DAFTAR PUSTAKA

Agustina, S., Sari, S. M., & Savita, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Atas Umur 60 Tahun. *Hunter-Gatherers In A Changing World*, *2*(01), 1–7.

Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, *2*(2), 54–61. Https://Doi.Org/10.36656/Jpkm.V2i2.289

Aulia, F. N., Pudji, A., Sumber, & Ullah, N. (2023). Digital Sphygmomanometer Detects Systole Diastolic Display. *Technokes Journal*, *16*(4), 1–8. H

Baffour, A. B., Pearson, M. J., Dieberg, G., & Smart, N. A. (2023). Isometric Resistance Training To Manage Hypertension: Systematic Review And Meta-Analysis. *Current Hypertension Reports*, *25*(4), 1–15.

Carlson, D. J., Inder, J., Palanisamy, S. K. A., Mcfarlane, J. R., Dieberg, G., & Smart, N. A. (2016). The Efficacy Of Isometric Resistance Training Utilizing Handgrip Exercise For Blood Pressure Management: A Randomized Trial. *Medicine (United States)*, *95*(52), 1–7.

Casmuti, & Fibriana, A. I. (2023). Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. *HIGEIA (Journal Of Public Health Research And Development)*, *7*(1), 1–12.

Ernstmeyer, K., & Christman, E. (2021). Nursing Skills. In *Chippewa Velly Technical College*. Https://Doi.Org/10.7748/Ns2003.05.17.34.28.B33

Faridah, V. N., Pramestirini, R. A., & Nisa, K. (2024). Pengaruh Latihan Slow Deep Breathing Dan Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal …*, *16*(3), 1–8.

Febriawati, H., Angraini, W., Fredrika, L., & Fatmawati, T. (2023). Edukasi Hipertensi Pada Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu. *Pengabdian Mandiri*, *2*(2), 1–10.

Hardini, S., Putri, L. E., & Herlina, A. (2021). Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Mawar) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Kabupaten Solok.

Hidayah, N., Widiani, E., Palupi, L. M., & Rahmawati, I. (2022). Upaya Pencegahan Dan Penanganan Penyakit Degenartif Pada Lanjut Usia. *Jurnal (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan)*, *6*(1), 1–6.

Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi Pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, *6*(1), 1–11.

Poltekkes Bengkulu

Kadek, N., Lestari, Y., Gede, N. L., Yanti, P., Wayan, I., & Yudi, G. (2022). Aromaterapi Mawar Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, *12*(2), 347–354.

Kementrian Kesehatan. (2023). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Https://Upk.Kemkes.Go.Id/New/Mengenal-Penyakit-Hipertensi

Kholifah, S. N. (2020). *Keperwatan Gerontik*.

Kune, N., Yusuf, Z. K., & Djamaluddin, N. (2022). Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jembara Nursing Journal*, *4*(2), 1–13.

Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023a). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Keperawatan*. *2*(2), 1–18.

Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023b). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. *5*(April), 1–14.

Mahendra, Y. P., Purwono, J., & Ayubbana, S. (2021). Penerapan Aroma Terapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, *1*(2), 1–9.

Maulidina, F., Hermani, N., & Surya, I. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, *4*(1), 1–7.

Mcgowan, C. L., Proctor, D. N., & Swaine, L. (2017). *Isometric Handgrip As An Adjunct For Blood Pressure Control - A Primer For Clinicians Cheri*.

Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *Stikes Majapahit Mojokerto*.

Muliya, F. S., Hartutik, S., & Sutarto, A. (2023). Penerapan Isometric Handgrip Exercise Pada Lansia Penderita Hipertensi Di RSUD Dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. *Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, *1*(3), 1–9.

Mutmainnah, B., Djalal, D., & Suyuti, A. (2021). Edukasi Bahaya Hipertensi , " The Silent Killer " Dan Cara Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Mahasiswa FIK UNM. *Jurnal Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar*, *15*(3), 284–286.

Nilawati, I., Kasron, & Sodikin. (2023). Hipertensi Merupakan Hubungan Jenis Kelamin, Pendidikan, Dan Lama Menderita Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Puskesmas Cilacap Selatan II. *Jurnal Medika*

Usada, *6*(1), 1–7. Https://Doi.Org/10.54107/Medikausada.V6i1.143

Nirnasari, M., Tania, M., & Ernawati. (2023). Efektifitas Isometric Handgrip Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, *13*(1), 1–9. Https://Doi.Org/10.59870/Jurkep.V13i1.133

Nuryamah, S., & Frianto, D. (2023). Pengecekan Tekanan Darah Dan Informasi Kesehatan Kepada Lansia Di Desa Sumberjaya. *Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, *2*(1), 1–8.

Ogbutor, G., Nwangwa, E., & Uyagu, D. (2019). Isometric Handgrip Exercise Training Attenuates Blood Pressure In Prehypertensive Subjects At 30% Maximum Voluntary Contraction. *Nigerian Journal Of Clinical Practice*.

Prastiani, D. B., Rakhman, A., & Umaroh, S. (2023). Penerapan Isometric Handgrip Exercise Untuk Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Derajat 1. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, *2*(2), 1–8.

Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Masker Medika*, *8*(2), 1–5.

Prihatini, K., & Rahmanti, A. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi Di Kota Semarang. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, *1*(3), 1–10.

Putri, F. A., Dasuki, & Astuti, A. (2024). *Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. *5*(3), 1–8.

Putri, S. A., Ramdini, D. A., Afriyani, & Wardhana, M. F. (2023). Efek Samping Penggunaan Obat Hipertensi. *Jurnal Medula*, *13*(4), 1–7.

Putriantari, D. A., Handayani, L. T., & Adi, G. S. (2024). *Gambaran Isometric Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Desa Pekauman Kabupaten Bondowoso*. *5*(3), 1–8.

Rahmawati, R., & Kasih, R. P. (2023). Hipertensi. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, *2*(5), 1–16.

Ratnawati, D., & Choirillaily, S. (2020). Latihan Menggenggam Alat Handgrip Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keterapian Fisik*, *5*(2), 1–8. Https://Doi.Org/10.37341/Jkf.V5i2.228

Riamah. (2020). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PTSW Khusnul Khotimah. *Menara Ilmu*, *13*(5), 106–113.

Salsabila, E., Utami, S. L., Sahadewa, S., Salsabila, E., Utami, S. L., & Sahadewa, S. (2023). *Faktor Risiko Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik Paradise Surabaya Oktober 2023*. 1–6.

Sari, O. I., Hartutik, S., & Yuningsih, D. (2023). Penerapan Isometrik Handgrip Exercise Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di RSUD Karanganyar. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*, *2*(1), 1–9.

Siauta, M., Embuai, S., & Tuasikal, H. (2020). Penurunan Nyeri Kepala Penderita Hipertensi Menggunakan Relaksasi Handgrip. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, *2*(1), 1–5. Https://Akperyarsismd.E-Journal.Id/BNJ

Silfiani, S., Fitri, N. L., & Ludiana. (2024). Penerapan Isometric Handgrip Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di UPTD Puskesmas Yosomulyo Metro Pusat. *Jurnal Cendikia Muda*, *4*(September), 447–455.

Simamora, R. D., Basyar, E., Adrianto, A. A., Raksa, T. A., & Pegas, T. (2017). Kesesuaian Tipe Tensimeter Air Raksa Dan Tensimeter Dewasa. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, *6*(2), 1–9.

Susanti, C. (2020). *Pengaruh Metode Drill Terhadap Keterampilan Dalam Pengukuran Tekanan Darah Pada Mahasiswa Ners Tingkat I Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2019*.

Susiladewi, I. A. M. V., Widyanthari, D. M., & I Made Oka Adnyana. (2020). Pengaruh Latihan Isometrik Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Community Of Publishing In Nursing (COPING)*, *5*, 1–8.

Veralia, V., Malini, H., & Gusty, R. P. (2023). Effect Of Isometric Handgrip Exercise On Blood Pressure And Comfort Among Hypertensive Patients. *Jurnal Ners*, *18*(1), 1–6. Https://Doi.Org/10.20473/Jn.V18i1.40942

Wahyuni, Majid, Y. A., & Pujiana, D. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, *1*(1), 1–7.

WHO, W. H. O. (2023). *Hypertension*. Https://Www.Who.Int/News-Room/Fact-Sheets/Detail/Hypertension#:~:Text=Lifestyle Changes Like Eating A,The Heart Contracts Or Beats.

Widianti, O. Y., & Wulandari, R. (2024). *Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Gringging Kabupaten Sragen*. *2*(3), 1–12.

Winarsih, W., Wulandari, S. R., & Istichomah, I. (2023). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Screening Penyakit Tidak Menular Di Desa Dladaan Banguntapan Bantul. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, *2*(1), 10–12.

Wulandari, Setyo Retno, Winarsih, W., & Istikhomah. (2023). Pengabdian Masyarakat Cendekia Volume 02 Nomor 02 (2023) 58-61. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Cendekia*, *02*, 1–4.

LAMPIRAN

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1 Master Tabel

MASTER TABEL

NO	Kelompok	Nama	Umur	Jenis Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Lama Hipertensi	Riwayat Genetik	TD PRE	TD POST
1	1	Ny. Y	60	2	2	2	1	2	165/90	143/79
2	1	Tn. A	89	1	1	1	2	2	152/91	138/82
3	1	Ny.N	84	2	1	1	2	2	165/97	142/81
4	1	Tn. S	66	1	3	1	2	2	155/95	136/80
5	1	Ny. H	66	2	1	1	1	1	159/90	137/75
6	1	Ny. Y	75	2	1	1	2	2	158/91	140/80
7	1	Tn. S	65	1	3	2	1	1	168/95	143/80
8	1	Ny. K	64	2	2	2	1	2	155/90	135/75
9	1	Ny. S	80	2	1	1	2	2	160/95	142/80
10	1	Tn. I	76	1	1	1	1	2	159/94	135/76
11	1	Ny. S	79	2	1	1	2	2	160/90	144/79

12	1	Ny H	65	2	1	1	2	2	157/91	139/75
13	1	Tn. R	70	1	1	2	1	1	155/95	140/80
14	1	Ny. Y	70	2	1	1	2	2	152/95	138/82
15	1	Ny. R	85	2	1	1	2	2	170/91	145/81
16	1	Ny. U	66	2	2	1	1	2	155/90	140/78
17	1	Ny.S	62	2	1	2	2	2	153/91	138/77
18	1	Ny. M	84	2	1	1	2	1	156/90	140/75
19	2	Ny. Y	73	2	1	1	1	2	154/92	150/88
20	2	Ny. M	64	2	1	2	2	2	160/98	156/95
21	2	TN. M	64	1	2	2	1	2	148/93	145/85
22	2	Ny. M	75	2	1	1	1	2	150/90	145/90
23	2	Ny. I	63	2	1	2	1	1	170/90	161/85
24	2	Ny. A	64	2	1	2	2	2	168/91	166/90
25	2	Ny. Y	70	2	1	1	2	2	170/100	165/95
26	2	Ny. A	64	2	1	2	1	1	150/95	148/90

27	2	Tn. A	70	1	1	1	1	2	157/91	155/90
28	2	Tn. R	75	1	1	1	2	2	150/92	146/85
29	2	Ny. S	65	2	1	2	2	2	160/95	158/95
30	2	Ny. H	67	2	1	1	2	2	155/94	155/80
31	2	Tn. S	64	1	1	2	2	2	166/91	160/84
32	2	Tn. S	70	1	1	1	1	2	158/94	155/92
33	2	Tn. B	73	1	1	1	2	2	155/91	150/85
34	2	Ny. R	67	2	1	1	1	1	152/92	150/86
35	2	Ny. A	74	2	1	1	2	1	150/90	150/85
36	2	Ny. S	76	2	1	1	2	1	155/90	153/85

Lampiran 2 Output SPSS

OUTPUT SPSS

A. Gambaran Karakteristik Responden

1. Kelompok Intervensi

Descriptives

			Statistic	Std. Error
USIA	Mean		72.56	2.139
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	68.04	
		Upper Bound	77.07	
	5% Trimmed Mean		72.34	
	Median		70.00	
	Variance		82.379	
	Std. Deviation		9.076	
	Minimum		60	
	Maximum		89	
	Range		29	
	Interquartile Range		16	
	Skewness		.406	.536
	Kurtosis		-1.251	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
USIA	.209	18	.036	.917	18	.112

a. Lilliefors Significance Correction

JENIS_KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	5	27.8	27.8	27.8
	Perempuan	13	72.2	72.2	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

PENDIDIKAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD/SMP	12	66.7	66.7	66.7
	SMA	4	22.2	22.2	88.9
	Perguruan Tinggi	2	11.1	11.1	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

PEKERJAAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Bekerja	12	66.7	66.7	66.7
	Bekerja	6	33.3	33.3	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

LAMA_HIPERTENSI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 5 Tahun	6	33.3	33.3	33.3
	> 5 Tahun	12	66.7	66.7	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

RIAWAYAT_GENETIK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	4	22.2	22.2	22.2
	Ada	14	77.8	77.8	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

2. Kelompok Kontrol

Descriptives

			Statistic	Std. Error
USIA	Mean		68.78	1.092
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	66.47	
		Upper Bound	71.08	
	5% Trimmed Mean		68.70	
	Median		68.50	
	Variance		21.477	
	Std. Deviation		4.634	
	Minimum		63	
	Maximum		76	
	Range		13	

	Interquartile Range	9	
	Skewness	.235	.536
	Kurtosis	-1.605	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
USIA	.182	18	.118	.876	18	.023

a. Lilliefors Significance Correction

JENIS_KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	6	33.3	33.3	33.3
	Perempuan	12	66.7	66.7	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

PENDIDIKAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD/SMP	16	88.9	88.9	88.9
	SMA	2	11.1	11.1	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

PEKERJAAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Bekerja	11	61.1	61.1	61.1
	Bekerja	7	38.9	38.9	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

LAMA_HIPERTENSI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 5 Tahun	9	50.0	50.0	50.0
	> 5 Tahun	9	50.0	50.0	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

RIAWAYAT_GENETIK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	3	16.7	16.7	16.7
	Ada	15	83.3	83.3	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

3. Uji Kesetaraan

Ranks

	KELOMPOK_PENELITIAN	N	Mean Rank	Sum of Ranks
USIA	Intervensi	18	20.61	371.00
	Kontrol	18	16.39	295.00
	Total	36		

Test Statistics[a]

	USIA
Mann-Whitney U	124.000
Wilcoxon W	295.000
Z	-1.208
Asymp. Sig. (2-tailed)	.227
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.239[b]

a. Grouping Variable: KELOMPOK_PENELITIAN

b. Not corrected for ties.

JENIS_KELAMIN * KELOMPOK_PENELITIAN

Crosstab

Count

		KELOMPOK_PENELITIAN		
		Intervensi	Kontrol	Total
JENIS_KELAMIN	Laki-laki	5	6	11
	Perempuan	13	12	25
Total		18	18	36

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.131[a]	1	.717		
Continuity Correction[b]	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.131	1	.717		
Fisher's Exact Test				1.000	.500
Linear-by-Linear Association	.127	1	.721		
N of Valid Cases	36				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.50.

b. Computed only for a 2x2 table

PENDIDIKAN * KELOMPOK_PENELITIAN

Crosstab

Count

		KELOMPOK_PENELITIAN		
		Intervensi	Kontrol	Total
PENDIDIKAN	SD/SMP	12	16	28
	SMA	4	2	6
	Perguruan Tinggi	2	0	2
Total		18	18	36

Poltekkes Bengkulu

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	3.238[a]	2	.198
Likelihood Ratio	4.026	2	.134
Linear-by-Linear Association	3.119	1	.077
N of Valid Cases	36		

a. 4 cells (66.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.00.

PEKERJAAN * KELOMPOK_PENELITIAN

Crosstab

Count

		KELOMPOK_PENELITIAN		
		Intervensi	Kontrol	Total
PEKERJAAN	Tidak Bekerja	12	11	23
	Bekerja	6	7	13
Total		18	18	36

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.120[a]	1	.729		
Continuity Correction[b]	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.120	1	.729		
Fisher's Exact Test				1.000	.500
Linear-by-Linear Association	.117	1	.732		
N of Valid Cases	36				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.50.

b. Computed only for a 2x2 table

LAMA_HIPERTENSI * KELOMPOK_PENELITIAN

Crosstab

Count

		KELOMPOK_PENELITIAN		
		Intervensi	Kontrol	Total
LAMA_HIPERTENSI	< 5 Tahun	6	9	15
	> 5 Tahun	12	9	21
Total		18	18	36

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1.029[a]	1	.310		
Continuity Correction[b]	.457	1	.499		
Likelihood Ratio	1.034	1	.309		
Fisher's Exact Test				.500	.250
Linear-by-Linear Association	1.000	1	.317		
N of Valid Cases	36				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.50.

b. Computed only for a 2x2 table

RIAWAYAT_GENETIK * KELOMPOK_PENELITIAN
Crosstab

Count

		KELOMPOK_PENELITIAN		
		Intervensi	Kontrol	Total
RIAWAYAT_GENETIK	Tidak Ada	4	3	7
	Ada	14	15	29
Total		18	18	36

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.177[a]	1	.674		
Continuity Correction[b]	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.178	1	.673		
Fisher's Exact Test				1.000	.500
Linear-by-Linear Association	.172	1	.678		
N of Valid Cases	36				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.50.

b. Computed only for a 2x2 table

B. Gambaran Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolic Sebelum Diberikan Intervensi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

1. Kelompok Intervensi

Descriptives

			Statistic	Std. Error
PRE_SISTOLE	Mean		158.56	1.258
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	155.90	
		Upper Bound	161.21	
	5% Trimmed Mean		158.28	
	Median		157.50	
	Variance		28.497	
	Std. Deviation		5.338	
	Minimum		152	
	Maximum		170	

	Range		18	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.847	.536
	Kurtosis		-.113	1.038
PRE_DIASTOLE	Mean		91.39	.742
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	89.82	
		Upper Bound	92.95	
	5% Trimmed Mean		91.38	
	Median		94	
	Variance		9.899	
	Std. Deviation		3.146	
	Minimum		90	
	Maximum		97	
	Range		11	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.297	.536
	Kurtosis		-1.021	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE_SISTOLE	.171	18	.174	.909	18	.082
PRE_DIASTOLE	.216	18	.026	.907	18	.076

a. Lilliefors Significance Correction

2. Kelompok Kontrol

3. Descriptives

			Statistic	Std. Error
PRE_SISTOLE	Mean		157.11	1.698
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	153.53	
		Upper Bound	160.69	
	5% Trimmed Mean		156.90	
	Median		155.00	
	Variance		51.869	
	Std. Deviation		7.202	
	Minimum		148	
	Maximum		170	

	Range	22	
	Interquartile Range	12	
	Skewness	.698	.536
	Kurtosis	-.697	1.038
PRE_DIASTOLE	Mean	91.39	.882
	95% Confidence Interval for Mean — Lower Bound	89.53	
	95% Confidence Interval for Mean — Upper Bound	93.25	
	5% Trimmed Mean	91.21	
	Median	95.00	
	Variance	14.016	
	Std. Deviation	3.744	
	Minimum	90	
	Maximum	100	
	Range	14	
	Interquartile Range	6	
	Skewness	.868	.536
	Kurtosis	.375	1.038

Kemenkes

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE_SISTOLE	.171	18	.176	.893	18	.044
PRE_DIASTOLE	.208	18	.038	.933	18	.220

a. Lilliefors Significance Correction

4. Uji Homogenitas

Mann-Whitney Test

Ranks

	KELOMPOK_PENELITIAN	N	Mean Rank	Sum of Ranks
PRE_SISTOLE	Intervensi	18	20.25	364.50
	Kontrol	18	16.75	301.50
	Total	36		

Test Statistics[a]

	PRE_SISTOLE
Mann-Whitney U	130.500
Wilcoxon W	301.500
Z	-1.002
Asymp. Sig. (2-tailed)	.316
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.323[b]

a. Grouping Variable: KELOMPOK_PENELITIAN

b. Not corrected for ties.

T-Test

Group Statistics

	KELOMPOK_PENELITIA N	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
PRE_DIASTOLE	Intervensi	18	91.39	3.146	.742
	Kontrol	18	91.39	3.744	.882

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
PRE_DIASTOLE	Equal variances assumed	.111	.741	.000	34	1.000	.000	1.153	-2.342	2.342
	Equal variances not assumed			.000	33.021	1.000	.000	1.153	-2.345	2.345

C. Gambaran Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Sesudah Diberikan Intervensi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

1. Kelompok Intervensi

Descriptives

			Statistic	Std. Error
POST_SISTOLE	Mean		140.28	.910
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	138.36	
		Upper Bound	142.20	
	5% Trimmed Mean		140.03	
	Median		140.00	
	Variance		14.918	
	Std. Deviation		3.862	
	Minimum		135	
	Maximum		150	
	Range		15	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		.782	.536
	Kurtosis		.846	1.038
POST_DIASTOLE	Mean		78.61	.589
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	77.37	
		Upper Bound	79.85	
	5% Trimmed Mean		78.62	
	Median		79.50	
	Variance		6.252	
	Std. Deviation		2.500	
	Minimum		75	
	Maximum		82	
	Range		7	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		-.389	.536
	Kurtosis		-1.294	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
POST_SISTOLE	.140	18	.200*	.947	18	.378
POST_DIASTOLE	.211	18	.034	.880	18	.026

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

a. Lilliefors Significance Correction

2. **Kelompok Kontrol**

Descriptives

			Statistic	Std. Error
POST_SISTOLE	Mean		153.72	1.466
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	150.63	
		Upper Bound	156.82	
	5% Trimmed Mean		153.58	
	Median		154.00	
	Variance		38.683	
	Std. Deviation		6.220	
	Minimum		145	
	Maximum		165	
	Range		20	
	Interquartile Range		9	
	Skewness		.296	.536
	Kurtosis		-.864	1.038
POST_DIASTOLE	Mean		88.06	1.018
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	85.91	
		Upper Bound	90.20	
	5% Trimmed Mean		88.12	
	Median		87.00	
	Variance		18.644	
	Std. Deviation		4.318	
	Minimum		80	
	Maximum		95	
	Range		15	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.268	.536
	Kurtosis		-.647	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
POST_SISTOLE	.170	18	.183	.949	18	.413
POST_DIASTOLE	.205	18	.044	.909	18	.081

a. Lilliefors Significance Correction

D. Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolic Sebelum Dan Setelah Diberikan Intervensi Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol

1. Kelompok Intervensi

Descriptives

			Statistic	Std. Error
PRE_SISTOLE	Mean		158.56	1.258
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	155.90	
		Upper Bound	161.21	
	5% Trimmed Mean		158.28	
	Median		157.50	
	Variance		28.497	
	Std. Deviation		5.338	
	Minimum		152	
	Maximum		170	
	Range		18	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.847	.536
	Kurtosis		-.113	1.038
POST_SISTOLE	Mean		140.28	.910
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	138.36	
		Upper Bound	142.20	
	5% Trimmed Mean		140.03	
	Median		140.00	
	Variance		14.918	
	Std. Deviation		3.862	
	Minimum		135	
	Maximum		150	

	Range		15	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		.782	.536
	Kurtosis		.846	1.038
PRE_DIASTOLE	Mean		91.39	.742
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	89.82	
		Upper Bound	92.95	
	5% Trimmed Mean		91.38	
	Median		94	
	Variance		9.899	
	Std. Deviation		3.146	
	Minimum		90	
	Maximum		97	
	Range		11	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.297	.536
	Kurtosis		-1.021	1.038
POST_DIASTOLE	Mean		78.61	.589
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	77.37	
		Upper Bound	79.85	
	5% Trimmed Mean		78.62	
	Median		79.50	
	Variance		6.252	
	Std. Deviation		2.500	
	Minimum		75	
	Maximum		82	
	Range		7	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		-.389	.536
	Kurtosis		-1.294	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk	
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df
PRE_SISTOLE	.171	18	.174	.909	18
POST_SISTOLE	.140	18	.200*	.947	18
PRE_DIASTOLE	.216	18	.026	.907	18
POST_DIASTOLE	.211	18	.034	.880	18

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

a. Lilliefors Significance Correction

Paired Samples Correlations

			N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE_SISTOLE & POST_SISTOLE		18	.665	.003

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
Pair 1	PRE_SISTOLE - POST_SISTOLE	18.278	3.997	.942	16.290	20.266	19.400	17	.000

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST_DIASTOLE - PRE_DIASTOLE	Negative Ranks	18[a]	9.50	171.00
	Positive Ranks	0[b]	.00	.00
	Ties	0[c]		
	Total	18		

a. POST_DIASTOLE < PRE_DIASTOLE

b. POST_DIASTOLE > PRE_DIASTOLE

c. POST_DIASTOLE = PRE_DIASTOLE

Test Statistics[a]

	POST_DIASTOLE - PRE_DIASTOLE
Z	-3.742[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

2. Kelompok Kontrol

Descriptives

			Statistic	Std. Error
PRE_SISTOLE	Mean		157.11	1.698
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	153.53	
		Upper Bound	160.69	
	5% Trimmed Mean		156.90	
	Median		155.00	
	Variance		51.869	
	Std. Deviation		7.202	
	Minimum		148	
	Maximum		170	
	Range		22	
	Interquartile Range		12	
	Skewness		.698	.536
	Kurtosis		-.697	1.038
POST_SISTOLE	Mean		153.72	1.466
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	150.63	
		Upper Bound	156.82	
	5% Trimmed Mean		153.58	
	Median		154.00	
	Variance		38.683	
	Std. Deviation		6.220	
	Minimum		145	
	Maximum		165	
	Range		20	
	Interquartile Range		9	

	Skewness		.296	.536
	Kurtosis		-.864	1.038
PRE_DIASTOLE	Mean		91.39	.882
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	89.53	
		Upper Bound	93.25	
	5% Trimmed Mean		91.21	
	Median		95.00	
	Variance		14.016	
	Std. Deviation		3.744	
	Minimum		90	
	Maximum		100	
	Range		14	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.868	.536
	Kurtosis		.375	1.038
POST_DIASTOLE	Mean		88.06	1.018
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	85.91	
		Upper Bound	90.20	
	5% Trimmed Mean		88.12	
	Median		87.00	
	Variance		18.644	
	Std. Deviation		4.318	
	Minimum		80	
	Maximum		95	
	Range		15	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.268	.536
	Kurtosis		-.647	1.038

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE_SISTOLE	.171	18	.176	.893	18	.044
POST_SISTOLE	.170	18	.183	.949	18	.413
PRE_DIASTOLE	.208	18	.038	.933	18	.220
POST_DIASTOLE	.205	18	.044	.909	18	.081

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST_SISTOLE - PRE_SISTOLE	Negative Ranks	16[a]	8.50	136.00
	Positive Ranks	0[b]	.00	.00
	Ties	2[c]		
	Total	18		

a. POST_SISTOLE < PRE_SISTOLE

b. POST_SISTOLE > PRE_SISTOLE

c. POST_SISTOLE = PRE_SISTOLE

Test Statistics[a]

	POST_SISTOLE - PRE_SISTOLE
Z	-3.545[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE_DIASTOLE	91.39	18	3.744	.882
	POST_DIASTOLE	88.06	18	4.318	1.018

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
Pair 1	PRE_DIASTOLE - POST_DIASTOLE	3.333	2.223	.524	2.228	4.439	6.362	17	.000

3. Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Group Statistics

	KELOMPOK_PENELITIAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SELISIH_SISTOLE	Intervensi	18	18.28	3.997	.942
	Kontrol	18	3.39	2.200	.519
SELISIH_DIASTOLE	Intervensi	18	12.78	2.045	.482
	Kontrol	18	3.33	2.223	.524

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
SELISIH_SISTOLE	Equal variances assumed	5.719	.022	13.845	34	.000	14.889	1.075	12.703	17.074
	Equal variances not assumed			13.845	26.434	.000	14.889	1.075	12.680	17.098
SELISIH_DIASTOLE	Equal variances assumed	.105	.748	13.265	34	.000	9.444	.712	7.998	10.891
	Equal variances not assumed			13.265	33.767	.000	9.444	.712	7.997	10.892

Lampiran 3 Dokumentasi

DOKUMENTASI

Persetujuan Responden






Pemeriksaan Tekanan Darah






Kelompok Intervensi



Kelompok Kontrol



Lampiran 4 Inform Consent

INFORM CONSENT

DAN PENJELASAN PENELITIAN

Dengan hormat, Bapak/Ibu diminta utuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui **"Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025"**. Peneliti (saya) akan memberikan lembaran persetujuan ini dan menjelaskan bahwa keterlibatan anda dalam penelitian ini atas dasar **sukarela**. Nama saya Dewi Andesta, mahasiswa Jurusan Keperawatan Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang beralamatkan di Kelurahan Lingkar Barat Kota Bengkulu. Saya dapat dihubungi di nomor **089504405684**. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr.Kep).

Saya akan menjaga kerahasiaan responden dalam penelitan ini. Nama pasien tidak akan dicatat di manapun. Keterlibatan dalam penelitan ini dapat memberikan keuntungan langsung pada responden, hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan responden mengenai **Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi**. Apabila setelah terlibat dalam penelitian ini, responden masih punya pertanyaan, responden dapat menghubungi saya pada nomor diatas.

Setelah membaca informasi dan memahami tujuan penelitian dan peran yang diharapkan dalam penenlitian ini, saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian.

Bengkulu, 2025

(……..…….....)

Lampiran 5 Surat Permohonan Responden

SURAT PERMOHONAN RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu:

Nama : DEWI ANDESTA

NIM : P05120321058

Saya akan melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025".

Sehubungan dengan maksud tersebut, maka dengan kerendahan hati saya mohon partisipasi Saudari/Ibu untuk menjadi responden penelitian ini. Data yang diperoleh dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, tenaga kesehatan, dan institusi pendidikan. Informasi tentang data yang diperoleh akan dijamin kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk data penelitian. Demikian permohonan ini, atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya

DEWI ANDESTA

Lampiran 6 Surat Persetujuan Responden

SURAT PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Jenis kelamin :

Alamat :

Dengan ini saya bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang dilakukan oleh saudari Dewi Andesta Mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Bengkulu dengan judul "Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025". Penelitian ini tidak akan merugikan saya ataupun berakibat buruk bagi saya dan keluarga saya, maka saya bersedia menjadi responden. Demikian surat persetujuan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 2025

(……)

Lampiran 7 Formulir Pengumpulan Data

FORMULIR PENGUMPULAN DATA

RESPONDEN PENELITIAN

Kode Responden : ☐

1. Nama :
2. Umur :
3. Jenis Kelamin :
   ☐ 1. Laki-laki
   ☐ 2. Perempua
4. Pendidikan :
   ☐ 1. SD-SMP
   ☐ 2. SMA
   ☐ 3. Perguruan Tinggi
5. Pekerjaan :
   ☐ 1. Tidak ☐ Bekerja
   ☐ 2. Bekerja
6. Lama Menderia Hipertensi :
   ☐ 1. > 5 Tahun
   ☐ 2. ≤ 5 Tahun
7. Riwayat Genetik :
   ☐ 1. Ada
   ☐ 2. Tidak Ada

Lampiran 8 Lembar Observasi Tekanan Darah

LEMBAR OBSERVASI TEKANAN DARAH

No	Nama	TD Pre-intervensi (Hari pertama)		TD Post-intervensi (Hari ke 5)	
		Systole	Dyastole	Systole	Diastole
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran 9 SOP Pemeriksaan Tekanan Darah

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH	
Pengertian	Tekanan darah adalah ukuran yang dapat menentukan seberapa kuat jantung untuk memompa darah ke seluruh tubuh atau suatu pengukuran untuk mengetahui nilai tekanan darah pasien
Tujuan/Kebijakan	Mengetahui nilai tekanan darah normal dan tidak normal
Alat dan Bahan	1. *Spignomanometer* (tensimeter) Digital Omicron 2. Lembar observasi pengukuran tekanan darah
Persiapan Pasien	1. Salam terapeutik 2. Informent consent 3. Menjelaskan prosedur dan tujuan terapi
Persiapan Lingkungan	Menjaga privasi pasien
Persiapan Perawat	Perawat mencuci tangan dan memakai handscoon
Prosedur dan Tindakan	a. Tahap orientasi 1. Mengucapkan salam 2. Perkenalkan diri 3. Kontrak waktu dan tempat dengan pasien 4. Menjelaskan pada pasien dan keluarga tentang prosedur dan tujuan tindakan yang akan dilaksanakan 5. Siapkan pasien sesuai prosedur b. Tahap kerja 1. Letakkan lengan yang hendak diukur pada posisi terlentang 2. Lengan baju dibuka 3. Pasang manset pada lengan kanan / kiri atas sekitar 3 cm diatas fossa cubiti (jangan terlalu ketat maupun terlalu longgar) 4. Posisikan alat pengukur tekanan darah sebisa mungkin sejajar dengan dada kiri (posisi jantung) 5. Instruksikan pasien untuk tetap tenang selama pemeriksaan dan anjurkan pasien untuk tidak bicara selama proses

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

	pengukuran tekanan darah. 6. Pastikan lengan pasien telah di posisikan dangan benar dan telapak tangan pasien dalam keadaan terbuka secara rileks. 7. Pastikan pula selang yang terdapat pada alat ukur tekanan darah dalam keadaan lurus,bebas dari tekanan maupun lekukan 8. Tekan tombol "START/STOP" untuk mengaktifkan alat pengukur tekanan darah 9. Biarkan alat pengukur tekanan darah melakukan proses pengukuran darah hingga seluruh parameter yang ingin diukur (tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, mean arterial pressure, dan nadi) 10. Lakukan pengukuran dengan langkah-langkah tersebut sebanyak 2 kali dengan memberikan jeda antar pengukuran selama 2-5 menit c. Catat hasilnya pada catatan pasien d. Cuci tangan setelah prosedur dilakukan e. Tahap terminasi 1. Catat dilembar observasi 2. Catat respon pasien 3. Mengucapkan salam 4. Cuci tangan setelah kontak dengan lingkungan pasien **Sumber :** (Susanti, 2020)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 10 SOP *Isometric Handgrip Exercise* dan Aromaterapi Mawar

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) ***ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* DAN AROMATERAPI MAWAR**	
Pengertian	Terapi *Isometric handgrip exercise* merupakan salah satu bentuk latihan statis menggenggam *handgrip* dan terapi aromaterapi bunga mawar adalah terapi yang diberikan dengan cara menghirup aromaterapi melalui hidung yang bisa melancarkan sirkulasi darah, dan membantu menstabilkan tekanan darah.
Tujuan/Kebijakan	1. Memperlancar aliran darah 2. Mencega atrofi otot 3. Memberikan rasa tenang dan rileks 4. Menurunkan tekanan darah
Alat dan Bahan	1. Menyiapkan alat *handgrip* atau *gripper* 2. Alat diffuser atau humifier 3. Air ± 150 cc 4. Aromaterapi bunga mawar (*essential oil)*
Persiapan Pasien	1. Salam terapeutik 2. Informent consent 3. Menjelaskan prosedur dan tujuan terapi *isometric handgrib exercise* dan aromaterapi bunga mawar
Persiapan Lingkungan	Menjaga privasi pasien
Persiapan Perawat	Perawat mencuci tangan dan memakai handscoon
Prosedur dan Tindakan	a. Tahap orientasi 1. Mengucapkan salam 2. Perkenalkan diri 3. Kontrak waktu dan tempat dengan pasien 4. Menjelaskan pada pasien dan keluarga tentang prosedur dan tujuan tindakan yang akan dilaksanakan 5. Siapkan pasien sesuai prosedur b. Tahap kerja 1. Pertama responden diminta untuk duduk beristirahat selama 5 menit. 2. Melakukan pengukuran tekanan darah dan denyut nadi sebelum melakukan terapi, dan catat hasilnya.

	3. Masukan air ± 150 cc kedalam diffuser. 4. Teteskan 3-5 tetes aromaterapi bunga mawar essential oil kedalam diffuser 5. Hidupkan mesin humifier hingga mengeluarkan uap dan dekatkan dengan responden dengan jarak ± 30 cm 6. Anjurkan responden untuk menghirup aroma terapi bunga mawar essential oil 7. Meminta pasien sambil menggenggam erat alat handgrib dengan satu tangan selama 45 detik. 8. Selama kontraksi berlangsung anjurkan responden untuk menarik nafas sambil menghirup aromaterapi bunga mawar yang sudah di siapkan. 9. Kemudian buka genggaman dan istirahat selama 15 detik. 10. Selanjutnya responden diminta untuk mengulangi kontraksi menggenggam handgrib dengan tangan yang lain selama 45 detik. 11. Kemudian buka genggaman dan istirahat selama 15 detik. 12. Lakukan kontraksi secara berulang sehingga masing-masing tangan mendapatkan 2 kali kontraksi. 13. Setelah 10 menit selesai melakukan kontraksi lakukan kembali pengukuran tekanan darah dan denyut nadi. c. Tahap terminasi 1. Catat dilembar observasi 2. Catat respon pasien 3. Mengucapkan salam 4. Cuci tangan setelah kontak dengan lingkungan pasien **Sumber :** (Widianti & Wulandari, 2024) **;** (Kune *et al*., 2022)

Lampiran 11 SOP *Slow deep breathing*

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) ***SLOW DEEP BREATHING***	
Pengertian	*Slow deep breathing* merupakan tindakan disadari untukmengatur pernafasan secara dalam dan lambat yang dapat menimbulkan efek relaksasi
Tujuan/Kebijakan	1. Menimbulkan relaksasi yang dalam. 2. Memingkatkan sirkulasi darah sehingga memperlancarperedaran darah. 3. Membantu memperbaiki mobilitas. 4. Menurunkan tekanan darah.
Persiapan Perawat	Kontrak topik, waktu, tempat dan tujuan dilaksanakan *slow deep breathing*
Alat-Alat	1. Tisu
Langkah-Langkah	a. Tahap orientasi 1. Mengucapkan salam 2. Perkenalkan diri 3. Kontrak waktu dan tempat dengan pasien 4. Menjelaskan pada pasien dan keluarga tentang prosedur dan tujuan tindakan yang akan dilaksanakan b. Tahap kerja 1. Atur klien dengan posisi duduk dan rileks 2. Anjurkan melakukan napas secara perlahan dan dalam melalui hidung 3. Tarik napas selama 3 detik, rasakan abdomen mengembang pada saat menarik napas 4. Tahan napas selama 3 detik 5. Kerutkan bibir, keluarkan melalui mulut dan hembuskan secara perlahan selama 6 detik, rasakan abdomen bergerak kebawah 6. Ulangi Langkah tersebut sampai waktu 10 menit c. Tahap terminasi 1. Catat respon pasien 2. Mengucapkan salam 3. Cuci tangan setelah kontak dengan lingkungan pasien **Sumber :** (Pratiwi, 2020).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran 12 Surat Rekomendasi Dinkes

SURAT PRA PENELITIAN

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban
Kota Bengkulu Telp. 085216000810 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com.
www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI
Nomor : 000.9.2/1593 /D.Kes/2024

Dasar Surat dari Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomro: PP.1.01/FXXXI.1/075/2024 Tanggal 01 Agustus 2024, Perihal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan untuk penyususan atas nama :

Nama	:	**Dewi Andesta**
N p m / N i m	:	P05120321058
Program Studi	:	Sarjana Terapan Keperawatan
Judul / Data	:	Pengaruh Terapi Isometic Handgrip Exercise Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
Tempat Penelitian	:	Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Kegiatan	:	13 Agustus 2024 s/d 20 Agustus 2024

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan pra penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Pra Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Pra Penelitian.
d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
e. Surat Rekomendasi Pra Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak menaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Agustus 2024
Plt. Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Joni Haryadi Thabrani, SKM, MM
Pembina, IV/a
NIP 197406081994021002

Tembusan :
1.Yth.Sdr.Ka.UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
2.Yang Bersangkutan

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 13 Surat Izin Pra Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

08 Agustus 2024

Nomor : : PP. 01.01/FXXXI.1/ 077 /2024
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth,
Kepala Puskesmas Sawah Lebar
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Progam Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengambilan data, untuk Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

Nama	: Dewi Andesta
NIM	: P05120321058
Lokasi	: Puskesmas Sawah Lebar
Judul	: Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penuruanan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi
No Handphone	: 089504405684

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

Agung Riyadi, S.Kep.Ns.M.Kes

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 14 Surat Layak Etik

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.KEPK.BKL/117/02/2025

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

Peneliti utama : DEWI ANDESTA
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENGARUH ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE DAN AROMA TERAPI BUNGA MAWAR TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025"

"THE EFFECT OF ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE AND AROMA THERAPY OF ROSES ON REDUCING BLOOD PRESSURE ELDERLY WITH HYPERTENSION IN THE REGION SAWAH LEBAR HEALTH CENTER WORKS BENGKULU CITY YEAR 2025"

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 Concent, 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 25 Februari 2025 sampai dengan tanggal 25 Februari 2026.

This declaration of ethics applies during the period February 25, 2025 until February 25, 2026.

February 25, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran 15 Surat Izin Penelitian

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225 ,
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

19 Februari 2025

Nomor : PP. 01.01/FXXXI.1/ 1613 /2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Dewi Andesta
NIM	: P05120321058
Tempat Penelitian	: Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 24 Febuari - 24 April 2025
Judul	: Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 089504405684

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

Kemenkes

Agung Riyadi, S.Kep.Ns.M.Kes

Lampiran 16 Surat Rekomendasi Penelitian Dinkes

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban
Kota Bengkulu Telp. 085216000810 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com.
www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2/ 466 /D.Kes/2025

Dasar Surat

1. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/FXXXI.1/1612/2025 Tanggal 19 Februari 2025
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/282/KESBANGPOL-REK/2024 Tanggal 21 Februari 2025, Perihal : Penelitian untuk penyusunan tugas akhir mahasiswa Atas nama :

Nama	:	**Dewi Andesta**
N I M	:	P05120321058
Program Studi	:	Sarjana Terapan Keperawatan
Judul / Data	:	Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
Tempat Penelitian	:	Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Kegiatan	:	24 Februari 2025 s/d. 24 April 2025

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu,24 Febuari 2025
Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Joni Haryadi Thabrani, SKM, MM
Pembina, IV/a
Nip. 197406081994021002

Tembusan :
1. Yth Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
2. Yang Bersangkutan

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 17 Surat Kesbangpol

PEMERINTAH KOTA BENGKULU

BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/282 /KESBANGPOL-REK/2025

Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/FXXXI.1/1614/2025 tanggal 19 Februari 2025 Perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama	:	Dewi Andesta
NPM	:	P05120321058
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Prodi/ Fakultas	:	Keperawatan Program Sarjana Terapan
Judul Penelitian	:	Pengaruh Isometric Handgrip Exercise Dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi DI Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025
Tempat Penelitian	:	Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Waktu penelitian	:	24 Februari 2025 s.d 24 April 2025
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan Ketentuan :

1 Tidak di benarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 21 Februari 2025

a.n. WALIKOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu

EYOFYAN TOSONI, SE, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 197009021993031006

Dokumen ini telah diregistrasi, dicap dan ditandatangani oleh Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu dan telah didistribusikan melalui Email kepada Pemohon untuk dicetak secara mandiri, serta dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Lampiran 18 Surat Selsai Penelitian

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR
Jl.Sepakat RT.18 Kelurahan Sawah Lebar Baru TELP.(0736)28360
Email: pkmsawahlebar@gmail.com

SURAT KETERANGAN
NO : 445/ 109 /TU/PKM-SL/V/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu :

Nama	: dr.Fatimah, ST
N I P	: 197309162008032001
Pangkat/Gol.	: Pembina Utama Muda / IV c
Jabatan	: Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Dengan ini menerangkan :

Nama	:	Dewi Andesta
NPM/ NIM	:	P0510321058
Pendidikan	:	DIV Keperawatan

Benar telah melaksanakan penelitian di UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dari tanggal 25 Februari s.d 25 April 2025 dengan Judul **"Pengaruh Isometric Exercise dan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Tahun 2025"**

Demikianlah keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya..

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada Tanggal : 31 Mei 2025
Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar
Kota Bengkulu

dr.Fatimah, ST
NIP.197309162008032001

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 19 Lembar Konsul

LEMBAR KONSUL PEMBIMBING PROPOSAL SKRIPSI

Nama : DEWI ANDESTA
NIM : P05120321058
Pembimbing 2 : Ns. Septiyanti,S.Kep.,M.Pd
Judul Proposal Penelitian : Pengaruh *isometric handgrip exercise* dan aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK	SARAN	PARAF
1	02/08/2024	Konsul judul	- Perbaikan kata di judul - ACC judul - Lanjut Bab I	
2	11/08/2024	Konsul Bab 1	- Perbaikan kata yang salah - Perbaikan tujuan kusus - Mencari data terbaru - Tambah data SKI - Perbaikan hasil survei	
3	23/08/2024	Konsul Bab 1 dan 2	- Perbaikan huruf pada kutipan - Penambahkan penatalaksanaan - Tambah jurnal internasional - Tambah hasil penelitian - Perbaikan kerangka teori	
4	26/09/2024	Konsul Bab 1,2,3	- Perbaikan penulisan pada kutipan jurnal - Perbaikan definisi oprasional - Perbaikan hasil ukur - Ganti kolompok control - Tambah SOP	
5	12/11/2024	Konsul Bab 3 dan 4	- Perbaikan kata yang salah - Perbaikan definisi	

			operasional - Lengkapi analisis bivariat - Perbaikan kriteria inklusi - Perbaikan SOP	
6	19/11/2024	konsul Bab 1,2,3,4	- Melengkapi kembali kata yang kurang - Merapikan proposal - Menyusun dan melengkapi lampiran proposal - Mengecek kembali dari awal sampai akhir proposal	
7	25/11/2024	ACC Proposal penelitian	- ACC Perbaikan proposal - Persiapkan semua dokumen dan lampiran - Daftar seminar proposal	
8	09/12/2024	ACC ujian Proposal	- ACC ujian proposal - ACC Perbaikan proposal	
9		Konsul Bab 5	- Tambahkan data yang kurang di jalannya penelitian - Perbaiki penulisan kalimat - Perbaikan table SPSS - Perbaikan hasil anlisis	
10		Konsul perbaikan Bab 5	- Perbaikan kalimat di jalannya penelitian - Perbaikan kalimat di analisis abel - Melanjutkan penulisan bab 6	
11		Konsul Bab 5 dan 6	- ACC perbaikan bab 5 - Tambahkan hasil penelitian dari studi lain - Perbaiki kata-kata yang belum jelas - Lanjut menulis bab 7	
12		Konsul Bab 5, 6, 7	- ACC perbaikan sebelumnya - Perbaiki kata-kata yang belum jelas - Tambahkan kekurangan penelitian - Perbaiki kata-kata di kesimpulan	
13		Konsul Bab 6 dan 7	- ACC perbaikan bab 6 dan 7 - Rapikan Kembali huruf - Perjelas Kembali kata di kalimat - Perbaikan daftar Pustaka - Lengkapi lampiran	
14		Konsul ujian skripsi	- ACC ujian Skripsi - Lengkapi semua persyaratan dan lampiran	

LEMBAR KONSUL PEMBIMBING PROPOSAL SKRIPSI

Nama : DEWI ANDESTA
NIM : P05120321058
Pembimbing 1 : Ns. Agung Riyadi,S.Kep.,M.Kes
Judul Proposal Penelitian : Pengaruh *isometric handgrip exercise* dan aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK	SARAN	PARAF
1	01/08/2024	Konsul judul	- Perbaikan kata di judul - ACC judul - Cari jurnal peneitian - Lanjut Bab I	
2	08/08/2024	Konsul Bab 1	- Perbaikan kata yang salah - Perbaikan urutan paragraf yang benar - Perbaikan tujuan kusus - Mencari data terbaru - Tambah data SKI - Perbaikan hasil survei - Perbaikan rumuan masalah - Perbaikan tujuan	
3	20/08/2024	Konsul Bab 1 dan 2	- Perbaikan huruf pada kutipan - Tambahkan konsep tekanan darah - Penambahkan penatalaksanaan - Tambah jurnal internasional - Tambah hasil penelitian - Perbaikan kerangka teori - Perbaikan kalimat paragraph	

4	23/09/2024	Konsul Bab 1,2,3	- Perbaikan revisian bab 1 dan 2 - Perbaikan penulisan pada kutipan jurnal - Perbaikan definisi oprasional - Perbaikan hasil ukur - Ganti kolompok kontrol	
5	10/11/2024	Konsul Bab 3 dan 4	- Perbaikan kata yang salah - Perbaikan definisi operasional - Perbaikan kriteria inklusi - Lengkapi analisis bivariat - Perbaikan SOP	
6	13/11/2024	konsul Bab 1,2,3,4	- Melengkapi kembali kata yang kurang - Merapikan proposal - Menyusun dan melengkapi lampiran proposal - Mengecek kembali dari awal sampai akhir proposal	
7		ACC Proposal penelitian	- ACC Perbaikan proposal - Persiapkan semua dokumen dan lampiran - Daftar seminar proposal	

8	09/12/2024	ACC ujian Proposal	- ACC ujian proposal - ACC Perbaikan proposal	
9		Konsul Bab 5	- Tambahkan data yang kurang di jalannya penelitian - Perbaiki penulisan kalimat - Tambahkan penggunaan tensi apa - Jelaskan metode sampling - Perbaikan table SPSS - Perbaikan hasil anlisis	
10		Konsul perbaikan Bab 5	- Perbaikan kalimat di jalannya penelitian - Tambahkan lokasi penelitian - Tambahkan kendala pada penelitian - Perbaikan kalimat di analisis abel - Melanjutkan penulisan bab 6	
11		Konsul Bab 5 dan 6	- ACC perbaikan bab 5 - Tambahkan hasil penelitian dari studi lain - Perbaiki kata-kata yang belum jelas - Lanjut menulis bab 7	
12		Konsul Bab 5, 6, 7	- ACC perbaikan bab 6 - Perbaiki kata-kata yang belum jelas - Tambahkan pembahasan di bab 6 - Tambahkan kekurangan penelitian - Perbaiki kata-kata di Kesimpulan	
13		Konsul Bab 6 dan 7	- ACC perbaikan bab 6 dan 7 - Rapikan Kembali huruf - Perjelas Kembali kata di kalimat - Perbaikan daftar Pustaka - Lengkapi lampiran - Perbaiki pembahasan - Perbaiki kalimat di keritik & saran	
14		Konsul ujian skripsi	- ACC ujian Skripsi - Lengkapi semua persyaratan dan lampiran	