

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR SIMBOL	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	7
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Landasan Teori.....	10
1. Konsep Dasar Hipertensi.....	10
2. Mean Arterial Pressure (MAP)	22
3. Isometric Handgrip.....	24
4. Terapi Relaksasi Nafas Dalam	26

5. Standar Operasional Prosedur (SOP) Isometric Handgrip dan Relaksasi Nafas dalam	27
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka konsep.....	34
D. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	35
B. Lokasi dan Waktu penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel	35
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	36
E. Instrumen Penelitian.....	39
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	39
G. Jalannya Penelitian.....	39
H. Teknik dan Pengumpulan Data	41
I. Teknik Analisa Data.....	42
J. Etika Penelitian	43
BAB IV PEMBAHASAN.....	46
BAB V KESIMPULAN	62
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	70