

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip
Maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar**

NAMA : Priska Cindy Ayuwandari
NIM 2114301037
TANGGAL PERNYATAAN : 18 Juli 2025

Bandar Lampung, 18 Juli 2025



Priska Cindy Ayuwandari
2114301037

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH SENAM TERA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS SATELIT KOTA BANDAR LAMPUNG PROVINSI LAMPUNG TAHUN 2025

Penulis

PRISKA CINDYA AYUWANDARI / 2114301037

Telah diperiksa dan disetujui Tim Pembimbing Skripsi

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Tahun Akademik 2024/2025

Bandar Lampung, 18 Juli 2025

Tim Pembimbing Skripsi

Pembimbing Utama

Ns. Efa Trisna, S.Kep., M.Kes.

NIP. 196810081989032002

Pembimbing Pendamping

Yuliati Amperaningsih, S.K.M., M.Kes.

NIP. 196607251988032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH SENAM TERA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS

SATELIT KOTA BANDAR LAMPUNG

PROVINSI LAMPUNG

TAHUN 2025

Penulis

PRISKA CINDYA AYUWANDARI / 2114301037

Diterima dan disahkan oleh Tim Penguji Skripsi Jurusan Keperawatan

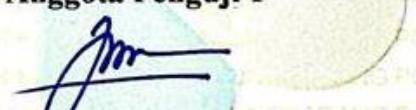
Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Kemenkes RI Tahun Akademik 2024/2025
sebagai persyaratan menyelesaikan Sarjana Terapan Keperawatan

TIM PENGUJI

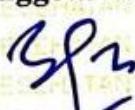
Ketua Penguji


Ririn Sri Handayani, M.Kep., Ns., Sp.Kep.M.B.
NIP. 197502141998032002

Anggota Penguji 1


Yuliati Amperaningsih, S.K.M., M.Kes.
NIP. 196607251988032001

Anggota Penguji 2


Ns. Efa Trisna, S.Kep., M.Kes.
NIP. 196810081989032002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan Tanjungkarang
Politeknik Kesehatan Tanjungkarang


Tori Rihiantoro, S.Kp., M.Kep.
NIP. 197111291994021001

BIODATA PENULIS



Nama : Priska Cindy Ayuwandari
NIM 2114301037
Tempat, Tanggal Lahir : Palembang, 17 September 2003
Agama : Islam
Alamat : Jl. Syultan Syahril, No.21, Kec. Teluk Betung Utara,
Pahoman, Kota Bandar Lampung.
Email : priskawandari@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

TK (2007-2009) : TK Kartika II-6 Palembang
SD (2009-2015) : SD Muhammadiyah 9 Palembang
SMP (2015-2018) : SMPS Gajah Mada Bandar Lampung
SMA (2018-2021) : SMAS Gajah Mada Bandar Lampung
Perguruan Tinggi (2021-Skarang) : Program Studi Sarjana Terapan
Keperawatan Poltekkes Tanjung Karang
Bandar Lampung

HALAMAN PERSEMPAHAN

Alhamdulillahi Rabbil 'Alamin, segala puji Syukur bagi Allah SWT atas limpahan Rahmat, Taufiq, Hidayah dan Inayah-nya kepada saya selaku penulis skripsi ini sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat pada waktunya. Skripsi ini saya persembahkan kepada orang-orang yang saya cintai dan berharga dalam hidup saya:

1. Saya sangat bersyukur dan berterimakasih kepada Allah SWT yang telah menghadirkan diri saya ke-dunia ini tanpa adanya kekurangan satu pun, yang sudah diberikan nikmat hidup untuk lebih bisa saya hargai dan saya syukuri disetiap hari, terimakasih atas garis hidup yang Allah gariskan untuk diri saya agar bisa untuk membantu sesama manusia.
2. Saya ucapkan terimakasih banyak untuk diriku sendiri Priska Cindy Ayuwandari. Terimakasih karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya yang bisa dibilang tidak mudah. Terimakasih sudah bertahan, sudah kuat dalam keadaan dan kondisi apapun bisa sampai dititik ini.
3. Terimakasih untuk cinta pertamaku dan panutanku, Ayahanda Priyo Sihono, beliau memang tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, tetapi beliau selalu berusaha dan bekerja keras untuk anak-anaknya untuk bisa merasakan bangku perkuliahan, mampu mendidik saya untuk menjadi manusia lebih sabar dan selalu memotivasi saya untuk lebih semangat dalam menjalankan proses-proses diakhir semester, selalu mendoakan saya dimana pun saya melangkah hingga saya dapat menyelesaikan studinya sampai saya sarjana.
4. Terimakasih untuk pintu surgaku, malaikatku. Ibunda Rina Suanti yang saya sayangi dan saya cintai, terimakasih selalu menjadi tempat curhat saya ketika saya dalam keadaan tidak baik-baik saja, terimakasih atas support dan dukungannya untuk saya bisa sampai ditahap akhir menyelesaikan skripsi ini, terimakasih doa-doa yang mamah panjatkan agar saya diberikan keselamatan dimanapun saya berada, semoga mamah dan papah selalu diberikan rezeki

dan panjang umur agar dapat selalu menemani proses saya dalam keadaan susah maupun senang.

5. Terimakasih untuk Abang Mardian Priyudha., S.Tr. Han. dan Kakak Hilmy Ariyo Wibisono yang menjadikan motivasi saya dalam menyelesaikan skripsi ini, terimakasih sudah ikut serta dalam proses saya dalam menempuh pendidikan sarjana ini, terimakasih support dan semangatnya yang diberikan kepada saya.
6. Terimakasih untuk Ivan Putra Perdana manusia yang selalu menjadi support sistem saya dalam skripsi ini, yang selalu menjadi tempat keluh kesah saya ketika saya merasa tidak bisa sampai di titik ini, yang selalu meyakinkan saya bahwa saya mampu dan saya bisa, yang selalu menemani saya dalam penelitian skripsi ini hingga sampai selesai. Penulis berterimakasih dan berharap semoga kebaikan beliau bisa dibalas dengan kebaikan-kebaikan dalam hidupnya.

MOTTO

“Bahkan di hari paling berat pun, Tuhan siapakan hal kecil buat bikin kamu kuat,
Entah itu lewat orang, doa, atau rasa yang tiba-tiba datang, yakinlah suatu saat
nanti, air matamu akan terbalas dengan senyuman yang tidak disangka-sangka”

-priska cindya

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Priska Cindy Ayuwandari
NPM : 2114301037
Program Studi : Sarjana Terapan Kperawatan
Jurusan : Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Puskesmas Satelit Kota Bandar Lampung Provinsi Lapung Tahun 2025. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebs Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Bandar Lampung, 18 Juli 2025
Yang menyatakan



Priska Cindy Ayuwandari
NIM. 2114301037

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Keperawatan pada Prodi Sarjana Terapan Keperawatan pada Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI. Berkat bimbingan dari berbagai pihak maka skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dewi Purwaningsih., SSiT., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI.
2. Tori Rihiantoro., SKp., MKep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI.
3. Dwi Agustanti., SKp., M.Kep. Sp.Kom., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang Kemenkes RI.
4. Ns. Efa Trisna., S.Kep., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Yuliati Amperaningsih., S.K.M., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah memberikan masukan dan saran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Ririn Sri Handayani., M.Kep., Sp.Kep., M.B., selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan skripsi ini

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalaq segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Bandar Lampung, 18 Juli 2025

Priska Cindy Ayuwandari