

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* atas segala nikmat kesempatan, kekuatan, rahmat dan hidayah yang telah Allah S.W.T berikan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Efektifitas Senam Aerobik Tingkat Rendah dan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia”** sebagai salah satu syarat tugas akhir kelulusan studi di Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Keperawatan Malang.

Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dukungan dari berbagai pihak, sehingga kendala-kendala yang dihadapi peneliti dapat diatasi. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan sebesar-besarnya kepada:

1. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberi kesempatan dan bantuan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
2. Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Budi Susatia, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi yang berharga kepada peneliti.
5. Bapak Kissa Bahari, S.Kep., Ns., M.Kep., PhD NS selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi yang berharga kepada peneliti.
6. Bapak Dr. Tri Johan Agus Yuswanto., S.Kp., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan saran yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.

7. Para dosen serta semua civitas akademik Poltekkes Kemenkes Malang yang telah memberikan ilmu serta dukungan kepada peneliti.
8. Suami tercinta Putra Moh. Fatiqunnada yang telah mensupport peneliti sampai akhir, memberi motivasi serta tempat keluh kesah dalam pengerjaan skripsi ini.
9. Keluarga tercinta, Ayah, Ibu, Kakak, Ponakan, “Alumni kos mami etik”, “Juliders”, “Cangtip2 calon mantu”, “SEEA” yang selalu mendengarkan keluhan kesahku dan memberi dukungan serta motivasi yang sangat berharga demi kesuksesan peneliti.
10. Semua kakak tingkat serta alumni Poltekkes Kemenkes Malang yang karya skripsinya sangat membantu dalam proses pembuatan skripsi peneliti.
11. Semua pihak yang telah memberikan dorongan dan bantuannya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, dengan segala kerendahan hati, peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini sehingga peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Malang, 5 Januari 2021



Peneliti