

DAFTAR ISI

SAMPUL 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
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Permasalahan.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Bagi Masyarakat	5
2. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan	5
3. Bagi Penulis	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Lansia	9
1. Pengertian Lansia.....	9
2. Klasifikasi Lansia.....	9
3. Tipe Lansia.....	9
4. Perubahan Fisiologis Lansia yang Berhubungan dengan Hipertensi.....	10
B. Konsep Hipertensi	11
1. Pengertian Hipertensi.....	11
2. Etiologi Hipertensi	11
3. Klasifikasi Hipertensi.....	12
4. Patofisiologi Hipertensi	12
5. Manifestasi Klinis Hipertensi	13
6. Komplikasi Hipertensi	13
7. Penatalaksanaan Hipertensi	14
C. Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	14
1. Pengertian Relaksasi Otot Progresif	14
2. Tujuan Relaksasi Otot Progresif	15
3. Indikasi dan Kontraindikasi Relaksasi Otot Progresif	16
4. Waktu Pelaksanaan Relaksasi Otot Progresif	16
5. Fisiologi Kontraksi dan Relaksasi Otot Progresif.....	16
6. Mekanisme Kerja Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah	18
7. Persiapan yang Diperlukan Pada Relaksasi Otot Progresif	19

8. Langkah – Langkah Relaksasi Otot Progresif	19
9. Pengaruh Relaksasi Otot Progresif pada Hipertensi	26
BAB III	28
METODE PENELITIAN.....	28
A. Rancangan Penelitian	28
B. Subyek Penelitian	28
C. Definisi Operasional.....	29
D. Tempat dan Waktu Penelitian	30
E. Pengumpulan Data	30
F. Cara Pengelolaan Data	32
G. Etika Penelitian.....	33
BAB IV	34
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil.....	34
B. Pembahasan	37
C. Keterbatasan Penelitian	50
BAB V	51
KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	58
Lampiran 1. Jadwal Kegiatan	58
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	59
Lampiran 3. Informasi dan Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	61
Lampiran 4. Instrumen Penelitian.....	63
Lampiran 5. SOP Relaksasi Otot Progresif.....	65
Lampiran 6. Sertifikat Kalibrasi	67
Lampiran 7. Dokumentasi Penerapan	70
Lampiran 8. Daftar Hadir Responden.....	78
Lampiran 9. Surat Keterangan Hipertensi	80
Lampiran 10. Lembar Konsultasi	82
Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup	91