

## DAFTAR ISI

|  |            |
|--|------------|
| <b>SAMPUL DEPAN</b> .....                                | <b>i</b>   |
| <b>SAMPUL BELAKANG</b> .....                             | <b>ii</b>  |
| <b>PENGESAHAN PENGUJI</b> .....                          | <b>vi</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                              | <b>vii</b> |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                     | <b>ix</b>  |
| <b>ABSTRACT</b> .....                                    | <b>x</b>   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                  | <b>xi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                             | <b>xv</b>  |
| <b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....                            | <b>xvi</b> |
| <b>BAB I</b> .....                                       | <b>1</b>   |
| <b>A. Latar Belakang</b> .....                           | <b>1</b>   |
| <b>B. Rumusan Masalah</b> .....                          | <b>4</b>   |
| <b>C. Tujuan Penelitian</b> .....                        | <b>5</b>   |
| 1. Tujuan Umum .....                                     | 5          |
| 2. Tujuan Khusus .....                                   | 5          |
| <b>D. Manfaat Penelitian</b> .....                       | <b>5</b>   |
| 1. Bagi Masyarakat Penderita Hipertensi.....             | 5          |
| 2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan..... | 5          |
| 3. Bagi Penulis .....                                    | 6          |
| <b>BAB II</b> .....                                      | <b>7</b>   |
| <b>A. Konsep Lansia</b> .....                            | <b>7</b>   |
| 1. Pengertian Lansia.....                                | 7          |
| 2. Batasan – batasan lanjut usia .....                   | 7          |
| 3. Perubahan Pada Lansia .....                           | 8          |
| 4. Masalah kesehatan yang sering muncul pada lansia..... | 9          |
| <b>B. Konsep Hipertensi</b> .....                        | <b>10</b>  |
| 1. Pengertian Hipertensi.....                            | 10         |
| 2. Etiologi Hipertensi .....                             | 11         |
| 3. Klasifikasi Hipertensi.....                           | 12         |
| 4. Patofisiologi Hipertensi.....                         | 12         |
| 5. Manifestasi Klinis Hipertensi.....                    | 14         |

|   |           |
|---|-----------|
| 6. Komplikasi Hipertensi .....  | 15        |
| 7. Penatalaksanaan Hipertensi.....  | 16        |
| <b>C. Konsep Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....</b>   | <b>17</b> |
| 1. Pengertian Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....  | 17        |
| 2. Tujuan Relaksasi Nafas Dalam .....   | 18        |
| 3. Manfaat Relaksasi Nafas Dalam .....  | 18        |
| 4. Mekanisme Relaksasi Nafas Dalam.....   | 19        |
| 5. Prosedur Pelaksanaan Relaksasi Nafas Dalam .....   | 19        |
| <b>BAB III.....</b>   | <b>22</b> |
| <b>A. Rancangan Penelitian .....</b>  | <b>22</b> |
| <b>B. Subjek penelitian.....</b>  | <b>22</b> |
| <b>C. Definisi Penelitian .....</b>   | <b>23</b> |
| <b>D. Tempat Dan Waktu Penelitian .....</b>   | <b>23</b> |
| <b>E. Pengumpulan Data.....</b>   | <b>24</b> |
| <b>F. Cara Pengolahan Data.....</b>   | <b>25</b> |
| <b>G. Etika Penelitian .....</b>  | <b>25</b> |
| <b>BAB IV.....</b>  | <b>27</b> |
| <b>A. HASIL .....</b>   | <b>27</b> |
| 1. Gambaran Lokasi Penelitian .....   | 27        |
| 2. Hasil Penelitian .....   | 27        |
| <b>B. PEMBAHASAN .....</b>  | <b>31</b> |
| 1. Tekanan darah sebelum dilakukan penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi .....   | 31        |
| 2. Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Lansia Penderita Hipertensi .....  | 34        |
| 3. Perbandingan Perkembangan Hasil Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relakasasi Nafas Dalam Pada Lansia Penderita Hipertensi ..... | 36        |
| <b>C. KETERBATASAN PENULIS .....</b>  | <b>39</b> |
| <b>BAB V .....</b>  | <b>40</b> |
| <b>A. KESIMPULAN.....</b>   | <b>40</b> |
| <b>B. SARAN.....</b>  | <b>40</b> |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>  | <b>42</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>   | <b>48</b> |



## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi .....  | 12 |
| Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi .....  | 12 |
| Tabel 4. 1 Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Penarapan Teknik Relaksasi Nafas<br>Dalam .....                                     | 29 |
| Tabel 4. 2 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penarapan Teknik Relaksasi Nafas<br>Dalam .....                                     | 29 |
| Tabel 4. 3 Perbandingan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penarapan<br>Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Ny. S ..... | 29 |
| Tabel 4. 4 Perbandingan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penarapan<br>Teknik Relaksasi Nafas Dalam pada Ny. T ..... | 30 |
| Tabel 4. 5 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penarapan Teknik Relaksasi Nafas<br>Dalam .....                                     | 31 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|   |    |
|---|----|
| Lampiran 1. 1 Lembar Konsultasi .....                                       | 48 |
| Lampiran 1. 2 Informasi dan Pernyataan Persetujuan (Informed Consent) ..... | 50 |
| Lampiran 1. 3 Lembar Observasi .....  | 55 |
| Lampiran 1. 4 Surat Izin Penelitian .....                                   | 57 |
| Lampiran 1. 5 Dokumentasi Penerapan .....                                   | 61 |
| Lampiran 1. 6 SOP Penerapan .....   | 68 |