

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PRASYARAT GELAR.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI.....	vii
HALAMAN MOTTO.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR ISTILAH / SIMBOL.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Relaksasi.....	7
1. Pengertian Relaksasi.....	7
2. Tujuan Relaksasi.....	7
3. Manfaat Relaksasi.....	8
4. Jenis Relaksasi.....	8
B. Tenik Relaksasi Benson.....	9
1. Pengertian Relaksasi Benson.....	9
2. Langkah Latihan Teknik Relaksasi Benson.....	9
3. Waktu Pelaksanaan Teknik Relaksasi Benson.....	10
4. Patofisiologi Relaksasi Benson.....	10
C. Tekanan Darah.....	11
1. Pengertian.....	11
D. Hipertensi.....	12
1. Pengertian Hipertensi.....	12
2. Etiologi.....	13

3.	Faktor Penyebab Hipertensi	16
4.	Klasifikasi	19
5.	Manifestasi Klinis	20
6.	Penatalaksanaan	21
E.	Lansia	23
1.	Pengertian	23
2.	Klasifikasi	24
3.	Perubahan – Perubahan yang Terjadi pada Lansia	24
BAB III	METODE PENELITIAN	29
A.	Jenis dan Desain Penelitian	29
B.	Subyek Penelitian	29
C.	Fokus Studi	30
D.	Definisi Operasional	30
E.	Instrumen Penelitian	31
F.	Metode Pengumpulan Data	31
G.	Lokasi dan Waktu Penelitian	32
H.	Analisis Data dan Penyajian Data	33
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A.	Gambaran Lokasi dan Hasil Penelitian	36
B.	Pembahasan	39
C.	Keterbatasan	44
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	45
A.	Kesimpulan	45
B.	Saran	45

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Halaman

1.1 Prevalensi Penderita Hipertensi Puskesmas Kota Surakarta.....	5
3.1 Definisi Operasional.....	30
4.1 Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Benson	38
4.2 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi Benson.....	38
4.3 Perbedaan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Relaksasi	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian STIKES ‘Aisyiyah Surakarta
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelolan Kasus
- Lampiran 4 Surat Bukti Balasan Penelitian Puskesmas
- Lampiran 5 Surat Bukti Balasan penelitian Kelurahan Kratonan
- Lampiran 6 Lembar Pernyataan Persetujuan Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 7 Surat Pernyataan RT
- Lampiran 8 Lembar Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Lembar Bimbingan Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 10 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 11 Kuesioner Tentang Hipertensi
- Lampiran 12 Lembar Observasi Tekanan Darah
- Lampiran 13 Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Hipertensi
- Lampiran 14 Leaflet Hipertensi
- Lampiran 15 Lembar balik Hipertensi
- Lampiran 16 Sertifikat Kalibrasi
- Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 19 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 20 Lembar Asuhan Keperawatan

DAFTAR SINGKATAN

PJK	Penyakit Jantung Koroner
CATs	<i>complementary and alternative therapies</i>
KB	Keluarga Berencana
NSAID	<i>Non Steroid Anti-Inflamantory Drug</i>
Nacl	Natrium Klorida
ACE	<i>Angiotensin Converting Enzyme</i>
Rikesdas	Riset Kesehatan Dasar
KK	KepalaKeluarga
SD	Sekolah Dasar
SMP	Sekolah Menengah Pertama
RT	Rukun Tetangga
RW	Rukun Warga

