

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	xvi
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan.....	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II	8
A. Lansia	8
1. Pengertian Lansia	8
2. Batasan Usia Lansia	8
3. Perubahan yang Terjadi Pada Lansia.....	9
4. Faktor yang Memengaruhi Proses Penuaan	10
5. Tipe-tipe Lansia.....	12
B. Hipertensi	13
1. Definisi Hipertensi	13

2. Klasifikasi Hipertensi.....	14
3. Etiologi Hipertensi	14
4. Patofisiologi Hipertensi.....	15
5. Tanda Gejala Hipertensi	18
6. Komplikasi Hipertensi	18
7. Pencegahan Hipertensi	19
8. Penatalaksanaan Hipertensi.....	20
C. Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM)	21
1. Pengertian SSBM.....	21
2. Manfaat Terapi SSBM.....	22
3. Indikasi dan Kontraindikasi Terapi SSBM.....	23
4. Mekanisme Terapi SSBM Terhadap Penurunan Hipertensi.....	23
5. Persiapan Alat Sebelum Melakukan Terapi SSBM.....	24
6. Waktu Pelaksanaan Terapi SSBM.....	25
7. Tahapan-tahapan Terapi SSBM.....	25
BAB III.....	29
A. Rancangan Penelitian	29
B. Subyek Penelitian	29
C. Definisi Operasional.....	30
D. Lokasi dan Waktu	31
E. Pengumpulan Data	31
F. Pengelolaan Data	33
G. Etika Penelitian.....	34
BAB IV	36
A. Hasil.....	36
B. Pembahasan	43
C. Keterbatasan Penelitian	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Penerapan Terapi SSBM..	39
Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sesudah Penerapan Terapi SSBM ..	40
Tabel 4.3 Hasil Perkembangan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Penerapan Terapi SSBM.....	40
Tabel 4.4 Hasil Perbandingan Hasil Akhir Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Penerapan Terapi SSBM	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Selang-seling atau Bergantian	25
Gambar 2.2 Teknik Meremas Bahu.....	26
Gambar 2.3 Gerakan Memutar Ibu Jari atau <i>Friction</i>	26
Gambar 2.4 Gerakan <i>Efleurage</i> atau Gosokan Pada Punggung.....	27
Gambar 2.5 Gerakan <i>Petrissage</i> atau Menekan Punggung Secara Mendatar.....	27
Gambar 2.6 Gerakan <i>Tapotement</i> atau Menyikat Punggung.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I. Daftar Riwayat Hidup	65
Lampiran II. Jadwal Kegiatan	66
Lampiran III. Surat Ijin Studi Pendahuluan	67
Lampiran IV. Surat Izin Penelitian.....	68
Lampiran V. Surat Bukti Surat Kalibrasi Alat <i>Sphygmomanometer</i>	69
Lampiran VI. Data Lansia Kader Gerdu Duyungan	70
Lampiran VII. Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)	71
Lampiran VIII. Surat Keterangan Sakit	73
Lampiran IX. Lembar Observasi.....	74
Lampiran X. Lembar SOP	76
Lampiran XI. Dokumentasi Penerapan	80
Lampiran XII. Lembar Konsultasi	93
Lampiran XIII. Lembar Konsultasi Pasca Sidang.....	103

DAFTAR SINGKATAN

LANSIA	Lanjut Usia
WHO	<i>World Hth Organization</i>
BPS	Badan Pusat Statistik
Kemenkes RI	Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
SSBM	<i>Slow Stroke Back Massage</i>
Pra-LU	Pra Lanjut Usia
LU	Lanjut Usia
LUA	Lanjut Usia Akhir
RAA	<i>Renin Angiotensin Aldosteron</i>
RAS	<i>Renin Angiotensin</i>
NaCl	<i>Natrium Klorida</i>
PTM	Penyakit Tidak Menular
LDL	<i>Low Density Lipoprotein</i>
HDL	<i>High Density Lipoprotein</i>
IMT	Indeks Massa Tubuh

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

Daftar Istilah	
<i>Hipertensi</i>	: Tekanan darah atau denyut jantung lebih tinggi daripada normal.
<i>Sistole</i>	: Penguncupan jantung akibat kontraksi otot jantung.
<i>Diastole</i>	: Pengenduran otot jantung pada waktu pengisian kembali jantung oleh darah.
<i>Stroke Volume</i>	: Jumlah darah yang dipompa oleh jantung dalam sekali kontraksi.
<i>Cardiac Output</i>	: Jumlah darah yang dipompa jantung dalam satu menit.
<i>Non</i>	: Tidak
<i>Adenosin Triphospat (TAP)</i>	: Jenis nukleotida atau satuan molekular pembawa energi di dalam sel.
<i>Growth Hormone</i>	: Hormon pertumbuhan.
<i>Constructive Personality</i>	: Tipe kepribadian konstruktif.
<i>Independent Personality</i>	: Tipe kepribadian mandiri.
<i>Dependent Personality</i>	: Tipe kepribadian tergantung.
<i>Hostility Personality</i>	: Tipe kepribadian bermusuhan.
<i>Self-hate Personality</i>	: Tipe kepribadian kritik diri
<i>Silent Killer</i>	: Pembunuh senyap.
<i>Menopause</i>	: Tidak haid lagi (karena usia lanjut); mati haid.
<i>Arthritis</i>	: Radang sendi.
<i>Post Power Syndrome</i>	: Seseorang masih membayangkan pencapaiannya di masa lalu dan membandingkannya dengan masa kini.
<i>Angiotensin Converting Enzyme (ACE)</i>	: Kelompok obat untuk menurunkan tekanan darah tinggi.
<i>Peptil-karboksipeptidase</i>	: Enzim yang bertugas mengatur tekanan darah dalam arteri dan keseimbangan elektrolit melalui sistem RAA.
<i>Renin-Angiotensin Aldosteron (RAA)</i>	: Sistem hormon yang mengatur tekanan darah dan keseimbangan cairan serta elektrolit.
<i>Diuretik</i>	: Obat untuk meningkatkan produksi air kemih.
<i>Vasodilator</i>	: Golongan obat untuk mencegah penyempitan pembuluh darah.
<i>Lotion</i>	: Produk untuk melembapkan kulit.
<i>Endorphine</i>	: Hormon yang mengendalikan perasaan senang.
<i>Neurotransmitter</i>	: Senyawa kimia pembawa pesan antar saraf ke berbagai jaringan tubuh.
<i>Norepinephrin</i>	

<i>Sphygmomanometer</i>	: Alat medis yang berfungsi untuk mengukur tekanan darah.
<i>Friction</i>	: Gerakan gesekan pada permukaan kulit.
<i>Effleurage</i>	: Gerakan dengan memberikan sentuhan lembut.
<i>Petrissage</i>	: Gerakan meremas kulit di sekitar otot punggung dan bahu.
<i>Tapotement</i>	: Gerakan pukulan ringan secara berirama.
<i>High Density Lipoprotein (HDL)</i>	: Kolesterol baik.
<i>Low Density Lipoprotein (LDL)</i>	: Kolesterol jahat.

Daftar Simbol

%	: Persen.
-	: Tanda hubung.
?	: Tanda tanya.
>	: Lebih dari.
<	: Kurang dari.
≥	: Lebih dari sama dengan.
≤	: Kurang dari sama dengan.
±	: Kurang lebih.
²	: Pangkat dua atau kuadrat.
‘	: Petik satu.
“	: Petik dua.
;	: Titik koma.
:	: Titik dua.
/	: Garis miring.
°	: Derajat.