

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Annisa ., dkk. 2023. *Silent Killer* Bahaya Hipertensi. Kupang : Penerbit Tangguh Denara Jaya
- Anggreni, Dhonna. 2022. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Mojokerto: Stikes Majapahit Mojokerto.
- Burke, Karen M., Gerence Bauldoff., & Praptiani. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah : Gangguan Muskuloskeletal*. Ayu Linda. Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Depitasari, Lisa., Rahma Elliya., & Djunizar Djamaludin. 2023. Penerapan terapi relaksasi genggam jari dan nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi pada keluarga. *Journal of Qualitative Health Research & Case Studies Reports*. 3(1) : 15–22.
<https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt/article/view/341/436>
- Fadhilah, Gilang Nur & Maryatun. 2022. Penerapan Terapi Genggam Jari dan Nafas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *Aisyiah Surakarta Journal Of Nursing*. 3(2).
<https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/asjn/article/view/1052/446>
- Handoyo., Hartati ., & Ratifah. 2022 Pemberdayaan Kelompok Peduli Hipertensi Melalui Pelatihan Kesehatan Tentang Teknik Relaksasi Genggam Jari (*Finger Hold*) Di Desa Mersi Purwokerto Timur. *Jurnal Empati*. 3(1)
<https://ejournal.unimugo.ac.id/EMPATI/article/view/666/354>
- Ilyas, Sadeli. 2016. *Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)*.
<https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>
- Prasetyo, Bambang & Lina Miftahul Jannah. 2016. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- M, Asikin., dkk. 2016. *Keperawatan Medikal bedah Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Nurhayati, Ratna., dkk. 2023. Efektifitas Terapi Genggam Jari dan Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Well Being*. 8(1) : 15–23.
<https://journal.stikes-bu.ac.id/index.php/wb/article/view/184/121>

- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. 3rd ed.* Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis.* Jakarta: Salemba Medika.
- Proc, Mayo Clin. 2003. *The New Hypertension Guidelines From JNC 7: Is the Devil in the Details?. Mayo Foundation for Medical Education and Research.* 78 : 1078-1081
<https://www.mayoclinicproceedings.org/action/showPdf?pii=S0025-6196%2811%2962931-5>
- Rahmadhani Dwi Yunita., dkk. 2023. Efektifitas Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Rawat Inap Muaro Kumpeh. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ).* 12 (2) : 381–90.
<https://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/article/view/684/301>
- Ridha, Muttaqin Al., Khairiyatul Munawwarah., & Habibi Habibi. 2023. Edukasi Terapi Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer di Gampong Meunasah Meucap Kecamatan Peusangan. *Ners Akademika.* 2(1) : 79–85.
https://penerbitgoodwood.com/index.php/ners_akademika/article/view/2213
- Rosa, Karunia., Erika Dewi Noorratri., & Panggah Widodo. 2023. Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Mengetahui Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran.* 1(4) : 48–57.
<https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Termometer/article/view/2358/2273>
- Rosari, F. 2014. *Diagnosis and Management of Hypertension in The Elderly. Patient J MAJORITY.* 3.46
https://www.mendeley.com/catalogue/05812bae-8717-3a6d-8d67-cc703cb64fe3/?utm_source=desktop&utm_medium=1.19.8&utm_campaign=open
- Sahir, Syafrida Hafni. 2021. *Metodologi Penelitian.* Yogyakarta : Penerbit KBM Indonesia
- Saputra, Bandi. 2020. Terapi Relaksasi Genggam Jari Sebagai Intervensi Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Anggota Keluarga Bp.H Khususnya Ibu.A Dengan Hipertensi Di Koto Baru Kecamatan Baso Kabupaten Agam. Karya Ilmiah Akhir. Program Studi Pendidikan Profesi Ners Stikes Perintis Padang

<http://repo.upertis.ac.id/1171/1/7%20BANDI%20SAPUTRA.pdf>

Sari, Ni Luh Putu Dian Yunita., I Kadek Prastikanala., & Ni Kadek Ratih Mentari. 2024. “Renjana” (Relaksasi Genggam Jari Dengan Nafas Dalam) Memengaruhi Tekanan Darah Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*.16 (2) : 563–70.

<https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/1774/1063>

Simbolon, Nagoklan., Pomarida Simbolon., & Magda Siringo-ringo. 2019. Hubungan Pengetahuan Lansia dengan Personal Hygiene di Desa Lestari Indah Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun. *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Informasi Komputer dan Sains*.616-623.

Tanggela,sari., Sigit Purnawan., & Enjelita M. Ndoen. 2022. *Risk Factors of Lifestyle and The Incidence of Hypertension in The Work Area of Pasir Panjang Public Health Center, Kupang City. Pancasakti Journal of Public Health Science and Research*. 2 (3) : 116-123.

<https://journal.unpacti.ac.id/index.php/pjphsr/article/view/423/304>

World Health Organization (WHO). 2023. Global Report on Hypertension. Jenewa : World Health Organization

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240081062>

Zhou, Huayi., et al. 2022. *Effect of exercise on vascular function in hypertension patients: A meta-analysis of randomized controlled trials. Frontiers in Cardiovascular Medicine*.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9812646/pdf/fcvm-09-1013490.pdf>

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Penjelasan Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
Direktorat: Jln.Piet A.Tallo Liliba – Kupang, Telp :
(0380)8800256; Fax (0380) 8800256; Email:
poltekkeskupang@yahoo.com



PENJELASAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Leliana Cruzcita Dangga Limu

NIM : PO5303209201198

ProgramStudi : PPN

Akan melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di puskesmas pasir Panjang Kota Kupang”. Saya mohon kesediaan saudara untuk menjadi partisipan dalam penelitian tersebut. Adapun hal-hal yang perlu saudara ketahui adalah:

1. Bahwa tujuan penelitian ini adalah mengetahui Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang .
2. Manfaat dari penelitian ini adalah dapat digunakan sebagai bahan bacaan untuk memperkaya kepustakaan ilmu keperawatan medikal bedah dan sebagai bahan kajian dalam mengembangkan penelitian lanjutan yang relevan tentang Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas

Pasir Panjang Kota Kupang.

3. Peneliti melakukan pengambilan data sesuai lembar observasi yang telah disiapkan.
4. Apabila di tengah penelitian saudara merasa ada hal yang tidak nyaman, saudara dapat mengundurkan diri dalam penelitian ini.
5. Apabila ada pertanyaan lebih lanjut, dapat menghubungi peneliti (Leliana Cruzcita) melalui nomor HP 082337980275
6. Keikutsertaan saudara sebagai responden pada penelitian ini bukan merupakan suatu paksaan, melainkan atas **dasar sukarela**. Oleh karena itu, saudara berhak untuk melanjutkan atau menghentikan keikutsertaan karena alasan tertentu yang dikomunikasikan dengan peneliti.
7. Identitas responden akan dirahasiakan sepenuhnya oleh peneliti dan hanya data yang disampaikan dan digunakan demi kepentingan penelitian.
8. Kerahasiaan informasi dari responden dijamin sepenuhnya oleh peneliti karena hanya kelompok tertentu saja yang akan dilaporkan sebagai hasil penelitian.
9. Semua responden akan mendapat perlindungan dan perlakuan yang sama.
10. Peneliti tidak akan memungut biaya apapun dari responden.

Demikian penjelasan penelitian ini, peneliti berharap saudara bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Atas kesediaannya peneliti mengucapkan terimakasih.

Kupang, Maret 2024

Peneliti

Leliana Cruzcita Dangga Limu

Lampiran 2 : Informed Consent



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG**

Direktorat: Jln.Piet A.Tallo Liliba – Kupang, Telp :
(0380)8800256; Fax (0380) 8800256; Email:
poltekkeskupang@yahoo.com



INFORMED CONSENT

(Persetujuan menjadi Responden)

Setelah membaca, mendengarkan dan memahami isi penjelasan tentang penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti mahasiswi dari Poltekkes Kemenkes Kupang yaitu :

Nama : Leliana Cruzcita Dangga Limu

Judul : Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang

Saya memutuskan bersedia untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan apapun. Bila selama penelitian ini saya menginginkan untuk mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Kupang, Maret 2024

Yang Menyetujui

(.....)

Lampiran 3 : Lembar Observasi


LEMBAR OBSERVASI

TEKANAN DARAH LANSIA HIPERTENSI

Tanggal :

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Tekanan Darah Sebelum Relaksasi Finger Hold	Tekanan Darah Sesudah Relaksasi Finger Hold

Lampiran 4 : SPO Relaksasi *Finger Hold*

	<p>STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL</p> <p>Relaksasi <i>Finger Hold</i></p>
<p>Pengertian</p>	<p>Relaksasi genggam jari adalah suatu seni dengan menggunakan pernafasan dan sentuhan tangan yang sederhana untuk membuat energy yang ada didalam tubuh menjadi seimbang</p>
<p>Tujuan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meningkatkan ketenangan dan merilekskan tubuh. 2. Mengurangi ketegangan otot, menghilangkan <i>stress</i>,
<p>Prosedur</p>	<p>Prosedur Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memeriksa tanda-tanda vital 2. Merelaksasi genggam jari dan nafas dalam 3. Memposisikan pasien pada posisi nyaman, serta anjurkan pasien untuk mengatur nafas dan merilekskan semua otot, perawat duduk disamping pasien, relaksasi dimulai dengan menggenggam ibu jari pasien dengan tekanan lembut, genggam sampai nadi pasien terasa berdenyut 4. Menganjurkan pasien untuk mengatur pola nafas dengan hitungan teratur, menggenggam ibu jari kurang lebih selama 3-5 menit dengan tambahan nafas dalam kemudian lanjutkan ke jari-jari yang lain satu persatu dengan durasi yang sama setelah kurang lebih 15 menit, 5. Lakukan relaksasi genggam jari ke jari tangan yang lain.

Lampiran 5 : Surat Pengambilan Data Awal



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
Jln. Piet A. Tallo Liliba – Kupang, Telp.: (0380) 8800256
Fax. (0380) 8800256; Email: poltekkeskupang@yahoo.com



Nomor : PP.08.02/F.XXXVII/0130/2024

9 Januari 2024

Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang
di
Tempat

Sehubungan dengan penulisan Proposal Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Kelas RPL Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan Pengambilan Data Awal kepada:

Nama : liliana Cruzcita Dangga Limu
NIM : PO5303209201198
Jurusan/Prodi : Keperawatan/PPN Tahap Akademik
Judul Penelitian : "Efektivitas Relaksasi Finger Hold Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Pasir Panjang"
Waktu Penelitian : Januari 2024.

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 6 : Data Dinkes Kota Kupang Penderita Hipertensi tahun 2021-2022

TABEL 68

PELAYANAN KESEHATAN PENDERITA HIPERTENSI MENURUT JENIS KELAMIN, KECAMATAN, DAN PUSKESMAS
KABUPATEN/KOTA KUPANG
TAHUN 2021

NO	KECAMATAN	PUSKESMAS	JUMLAH ESTIMASI PENDERITA HIPERTENSI BERUSIA ≥ 15 TAHUN			MENDAPAT PELAYANAN KESEHATAN					
			LAKI-LAKI	PEREMPUAN	LAKI-LAKI + PEREMPUAN	LAKI-LAKI		PEREMPUAN		LAKI-LAKI + PEREMPUAN	
						JUMLAH	%	JUMLAH	%	JUMLAH	%
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	ALAK	NAIONI			0	148	#DIV/0!	380	#DIV/0!	508	
2	ALAK	ALAK			0	687	#DIV/0!	1.253	#DIV/0!	1.940	
3	ALAK	MANUTAPEN			0	151	#DIV/0!	300	#DIV/0!	451	
4	MAULafa	SIKUMANA			0	895	#DIV/0!	1.100	#DIV/0!	1.995	
5	MAULafa	PENFUI			0	526	#DIV/0!	657	#DIV/0!	1.183	
6	KOTA RAJA	BAKUNASE			0	624	#DIV/0!	654	#DIV/0!	1.278	
7	OEBOBO	OEBOBO			0	719	#DIV/0!	976	#DIV/0!	1.695	
8	OEBOBO	OEPOI			0	420	#DIV/0!	491	#DIV/0!	911	
9	KOTA LAMA	PASIR PANJANG			0	619	#DIV/0!	1.047	#DIV/0!	1.666	
10	KOTA LAMA	KUPANG KOTA			0	410	#DIV/0!	663	#DIV/0!	1.073	
11	KELAPA LIMA	OESAPA			0	556	#DIV/0!	931	#DIV/0!	1.487	
JUMLAH (KAB/KOTA)			0	0	0	5.765	#DIV/0!	8.432	#DIV/0!	14.187	#DIV/0!

Sumber: Dinas Kesehatan Kota Kupang

TABEL 75

PELAYANAN KESEHATAN PENDERITA HIPERTENSI MENURUT JENIS KELAMIN, KECAMATAN, DAN PUSKESMAS
KOTA KUPANG 0
TAHUN 2022 0

NO	KECAMATAN	PUSKESMAS	JUMLAH ESTIMASI PENDERITA HIPERTENSI BERUSIA ≥ 15 TAHUN			MENDAPAT PELAYANAN KESEHATAN					
			LAKI-LAKI	PEREMPUAN	LAKI-LAKI + PEREMPUAN	LAKI-LAKI		PEREMPUAN		LAKI-LAKI + PEREMPUAN	
						JUMLAH	%	JUMLAH	%	JUMLAH	%
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	ALAK	NAIONI	575	544	1.119	191	33,2	446	82,0	637	56,9
2	ALAK	ALAK	1.533	1.432	2.965	1.663	108,5	1.952	136,3	3.615	121,9
3	ALAK	MANUTAPEN	519	479	997	179	34,5	539	112,6	718	72,0
4	MAULafa	SIKUMANA	2.394	2.245	4.639	1.719	71,8	1.719	76,6	3.438	74,1
5	MAULafa	PENFUI	901	839	1.740	747	82,9	1.587	189,1	2.334	134,1
6	KOTA RAJA	BAKUNASE	1.928	1.838	3.766	933	48,4	734	39,9	1.667	44,3
7	OEBOBO	OEBOBO	1.387	1.304	2.691	1.695	122,2	1.388	106,4	3.083	114,5
8	OEBOBO	OEPOI	2.040	1.912	3.952	937	45,9	1.100	57,5	2.037	51,5
9	KOTA LAMA	PASIR PANJANG	833	799	1.632	1.884	228,2	1.156	144,6	3.040	186,3
10	KOTA LAMA	KUPANG KOTA	332	331	663	806	242,8	716	216,4	1.522	229,7
11	KELAPA LIMA	OESAPA	2.546	2.439	4.985	1.088	42,7	1.632	66,9	2.720	54,6
JUMLAH (KAB/KOTA)			14.988	14.161	29.149	11.842	79,0	12.968	91,6	24.811	85,1

Sumber: Dinas Kesehatan Kota Kupang

Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG
JL. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228
Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang46@gmail.com
KUPANG

SURAT IZIN

NOMOR : B-235/Dinkes.400.7.22.2/III/2024

TENTANG
PENELITIAN

Dasar : Surat dari Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan Nomor:PP.08.02/F.XXX.20/156/2024 Kupang Nomor: tanggal 28 Februari 2024 Hal : Ijin Penelitian

MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : Leliana Cruzcita Dangga Limu
NIM : PO. 5303209201198
Jurusan/Prodi : Keperawatan / PPN Tahap Akademik
Instansi/Lembaga : Poltekkes Kemenkes Kupang
Judul Penelitian : Efektivitas Relaksasi Finger Hold Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Pasir Panjang
Waktu Penelitian : Maret-April 2024
Lokasi Penelitian : UPTD. Puskesmas Pasir Panjang

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 7 Maret 2024
KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA KUPANG



drg. Retnowati, M.Kes.
Pembina Utama Muda
NIP. 19670513 199212 2 002

Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala UPTD Puskesmas Pasir Panjang Kupang di Tempat
2. Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang di Tempat

Lampiran 8 : Surat Selesai Penelitian



**PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG
UPTD PUSKESMAS PASIR PANJANG**

JL. Maumere, Kel. Nefonak, Kupang – NTT , Kode Pos 85229
Telp (0380) – 827740. Hp: 082213350807

Website : puskopi.dinkes-kotakupang.web.id Email : puskesmas.paspan@kupangkota.go.id



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : B-97/PUSK.PPJ.400.7.22.1/VI/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **dr. Eka Muftiana Rahmawati**
NIP : 19881115 201502 2 002
Jabatan : Kepala UPTD Puskesmas Pasir Panjang – Kupang

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : **Leliana Cruzcita Dangga Limu**
NIM : PO.5303209201198
Pekerjaan : Mahasiswi
Prog. Study : Keperawatan/ PPN Tahap Akademik
Universitas/PT : Poltekkes Kemenkes Kupang

Yang bersangkutan benar-benar telah selesai melakukan Penelitian Pada tanggal 22 Maret 2024 sampai dengan 28 Maret 2024 dengan judul "**Efektivitas Relaksasi Finger Hold Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Pasir Panjang**".

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 16 Juni 2024

Kepala UPTD Puskesmas Pasir Panjang



dr. Eka Muftiana Rahmawati

Penata/ Ilc

NIP. 19881115 201502 2 002

Lampiran 9 : Etik Penelitian

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.LB.02.03/1/0177/2024

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Leliana Cruzcita Dangga Limu
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES KUPANG
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Efektivitas Relaksasi Finger Hold Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang"

"Effectiveness of Finger Hold Relaxation on Blood Pressure Control of Elderly with Hypertension at Pasir Panjang Health Center"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 27 Juni 2024 sampai dengan tanggal 27 Juni 2025.

This declaration of ethics applies during the period June 27, 2024 until June 27, 2025.

June 27, 2024
Chairperson,



Dr. Yuanita Clara Luhi Rogaleli, S.Si, M.Kes

Lampiran 10 : Data Tabulasi

TABULASI DATA PRE LANSIA DENGAN HT SEBELUM INTERVENSI														
NO	NAMA	USIA	KODE	JK	KODE	TEKANAN DARAH H1		KRITERIA HT	TEKANAN DARAH H2		KRITERIA HT	TEKANAN DARAH H3		KRITERIA HT
						S	D		S	D		S	D	
1	NY.YN	67	2	P	1	150	90	4	150	90	4	130	90	3
2	TN.K	57	1	L	2	160	100	5	150	100	4	140	90	4
3	NY.AR	49	1	P	1	140	90	4	140	90	4	120	90	2
4	TN.JP	53	1	L	2	150	90	4	140	90	4	140	90	4
5	NY.MS	54	1	P	1	140	80	7	140	90	4	110	90	2
6	NY.LD	53	1	P	1	150	90	4	150	100	4	130	90	3
7	TN.DP	54	1	L	2	140	90	4	140	90	4	140	90	4
8	NY.SB	50	1	P	1	140	80	7	140	90	4	120	90	2
9	TN.SS	70	2	L	2	150	90	4	150	90	4	140	100	4
10	NY.SM	68	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
11	NY.LF	78	3	P	1	170	100	5	160	90	4	130	90	3
12	NY.RA	80	3	P	1	140	90	4	140	90	4	110	90	2
13	NY.ON	63	2	P	1	160	100	5	150	90	4	120	90	2
14	TN.FL	61	2	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
15	NY.PL	54	1	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
16	TN.AL	50	1	L	2	140	90	4	140	90	4	140	90	4
17	NY.S	73	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
18	TN.SM	73	2	L	2	150	90	4	150	90	4	130	90	3
19	NY.BB	62	2	P	1	160	100	5	150	90	4	140	90	4
20	TN.SU	67	2	L	2	150	90	4	140	90	4	140	90	4
21	NY.RN	52	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3

22	NY.PN	46	1	P	1	140	90	4	130	90	4	130	80	3
23	NY.HN	51	1	P	1	160	100	5	150	90	4	120	90	2
24	TN.AN	45	1	L	2	150	90	4	140	90	4	110	90	2
25	TN.VG	49	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
26	TN.HN	70	2	L	2	150	90	4	140	90	4	130	90	3
27	TN.TN	57	1	L	2	160	100	5	140	90	4	140	80	4
28	TN.A	65	2	L	2	140	90	4	140	90	4	140	90	4
29	TN.BK	61	2	L	2	140	90	4	130	80	3	130	90	3
30	TN.AS	64	2	L	2	150	90	4	130	90	3	130	80	3
31	TN.HK	65	2	L	2	170	100	5	150	90	4	140	90	4
32	NY.TL	58	1	P	1	180	110	6	150	100	4	150	90	4
33	TN.PH	58	1	L	2	140	90	4	140	80	4	140	90	4
34	TN.DL	70	2	L	2	140	90	4	140	80	4	140	80	4
35	NY.TL	67	2	P	1	170	100	5	150	90	4	130	90	3
36	TN.YO	73	2	L	2	140	90	4	140	90	4	140	90	4
37	TN.FC	80	3	L	2	150	90	4	150	90	4	140	90	4
38	NY.KM	62	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
39	NY.JB	56	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3
40	NY.AT	67	2	P	1	140	90	4	140	90	4	110	90	2
41	TN.DB	58	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
42	TN.AB	48	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
43	NY.AM	65	2	P	1	150	90	4	150	90	4	120	90	2
44	NY.DJ	70	2	P	1	160	100	5	160	90	4	140	90	4
45	NY.DH	62	2	P	1	160	110	5	160	100	5	130	90	3
46	TN.FM	49	1	L	2	180	100	6	150	90	4	130	90	3
47	TN.JL	50	1	L	2	150	90	4	140	90	4	140	90	4

48	NY.JD	72	2	P	1	150	90	4	150	90	4	140	90	4
49	TN.FD	56	1	L	2	140	80	4	140	90	4	120	90	2
50	NY.RB	52	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3
51	NY.SL	52	1	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
52	NY.BN	61	2	P	1	150	100	4	150	90	4	150	90	4
53	NY.RD	64	2	P	1	150	90	4	150	90	4	140	90	4
54	TN.YU	60	2	L	2	140	80	4	140	90	4	140	90	4
55	NY.RM	59	1	P	1	150	100	4	150	90	4	130	90	3
56	NY.LL	63	2	P	1	150	90	4	150	90	4	130	90	3
57	NY.AM	62	2	P	1	150	90	4	150	90	4	150	90	4
58	TN.OP	56	1	L	2	160	100	5	160	100	5	160	100	5
59	TN.BB	50	1	L	2	170	100	5	150	90	4	150	90	4
60	TN.YH	48	1	L	2	140	90	4	140	90	4	140	100	4
61	NY.WK	62	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	80	4
62	TN.DR	60	2	L	2	160	100	5	140	90	4	140	80	4
63	NY.SS	55	1	P	1	140	90	4	120	80	2	130	90	3
64	NY.AW	45	1	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4

TABULASI DATA POST LANSIA DENGAN HT SEBELUM INTERVENSI														
NO	NAMA	USIA	KODE	JK	KODE	TEKANAN DARAH H1		KRITERIA HT	TEKANAN DARAH H2		KRITERIA HT	TEKANAN DARAH H3		KRITERIA HT
						S	D		S	D		S	D	
1	NY.YN	67	2	P	1	150	90	4	150	90	4	130	90	3
2	TN.K	57	1	L	2	160	90	5	150	90	4	140	90	4
3	NY.AR	49	1	P	1	140	90	4	120	90	2	120	90	2
4	TN.JP	53	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
5	NY.MS	54	1	P	1	140	80	7	140	90	4	110	90	2
6	NY.LD	53	1	P	1	150	90	4	150	100	4	130	90	3
7	TN.DP	54	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
8	NY.SB	50	1	P	1	140	80	7	140	90	4	120	90	2
9	TN.SS	70	2	L	2	150	90	4	150	90	4	140	100	4
10	NY.SM	68	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
11	NY.LF	78	3	P	1	150	100	4	160	90	4	130	90	3
12	NY.RA	80	3	P	1	140	90	4	140	90	4	110	90	2
13	NY.ON	63	2	P	1	160	100	5	150	90	4	120	90	2
14	TN.FL	61	2	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
15	NY.PL	54	1	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
16	TN.AL	50	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
17	NY.S	73	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
18	TN.SM	73	2	L	2	150	90	4	150	90	4	130	90	3
19	NY.BB	62	2	P	1	160	100	5	150	90	4	140	90	4
20	TN.SU	67	2	L	2	150	90	4	140	90	4	130	90	3
21	NY.RN	52	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3

22	NY.PN	46	1	P	1	140	90	4	130	90	4	130	80	3
23	NY.HN	51	1	P	1	160	100	5	150	90	4	120	90	2
24	TN.AN	45	1	L	2	150	90	4	140	90	4	110	90	2
25	TN.VG	49	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
26	TN.HN	70	2	L	2	150	90	4	140	90	4	130	90	3
27	TN.TN	57	1	L	2	160	100	5	140	90	4	120	80	2
28	TN.A	65	2	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
29	TN.BK	61	2	L	2	140	90	4	130	80	3	130	90	3
30	TN.AS	64	2	L	2	150	90	4	130	90	3	130	80	3
31	TN.HK	65	2	L	2	170	100	5	150	90	4	140	90	4
32	NY.TL	58	1	P	1	170	110	6	140	90	4	130	90	3
33	TN.PH	58	1	L	2	140	90	4	140	80	4	140	90	4
34	TN.DL	70	2	L	2	140	90	4	140	80	4	130	80	3
35	NY.TL	67	2	P	1	160	100	5	150	90	4	130	90	3
36	TN.YO	73	2	L	2	140	90	4	140	90	4	140	90	4
37	TN.FC	80	3	L	2	150	90	4	150	90	4	120	90	2
38	NY.KM	62	2	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
39	NY.JB	56	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3
40	NY.AT	67	2	P	1	140	90	4	140	90	4	110	90	2
41	TN.DB	58	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
42	TN.AB	48	1	L	2	140	90	4	140	90	4	130	90	3
43	NY.AM	65	2	P	1	150	90	4	150	90	4	120	90	2
44	NY.DJ	70	2	P	1	160	100	5	160	90	4	140	90	4
45	NY.DH	62	2	P	1	160	100	5	140	90	4	130	90	3
46	TN.FM	49	1	L	2	170	100	6	150	90	4	130	90	3
47	TN.JL	50	1	L	2	150	90	4	140	90	4	120	90	2

48	NY.JD	72	2	P	1	150	90	4	150	90	4	140	90	4
49	TN.FD	56	1	L	2	140	80	4	140	90	4	120	90	2
50	NY.RB	52	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3
51	NY.SL	52	1	P	1	140	90	4	140	90	4	140	90	4
52	NY.BN	61	2	P	1	150	100	4	150	90	4	130	90	3
53	NY.RD	64	2	P	1	150	90	4	150	90	4	130	90	3
54	TN.YU	60	2	L	2	140	80	4	140	90	4	140	90	4
55	NY.RM	59	1	P	1	150	100	4	150	90	4	130	90	3
56	NY.LL	63	2	P	1	150	90	4	150	90	4	130	90	3
57	NY.AM	62	2	P	1	150	90	4	150	90	4	130	90	3
58	TN.OP	56	1	L	2	160	100	5	160	100	5	140	80	4
59	TN.BB	50	1	L	2	170	100	5	150	90	4	130	90	3
60	TN.YH	48	1	L	2	140	90	4	140	90	4	140	90	4
61	NY.WK	62	2	P	1	140	90	4	140	90	4	120	80	2
62	TN.DR	60	2	L	2	160	100	5	140	90	4	140	80	4
63	NY.SS	55	1	P	1	140	90	4	120	80	2	120	90	2
64	NY.AW	45	1	P	1	140	90	4	140	90	4	130	90	3

Lampiran 11 : Hasil Uji SPSS

1. Karakteristik Responden

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 45-59 tahun	31	48.4	48.4	48.4
60-74 tahun	30	46.9	46.9	95.3
75-90 tahun	3	4.7	4.7	100.0
Total	64	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Perempuan	34	53.1	53.1	53.1
Laki-laki	30	46.9	46.9	100.0
Total	64	100.0	100.0	

2. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tekanan darah sebelum intervensi	.431	64	.000	.569	64	.000

Tekanan darah setelah intervensi	.252	64	.000	.807	64	.000
----------------------------------	------	----	------	------	----	------

3. Uji Wilcoxon

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	53 ^a	27.00	1431.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	11 ^c		
Total	64		

a. Post-Test < Pre-Test

b. Post-Test > Pre-Test

c. Post-Test = Pre-Test

Test Statistics

	Post-Test - Pre-Test
Z	-6.527 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

4. Analisa Data Deskriptif Pre-Post Test

TD sebelum intervensi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
4	47	73.4	73.4	73.4
5	13	20.3	20.3	93.8
Valid 6	2	3.1	3.1	96.9
7	2	3.1	3.1	100.0
Total	64	100.0	100.0	

TD setelah intervensi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
2	15	23.4	23.4	23.4
Valid 3	32	50.0	50.0	73.4
4	17	26.6	26.6	100.0
Total	64	100.0	100.0	

Lampiran 12 : Dokumentasi Penelitian





Lampiran 13 : Lembar Konsultasi Skripsi