

DAFTAR ISI

SAMPIL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Masyarakat	4
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan.....	4
3. Bagi Penulis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar Lansia	6
1. Pengertian Lansia	6
2. Batasan-Batasan Usia Lanjut	7
3. Ciri-Ciri Lansia	7
4. Tipe-Tipe Lansia	8
5. Proses Menua	9
6. Perubahan Fisiologis Pada Lansia	9
7. Masalah Kesehatan Yang Sering Muncul Pada Lansia	10

B. Definisi Hipertensi	12
1. Definisi.....	12
2. Etiologi.....	13
3. Klasifikasi	14
4. Patofisiologi	15
5. Manifestasi Klinis	15
6. Komplikasi.....	16
7. Penatalaksanaan	17
8. Pemeriksaan Penunjang	18
C. Konsep Teknik Relaksasi Napas Dalam	19
1. Pengertian Relaksasi Napas Dalam.....	19
2. Tujuan Relaksasi Napas Dalam	19
3. Manfaat Relaksasi Napas Dalam	20
4. Mekanisme Relaksasi Napas Dalam	20
5. Waktu Pemberian Relaksasi Napas Dalam	21
6. Pengaruh Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah.....	21
7. Prosedur Pemberian Relaksasi Napas Dalam	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Rancangan Penelitian.....	23
B. Subyek Penelitian.....	23
C. Definisi Operasioanl	23
D. Tempat dan Waktu Penelitian	24
E. Pengumpulan Data	24
F. Cara Pengolahan Data.....	25
G. Etika Penelitian	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	28
A. HASIL	28
1. Gambaran Lokasi	28
2. Hasil Penerapan	29
a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	29
b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	29
c. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	30
d. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam	30
e. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam	30
f. Hasil Perbandingan Perkembangan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	31
g. Perbandingan Hasil Akhir	32
B. PEMBAHASAN	32
1. Karakteristik Responden	32
2. Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	34
3. Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas	

Dalam.....	35
4. Perkembangan Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	38
5. Perbandingan Perkembangan Hasil Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	39
C. KETERBATASAN PENELITIAN	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	43
1. Kesimpulan.....	43
2. Saran	43
a. Bagi Penulis	43
b. Bagi Responden	43
c. Bagi Masyarakat	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN.....	51
Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup	51
Lampiran 2 Jadwal Kegiatan	52
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	53
Lampiran 4 Informasi dan Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	55
Lampiran 5 Instrumen Penelitian.....	57
Lampiran 6 SOP Teknik Relaksasi Napas Dalam	58
Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan	60
Lampiran 8 Lembar Konsultasi Tugas Akhir	64
Lampiran 9 Sertifikat Kalibrasi	66
Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pasca Ujian	70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi hipertensi menurut WHO	14
Tabel 2.2 Klasifikasi hipertensi menurut Purqoti	14
Tabel 2.3 Klasifikasi hipertensi menurut Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia	14
Tabel 3.1 Definisi Operasional	23
Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan umur	29
Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	29
Tabel 4.3 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	30
Tabel 4.4 Perbandingan Perkembangan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Ny.S.....	31
Tabel 4.5 Perbandingan Perkembangan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Ny.G	31
Tabel 4.6 Perbandingan Hasil Akhir Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Teknik Relaksasi Napas Dalam	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Posisi duduk nyaman	58
Gambar 2.2 Meletakkan tangan diatas perut.....	58
Gambar 2.3 Menarik napas	59
Gambar 2.4 Menahan napas.....	59
Gambar 2.5 Menghembuskan napas	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2 Jadwal Kegiatan

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian

Lampiran 4 Informasi dan Pernyataan Persetujuan (*Informed Consent*)

Lampiran 5 Instrumen Penelitian

Lampiran 6 Dokumentasi Kegiatan

Lampiran 7 Lembar Konsultasi Tugas Akhir

Lampiran 8 Sertifikat Kalibrasi

Lampiran 9 SOP Teknik Relaksasi Napas Dalam

Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pasca Ujian Hasil

DAFTAR SINGKATAN

WHO	<i>World Health Organization</i>
SKI	Standart Kesehatan Indonesia
DINKES	Dinas Kesehatan
KEMENKES	Kementrian Kesehatan
DEPKES	Departemen Kesehatan
IQ	<i>Intelegentia Quocient</i>
DIY	Daerah Istimewa Yogyakarta
PPOK	Penyakit Paru Obstruktif Kronis
EKG	Elektrokardiografi
Hb	Hemoglobin
BUN	<i>(Blood Urea Nitrogen)</i>

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

.	Titik
,	Koma
%	Persen
“	Petik dua
/	Garis Miring
()	Kurung
≥	Lebih dari
≤	Kurang dari
mmHg	<i>Milimeter Merkuri Hydrargyrum</i>