

**PENERAPAN SENAM *AEROBIC LOW IMPACT* TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Oleh :
Mery Rotua Ginting, S.Kep
2435022

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS
PALEMBANG 2025**

**PENERAPAN SENAM *AEROBIC LOW IMPACT* TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan kepada
Universitas Katolik Misi Charitas
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Profesi Ners

Oleh :
Mery Rotua Ginting,S.Kep
2435022

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MISI CHARITAS
PALEMBANG 2025**

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS



Tanda Persetujuan Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners

Nama : Mery Rotua Ginting, S.Kep
NIM : 2435022
Judul : Penerapan Senam *Aerobic Low Impact* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Menyetujui untuk diujikan pada ujian proposal jenjang Sarjana
Keperawatan
Palembang, tanggal 24 Juni 2025

Pembimbing Utama

Ns. Aniska Indah Fari., M.Kep

Mengetahui
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Dan Ners



Ns. Ketut Suryani, S.Kep., M.Kep

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS



Tanda Pengesahan Karya Ilmiah Akhir Ners

Nama : Mery Rotua Ginting.S.Kep
Nim : 2435022
Judul : Penerapan Senam *Aerobic Low Impact* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Pada Hari Selasa, tanggal 01 Juli 2025 dan dinyatakan **LULUS**

TIM PENGUJI:

TANDA TANGAN

Ketua Dewan Penguji : Ns.Aniska Indah Fari,M.Kep

Anggota Penguji I : Ns. Lilik Pranata.,S.Kep.,M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ns. Ketut.Sutyani,S.Kep.,M.Kep

Ns. Mery Rotua Ginting, S.Kep., Ners., M.Kep

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mery Rotua Ginting,S.Kep

NIM : 2435022

Program Studi : Profesi Ners

Judul : Penerapan Senam *Aerobic Low Impact* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners yang sudah saya buat ini merupakan karya sendiri dan besar keasliannya. Jika ternyata di kemudian hari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan dari orang lain maka saya menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Katolik Musi Charitas Palembang.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Penulis



Mery Rotua Ginting,S.Kep

LEMBAR PERNYATAAN
PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mery Rotua Ginting,S.Kep

NIM : 2435022

Judul Skripsi : Penerapan Senam *Aerobic Low Impact* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Menyatakan bahwa saya memberikan hak kepada Universitas Katolik Musi Charitas untuk mempublikasikan Karya Ilmiah Akhir Ners saya tanpa meminta ijin dari saya selama nama saya tetap tercantum sebagai penulis.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, Juli 2025

Yang bertandatangan



Mery Rotua Ginting,S.Kep