

LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan

[illegible]

Lampiran 2 Rincian Biaya

NO	Kegiatan	Volume	Satuan	Unit Cost (Rp)	Jumlah (Rp)
1.	Pengandaan skripsi	4	paket	30.000	120.000
2.	Print Lembar observasi dan pernyataan persetujuan responden	88	lembar	300	26.400
3.	Alat tulis (bulpoint)	1	pack	15.000	15.000
4.	Konsumsi responden (roti)	176	kotak	4.000	704.000
5.	Air mineral gelas	4	karton	25.000	100.000
6.	Konsumsi ketua senam dan instruktur senam	8	pack	30.000	240.000
7.	Pengandaan skripsi	4	paket	40.000	160.000
Jumlah					1.365.400

Lampiran 3 Lembar Observasi



**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 OBSERVASI
TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI**

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

No	Sebelum Dilakukan Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi)		Setelah Dilakukan Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi)	
	Tanggal Pemeriksaan	Tekanan Darah	Tanggal Pemeriksaan	Tekanan Darah

Lampiran 4 Lembar *Informed Consent*



**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 PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada :

Yth. Bapak/Ibu Kepala UPT Puskesmas Industri

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, peneliti selaku mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

Nama : DWI LINA OCTAVIA

NIM : 211103001

Bersama ini akan melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Industri ”. Sebagai salah satu syarat tugas akhir, hasil penelitian akan dimanfaatkan untuk pengembangan dibidang kesehatan dan tidak untuk maksud lain.

Untuk itu mohon partisipasi bapak/ibu untuk menjadi responden penelitian untuk mengikuti terapi modalitas senam ANSI (Anti Hipertensi). Atas kesediaan dan kerja sama yang baik dalam membantu kelancaran penelitian ini, saya ucapkan banyak terima kasih.

Gresik,

2024

Peneliti

(DWI LINA OCTAVIA)

Lampiran 5 Lembar Pernyataan Persetujuan



**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

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :
Alamat :
Nomor Telepon :

setelah mendapatkan informasi tentang tujuan dan manfaat dari penelitian ini, saya bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul :

Pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Industri. Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada responden. Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal tersebut diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal – hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban yang jelas dan benar.

Dengan ini saya menyatakan secara sukarela untuk ikut sebagai subjek dalam penelitian ini.

Gresik, 2024

Responden

(.....)

Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Modalitas ANSI (Anti Hipertensi)



**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

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

TERAPI MODALITAS SENAM ANSI (ANTI HIPERTENSI)

1.	Pengertian	Senam anti hipertensi adalah olah raga yang salah satunya untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen kedalam otot-otot dan rangka yang aktif khususnya terhadap otot jantung, yang dirancang khusus untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi dan menjaga kesehatan jantung.
2.	Tujuan	a. Melatih Pergerakan b. Melatih Keseimbangan c. Mampu Membentuk Postur Tubuh d. Meningkatkan Fungsi <i>motoric</i> e. Mampu Menurunkan Tekanan Darah f. Pengembangan kekuatan otot
3.	Indikasi	a. Pasien laki – laki atau perempuan yang telah terdiagnosis hipertensi b. Pasien hipertensi usia 56-65 tahun c. Pasien hipertensi yang mengkonsumsi obat anti hipertensi

4.	Kontra indikasi	a. Pasien yang mengalami kelemahan fisik (Kesehatan sendi dan tulang, penurunan kekuatan otot, keterbatasan mobilitas, masalah penglihatan dan pendengaran) b. Pasien hipertensi dengan komplikasi atau penyerta
5.	Persiapan Pasien	Pasien sebaiknya menggunakan pakaian dengan kriteria : a. Tidak menghalangi gerakan, misalnya ketat atau terlalu longgar b. Cukup ventilasi c. Menggunakan bahan yang menyerap keringat (misal katun atau kaos) d. Tampak rapi dalam penampilan e. Menggunakan sepatu olahraga atau sepatu datar supaya tidak menghalangi pergerakan betis
6.	Persiapan alat	a. Pakaian olahraga b. Sepatu c. Sound system d. Tensi digital e. Lembar observasi f. Alat tulis
7.	Cara kerja	a. Persiapan klien dengan mengkaji tekanan darah b. Latihan dimulai dengan gerakan pembukaan, gerakan senam ANSI (Anti Hipertensi) , dan pendinginan c. Lama latihan selama 30 menit. Latihan dilakukan 2 kali per minggu selama 2 minggu

d. Pemanasan dan pendinginan durasi waktu 5 menit

e. Urutan gerakan dasar senam ANSI (Anti Hipertensi) :

A. Jalan ditempat



Gambar 2. 1
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Jalan ditempat

Gerakan jalan di tempat dengan mengangkat kaki setinggi betis, lutut ditekuk 90 derajat, setiap kaki yang mendarat atau menyentuh lantai dimulai dari bola kaki dan berakhir ke tumit.

B. Menepuk kedua telapak tangan



Gambar 2. 2
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi) Menepuk Kedua
Telapak Tangan

Gerakan dengan mengangkat kedua tangan ke depan, luruskan lengan, dan rapatkan telapak tangan. Tepuk telapak tangan kiri dengan telapak tangan kanan secara lembut, kemudian tepuk telapak tangan kanan dengan telapak tangan kiri. Lakukan gerakan ini secara bergantian.

C. Jalin tangan



Gambar 2. 3
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi) Jalin Tangan

Gerakan mengangkat kedua tangan ke depan dan jalin jari-jari tangan satu dengan lainnya. Pastikan telapak tangan saling berhadapan dan jari-jari tangan saling terjalin dengan erat.

D. Silang ibu jari



Gambar 2. 4
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Silang Ibu Jari

Gerakan mengangkat kedua tangan ke depan dengan telapak tangan menghadap ke bawah. Silangkan ibu jari tangan kanan di atas ibu jari tangan kiri. Kemudian, rapatkan kedua telapak tangan dan pastikan ibu jari saling bertumpu satu sama lain. Putar tangan secara perlahan ke arah berlawanan, menjaga ibu jari tetap saling bertumpu

E. Adu sisi kelingking



Gambar 2. 5
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Adu Sisi Kelingking

Gerakan mengngkat kedua tangan ke depan, dengan telapak tangan menghadap ke bawah dan jari-jari tangan

terbuka. Tempatkan sisi kelingking tangan kanan di samping sisi kelingking tangan kiri. Dengan lembut, tekan kelingking satu tangan ke kelingking tangan yang lainnya. Setelah adu sisi kelingking, geser tangan dengan lembut sehingga kelingking tangan kanan dan kiri bergantian dalam kontak

F. Adu sisi telunjuk



Gambar 2. 6
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Adu Sisi Telunjuk

Gerakan mengangkat kedua tangan ke depan, dengan telapak tangan menghadap satu sama lain dan jari-jari tangan terbuka. Fokuskan pada telunjuk. Satukan ujung telunjuk tangan kanan dan telunjuk tangan kiri. Dengan lembut, tekan kelingking satu tangan ke telunjuk tangan yang lainnya. Setelah adu sisi telunjuk, geser tangan dengan lembut sehingga telunjuk tangan kanan dan kiri bergantian dalam kontak.

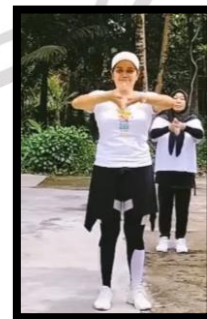
G. Menepuk lengan dan bahu



Gambar 2. 7
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Menepuk Lengan dan Bahu

Gerakan dengan menggunakan tangan yang satu lagi untuk menepuk lembut lengan yang diangkat. Tepuk dari bagian atas ke bawah dengan gerakan yang lembut dan teratur. Setelah menepuk lengan, arahkan tangan yang digunakan untuk menepuk ke bahu. Tepuk lembut bahu dengan gerakan yang sama, dari atas ke bawah. Ulangi gerakan yang sama pada sisi tubuh yang lain, dengan menepuk lengan dan bahu menggunakan tangan yang sebelumnya tidak digunakan.

H. Tekan jari



Gambar 2. 8
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi) Tekan Jari

Gerakan dengan merentangkan kedua tangan ke depan, dengan telapak tangan menghadap ke atas dan jari-jari terbuka lebar. Gunakan jari-jari tangan kanan untuk menekan lembut setiap jari tangan kiri satu per satu, dimulai dari ibu jari hingga kelingking. Tekanan harus lembut dan tidak terlalu keras. Setelah menekan jari-jari tangan kiri, ulangi gerakan yang sama dengan menekan jari-jari tangan kanan menggunakan tangan kiri.

I. Buka dan mengepal



Gambar 2. 9
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi) Buka dan Mengepal

Gerakan dengan merentangkan kedua tangan ke depan dengan telapak tangan menghadap ke bawah dan jari-jari terbuka lebar. Rentangkan jari-jari tangan lebar-lebar sehingga tangan terbuka sepenuhnya. Tahan posisi ini selama beberapa detik. Fokus pada peregangan dan pembukaan jari-jari tangan. Setelah membuka tangan, rapatkan jari-jari tangan dan genggam tangan dengan kuat

sehingga membentuk kepalan tangan. Tahan posisi ini selama beberapa detik.

J. Menepuk pinggang



Gambar 2. 10
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Menepuk Pinggang

Gerakan dengan meletakkan kedua tangan di samping tubuh dengan telapak tangan menghadap ke bawah. Angkat salah satu tangan ke samping dan mulailah menepuk lembut bagian pinggang di sisi tubuh yang sama. Gunakan sisi telapak tangan atau bagian samping tangan untuk melakukan tepukan yang lembut.

K. Menepuk paha



Gambar 2. 11
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Menepuk Paha

Gerakan dengan mengangkat salah satu tangan ke depan dengan telapak tangan terbuka dan jari-jari dirapatkan. Tempatkan tangan yang sudah siap di atas salah satu paha. Tepuk dengan lembut dan teratur dari atas ke bawah. Lakukan gerakan menepuk dengan lembut, fokus pada seluruh area paha.

L. Menepuk perut



Gambar 2. 12
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Menepuk Perut

Gerakan dengan meletakkan kedua tangan di samping tubuh atau di depan perut dengan telapak tangan terbuka.

Gunakan telapak tangan atau bagian samping tangan untuk menepuk lembut area perut secara bergantian. Mulailah dari bagian atas perut dan turun perlahan ke bagian bawah perut, atau bisa juga mulai dari sisi perut ke sisi lainnya.

Tepuk dengan gerakan yang lembut dan teratur. Fokus pada gerakan yang menenangkan dan menjaga tekanan tetap ringan.

M. Jongkok berdiri



Gambar 2. 13
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Jongkok Berdiri

Gerakan dengan menurunkan tubuh dengan perlahan menekuk lutut dan mendorong pinggul ke belakang, seolah-olah akan duduk di kursi. Pastikan punggung tetap tegak dan lutut tidak melebihi jari-jari kaki. Tahan posisi jongkok selama beberapa detik. Angkat tubuh kembali ke posisi berdiri dengan perlahan, tekan tumit ke lantai dan luruskan lutut sambil menjaga punggung tetap tegak

N. Kaki menjinjit



Gambar 2. 14
Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Kaki Menjinit

		Gerakan dengan menjinjitkan jari kaki, posisi tangan rapat sambil mendorong kebawah. O. Menghentakkan tumit  Gambar 2. 15 Gerakan Senam ANSI (Anti Hipertensi) Kaki Menghentakkan Tumit Gerakan dengan menghentakkan tumit ke bawah posisi tangan melipat diatas pinggang. Gerakan menghentakkan tumit diulang secara bergantian kanan dan kiri.
8.	Hasil	a. Menurunnya tekanan darah pada rentang normal, tekanan darah sistolik < 140 mmHg dan tekanan darah diastolik < 90 b. Bertambahnya kekuatan fisik c. Meningkatnya kecepatan dan kelenturan tubuh

Lampiran 7 Lembar Permohonan Perijinan Penelitian Dinas Kesehatan



PRODI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 078/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 : Dwi Lina Octavia
NPM : 211103001
Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Modalitas Senam Irama Terhadap Tekanan Darah dengan Pasien Hipertensi di Puskesmas Industri.

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.

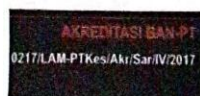
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Dian Fuzia Zuhroh, S. Kep., Ns., M. Kes

Tindakan:

1. Arsip



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 Lembar Permohonan Perijinan Penelitian UPT Puskesmas Industri



PRODI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 077/II.3.UMG/PSIK/F/2024

Lamp. : -

Hal : Ijin Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala UPT Puskesmas Industri
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 : Dwi Lina Octavia
NPM : 211103001
Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Modalitas Senam Irama Terhadap Tekanan Darah dengan Pasien Hipertensi di Puskesmas Industri.

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.



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

Tindakan:

1. Arsip



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 Surat Rekomendasi Badan Perencanaan Pembangunan Penelitian dan Pengembangan Daerah



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 / 446 / 437.71 / 2024	Gresik, 16 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 Penerbitan 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 Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas, Fungsi dan Tata Kerja Badan Perencanaan, Pembangunan, Penelitian, Dan Pengembangan Daerah Kabupaten Gresik
4. Surat dari Ka Prodi Universitas Muhammadiyah Gresik Nomor: 078/II.3.UMG/PSIK/F/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 | : Dwi Lina Octavia |
| 2. NIM/ NIK/ NIDN | : 3525146910020001 |
| 3. Pekerjaan | : Mahasiswa |
| 4. Alamat | : Mayjend Sungkono 3/32 Rt.001/rw.001 Ds. Gulomantung, Kec. Kebomas, Kab. Gresik. |
| 5. Keperluan dilakukan Penelitian | : Untuk melaksanakan Penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Modalitas Senam Irama Terhadap Tekanan Darah dengan Pasien Hipertensi di Puskesmas Industri" |
| 6. Tempat melakukan Penelitian | : Dinas Kesehatan |
| 7. Waktu Pelaksanaan Penelitian | : 31 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 selambat - lambatnya 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 seperlunya.

**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. Ka Prodi - Universitas Muhammadiyah Gresik
2. Saudara/i yang bersangkutan

Lampiran

Nomor : 070 / 446 / 437.71 / 2024
Tanggal : 16 Juli 2024

Kepada :

1. Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik
2. Dinas Kesehatan
3. Upt Puskesmas Industri

GRESIK

Lampiran 10 Lembar Surat Rekomendasi Ijin Penelitian Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KABUPATEN GRESIK
DINAS KESEHATAN
 Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 245 Telp. (031) 3951247, 3952263, 3951234
 Fax (031) 3951234
 GRESIK 61161

Gresik, 24 Juli 2024

Nomor : 070/3118/437.52/2024
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Rekomendasi Ijin Penelitian/
 Survey/Riset/KKN/PKL

Kepada
 Yth. Kepala Puskesmas Industri
 di Gresik

Menindaklanjuti surat dari Badan Pemerintah Kabupaten Gresik Badan Perencanaan Pembangunan Penelitian dan Pengembangan Daerah nomor: 070/446/437.71/2024 tanggal 16 Juli 2024 tentang pengantar rekomendasi izin pengambilan data yang dilakukan oleh:

Nama : Dwi Lina Octavia
 NIM/NIK/NIDN : 3525146910020001
 Judul Penelitian : Untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Pengaruh terapi modalitas senam irama terhadap tekanan darah dengan pasien hipertensi di Puskesmas Industri
 Tempat Penelitian : Puskesmas Industri

Sehubungan dengan hal tersebut agar saudara memfasilitasi data-data yang diperlukan oleh Mahasiswa tersebut.
 Dalam melakukan kegiatan Penelitian agar memperhatikan hal – hal sebagai berikut:

1. Mematuhi peraturan yang berlaku
2. Menerapkan protokol kesehatan

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

KEPALA DINAS KESEHATAN
 KABUPATEN GRESIK


 dr. MUKHIBATUL KHUSNAH, MM. M.Kes
 Pembina Utama Muda
 NIP. 19680707 200212 2 007

Lampiran 11 Surat Balasan Skripsi Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN GRESIK
DINAS KESEHATAN KABUPATEN GRESIK
PUSKESMAS INDUSTRI

Jalan Arif Rahman Hakim No.100 Telp.(031) 3985877
 email : industri Gresik Puskesmas@gmail.com
 G R E S I K 61111



Nomor : 445/91/437.52.03/2024
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Izin Penelitian/Survey/
 Riset/KKN/PKL

Gresik, 26 Juli 2024
 Kepada
 Yth. Dekan
 Universitas Muhammadiyah Gresik
 di -
G R E S I K

Menindaklanjuti surat dari Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik Nomor : 070/3118/437.52/2024 Tanggal 24 Juli 2024 perihal Rekomendasi Izin Penelitian/Survey/Riset/KKN/PKL, maka bersama ini kami bersedia memfasilitasi pengambilan data yang dilakukan oleh :

Nama : Dwi Lina Octavia
 NIM/NIK/NIDN : 3525146910020001
 Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Modalitas Senam Irama terhadap Tekanan Darah dengan Pasien Hipertensi di Puskesmas Industri

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Kepala Puskesmas Industri
Kabupaten Gresik

dr. DWI PUSPITASARI
Penata Tk. I
NIP. 198512172014122001

Lampiran 12 Lembar Bimbingan Konsultasi



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 : Dwi Lina Octavia
NIM : 211103001
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di
Puskesmas Industri
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 Senam ANSI (Anti Hipertensi) - 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 - Hasil Pembahasan,		
8	26 November 2024	Konsultasi BAB 7 - Kesimpulan dan Saran		
9	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 : Dwi Lina Octavia
NIM : 211103001
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi)
Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di
Puskesmas Industri
Dosen Pembimbing 2 : Ervi Suminar, S.Kep.,Ns.,M.Si

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing	Paraf Mahasiswa
1	26 Maret 2024	Konsultasi Bab 1 - Latar Belakang		
2	22 Mei 2024	Konsultasi BAB 1 - Latar Belakang		
3	27 Mei 2024	Konsultasi BAB 1 - Latar Belakang - Rumusan Masalah - Tujuan Penelitian - Manfaat Penelitian		
4	26 Juni 2024	Konsultasi BAB 1 - 4 - Tata letak kurang tepat - Menambah Referensi BAB 2 - Membuat SOP Senam ANSI (Anti Hipertensi) - Membuat lembar observasi		
5	6 Agustus 2024	Acc Proposal Penelitian		
6	22 November 2024	Konsultasi BAB 5 - Pengolahan dan interpretasi data		
7	27 November 2024	Konsultasi BAB 6-7 - Hasil Pembahasan, Kesimpulan dan Saran		
8	29 November 2024	Konsultasi BAB 6-7 - Hasil Pembahasan, Kesimpulan dan Saran		
9	3 Desember 2024	Acc Skripsi Penelitian		

Mengetahui / Menyetujui
Dosen Pembimbing Skripsi

Ervi Suminar, S.Kep., Ns., M.Si
NIDN : 0710108601

Lampiran 13 Data Hail SPSS

Uji Normalitas

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PRE SISTOLIK 1	44	100.0%	0	0.0%	44	100.0%
PRE DIASTOLIK 1	44	100.0%	0	0.0%	44	100.0%
POST SISTOLIK 4	44	100.0%	0	0.0%	44	100.0%
POST DIASTOLIK 4	44	100.0%	0	0.0%	44	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
PRE SISTOLIK 1	Mean		157.09	2.059
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	152.94	
		Upper Bound	161.24	
	5% Trimmed Mean		156.59	
	Median		152.00	
	Variance		186.457	
	Std. Deviation		13.655	
	Minimum		140	
	Maximum		187	
	Range		47	
	Interquartile Range		21	
	Skewness		.581	.357
	Kurtosis		-.894	.702
PRE DIASTOLIK 1	Mean		89.41	1.302
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	86.78	
		Upper Bound	92.03	

	5% Trimmed Mean		89.87	
	Median		90.00	
	Variance		74.573	
	Std. Deviation		8.636	
	Minimum		63	
	Maximum		110	
	Range		47	
	Interquartile Range		8	
	Skewness		-1.042	.357
	Kurtosis		2.774	.702
POST SISTOLIK 4	Mean		151.68	1.906
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	147.84	
		Upper Bound	155.53	
	5% Trimmed Mean		150.79	
	Median		148.00	
	Variance		159.896	
	Std. Deviation		12.645	
	Minimum		137	
	Maximum		183	
	Range		46	
	Interquartile Range		16	
	Skewness		1.004	.357
	Kurtosis		.194	.702
POST DIASTOLIK 4	Mean		87.82	.491
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	86.83	
		Upper Bound	88.81	
	5% Trimmed Mean		87.88	
	Median		89.00	
	Variance		10.617	
	Std. Deviation		3.258	
	Minimum		80	
	Maximum		97	
	Range		17	
	Interquartile Range		3	
	Skewness		-.417	.357

Kurtosis	1.298	.702
----------	-------	------

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE SISTOLIK 1	.191	44	.000	.910	44	.002
PRE DIASTOLIK 1	.255	44	.000	.892	44	.001
POST SISTOLIK 4	.179	44	.001	.892	44	.001
POST DIASTOLIK 4	.183	44	.001	.912	44	.003

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
PRE SISTOL 1 - POST SISTOL 4	Negative Ranks	8 ^a	10,13	81,00
	Positive Ranks	35 ^b	24,71	865,00
	Ties	1 ^c		
	Total	44		
PRE DIASTOL 1 - POST DIASTOL 4	Negative Ranks	11 ^d	22,18	244,00
	Positive Ranks	29 ^e	19,86	576,00
	Ties	4 ^f		
	Total	44		

a. PRE SISTOL 1 < POST SISTOL 4

b. PRE SISTOL 1 > POST SISTOL 4

c. PRE SISTOL 1 = POST SISTOL 4

d. PRE DIASTOL 1 < POST DIASTOL 4

e. PRE DIASTOL 1 > POST DIASTOL 4

f. PRE DIASTOL 1 = POST DIASTOL 4

Test Statistics^a

	PRE SISTOL 1 - POST SISTOL 4	PRE DIASTOL 1 - POST DIASTOL 4
Z	-4,741 ^b	-2,235 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000	,025

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Frekuensi**Statistics**

		USIA	JENIS KELAMIN	PENDIDIKA N	PEKERJA AN	PENGOBAT AN HT	LAMA MENDERIT A HT
N	Valid	44	44	44	44	44	44
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		1,30	1,61	2,18	3,11	1,59	1,64
Minimum		1	1	1	1	1	1
Maximum		2	2	4	5	2	3

USIA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	56-60	31	70,5	70,5	70,5
	61-65	13	29,5	29,5	100,0
	Total	44	100,0	100,0	

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	LAKI LAKI	17	38,6	38,6	38,6
	PEREMPUAN	27	61,4	61,4	100,0
	Total	44	100,0	100,0	

PENDIDIKAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SARJAN A	2	4,5	4,5	4,5
	SMA	33	75,0	75,0	79,5
	SMP	8	18,2	18,2	97,7
	SD	1	2,3	2,3	100,0
	Total	44	100,0	100,0	

PEKERJAAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KARYAWAN SWASTA	2	4,5	4,5	4,5
	WIRAUUSAHA	6	13,6	13,6	18,2
	IRT	24	54,5	54,5	72,7
	PENSIUNAN	9	20,5	20,5	93,2
	TIDAK BEKERJA	3	6,9	6,8	100,0
	Total	44	100,0	100,0	

LAMA MENDERITA HT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-2 TAHUN	25	56,8	56,8	56,8
	3-4 TAHUN	10	22,7	22,7	79,5
	>4 TAHUN	9	20,5	20,5	100,0
	Total	44	100,0	100,0	

PENGobatan HT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RUTIN	18	40,9	40,9	40,9
	KADANG-KADANG	26	59,1	59,1	100,0
	Total	44	100,0	100,0	

Lampiran 14 Sertifikat Etik**KOMISI ETIK PENELITIAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK****KETERANGAN KELAIKAN ETIK
ETHICAL APPROVAL
Nomor : 078/KET/IL.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 Terapi Modalitas Senam Ansi (Anti Hipertensi) Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Industri

Peneliti Utama : Dwi Lina Octavia
NIM : 211103001
Nama Institusi : Universitas Muhammadiyah Gresik

DINYATAKAN LAIK ETIK

Gresik, 09 September 2024
Ketua,



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

Lampiran 15 Tabel Rekapitulasi Data

No Responden	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Pengobatan Hipertensi	Lama Menderita Hipertensi	Tekanan Darah				Hasil
							Pre 1		Post 4		
							sis	dia	sis	dia	
1.	1	1	1	4	1	2	167	90	150	92	Menurun
2.	2	2	2	3	2	1	178	103	165	82	Menurun
3.	2	2	2	3	2	1	150	92	149	90	Menurun
4.	2	1	2	4	2	1	180	90	183	90	Meningkat
5.	2	2	2	3	2	1	163	94	155	90	Menurun
6.	2	2	2	3	1	1	164	90	165	86	Meningkat
7.	2	2	2	3	1	2	156	91	153	89	Menurun
8.	2	1	2	4	1	1	140	80	142	80	Meningkat
9.	2	1	3	5	2	1	143	95	145	83	Meningkat
10.	2	2	3	3	2	1	146	80	139	87	Menurun
11.	2	2	3	3	2	1	160	76	153	88	Menurun
12.	2	1	2	4	2	2	152	85	149	87	Menurun
13.	2	2	2	5	2	1	149	90	145	89	Menurun
14.	2	2	2	3	1	2	187	82	183	83	Menurun
15.	1	2	2	3	2	1	145	90	139	88	Menurun
16.	1	2	2	3	2	1	176	63	163	88	Menurun
17.	1	2	3	3	2	1	140	94	137	87	Menurun
18.	1	2	2	3	2	1	169	98	171	89	Meningkat
19.	1	1	2	2	2	2	164	64	157	87	Menurun
20.	1	1	2	2	2	2	150	92	145	90	Menurun
21.	1	2	2	3	2	2	160	92	145	90	Menurun
22.	1	2	2	3	2	1	145	90	143	89	Menurun
23.	1	1	3	5	1	1	150	90	143	90	Menurun
24.	1	1	4	2	1	3	161	90	155	87	Menurun
25.	1	1	2	4	1	3	147	90	144	89	Menurun
26.	1	2	3	4	2	2	142	93	137	85	Menurun
27.	1	2	2	3	2	1	145	95	147	82	Menurun

28.	1	1	2	2	1	1	140	90	138	87	Menurun
29.	1	1	2	1	2	1	175	99	163	90	Menurun
30.	1	2	3	3	2	1	145	90	144	89	Menurun
31.	1	2	2	3	1	2	180	95	158	85	Menurun
32.	1	1	2	1	2	1	150	90	140	87	Menurun
33.	1	2	2	3	1	3	149	94	140	89	Menurun
34.	1	2	3	2	1	3	150	95	152	90	Meningkat
35.	1	1	2	4	2	1	152	83	140	80	Menurun
36.	1	1	2	2	2	1	165	100	156	85	Menurun
37.	1	2	2	3	2	1	152	75	152	90	Tetap
38.	1	2	2	3	2	1	140	86	137	90	Menurun
39.	1	2	2	3	1	2	180	95	170	92	Menurun
40.	1	2	2	3	1	3	143	91	142	90	Menurun
41.	1	2	2	3	1	3	180	90	177	90	Menurun
42.	1	2	2	3	1	3	171	110	174	97	Meningkat
43.	1	1	2	4	1	3	165	86	144	87	Menurun
44.	1	1	1	4	1	3	146	86	145	89	Menurun

Keterangan :	Usia :	Jenis Kelamin	Pendidikan :	Pekerjaan :	Pengobatan Hipertensi :	Lama Menderita :
	1 : 56-60 2 : 61-65	1 : Laki-laki 2 : Perempuan	1 : Sarjana 2 : SMA 3 : SMP 4 : SD	1 : Karyawan Swasta 2 : Wirausaha 3 : IRT 4 : Pensiunan 5 : Tidak Bekerja	1 : Rutin 2 : Kadang-kadang 3 : Tidak	1 : 1-2 tahun 2 : 3-4 tahun 3 : >4 tahun

MINGGU KE 1 HARI KE 1

No Kode Responden	Sebelum		Setelah	
	Sistole	Diastole	Sistole	Diastole
1	167	90	165	93
2	178	103	175	90
3	150	92	148	90
4	180	90	175	85
5	163	94	160	89
6	164	90	160	87
7	156	91	152	87
8	140	80	139	82
9	143	95	138	80
10	146	80	140	83
11	160	76	150	80
12	152	85	147	87
13	149	90	145	90
14	187	82	185	80
15	145	90	143	89
16	176	63	173	80
17	140	94	138	92
18	169	98	167	85
19	164	64	163	70
20	150	92	144	80
21	160	92	157	90
22	145	90	143	87
23	150	90	148	90
24	161	90	157	85
25	147	90	145	82
26	142	93	138	87
27	145	95	142	80
28	140	90	139	90
29	175	99	172	97
30	145	90	143	87
31	180	95	170	90
32	150	90	147	89
33	149	94	145	90
34	150	95	149	92
35	152	83	149	90
36	165	100	150	80
37	152	75	149	80
38	140	86	138	90
39	180	95	175	90
40	143	91	142	90
41	180	90	178	90
42	171	110	169	98
43	165	86	159	90
44	146	86	144	87

Minggu Ke 1 Hari Ke 2

No Kode Responden	Sebelum		Setelah	
	Sistole	Diastole	Sistole	Diastole
1	160	95	158	87
2	175	92	174	87
3	151	90	150	89
4	175	92	173	90
5	169	90	167	86
6	170	92	167	88
7	160	90	150	80
8	145	92	137	89
9	149	90	145	82
10	150	92	147	87
11	162	80	157	90
12	150	90	143	89
13	147	92	144	90
14	180	90	179	90
15	145	92	140	87
16	168	82	165	85
17	145	90	140	88
18	170	100	168	98
19	170	80	167	82
20	147	90	140	85
21	164	90	159	87
22	150	92	147	89
23	149	92	145	87
24	160	90	155	87
25	150	90	145	89
26	145	90	139	85
27	143	93	140	85
28	145	92	143	90
29	170	92	169	90
30	150	92	145	90
31	175	92	169	80
32	152	89	149	90
33	143	90	142	89
34	147	92	145	90
35	150	92	145	85
36	155	90	149	83
37	160	91	152	83
38	143	90	140	88
39	175	97	174	95
40	145	93	139	90
41	178	92	176	90
42	175	100	172	92
43	169	92	167	89
44	149	92	147	90

Minggu Ke 2 Hari Ke 1

No Kode Responden	Sebelum		Setelah	
	Sistole	Diastole	Sistole	Diastole
1	165	90	162	80
2	168	96	164	89
3	155	93	152	90
4	182	90	177	85
5	167	96	165	89
6	165	90	160	89
7	162	90	155	83
8	147	80	145	83
9	150	93	148	88
10	147	90	145	88
11	158	92	155	87
12	157	92	147	90
13	149	93	145	91
14	190	80	186	92
15	140	90	138	89
16	170	85	168	87
17	145	95	139	90
18	168	95	166	93
19	165	90	162	89
20	152	93	147	80
21	152	90	149	86
22	148	90	146	87
23	149	90	146	89
24	157	92	156	88
25	147	88	143	90
26	143	95	142	93
27	149	95	146	90
28	145	95	140	89
29	168	90	165	89
30	147	95	145	93
31	160	90	159	89
32	143	92	139	89
33	145	93	139	90
34	150	92	147	88
35	160	94	150	90
36	160	85	152	90
37	150	90	145	92
38	140	92	139	87
39	177	90	175	90
40	143	94	142	92
41	177	95	175	89
42	180	115	177	95
43	164	90	163	80
44	145	90	143	88

Minggu Ke 2 Hari Ke 2

No Kode Responden	Sebelum		Setelah	
	Sistole	Diastole	Sistole	Diastole
1	159	90	150	92
2	169	90	165	82
3	152	95	149	90
4	185	93	183	90
5	159	93	155	90
6	169	90	165	86
7	157	93	153	89
8	149	82	142	80
9	147	92	145	83
10	145	93	139	87
11	159	90	153	88
12	153	94	149	87
13	147	90	145	89
14	185	80	183	83
15	145	92	139	88
16	165	87	163	88
17	142	90	137	87
18	172	90	171	89
19	160	92	157	87
20	149	90	145	90
21	147	92	145	90
22	144	87	143	89
23	145	92	143	90
24	159	90	155	87
25	145	90	144	89
26	144	90	137	85
27	150	80	147	82
28	143	90	138	87
29	165	92	163	90
30	145	90	144	89
31	160	80	158	85
32	145	90	140	87
33	145	90	140	89
34	155	95	152	90
35	150	95	140	80
36	162	92	156	85
37	165	93	152	90
38	142	87	137	90
39	176	95	170	92
40	144	92	142	90
41	179	92	177	90
42	176	105	174	97
43	156	92	144	87
44	147	90	145	89

Lampiran 16 Surat Keterangan Selesai Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN GRESIK DINAS KESEHATAN KABUPATEN GRESIK PUSKESMAS INDUSTRI Jalan Arif Rahman Hakim No.100 Telp.(031) 3985877 email : industri@puskesmas.gresik.go.id G R E S I K 61111	
Gresik, 11 November 2024 Kepada Yth. Dekan Universitas Muhammadiyah Gresik		
di - <u>G R E S I K</u>		
<u>SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN</u> Nomor : 445/127/437.52.03/2024		
Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Puskesmas Industri, Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik, menerangkan bahwa :		
a. Nama	: Dwi Lina Octavia	
b. NPM	: 211103001	
c. Judul Penelitian	: Pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Industri	
d. Program Studi/Fakultas /Universitas	: S-1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik	
benar – benar telah melakukan penelitian untuk penyusunan skripsi di Puskesmas Industri Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik.		
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.		
 Kepala Puskesmas Industri Kabupaten Gresik <u>dr. DWI PUSPITASARI</u> Penata Tk. I NIP. 198512172014122001		

Lampiran 17 Absensi



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI**

Jadwal Pelaksanaan : 17 September 2024 (Selasa)

No	Nama	Tanda Tangan
1.	K. B. Supriyanti	
2.	Ach. Ariat	
3.	FITRI HARIYANI	
4.	ENDANG NOVITASARI	
5.	WATINI NURHAYATI	
6.	Bu Suhartatik	
7.	B. HATJE	
8.	P. GUNAWAN	
9.	Endang Sulistiyati	
10.	Harni SUTUS	
11.	B. Siti Aminah	
12.	B. Sumiati	
13.	B. ISMIYATUN	
14.	W. Yono.	
15.	Kusni.	
16.	B. Rubali	
17.	B. Siti Aisyah	
18.	SUSILO WATI	
19.	SCAMET HARTONO	
20.	Muhndkni	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 18/9/24

No	Nama	Tanda Tangan
21	Lilis Khurnizawati	
22	Sukisnoko	
23	ANIS ZULAIHAH	
24	Intik Susilowati	
25	Bambang Sutisno	
26	Soedjito	
27	MUHAMMAD WATFI	
28	Sudjani	
29	P. H. Choh, fah	
30	DARUSSALAM	
31	Fahma	
32	Hayinah	
33	Ruhayana	
34	Dian Indriani	
35	SUWARDI R.	
36	B. Suherini	
37	Nur Hani	
38	SILAH	
39	Nawik T	
40	Silant TR.	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 17/9/20

No	Nama	Tanda Tangan
41	Paniat	Si
42	Yaqul	
43	Murjito	
44	Bn. amitung	
45	Perfondo	
46	Amor	
47	Sulono	
48	Paini	
49	SCHRISO	
50	Ributiso	
51	Fatima	
52	ARIF A.	
53	Endang +1	
54	Latif P.	
55	TRI Ming Sih	
56	Fitriana	
57	TRISNA	
58	ELLY FUZIA	
60	tri dharma	
61	Laila	



**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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI**

Jadwal Pelaksanaan : Sabtu, 21 September 2019

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Endang Sulistiyati	
2.	Kanggo	
3.	Harini Susilis.	
4.	Bu Sutardi/Sumiati	
5.	B. HATJE	
6.	P. SUKAWAN	
7.	ISMİYATUN	
8.	B. Siti Aminah	
9.	Ach. Arief	
10.	Fitri Harjani	
11.	Endang Nurhidayah	
12.	W. H. B. NO	
13.	KISWATI	
14.	WATINI NURHAYATI	
15.	K. Supyanti	
16.	Suhartatik	
17.	Siti Aisyah	
18.	B. Sukali	
19.	Tukirah	
20.	SUSLOWATI	
21.	SLAMET HARJONO	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 21 / 9 / 2019

No	Nama	Tanda Tangan
21	Muhrikim	[Signature]
22	Tukiyat	[Signature]
23	Lilis Khurriawati	[Signature]
24	Sukisnoko	[Signature]
25	ANIS ZULAIHAH	[Signature]
26	Soedjito	[Signature]
27	Shukri Sunilowati	[Signature]
28	Mohammad Wafiq	[Signature]
29	Sardjini	[Signature]
30	DARUSSALAM	[Signature]
31	Fatma	[Signature]
32	Piti Choniyah	[Signature]
33	Hayinah	[Signature]
34	Sumarno R	[Signature]
35	D. Suherini	[Signature]
36	Dim Harion	[Signature]
37	SILAH	[Signature]
38	Nawik T	[Signature]
39	Slamet TR	[Signature]
40	Yayuh	[Signature]



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 21/9/29

No	Nama	Tanda Tangan
41	Baniat	Baniat
42	Muajiyo	Muajiyo
43	B.M. antung	B.M. antung
44	Sulhoro	Sulhoro
45	SCIONO	SCIONO
46	TANS	TANS
47	HARTATI	HARTATI
49	FAUZI	FAUZI
50	AINUR	AINUR
51	UTHERINI.	UTHERINI.
52	KARJU	KARJU
53	FATMA AZIZAH.	FATMA AZIZAH.
54	NIKMA H.	NIKMA H.
55	ELLY KURMA	ELLY KURMA
56	Yuni Endang	Yuni Endang
57	Laila Nikm	Laila Nikm
58	Yuni Endang	Yuni Endang
59	Priyantono	Priyantono
60	Laila Nur F.	Laila Nur F.
61	Yuni	Yuni

62. Nur H.



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : Selasa, 29 September 2024

No	Nama	Tanda Tangan
1	Tri Watiyudi	
2	Kasari	
3	S. Supriyanti	
4	Wuryani	
5	Kiswati	
6	B. Subali	
7	WATINI NURHAYATI	
8	YUNI ENDANG.	
9	Ach. Arif	
10	Fitri Hidayati	
11	ENDANG NOVITAWATI	
12	Suhartatik	
13	Harni Rensus.	
14	Endang Sulistiyati.	
15	ISMIYATUN	
16	Sumiati	
17	Siti Aisyah	
18	SUSILOWATI	
19	SCAMET HARTONO	
20	Muhammad.	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 29/6/24

No	Nama	Tanda Tangan
21	Sukisno	
22	M. Siti Aminah	
23	Intik Musilawati	
24	Lilis Khuriawati	
25	Bondary Sutris	
26	Bedjito	
27	ANIS ZULAIHAN	
28	Sardjani	
29	DARUSSALAM	
30	MONAMAD WTHFI	
31	Putra	
32	Riti Chonifah	
33	Hayinah	
34	B. HATJE	
35	P. GUNAWAN	
36	Biza Indriani	
37	SUWARNO R.	
38	B. SUHERIMI	
39	SILAH	
40	Nauik T	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 29/9/29

No	Nama	Tanda Tangan
41	Slamet TN	
42	Yafut	
43	Pasol	
44	Mugito	
45	Bm. mntung	
46	Rutono	
47	Sutlerini	
48	Niyono	
49	tung	
50	Yuni Endang.	
51	Dwi Janto	
52	Maria Luth.	
53	Sik Aminah.	
54	KARJO	
55	Sarjani	
56	Harni Senkat	
57	Suganto	
58	ANIS	
59	Soedjito	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : Sabtu, 20 September 2024

No	Nama	Tanda Tangan
1	Bu. Tatik Suhartatik	
2	B. HATJE	
3	P. GUNAWAN	
4	B. SUPRIYATI	
5	Ach. Arief	
6	FITRI HARMANI	
7	RENDANG NOVITAWATI	
8	YATINI NURHAYATI	
9	SUHERINI	
10	SUHARTUTIK.	
11	Keswari	
12	Wurpus.	
13	BSubali	
14	B. Siti Aisyah	
15	Nana Sari P-Dani	
16	Sugianto.	
17	Harni Kusnans	
18	Takiryat	
19	Rendang Sulistiyati	
20	Sumiati	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 28/9/29

No	Nama	Tanda Tangan
21.	B. ISMIYATUN	
22.	LILIS KURNIAWATI	
23.	SUKISNO	
24.	M. SITI AMINAH	
25.	Bambang Sutikno	
26.	ANIS ZULAIHAH	
27.	SUSI LOWATI	
28.	SLAMET HARTONO	
29.	Tukiyat	
30.	Debyito	
31.	Tatik Susilowati	
32.	Fahma	
33.	MUHAMMAD WTHFI	
34.	Sardjani	
35.	Riti Chanifah	
36.	DARUSSALAM	
37.	Hayinah	
38.	Rahmawati Astuti	
39.	Dian Indriani	
40.	Rahmawati Astuti	



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 TERAPI MODALITAS SENAM ANSI
(ANTI HIPERTENSI) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS INDUSTRI

Jadwal Pelaksanaan : 20/9/29

No	Nama	Tanda Tangan
41	B. Suherni	
42	Sungarno R.	
43	Silam	
44	Nawik T	
45	Slamet TR.	
46	Panik	
47	Yafuk	
48	Mugito	
49	Bm.untung	
50	R. HOSNO	
51	Prin	
52	Lusno	
53	Lully K.	
54	Th. Wumpahsi.	
55	Fikmah I.	
56	Amis Z.	
57	Muband	
58	Dian S.	
60	Rik A.	
61	Mariah.	

62. Yuni E.
63. Pri Janto
64. Susana
65. Setiawan
66. Fandi H.

Lampiran 18 Lembar Pernyataan Persetujuan



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

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Bu. Suherini
Usia : 60
Jenis Kelamin : P.
Alamat : Jl. Arjuna. 12. BPW.
Nomor Telepon : —

setelah mendapatkan informasi tentang tujuan dan manfaat dari penelitian ini, saya bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul :

Pengaruh Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi) Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Industri. Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada responden. Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal tersebut diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal – hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban yang jelas dan benar.

Dengan ini saya menyatakan secara sukarela untuk ikut sebagai subjek dalam penelitian ini.

Gresik, 14 September 2024

Responden

(*Suherini*)

Lampiran 19 Lembar Observasi



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 OBSERVASI TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI

No Kode Responden : 291
Alamat : Jl. Arjuno Bp 12
Umur : 60 th
Jenis Kelamin : Laki / Perempuan
Pekerjaan : RT
Tingkat Pendidikan : SMA
Nomor Telepon : -
Lama Menderita Hipertensi : 5 th
Pengobatan Hipertensi : Rutin / kadang-kadang / Tidak
Terapi Selain Obat-Obatan : -

No	Sebelum Dilakukan Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi)		Setelah Dilakukan Terapi Modalitas Senam ANSI (Anti Hipertensi)	
	Tanggal Pemeriksaan	Tekanan Darah	Tanggal Pemeriksaan	Tekanan Darah
1.	17/9/24	180/90	17/9/24	178/90
2.	21/9/24	178/92	21/9/24	176/90
3.	24/9/24	177/95	24/9/24	175/94
4.	28-9-24	179/92	28/9/24	177/90

Lampiran 20 Hasil Turnitin

REVISI VIA NEW BANGET			
ORIGINALITY REPORT			
12%	14%	10%	7%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	repo.poltekkestasikmalaya.ac.id Internet Source	2%	
2	eprints.umg.ac.id Internet Source	2%	
3	media.neliti.com Internet Source	1%	
4	docobook.com Internet Source	1%	
5	journals.ums.ac.id Internet Source	1%	
6	jurnalnasional.ump.ac.id Internet Source	1%	
7	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	1%	
8	repository.ub.ac.id Internet Source	1%	
9	jurnal.unmuhjember.ac.id Internet Source	1%	
10	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	1%	
11	qdoc.tips Internet Source	1%	
12	repository.stikeshangtuh-sby.ac.id Internet Source	1%	

Lampiran 21 Dokumentasi

