

Lampiran 1

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat

Saya yang bernama : Achmad Armadany, NIM : 20141660087 adalah Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya semester akhir, akan melakukan penelitian sebagai syarat untuk dapat menyelesaikan tugas akhir. Adapun judul penelitian saya “Pengaruh Senam *Tai Chi* Diiringi Musik Keroncong Langgam Jawa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia RW 03 Kelurahan Rungkut Barata Kecamatan Gunung Anyar Surabaya”.

Saya memohon bantuan Bapak dan Ibu sekalian agar bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Saya sangat berharap agar Bapak dan Ibu dapat mengikuti senam yang telah saya siapkan dengan terbuka serta tanpa tekanan.

Sebagai bukti kesediaan menjadi responden dalam penelitian ini, saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden yang telah saya siapkan.

Partisipasi anda dalam mengikuti senam ini sangat saya hargai dan sebelumnya saya ucapkan banyak terima kasih.

Surabaya, 9 Mei 2018

Hormat saya

Achmad Armadany

NIM 20141660087

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya

No. Responden :

Nama :

Umur :

Menyatakan kesediaan untuk turut berpartisipasi sebagai responden penelitian yang dilaksanakan oleh mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya dengan judul “Pengaruh Senam *Tai Chi* Diiringi Musik Keroncong Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Posyandu Lansia RW 03 Kelurahan Rungkut Menanggal Kecamatan Gunung Anyar Surabaya”.

Data yang telah saya isi didalam lembar observasi ini benar-benar telah sesuai dengan apa yang saya alami saat dilakukan pemeriksaan selama berada di Posyandu Lansia Teman Sejati Rungkut Barata. Tanda tangan saya dibawah ini menunjukkan bahwa saya telah diberi informasi yang sejelas-jelasnya dan saya memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Surabaya, 2 Mei 2018

Responden

(.....)

Lampiran 3

No. Responden

**LEMBAR OBSERVASI PENGARUH SENAM *TAI CHI* DIIRIMGI MUSIK
KERONCONG LANGGAM JAWA TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
POSYANDU LANSIA RW 3 KELURAHAN RUNGKUT MENANGGAL
KECAMATAN GUNUNGANYAR SURABAYA TAHUN 2018**

A. Petunjuk pengisian

Lembar observasi ini diisi oleh peneliti dengan memberi tanda silang (x) pada option pilihan jawaban sesuai hasil observasi

B. Data umum

1. Usia : Tahun 60-74 tahun
 75-90
 tahun>90 tahun
2. Pendidikan : tidak sekolah SMA
 SD Perguruan Tinggi
 SMP
3. Pekerjaan : Tidak bekerja
 Pensiunan

C. Hasil pemeriksaan sebelum (pre) dilakukan senam *Tai Chi*

1. Tekanan darah
 - a) Tekanan darah sistolik : mmHg
 - b) Tekanan darah diastolik : mmHg

2. Kategori hipertensi

- Normal (TS : < 120 mmHg dan TD : < 80 mmHg)
- Pre Hipertensi (TS : 120-139 mmHg dan TD 80-90 mmHg)
- Hipertensi tingkat 1 (TS : 140-159 mmHg dan TD : 90-99 mmHg)
- Hipertensi tingkat 2 (TS : >160 mmHg dan TD : > 100 mmHg)

D. Hasil pemeriksaan setelah (post) dilakukan senam *Tai Chi*

1. Tekanan darah

- c) Tekanan darah sistolik : mmHg
- d) Tekanan darah diastolik : mmHg

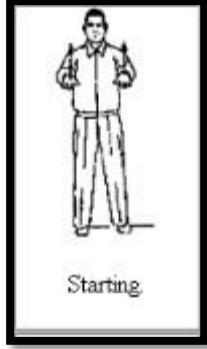
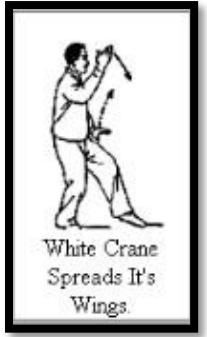
2. Kategori hipertensi

- Normal (TS : < 120 mmHg dan TD : < 80 mmHg)
- Pre Hipertensi (TS : 120-139 mmHg dan TD 80-90 mmHg)
- Hipertensi tingkat 1 (TS : 140-159 mmHg dan TD : 90-99 mmHg)
- Hipertensi tingkat 2 (TS : >160 mmHg dan TD : > 100 mmHg)

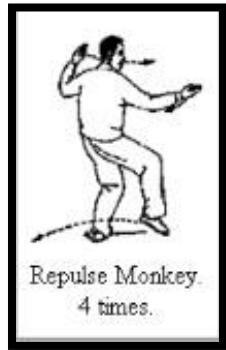
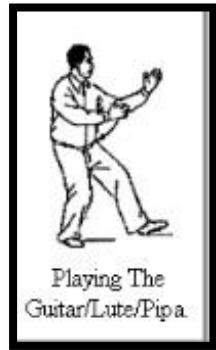
Lampiran 4

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

 <p>FIK Universitas Muhammadiyah Surabaya</p>	<p>SENAM TAI CHI CHUAN</p>
1. Pengertian	Senam <i>Tai Chi Chuan</i> adalah program latihan dengan kecepatan yang rendah (<i>low velocity</i>) dan aman bagi lansia dengan menggabungkan latihan pernapasan, relaksasi, dan struktur gerakan yang pelan dan lembut.
2. Tujuan	a. Memperbaiki keseimbangan dan tekanan darah b. Memperbaiki gerak dengan meningkatnya fleksibilitas dan kekuatan otot penyokong postur tubuh dan keseimbangan c. Meningkatkan kekuatan fisik d. Meningkatkan daya tahan kardiorespirasi e. Meningkatkan kecepatan dan kelenturan tubuh
3. Indikasi	Semua lansia dengan hipertensi
4. Kontraindikasi	a. Klien pasca stroke b. Klien dengan hipertensi tidak terkontrol
5. Persiapan pasien	Lansia sebaiknya menggunakan pakaian dengan kriteria : a. Tidak menghalangi gerakan, misalnya ketat atau terlalu longgar b. Cukup ventilasi c. Menggunakan bahan yang mudah menyerap keringat (misal katun atau kaos) d. Tampak rapi dalam penampilan e. Menggunakan sepatu olahraga atau sepatu datar supaya tidak menghalangi peregangan betis
6. Persiapan alat	a. Pakaian olahraga b. Sepatu

7.	Cara kerja	<p>a. Persiapan klien dengan mengkaji tanda-tanda vital terutama denyut jantung maksimum</p> <p>b. Latihan dimulai dengan gerakan pembukaan, gerakan 1, gerakan 2, gerakan 3, gerakan 4, gerakan 5, gerakan 6, gerakan 7, gerakan 8, dan gerakan 9 dengan lama latihan selama 30-60 menit</p> <p>c. Latihan dilakukan 2-3 kali per minggu selama 1 bulan</p> <p>d. Beban latihan menggunakan 60-90 % maksimum denyut jantung, tetapi pemula dianjurkan menggunakan 50-60% dari Volume Oksigen maksimum</p> <p>e. Pemanasan dan pendinginan 5-10 menit dan latihan ini selama 30-50 menit</p> <p>f. Urutan gerakan sampai dengan gerakan 9 adalah sebagai berikut :</p>  <p>Starting</p> <p>Gambar 1</p> <p>Posisikan kaki sejajar dan posisi tangan berada di depan dada</p>  <p>Parting The Wild Horse's Mane 3 times.</p>  <p>White Crane Spreads Its Wings.</p> <p>a) b)</p> <p>Gambar 2</p> <p>a) Lakukan gerakan seperti surai kuda dan lakukan selama 3 menit</p>
----	-------------------	--

- b) Kaki kiri maju ke depan dan tangan bergerak ke atas seperti sayap.



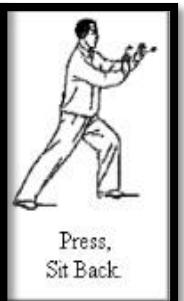
a)

b)

c)

Gambar 3

- a) Tekuk lutut kanan ke depan, tangan kiri ke arah depan seperti mendorong selama 3 menit
- b) Lakukan gerakan seperti memainkan gitar
- c) Kaki kanan melangkah ke depan, tangan kiri seperti gerakan memukul ke belakang. Lakukan selama 4 menit



a)

b)

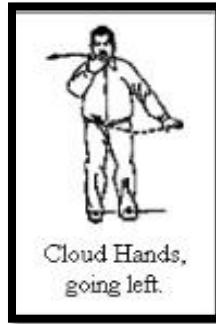
c)

d)

Gambar 4

- a) Posisi tubuh kembali ke arah depan dan tangan seperti memegang bola
- b) Gerakkan badan ke samping, kaki kiri ke depan dan gunakan tumit sebagai tumpuan. Tangan
- c) Tekuk lutut kaki kiri dan jadikan sebagai tumpuan. Gerakkan tangan seperti mendorong ke depan

- d) Dengan posisi tubuh yang sama, arahkan tangan kanan ke belakang sejajar dengan bahu. Lakukan juga pada sisi yang berlawanan.



a)



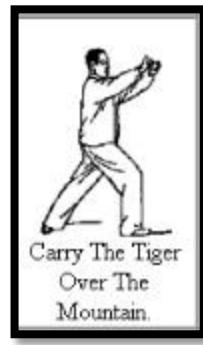
b)



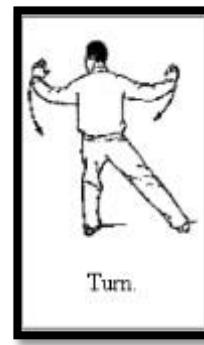
c)

Gambar 5

- kembalikan kaki pada posisi sejajar. Ayunkan tangan kanan menghadap wajah dan tangan kiri disamping dan menjauhi tubuh
- posisikan dan tekuk lutut kaki kiri ke depan, jadikan sebagai tumpuan. Ayunkan kedua tangan sejajar dengan bahu. Tangan kanan ke samping dan tangan kiri ke depan
- ayunkan kaki kanan ke depan dan ke atas sampai membentuk sudut 90^0 . Gunakan kaki kiri sebagai tumpuan. Jadikan kedua tangan sebagai pengatur keseimbangan tubuh



a)



b)

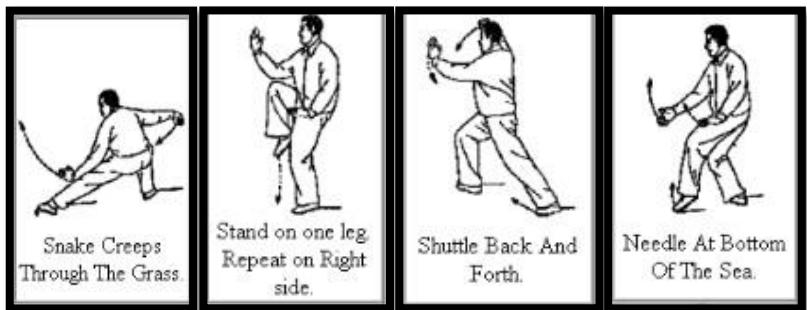


c)

Gambar 6

- turunkan kaki kanan ke depan sehingga posisi seperti pada gambar. Arahkan kedua tangan dengan posisi menyilangkan telapak tangan ke depan sejajar dengan kepala

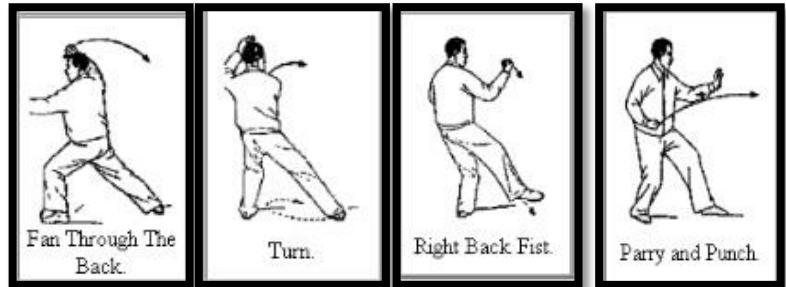
- b) bentangkan kaki kanan selebar bahu lalu ayunkan kedua tangan disamping tubuh
 c) angkat kaki kiri dan jadikan kedua tangan sebagai pengatur keseimbangan



a) b)

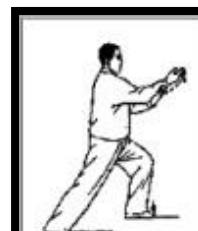
Gambar 7

- a) regangkan kaki kiri menjauhi tubuh, posisi menjongkok dan jadikan kaki kanan sebagai tumpuan (tekuk lutut kanan). Ayunkan kedua tangan ke samping tubuh
 b) kembali ke posisi berdiri, angkat kaki kanan dan tekuk lutut hingga paha menyentuh perut. Posisikan tangan kanan membentuk huruf V dengan disangga oleh kaki kanan
 c) arahkan kembali kaki kanan ke bawah dan tekuk lutut (jadikan sebagai tumpuan). Kaki kiri lurus ke belakang lalu kedua tangan ke depan membetuk sikap kuda-kuda
 d) arahkan kaki kiri ke depan dan gunakan jari kaki sebagai tumpuan. Ayunkan kedua tangan ke bawah ke samping tubuh



a) b) c) d)

Gambar 8

	<p>a) Arahkan kaki kanan lurus ke samping dan tekuk kaki kiri (jadikan sebagai tumpuan). Ayunkan tangan kiri ke depan, ayunkan tangan kanan ke belakang</p> <p>b) Lakukan gerakan yang sama pada arah yang berlawanan</p> <p>c) Putar posisi tubuh 90^0 dan arahkan kaki kanan mendekat dengan kaki kiri. Posisi tangan kuda-kuda</p> <p>d) Arahkan kaki kanan ke belakang dan jadikan kaki kiri sebagai tumpuan. Tangan kiri posisi kuda-kuda dan tangan kanan sejajar dengan posisi tubuh</p>
	 <p>Apparent Closing.</p>
	 <p>Cross Hands.</p>
	 <p>Close.</p>
8. Hasil	<p>a. Menurunnya tekanan darah pada rentang normal (120/80 mmHg)</p> <p>b. Bertambahnya kekuatan fisik</p> <p>c. Meningkatnya daya tahan kardiorespirasi</p> <p>d. Meningkatnya kecepatan dan kelenturan tubuh</p>

Lampiran 5

SATUAN ACARA KEGIATAN (SAK)

SENAM TAI CHI DI POSYANDU LANSIA RW 3 KELURAHAN

RUNGKUT MENANGGAL KECAMATAN GUNUNGANYAR

SURABAYA

Kegiatan : Senam Tai Chi

Tempat : Posyandu lansia RW 3 Kelurahan Rungkut Menanggal
Kecamatan Gununganyar Surabaya

Hari/ tanggal :

Waktu : 30-60 menit

Sasaran : Lansia penderita hipertensi

A. Tujuan

1. Tujuan instruksional umum

Setelah melakukan senam *Tai Chi* secara teratur diharapkan terjadi perubahan tekanan darah pada Lansia penderita hipertensi.

2. Tujuan instruksional khusus

a) Responden mampu melakukan senam *Tai Chi*

b) Responden penderita hipertensi mengalami penurunan tekanan darah

B. Metode

Demonstrasi senam bersama-sama

C. Media

1. CD senam *Tai Chi*

2. CD musik kercong langgam jawa

3. Laptop

4. Sound

D. Kegiatan

No	Waktu	Kegiatan Peneliti	Kegiatan Responden
1.	5 menit	Perkenalan 1.Mengucapkan salam 2.Memperkenalkan diri 3.Menjelaskan tujuan yang akan dilakukan	Mendengarkan
2.	5 menit	Persiapan senam 1.Menyiapkan musik 2.Mengatur posisi dan barisan	Mengikuti
3.	10 menit	Melakukan senam pemanasan	Mengikuti
4.	35 menit	Melakukan senam <i>Tai Chi</i>	Mengikuti
5.	5 menit	Penutup 1. Salam penutup	Mendengarkan

E. Tahap pelaksanaan senam *Tai Chi*

1. Gerakan 1 :

Posisikan kaki sejajar dan posisi tangan berada di depan dada.

2. Gerakan 2 :

a. Lakukan gerakan seperti surai kuda dan lakukan selama 3 menit

b. Kaki kiri maju ke depan dan tangan bergerak ke atas seperti sayap.

3. Gerakan 3 :

a. Tekuk lutut kanan ke depan, tangan kiri ke arah depan seperti

mendorong selama 3 menit.

- b. Lakukan gerakan seperti memainkan gitar.
- c. Kaki kanan melangkah ke depan, tangan kiri seperti gerakan memukul ke belakang. Lakukan selama 4 menit.

4. Gerakan 4 :

- a. Posisi tubuh kembali ke arah depan dan tangan seperti memegang bola.
- b. Gerakkan badan ke samping, kaki kiri ke depan dan gunakan tumit sebagai tumpuan. Tangan
- c. Tekuk lutut kaki kiri dan jadikan sebagai tumpuan. Gerakkan tangan seperti mendorong ke depan.
- d. Dengan posisi tubuh yang sama, arahkan tangan kanan ke belakang sejajar dengan bahu. Lakukan juga pada sisi yang berlawanan.

5. Gerakan 5 :

- a. Kembalikan kaki pada posisi sejajar. Ayunkan tangan kanan menghadap wajah dan tangan kiri disamping dan menjauhi tubuh.
- b. Posisikan dan tekuk lutut kaki kiri ke depan, jadikan sebagai tumpuan. Ayunkan kedua tangan sejajar dengan bahu. Tangan kanan ke samping dan tangan kiri ke depan.
- c. Ayunkan kaki kanan ke depan dan ke atas sampai membentuk sudut 90^0 . Gunakan kaki kiri sebagai tumpuan. Jadikan kedua tangan sebagai pengatur keseimbangan tubuh.

6. Gerakan 6 :

- a. turunkan kaki kanan ke depan sehingga posisi seperti pada gambar. Arahkan kedua tangan dengan posisi menyilangkan telapak tangan ke depan sejajar dengan kepala.

b. bentangkan kaki kanan selebar bahu lalu ayunkan kedua tangan disamping tubuh.

c. angkat kaki kiri dan jadikan kedua tangan sebagai pengatur keseimbangan.

7. Gerakan 7 :

a. Regangkan kaki kiri menjauhi tubuh, posisi menjongkok dan jadikan kaki kanan sebagai tumpuan (tekuk lutut kanan). Ayunkan kedua tangan ke samping tubuh.

b. Kembali ke posisi berdiri, angkat kaki kanan dan tekuk lutut hingga paha menyentuh perut. Posisikan tangan kanan membentuk huruf V dengan disangga oleh kaki kanan.

c. Arahkan kembali kaki kanan ke bawah dan tekuk lutut (jadikan sebagai tumpuan). Kaki kiri lurus ke belakang lalu kedua tangan ke depan membentuk sikap kuda-kuda.

d. Arahkan kaki kiri ke depan dan gunakan jari kaki sebagai tumpuan. Ayunkan kedua tangan ke bawah ke samping tubuh.

8. Gerakan 8 :

a. Arahkan kaki kanan lurus ke samping dan tekuk kaki kiri (jadikan sebagai tumpuan). Ayunkan tangan kiri ke depan, ayunkan tangan kanan ke belakang.

b. Lakukan gerakan yang sama pada arah yang berlawanan.

c. Putar posisi tubuh 90^0 dan arahkan kaki kanan mendekat dengan kaki kiri. Posisi tangan kuda-kuda.

d. Arahkan kaki kanan ke belakang dan jadikan kaki kiri sebagai tumpuan.

Tangan kiki posisi kuda-kuda dan tangan kanan sejajar dengan posisi tubuh.

9. Gerakan 9 :

a. Posisikan kaki kanan lurus ke belakang, tekuk lutut kaki kanan

(jadikan sebagai tumpuan). Posisikan kedua tangan ke depan dada.

b. Kembalikan tubuh pada posisi sejajar, silangkan kedua tangan di depan dada.

c. Tetap pada posisi yang sama, arahkan kedua tangan di samping tubuh dan tarik napas dalam sebanyak 3 kali sebagai penutup.

Lampiran 15

No	Nama Lansia	Usia	JK	Pendidikan	Pekerjaan	Tgl	TD (Pre)	C	TD (Post)	C	Tgl	TD (Pre)	C	TD (Post)	C
1	Ny. S	77	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	160/90	3	150/90	2
2	Ny. H	65	P	S1	Pensiunan	16/5	160/90	3	150/90	2	19/5	150/100	2	150/90	2
3	Ny. K	62	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	130/90	1	19/5	140/90	2	140/80	2
4	Ny. I	65	P	S1	Swasta	16/5	150/100	2	140/90	2	19/5	150/100	2	140/90	2
5	Ny. E	60	P	S1	Swasta	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/100	2	140/90	2
6	Tn. S	68	L	S2	Pensiunan	16/5	160/100	3	160/100	3	19/5	150/100	2	140/100	2
7	Tn. S	67	L	S2	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
8	Ny. E	66	P	SMA	Swasta	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
9	Ny. S	65	P	SMP	IRT	16/5	150/90	2	150/80	2	19/5	150/90	2	140/90	2
10	Ny. Z	71	P	SMA	IRT	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
11	Ny. S	60	P	SMA	IRT	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/90	2	150/90	2
12	Ny. S	60	P	SMA	Pensiunan	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
13	Tn. M	73	L	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
14	Tn. B	66	L	S1	Pensiunan	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	160/110	3	160/100	3

15	Ny. H	64	P	SMA	IRT	16/5	150/100	2	140/100	2	19/5	150/90	2	150/80	2
16	Tn. S	65	L	S1	Pensiunan	16/5	160/100	3	160/100	3	19/5	160/100	3	160/90	3
17	Ny. T	66	P	S1	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/100	2
18	Ny. S	61	P	SMA	IRT	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	130/90	1
19	Ny. F	66	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2
20	Ny. S	62	P	SMA	IRT	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/100	2	140/90	2
21	Ny. S	62	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	140/80	2	19/5	150/90	2	140/90	2
22	Ny. S	63	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2
23	Ny. W	64	P	SMA	IRT	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
24	Tn. S	65	L	S1	Pensiunan	16/5	160/110	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
25	Ny. T	60	P	S1	Swasta	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	150/90	2
26	Ny. H	62	P	S2	Pensiunan	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
27	Ny. N	60	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	140/80	2
28	Tn. S	62	L	S1	Pensiunan	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
29	Ny. S	62	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
30	Ny. H	65	P	S1	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2

31	Ny. H	68	P	SMA	IRT	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
32	Ny. T	70	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/110	3	19/5	160/100	3	150/100	2
33	Ny. S	62	P	SMA	Pensiunan	16/5	140/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	130/90	1
34	Ny. M	77	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2
35	Ny. M	61	P	S1	Pensiunan	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
36	Ny. C	64	P	S1	Pensiunan	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
37	Ny. B	62	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	130/90	1	19/5	140/90	3	140/90	2
38	Ny. H	60	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	130/90	1	19/5	140/90	2	130/90	1
39	Tn. B	60	L	SMA	Swasta	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	140/80	2
40	Tn. I	66	L	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	160/100	3	150/100	2
41	Ny. I	63	P	SMA	IRT	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	140/90	2
42	Ny. K	66	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/110	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
43	Ny. W	61	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	130/80	1	19/5	130/90	1	130/80	1
44	Ny. S	66	P	SMA	Pensiunan	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	130/90	1
45	Tn. W	65	L	S1	Pensiunan	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	140/90	2	130/90	1
46	Ny. T	60	P	SMA	IRT	16/5	140/90	2	130/90	1	19/5	140/90	2	130/90	1

47	Ny. U	60	P	S1	Pensiunan	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
48	Tn. A	69	L	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
49	Ny. S	68	P	SD	IRT	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2
50	Ny. T	65	P	SMA	IRT	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
51	Ny. S	60	P	D3	Swasta	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	140/90	2	130/90	1
52	Ny. A	65	P	SMA	IRT	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
53	Ny. M	67	P	SMA	IRT	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	140/90	2
54	Tn. M	70	L	S1	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2
55	Ny. I	60	P	S1	IRT	16/5	140/90	2	130/90	1	19/5	140/90	2	130/80	1
56	Tn. K	60	L	SMA	Swasta	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	130/90	1
57	Ny. D	63	P	SMA	IRT	16/5	150/100	2	140/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
58	Tn. D	65	L	SMA	Pensiunan	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
59	Tn. A	65	L	S2	Pensiunan	16/5	150/100	2	140/90	2	19/5	150/100	2	130/90	1
60	Ny. S	71	P	SMA	IRT	16/5	160/110	3	160/110	3	19/5	160/100	3	150/100	2
61	Tn. S	71	L	SMA	Pensiunan	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
62	Ny. S	76	P	SMA	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/110	3	19/5	160/110	3	160/100	3

63	Tn. A	67	L	S1	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	160/100	3
64	Tn. D	66	L	SMA	Swasta	16/5	150/100	2	150/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
65	Ny. S	69	P	S1	Pensiunan	16/5	160/110	3	160/100	3	19/5	160/100	3	150/100	2
66	Tn. B	63	L	S2	Pensiunan	16/5	150/90	2	140/90	2	19/5	150/90	2	140/90	2
67	Tn. A	70	L	SMA	Swasta	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	150/90	2
68	Ny. I	68	P	SMA	IRT	16/5	160/100	3	150/100	2	19/5	150/100	2	140/90	2
69	Ny. A	64	P	SMA	IRT	16/5	150/90	2	150/90	2	19/5	150/100	2	150/90	2
70	Ny. R	68	P	S1	IRT	16/5	150/100	2	150/100	2	19/5	150/90	2	140/90	2

Lampiran 15

Tgl	TD (Pre)	C	TD (Post)	C	Tgl	TD (Pre)	C	TD (Post)	C	Tgl	TD (Pre)	C	TD (Post)	C	Tgl	TD (Pre)	C	TD (Post)	C
24/5	160/100	3	150/90	2	26/5	150/100	2	140/100	2	31/5	160/90	3	150/90	2	02/6	150/90	2	150/90	2
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	150/100	2	140/100	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/80	1
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	140/80	2	31/5	150/100	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/90	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	140/80	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	140/100	2	02/6	150/100	2	140/100	2
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	150/100	2	140/90	2	31/5	160/100	3	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/80	1
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	160/90	3	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/100	2	150/90	2
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	150/90	2	150/80	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/100	2	140/100	2	26/5	150/90	2	140/80	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/110	3	150/100	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	160/100	3	160/100	3	02/6	160/100	3	160/90	3
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	160/90	3	02/6	150/90	2	140/90	2

24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/100	3	160/90	3	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	150/90	2	150/90	2
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	150/80	2	31/5	160/100	3	150/100	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	150/80	2	31/5	150/90	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	160/90	3	160/90	3	31/5	150/100	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/110	3	160/100	3	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/100	3	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/100	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	130/90	1	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/80	1
24/5	160/110	3	160/100	3	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	140/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	150/90	2	150/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	150/100	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	160/100	3	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/100	3	160/90	3	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	160/110	3	160/100	3	02/6	160/90	3	160/90	3
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1

24/5	150/100	2	150/100	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	150/100	2	02/6	160/110	3	160/100	3
24/5	150/100	2	150/100	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/100	3	160/90	3	26/5	150/90	2	150/90	2	31/5	150/90	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	140/90	2	130/90	1	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	140/90	2	140/80	2	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	150/100	2	140/90	2	02/6	150/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/110	3	150/100	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	160/90	3	02/6	160/100	3	160/90	3
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/100	3	160/100	3	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	160/110	3	160/100	3	02/6	150/100	2	150/90	2
24/5	140/90	2	130/90	1	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	140/90	2	140/90	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	150/100	2	26/5	140/90	2	140/80	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/80	1
24/5	140/90	2	130/90	1	26/5	150/90	2	130/90	1	31/5	140/90	2	130/90	1	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	140/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	140/90	2	130/90	1	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/110	3	160/100	3	02/6	160/100	3	160/90	3
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	150/100	2	02/6	150/90	2	140/90	2

24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	160/90	3	02/6	150/100	2	140/90	2
24/5	140/90	2	130/90	1	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	140/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	160/100	3	160/100	3	26/5	160/100	3	150/100	2	31/5	160/110	3	160/100	3	02/6	160/100	3	160/100	3
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	140/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	150/100	2	140/90	2	02/6	140/90	2	130/80	1
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	140/90	2	130/90	1	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	140/90	2	130/90	1
24/5	160/100	3	150/90	2	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	160/110	3	160/110	3	02/6	160/100	3	160/100	3
24/5	160/100	3	160/100	3	26/5	150/100	2	150/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/100	2	140/90	2
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	150/100	2	150/100	2	31/5	160/110	3	160/100	3	02/6	160/100	3	150/90	2
24/5	160/110	3	160/100	3	26/5	160/100	3	150/100	2	31/5	160/100	3	150/100	2	02/6	150/100	2	150/90	2
24/5	160/100	3	150/100	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	150/100	2	02/6	150/100	2	150/90	2
24/5	150/100	2	150/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	160/100	3	150/100	2	02/6	150/90	2	140/90	2

24/5	140/90	2	130/80	1	26/5	140/90	2	130/90	1	31/5	140/90	2	130/90	1	02/6	140/90	2	130/80	1
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/100	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	150/100	2	140/90	2	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/100	2	150/100	2
24/5	150/90	2	140/90	2	26/5	140/90	2	130/80	1	31/5	150/100	2	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2
24/5	150/100	2	140/90	2	26/5	150/90	2	140/90	2	31/5	150/90	2	150/90	2	02/6	150/90	2	140/90	2

Lampiran 6



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 - Analis Kesehatan D3 - Kebidanan D3
Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya 60113, Telp. (031) 3811966 - 3890175 Fax. (031) 3811967

Nomor : 795.1 /II.3.AU/F/FIK/2017
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal

Kepada Yth.

Kepala Bakesbangpol Linmas Kota Surabaya.

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir berupa Skripsi, Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya tahun akademik 2017/2018, atas nama mahasiswa :

Nama : **ACHMAD ARMADANY**

NIM : 20141660087

Judul Skripsi : Pengaruh Senam Tai-Chi Diiringi Musik Langgam Jawa Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia di Puskesmas Rungkut Surabaya.

Bermaksud untuk mengambil data / observasi di Puskesmas Rungkut Surabaya.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat agar Bapak / Ibu berkenan memberikan ijin pengambilan data / Observasi yang dimaksud.

Demikian permohonan ijin, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surabaya, 20 November 2017

Dekan,

Dr. Mundakir, S. Kep Ns., M Kep
NIP : 197403232005011002

Lampiran 7



PEMERINTAH KOTA SURABAYA BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT

Jl. Tambaksari No. 11 Surabaya-60136 Telp. (031) 99443016 - 99443066

Surabaya, 7 Februari 2018

Kepada

Yth. Camat Gunung Anyar Kota Surabaya

di -

SURABAYA

Nomor : 070/ 1083 /436.8.5/2018
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

REKOMENDASI PENELITIAN

Dasar

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian, Sebagaimana Telah Diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011;
2. Peraturan Wali kota Surabaya Nomor 37 Tahun 2011 Tentang Rincian Tugas dan Fungsi Lembaga Teknis Daerah Kota Surabaya, Bagian Kedua Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat.

Memperhatikan

: Surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya tanggal 5 Februari 2018 Nomor : 098.1/II.3.AU/F/FIK/2018 hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal.

Plt. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Surabaya memberikan rekomendasi kepada :

- a. Nama : Achmad Armandany
- b. Alamat : Kalimas Udk 1 C / 7 - 9 Kota Surabaya
- c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
- d. Instansi/Organisasi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
- e. Kewarganegaraan : Indonesia

Untuk melakukan penelitian/survei/kegiatan dengan :

- a. Judul / Thema : Pengaruh Senam Tai Chi Diringi Musik Keroncong Lenggam Jawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia RW Kecamatan Gunung Anyar Surabaya
- b. Tujuan : Pengambilan Data
- c. Bidang Penelitian : Kesehatan
- d. Penanggung Jawab : Musrifatul Uliyah, S.ST., M.Kes.
- e. Anggota Peserta : -
- f. Waktu : 1 (Satu) Bulan, TMT Surat Dikeluarkan
- g. Lokasi : Kecamatan Gunung Anyar Kota Surabaya

Dengan persyaratan

1. Penelitian/survei/kegiatan yang dilakukan harus sesuai dengan surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di Lokasi/Tempat dilakukannya Penelitian/survei/kegiatan;
2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan Penelitian/survei/kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepala Bakesbang, Politik dan Linmas Kota Surabaya;
3. Penelitian/survei/kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan dimasyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI.
4. Rekomendasi ini akan dicabut/tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

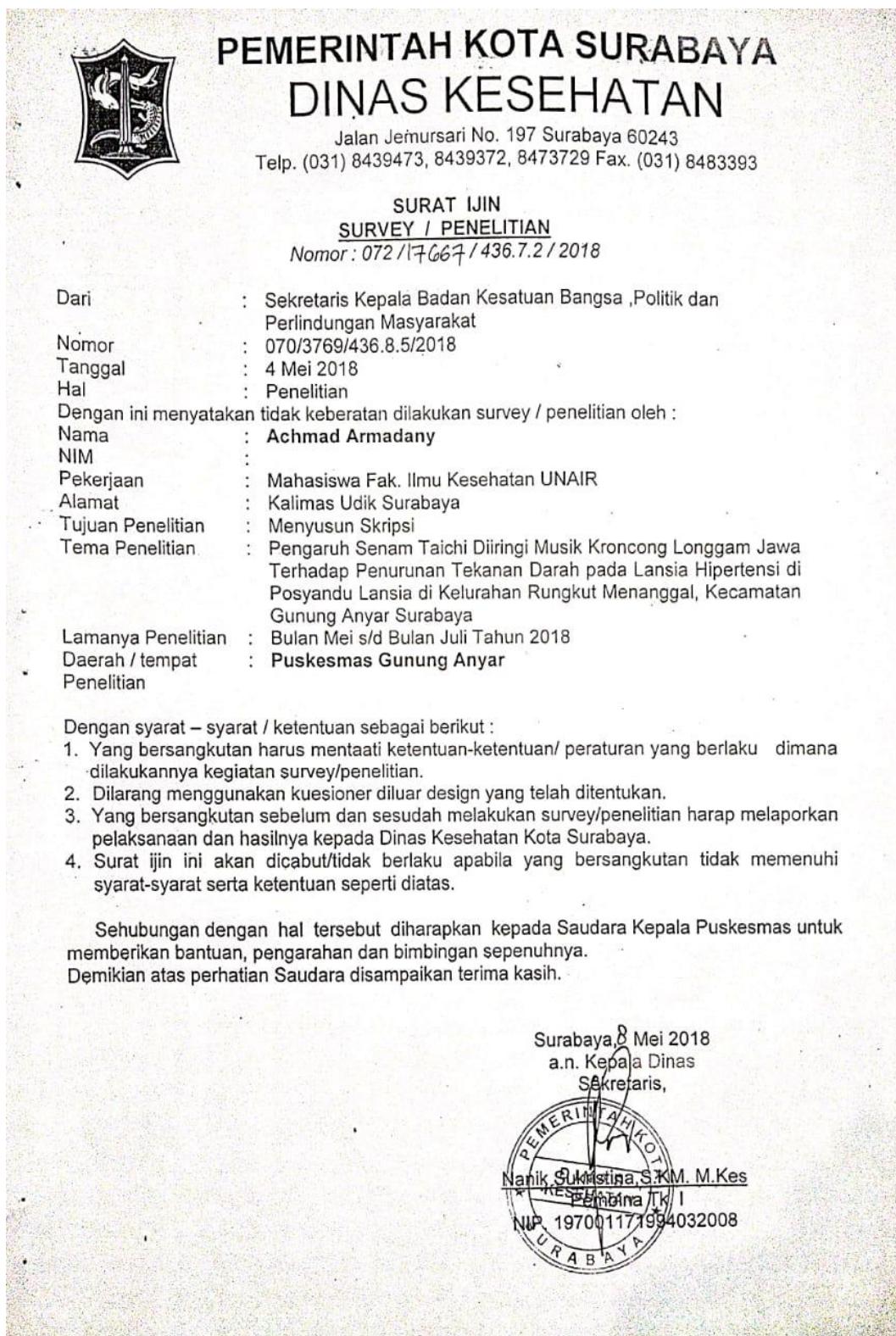
Demikian atas bantuannya disampaikan terima kasih .

a.n. KEPALA BADAN,
Plt. Sekretaris

Ir. Rr. Laksita Rini Sevriani, M.Si

Bantingan TVI

Lampiran 8



Lampiran 9



**PEMERINTAH KOTA SURABAYA
KECAMATAN GUNUNGANYAR**

Jl. Gununganyar Timur No. 62 Surabaya 60294
Tlp. (031) 8703616 Fax. (031) 8703616

Surabaya, 09 Februari 2018

Kepada :

No m o r : 070 / 1083 . / 436.9.25 / 2018
Sifat : Biasa
Lampiran : -
H a l : Pengambilan Data

Yth. Lurah Rungkut Menanggal
di -
SURABAYA

Meneruskan Surat dari Badan Kesatuan Bangsa Politik Dan Perlindungan Masyarakat Nomor : 070 / 1083 / 436.8.5 / 2018 Tertanggal 07 Februari 2018 perihal sebagaimana dimaksud pada pokok surat, maka untuk itu kami hadapkan Saudara :

- a. Nama : Achmad Armadany
b. Alamat : Kalimas Udk 1 C / 7 – 9 Kota Surabaya
c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
d. Instansi/Organisasi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
e. Kewarganegaraan : Indonesia

Untuk melakukan penelitian/survei/kegiatan dengan :

- f. Judul / Thema : Pengaruh Senam Tai Chi Diiringi Musik Keroncong Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Pos Yandu Lansia RW Kecamatan Gununganyar Surabaya
g. Tujuan : Pengambilan Data
h. Bidang Penelitian : Kesehatan
i. Penanggung Jawab : Musrifatul Uliyah, S. ST., M.Kes
j. Anggota Peserta : -
k. Waktu : 3 (Tiga) Bulan, TMT Surat Dikeluarkan
l. Lokasi : Kecamatan Gununganyar Kota Surabaya
Dengan Persyaratan : 1. Penelitian/survei/kegiatan yang dilakukan harus sesuai dengan surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/ peraturan yang berlaku di Lokasi/ Tempat dilakukan Penelitian/survei/kegiatan;
2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan Penelitian/survei/kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepala Bakesbang, Politik dan Linmas Kota Surabaya;
3. Penelitian/survei/kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan di masyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI;
4. Rekomendasi ini akan dicabut/ tidak berlaku apabila "yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Untuk melaksanakan Pengambilan Data di Wilayah Saudara, maka mohon di bantu seperlunya.

Demikian untuk menjadikan maklum dan guna seperlunya.

An. CAMAT
Sekretaris



Lampiran 10

 <p>PEMERINTAH KOTA SURABAYA KECAMATAN GUNUNG ANYAR KELURAHAN RUNGKUT MENANGGAL Jl. Raya Rungkut Menanggal No. 11, Telp. (031) 8700315 Fax. (031) 8700315 Surabaya 60293</p>	<p>Surabaya, 13 Februari 2018</p> <p>Kepada Yth. Ketua RW I s/d RW IV Kel.Rungkut Menanggal di- SURABAYA</p> <p>Meneruskan surat dari Camat Gununganyar tanggal 13 Februari 2018 No. 070 / 163 / 436.9.25 / 2018 perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, maka untuk itu kami hadapkan saudara :</p> <table border="0"><tr><td>Nama</td><td>:</td><td>Achmad Armadany</td></tr><tr><td>Alamat Rumah</td><td>:</td><td>Kalimas Udk 1 C / 7 – 9 Surabaya</td></tr><tr><td>Alamat Kantor</td><td>:</td><td>Universitas Muhammadiyah Surabaya</td></tr><tr><td>Pekerjaan</td><td>:</td><td>Mahasiswa</td></tr><tr><td>Tema Survey</td><td>:</td><td>Pengaruh Senam Tai Chi diiringi musik kerongcong langgam Jawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Posyandu lansia RW Kecamatan Gununganyar Surabaya</td></tr><tr><td>Daerah/Tempat</td><td>:</td><td>Kota Surabaya (Kec. Gununganyar)</td></tr><tr><td>Lama Survey</td><td>:</td><td>3 (tiga) bulan, TMT Surat dikeluarkan</td></tr><tr><td>Penanggung jawab</td><td>:</td><td>Musrifatul Uliyah, S.ST, M.Kes</td></tr><tr><td>Pengikut</td><td>:</td><td>-</td></tr><tr><td>Dengan Persyaratan</td><td>:</td><td><ol style="list-style-type: none">1. Penelitian / Survey / Kegiatan yang dilakukan harus sesuai surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di lokasi / tempat dilakukan penelitian / survey / kegiatan ;2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan penelitian / survey / kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Bakesbangpol dan Linmas Kota Surabaya ;3. Penelitian / Survey / Kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan di Masyarakat, dis-integrasi Bangsa / mengganggu keutuhan NKRI ;4. Rekomendasi ini akan dicabut / tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.</td></tr></table> <p>Untuk melaksanakan Penelitian di wilayah saudara, maka mohon bantuan sepenuhnya diberi data seperlunya. Demikian untuk menjadi maklum dan guna seperlunya.</p> <p style="text-align: right;"> PEMERINTAH KOTA SURABAYA, SURAH, Sekretaris KELURAHAN RUNGKUT MENANGGAL</p>	Nama	:	Achmad Armadany	Alamat Rumah	:	Kalimas Udk 1 C / 7 – 9 Surabaya	Alamat Kantor	:	Universitas Muhammadiyah Surabaya	Pekerjaan	:	Mahasiswa	Tema Survey	:	Pengaruh Senam Tai Chi diiringi musik kerongcong langgam Jawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Posyandu lansia RW Kecamatan Gununganyar Surabaya	Daerah/Tempat	:	Kota Surabaya (Kec. Gununganyar)	Lama Survey	:	3 (tiga) bulan, TMT Surat dikeluarkan	Penanggung jawab	:	Musrifatul Uliyah, S.ST, M.Kes	Pengikut	:	-	Dengan Persyaratan	:	<ol style="list-style-type: none">1. Penelitian / Survey / Kegiatan yang dilakukan harus sesuai surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di lokasi / tempat dilakukan penelitian / survey / kegiatan ;2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan penelitian / survey / kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Bakesbangpol dan Linmas Kota Surabaya ;3. Penelitian / Survey / Kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan di Masyarakat, dis-integrasi Bangsa / mengganggu keutuhan NKRI ;4. Rekomendasi ini akan dicabut / tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.
Nama	:	Achmad Armadany																													
Alamat Rumah	:	Kalimas Udk 1 C / 7 – 9 Surabaya																													
Alamat Kantor	:	Universitas Muhammadiyah Surabaya																													
Pekerjaan	:	Mahasiswa																													
Tema Survey	:	Pengaruh Senam Tai Chi diiringi musik kerongcong langgam Jawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Posyandu lansia RW Kecamatan Gununganyar Surabaya																													
Daerah/Tempat	:	Kota Surabaya (Kec. Gununganyar)																													
Lama Survey	:	3 (tiga) bulan, TMT Surat dikeluarkan																													
Penanggung jawab	:	Musrifatul Uliyah, S.ST, M.Kes																													
Pengikut	:	-																													
Dengan Persyaratan	:	<ol style="list-style-type: none">1. Penelitian / Survey / Kegiatan yang dilakukan harus sesuai surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di lokasi / tempat dilakukan penelitian / survey / kegiatan ;2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan penelitian / survey / kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Bakesbangpol dan Linmas Kota Surabaya ;3. Penelitian / Survey / Kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan di Masyarakat, dis-integrasi Bangsa / mengganggu keutuhan NKRI ;4. Rekomendasi ini akan dicabut / tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.																													

Lampiran 11

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 - Analis Kesehatan D3 - Kebidanan D3
Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya 60113, Telp. (031) 3811966 - 3890175 Fax. (031) 3811967

Nomor : 097.1 /IL3.AU/F/FIK/2018
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Bakesbangpol Linmas Kota Surabaya.
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir berupa Skripsi, Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya tahun akademik 2017/2018, atas nama mahasiswa :

Nama	ACHMAD ARMADANY.
NIM	20141660087.
Judul Skripsi	Pengaruh Senam Tai-Chi Diiringi Musik Keroncong Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Rungkut Menanggal Kecamatan Gunung Anyar Surabaya.

Bermaksud untuk melakukan Penelitian selama 1 bulan di Posyandu Lansia Kelurahan Rungkut Menanggal Kecamatan Gunung Anyar Surabaya. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat agar Bapak / Ibu berkenan memberikan ijin penelitian yang dimaksud.

Demikian Permohonan ijin, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surabaya, 2 Mei 2018


Dr. Mundakir, S. Kep Ns., M Kep
NIP : 197403232005011002

Lampiran 12

PEMERINTAH KOTA SURABAYA
BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT
Jl. Jaksa Agung Suprapto No. 2 Surabaya - 60272, Tlp. 5312144 Psw. 112

Nomor : 070/3768/436.8.5/2018
Lampiran :
Hal : Penelitian

Surabaya, 04 Mei 2018

Kepada
Yth. 1. Kepala Dinas Kesehatan Kota Surabaya
2. Camat Gunung Anyar Kota Surabaya

di -
SURABAYA

REKOMENDASI PENELITIAN

Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian, Sebagaimana Telah Diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 ;
2. Peraturan Walikota Surabaya Nomor 37 Tahun 2011 Tentang Rincian Tugas dan Fungsi Lembaga Teknis Daerah Kota Surabaya, Bagian Kedua Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat.

Memperhatikan : Surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya Tanggal 2 Mei 2018 Nomor : 097.1/II.3.AU/F/IK/2018 hal : Permohonan Ijin Penelitian

Plt. Kepala Badan Kesatuan Bangsa, Politik Dan Perlindungan Masyarakat Kota Surabaya memberikan rekomendasi kepada :

a. Nama : Achmad Armadany
b. Alamat : Kalimas Udk I-C/7-9, Surabaya
c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
d. Instansi/Organisasi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
e. Kewarganegaraan : Indonesia

Untuk melakukan penelitian/survei/kegiatan dengan :

a. Judul / Thema : Pengaruh Senam Taichi diiringi musik kroncong longgam Jawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Rungkut Menanggal, Kecamatan Gunung Anyar Surabaya
b. Tujuan : Penelitian
c. Bidang Penelitian : Kesehatan
d. Penanggung Jawab : Musrifatul Uliyah, S.ST., M.Kes
e. Anggota Peserta : -
f. Waktu : 1 (Satu) Bulan, TMT Surat Dikeluarkan
g. Lokasi : Dinas Kesehatan; Kecamatan Gunung Anyar Kota Surabaya

Dengan persyaratan : 1. Penelitian/survei/kegiatan yang dilakukan harus sesuai dengan surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di h-p
Lokasi/Tempat dilakukannya Penelitian/survei/kegiatan;

2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan Penelitian/survei/kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepala Bakesbang, Politik dan Linmas Kota Surabaya;
3. Penelitian/survei/kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan dimasyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI.
4. Rekomendasi ini akan dicabut/tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Demikian atas bantuanmu disampaikan terima kasih .

Tembusan :
Yth. 1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas



Lampiran 13

PEMERINTAH KOTA SURABAYA
KECAMATAN GUNUNGANYAR
Jl. Gununganyar Timur No. 62 Surabaya 60294
Tlp. (031) 8703616 Fax. (031) 8703616

Surabaya, 08 Mei 2018

Kepada :

• N o m o r : 070 / 5/9 / 436.9.25 / 2018	Yth. Lurah Rungkut Menanggal
Sifat : Biasa	di -
Lampiran : -	<u>SURABAYA</u>
H a l : <u>Penelitian</u>	

Meneruskan Surat dari Badan Kesatuan Bangsa Politik Dan Perlindungan Masyarakat Nomer : 070 / 3758 / 436.8.5 / 2018 Tertanggal 04 Mei 2018 perihal sebagaimana dimaksud pada pokok surat, maka untuk itu kami hadapkan Saudara :

a. Nama : Achmad Armandany
b. Alamat : Kalimas Udk I-C/7-9, Surabaya
c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
d. Instansi/Organisasi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
e. Kewarganegaraan : Indonesia

Untuk melakukan penelitian/survey/kegiatan dengan :

f. Judul / Thema : Pengaruh Senam Taichi diiringi music kroncong longgam jawa terhadap penurunan tekanan darah pada Lansia hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Rungkut Menanggal, Kecamatan Gununganyar Surabaya

g. Tujuan : Penelitian
h. Bidang Penelitian : Kesehatan
i. Penanggung Jawab : Musrifatul Uliyah, S.ST., M.Kes
j. Anggota Peserta : -
k. Waktu : 1 (Satu) Bulan, TMT Surat Dikeluarkan
l. Lokasi : Kecamatan Gununganyar Kota Surabaya
Dengan Persyaratan : 1. Penelitian/survei/kegiatan yang dilakukan harus sesuai dengan surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/ peraturan yang berlaku di Lokasi/ Tempat dilakukan Penelitian/survei/kegiatan;
2. Saudara yang bersangkutan agar setelah melakukan Penelitian/survei/kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepala Bakesbang, Politik dan Linmas Kota Surabaya;
3. Penelitian/survei/kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan di masyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI;
4. Rekomendasi ini akan dicabut/ tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Untuk melaksanakan Pengabdian Masyarakat di Wilayah Saudara, maka mohon di bantu seperlunya.
Demikian untuk menjadikan maklum dan guna seperlunya.


PEMERINTAH
KECAMATAN
GUNUNGANYAR
Surabaya
Pembina
NIP. 197304051993111001

Lampiran 14


PEMERINTAH KOTA SURABAYA
KECAMATAN GUNUNG ANYAR
KELURAHAN RUNGKUT MENANGGAL
Jl. Raya Rungkut Menanggal No. 11, Telp. (031) 8700315 Fax. (031) 8700315
Surabaya 60293

Surabaya, 16 Mei 2018

Keadaan

Nomor	: 070 / 519 / 436.10.116/2018	Yth.	Ketua RW III
Sifat	: Biasa	Kel.	Rungkut Menanggal
Lampiran	: -	Di	
Perihal	: <u>Penelitian</u>	<u>SURABAYA</u>	

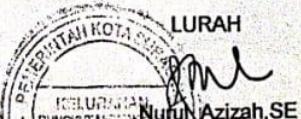
Meneruskan surat dari Camat Gununganyar tanggal 08 Mei 2018
No. 070/ 519 / 436.9.25 / 2018 perihal sebagaimana tersebut pada pokok
surat, maka untuk itu kami hadapkan saudara :

Nama	: Achmad Armadany
Alamat Rumah	: Kalimas Udk I-C/7-9 Surabaya
Pekerjaan	: Mahasiswa
Instansi / Organisasi	: Universitas Muhammadiyah Surabaya
Kewarganegaraan	: Indonesia
Melakukan Survey	: 1 (satu) bulan, TMT Surat dikeluarkan.
Lama Survey	: Musrifatul Uliyah,S.ST,M.Kes
Penanggung jawab	: RW III Kel. Rungkut Menanggal
Lokasi	: Pengaruh Senam Taichi diringi music kroncong longgam jawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia RW III
Judul / tema	: 1. Penelitian / survey / kegiatan yang dilakukan harus sesuai surat permohonan dan wajib mentaati persyaratan/ peraturan yang berlaku di lokasi/ Tempat dilakukan Penelitian / survey / kegiatan. 2. Saudara yang bersangkutan agar setelah Melakukan Penelitian / survey / kegiatan wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepada Bakesbang, Politik dan Linmas Kota Surabaya. 3. Penelitian / survey / kegiatan yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan di masyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI. 4. Rekomendasi ini akan dicabut/ tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Dengan Persyaratan

Untuk melaksanakan Penelitian di wilayah saudara, maka mohon bantuan
sepenuhnya diberi data seperlunya.

Demikian untuk menjadikan maklum dan guna seperlunya.


LURAH
KELURAHAN RUNGKUT MENANGGAL
Nurul Azizah,SE

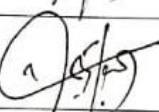
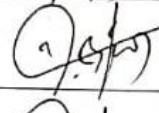
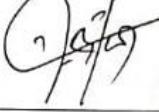
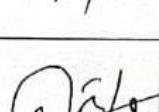
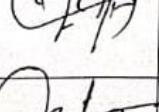
Lampiran 17

LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL/SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Achmad Armandany

Nama Penguji : Retno Sumara, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Judul Proposal/Skripsi : Pengaruh Senam *Tai Chi* Diiringi Musik Keroncong Langgam Jawa terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Dengan Hipertensi di Posyandu Lansia RW 3 Kelurahan Rungkut Menanggal Kecamatan Gununganyar Surabaya

No	Hari/tanggal	Catatan pembimbing/hal yang direvisi	Hasil revisian	Tanda tangan
1.	Rabu 1-8	Cover. Perubahan judul dari penurunan berubah menjadi perubahan	Telah dilakukan perubahan judul dari penurunan menjadi perubahan	
2.	Rabu 1-8	Bab 1. Penghapusan penulisan pendahuluan, tujuan, metode, hasil dan saran pada abstrak	Telah dilakukan perubahan pada abstrak	
3.	Rabu 1-8	Bab 1. Penghapusan tulisan sistolik dan diastolik pada tujuan khusus	Telah dilakukan perubahan pada tujuan khusus	
4.	Rabu 1-8	Bab 3. Perubahan analisis data pada kerangka konsep	Telah dilakukan perubahan penulisan pada kerangka konsep	
5.	Rabu 1-8	Bab 3. Perubahan skala dan skor pada tabel defisinisi operasional	Telah dilakukan perubahan penulisan pada skala dan tabel	
6.	Rabu 1-8	Bab 3. Perubahan penulisan pada prosedur pengumpulan data	Telah dilakukan perubahan penulisan pada prosedur pengumpulan data	
7.	Rabu 1-8	Bab 3. Perubahan penulisan uji pada uji statistik dan uji hipotesis	Telah dilakukan perubahan penulisan pada uji statistik dan uji hipotesis	
8.	Rabu 1-8	Bab 4. Perubahan spasi menjadi 1 pada tabel	Telah dilakukan perubahan spasi pada tabel bab 4	

Lampiran 16

