

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Pernyataan Keaslian Karya Ilmiah Akhir Ners.....	ii
Pernyataan Publikasi	iii
Pernyataan Keaslian Karya Ilmiah Akhir	iv
Halaman Persetujuan Pembimbing	v
Halaman Pengesahan	vi
Kata Pengantar	vii
Abstrak.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Lansia	6
1. Definisi Lansia	6
2. Ciri ciri Lansia.....	6
3. Karakteristik Lansia	7
4. Klasifikasi Lansia.....	7
5. Kaitan antara Lansia dan Hipertensi	7
B. Konsep Hipertensi	8
1. Pengertian Hipertensi	8
2. Mekanisme Terjadinya Hipertensi.....	9
3. Macam-Macam Hipertensi.....	10
4. Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia.....	10

5. Hipertensi Pada Lansia	12
6. Klasifikasi Tekanan Darah Pada Dewasa	12
C. Konsep Relaksasi Otot Progresif	15
1. Pengertian Relaksasi Otot Progresif	15
2. Tujuan Relaksasi Otot Progresif.....	15
3. Manfaat Relaksasi Otot Progresif.....	16
4. Indikasi	16
5. Kontraindikasi	17
6. Latihan Relaksasi.....	17
7. Langkah-langkah Instruksi	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	46
A. Rancangan Penerapan	46
B. Subyek Penerapan	46
C. Gambaran Kasus	46
D. Definisi Operasional	49
E. Lokasi dan Waktu.....	50
F. Pengumpulan Data.....	50
G. Etika Penelitian	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil Penelitian	53
1. Gambaran Lokasi Penelitian	53
2. Hasil Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif	53
B. Pembahasan.....	55
1. Tekanan darah sebelum diberikan terapi relaksasi otot progresif ...	55
2. Tekanan darah sesudah diberikan terapi relaksasi otot progresif...	56
3. Perkembangan sebelum dan sesudah tekanan darah	56
C. Keterbatasan Penerapan	60

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	61
1. Bagi Perawat atau Tenaga Kesehatan	61
2. Bagi Pasien dan Keluarga	62
3. Bagi Peneliti selanjutnya.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	67