

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| HALAMAN SAMBUNG | i |
| PERSYARATAN KEASLIAN TULISAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| ABSTRAK | v |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 4 |
| 1.3.1 Tujuan Umum | 4 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 5 |
| 1.4.1 Bagi Tempat Penelitian | 5 |
| 1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan | 5 |
| 1.4.3 Bagi Masyarakat | 6 |
| 1.4.4 Bagi Peneliti Lain | 6 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| 2.1 Teori Lanjut Usia | 7 |
| 2.1.1 Definisi Lanjut Usia | 7 |
| 2.1.2 Proses Menua | 7 |
| 2.1.3 Perubahan Fisik Pada Lansia | 8 |
| 2.2 Konsep Hipertensi | 10 |
| 2.2.1 Definisi | 10 |
| 2.2.2 Etiologi | 10 |
| 2.2.3 Klasifikasi | 12 |
| 2.2.4 Faktor Resiko | 14 |
| 2.2.5 Patofisiologi | 15 |
| 2.2.6 Manifestasi Klinis | 16 |
| 2.2.7 Komplikasi | 17 |
| 2.2.8 Penatalaksanaan | 18 |
| 2.3 Teori Relaksasi Progresif | 21 |
| 2.3.1 Konsep Relaksasi | 21 |
| 2.3.2 Definisi Terapi Relaksasi Progresif | 21 |
| 2.3.3 Manfaat Terapi Relaksasi Progresif | 22 |
| 2.3.4 Langkah-langkah Teknik Relaksasi Progresif | 22 |
| 2.4 Hubungan Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Tekanan Darah | 27 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| 3.1 Metode Penelitian | 29 |
| 3.2 Subyek Penelitian | 30 |

| | |
|--|----|
| 3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian | 31 |
| 3.3.1 Lokasi Penelitian..... | 31 |
| 3.3.2 Waktu Penelitian | 31 |
| 3.4 Fokus Studi | 31 |
| 3.5 Definisi Operasional..... | 31 |
| 3.6 Pengumpulan Data | 33 |
| 3.6.1 Metode Pengumpulan Data | 33 |
| 3.6.2 Instrumen Penelitian | 34 |
| 3.6.3 Langkah-langkah Pengumpulan Data | 35 |
| 3.7 Teknik Pengolahan Data | 36 |
| 3.8 Teknik Penyajian Data | 37 |
| 3.9 Etika Penelitian | 38 |

BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

| | |
|--|----|
| 4.1 Hasil Studi Kasus | 41 |
| 4.1.1 Gambaran Tempat Penelitian..... | 41 |
| 4.1.2 Karakteristik Subjek Penelitian..... | 42 |
| 4.1.3 Data Fokus Penelitian | 45 |
| 4.1.3.1 Data Hasil Wawancara Tentang Riwayat Hipertensi Sebelum Melakukan Terapi Relaksasi Otot Progresif | 45 |
| 4.1.3.2 Data Hasil Observasi Gerakan Terapi Relaksasi Otot Progresif | 48 |
| 4.1.3.3 Data Hasil Observasi Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif | 52 |
| 4.1.3.4 Data Hasil Wawancara Sesudah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif | 55 |
| 4.2 Pembahasan..... | 56 |
| 4.3 Keterbatasan Penelitian..... | 59 |

BAB V PENUTUP

| | |
|----------------------|----|
| 5.1 Kesimpulan | 60 |
| 5.2 Saran..... | 60 |

| | |
|----------------------|----|
| DAFTAR PUSTAKA | 62 |
|----------------------|----|

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah JNC 6

Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi

Tabel 2.3 Langkah-langkah Teknik ROP

Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Penelitian

Tabel 4.2 Diagram Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Ny. T/67 Tahun

Tabel 4.3 Diagram Hasil pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Ny. U/70 Tahun

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan

Lampiran 2 Surat Ijin Pengambilan Data

Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5 Lembar Informasi

Lampiran 9 Lembar Standart Operasional Prosedur (SOP) Mengukur Tekanan Darah

Lampiran 10 Lembar Standart Operasional Prosedur (SOP) Terapi Relaksasi Progresif

Lampiran 11 Lembar Pedoman Wawancara 1

Lampiran 14 lembar Pedoman Wawancara 2

Lampiran 17 Lembar Observasi Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Relaksasi Progresif

Lampiran 20 Lembar Observasi Pelaksanaan Terapi Relaksasi progresif

Lampiran 23 Lembar Observasi Gerakan Terapi Relaksasi Progresif

Lampiran 26 Lembar Bimbingan KTi

Lampiran 27 Lembar POA