

## 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
ABSTRACT .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Lanjut Usia (Lansia).....	6
1. Definisi Lansia .....	6
2. Ciri-Ciri Lansia.....	7
3. Batasan-Batasan Lansia.....	8
4. Karakteristik Lansia .....	8
5. Perubahan Pada Lansia.....	9
6. Tipe Lansia .....	12
B. Hipertensi .....	13
1. Definisi Hipertensi .....	13
2. Klasifikasi Hipertensi .....	14
3. Etiologi Hipertensi .....	15
4. Manifestasi Klinis Hipertensi.....	17
5. Patofisiologi Hipertensi .....	18
6. Pemeriksaan Penunjang Hipertensi .....	19
7. Penatalaksanaan Hipertensi .....	20
8. Komplikasi Hipertensi.....	23
C. Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....	25
1. Definisi Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....	25
2. Tujuan Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....	26
3. Manfaat Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....	26
4. Waktu Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	27
5. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....	27

6. Prosedur Teknik Relaksasi Nafas Dalam .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Rancangan Penelitian .....	31
B. Subyek Penelitian .....	31
C. Definisi Operasional.....	32
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
E. Pengumpulan Data .....	32
F. Cara Pengolahan Data .....	34
G. Etika Penelitian .....	34
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>36</b>
A. Hasil .....	36
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	36
2. Hasil Penerapan .....	37
B. Pembahasan.....	40
C. Keterbatasan penelitian .....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>
Lampiran 1. Jadwal Kegiatan .....	54
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian .....	55
Lampiran 3. Surat Balasan Ijin Penelitian.....	56
Lampiran 4. Informasi dan Pernyataan Persetujuan (Informed Consent) .....	57
Lampiran 5. Instrumen Penelitian .....	59
Lampiran 6. SOP Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	69
Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan Penerapan .....	70
Lampiran 8. Sertifikat Kalibrasi .....	74
Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup .....	77
Lampiran 10. Lembar Konsultasi .....	78
Lampiran 11. Lembar Konsultasi Revisi Pasca Ujian Hasil .....	82