

**EFEKTIFITAS SENAM AEROBIK TINGKAT RENDAH DAN RELAKSASI  
OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA**

**SKRIPSI**

**EL BAREQ  
NIM.P17211173014**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN MALANG  
2021**