien dan data puskesmas kebomas;
5. Pihak Puskesmas mengizinkan publikasi hasil penelitian dengan catatan menjaga kerahasiaan data pasien dan puskesmas kebomas;
6. Bahwa penelitian sudah selesai dilaksanakan;

Demikian surat balasan dari kami, atas perhatian kami ucapkan terima kasih.


dr. Ovaldo Kurniawan
 Pembina
 NIP. 198405182011011009

Lampiran 14 Daftar Hadir Pasien Hipertensi di Puskesmas Kebomas



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

Jl. Sumatra No. 01 GKB_GRESIK, 61121 Telp. (031)
3952585

Website : <https://www.umg.ac.id>, email: info@umg.ac.id

**DAFTAR HADIR PENGARUH ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS KEBOMAS**

No	Nama	Tgl : 10-10-24	Tgl : 11-10-24	Tgl : 12-10-24	Tgl : 13-10-24	Tgl : 14-10-24
1	Rukinah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2	Sumarliah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	Mujiati	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4	Tamuniawati	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5	H. Sulani	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6	H. Sumini	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7	H. Jariyah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
8	Awar	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
9	Kaspiah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
10	Su'aimah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

Jl. Sumatra No. 01 GKB GRESIK, 61121 Telp. (031)
3952585

Website : <https://www.umg.ac.id>, email: info@umg.ac.id

**DAFTAR HADIR PENGARUH ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS KEBOMAS**

No	Nama	Tgl : 15-10-24	Tgl : 16-10-24	Tgl : 17-10-24	Tgl : 18-10-24	Tgl : 19-10-24
1	Sustiana					
2	Khusnul Khotimah					
3	Bawon					
4	Mukanah					
5	Emi Hatika					
6	Siti Fadhilah					
7	Suparni					
8	Warki					
9	Kuswatun					
10	Elisabeth					



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

Jl. Sumatra No. 01 GKB GRESIK, 61121 Telp. (031)
3952585

Website : <https://www.umg.ac.id>, email: info@umg.ac.id

**DAFTAR HADIR PENGARUH *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE*
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS KEBOMAS**

No	Nama	Tgl : 20-10-24	Tgl : 21-10-24	Tgl : 22-10-24	Tgl : 23-10-24	Tgl : 24-10-24
1	Suprah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2	Eni Ma'rifah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	Rusmiati	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4	Supriyana	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5	Khoirul Anam	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6	Chusnul Latifah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7	Lailatul Khasanah	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
8	Wijiati	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
9	Wiwik Yulianti	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
10	Minarti	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

Jl. Sumatra No. 01 GKB_GRESIK, 61121 Telp. (031)
3952585

Website : <https://www.umg.ac.id>, email: info@umg.ac.id

**DAFTAR HADIR PENGARUH ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI
PUSKESMAS KEBOMAS**

No	Nama	Tgl : 25-10-24	Tgl : 26-10-24	Tgl : 27-10-24	Tgl : 28-10-24	Tgl : 29-10-24
1	Mutmainah	Mut	Mut	Mut	Mut	Mut
2	Sumarni	Sum	Sum	Sum	Sum	Sum
3	Siti Fatimah	Siti	Siti	Siti	Siti	Siti
4	Endang	End	End	End	End	End
5	Kasiani	Kasi	Kasi	Kasi	Kasi	Kasi
6	Karminah	Kar	Kar	Kar	Kar	Kar
7	Alfiyah	Alfi	Alfi	Alfi	Alfi	Alfi
8	Arini	Arin	Arin	Arin	Arin	Arin

Lampiran 15 Dokumentasi Kegiatan

