

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI	viii
<i>ESSENCE</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. HIPERTENSI.....	7
1. Pengertian Hipertensi	7
2. Penyebab Hipertensi.....	8
3. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	9
4. Klasifikasi Hipertensi.....	10
5. Patofisiologi.....	11
6. Penatalaksanaan.....	12
B. MESSAGE KAKI	13
1. Pengertian Massage	13
2. Indikasi dan Kontraindikasi dalam Massage	14
3. Waktu dan Dosis Pemberian Massage	15
4. Persiapan untuk Massage Kaki	15
5. Teknik Dasar Massage Kaki	16
6. Mekanisme Massage Kaki untuk Menurunkan Tekanan Darah	21
C. MEDIA BOOKLET	22
1. Pengertian Booklet.....	22
2. Cara Pembuatan Media Booklet.....	22
3. Syarat Pembuatan Media Booklet	23
4. Keunggulan dari Media Booklet.....	23
5. Keterbatasan Media Booklet.....	24
6. Manfaat Media Booklet	24

D. KETEPATAN SOLUSI YANG DITAWARKAN.....	24
BAB III PEDOMAN PEMBUATAN BOOKLET	26
A. TEMA.....	26
B. TUJUAN	26
C. KEASLIAN KARYA PROJEC	26
D. PEDOMAN PEMBUATAN MEDIA BOOKLET.....	28
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	31
BAB V PENUTUP.....	33
A. KESIMPULAN	33
B. SARAN.....	33
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN.....	40

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	10
Tabel 3.1 Keaslian Karya	28

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Bahan untuk Massage.....	15
Gambar 2.2 Alat	15
Gambar 2.3 Teknik <i>Eflurage</i> (Menggosok).....	16
Gambar 2.4 Teknik <i>Traksi</i> (Tarikan)	16
Gambar 2.5 Teknik <i>Eflurage</i> dari atas ke bawah.....	17
Gambar 2.6 Teknik Penekanan Memutar	17
Gambar 2.7 Teknik Penekanan di mata kaki	17
Gambar 2.8 Teknik Penekanan dari atas ke bawah.....	18
Gambar 2.9 Teknik Penekanan Telapak kaki di atas	18
Gambar 2.10 Teknik Memutar di Telapak kaki tepi	18
Gambar 2.11 Teknik Penekanan telapak kaki di tengah	19
Gambar 2.12 Teknik Penekanan di bawah jari	19
Gambar 2.13 Teknik Menekan Telapak kaki.....	19
Gambar 2.14 Teknik Memutar di pergelangan kaki	20
Gambar 2.15 Teknik Peregangan telapak kaki	20
Gambar 2.16 Teknik Pengusapan dari atas ke bawah.....	20
Gambar 4.1 Desain untuk cover.....	31
Gambar 4.2 Desain untuk isi.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Konsultasi.....	40
Lampiran 2. Hasil Luaran.....	46
Lampiran 3. Daftar Riwayat Hidup.....	51

