DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN .....
SAMPUL DALAM I
PERNYATAAN KEASLIAN KTI II
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI III
PERSETUJUAN PEMBIMBING IV
PENGSAHAAN PENGUJI V
KATA PENGANTAR VI
ABSTRAK VIII
ABSTRACT XI
DAFTAR ISI X
DAFTAR TABEL XIII
DAFTAR LAMPIRAN XIV
DAFTAR GAMBAR XV
DAFTAR SINGKATAN XVII
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL XVIII
BAB I PENDAHULUAN 1
A.Latar Belakang 1
B.Rumusan Masalah 5
C.Tujuan Penelitian 5
1.Tujuan Umum 5
2.Tujuan Khusus 5
D.Manfaat Penelitian 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7
A.Konsep Lansia 7
1.Pengertian Lansia 7
2.Klasifikasi Lansia 8

3.Perubahan Fisiologi Lansia 9
B.Konsep Hipertensi 12
1.Pengertian Hipertensi 12
2.Klasifikasi Hipertensi 12
3.Etiologi Hipertensi 13
4.Patofisioogi Hipertensi 14
5.Manifestasi Klinis Hipertensi 15
6.Penatalaksanaan Hipertensi 16
C.Konsep Terapi Relaksasi Otot Progresif 17
1.Pengertian Terapi Relaksasi Otot Progresif 17
2.Manfaat Terapi Relaksasi Otot Progresif 18
3.Mekanisme Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah 18
4.Indikasi 19
5.Kontraindikasi 20
6.Alat-alat Yang Digunakan 21
7.Prosedur Pelaksanaan 21
8.Waktu Pelaksanaan Relaksasi Otot Progresif 30
BAB III METODE PENELITIAN 31
A.Rancangan Penelitian 31
B.Subyek Penelitian 31
C.Definisi Operasional 31
D.Lokasi dan Waktu 33
E.Pengumpulan Data 33
F.Pengolahan Data 34
G.Etika Penelitian 35
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 37
A.Hasil Penelitian 37

B.Pembahasan 42
C.Keterbatasan Penelitian 49
BAB V PENUTUP 50
A.Kesimpulan 50
B.Saran 50
DAFTAR PUSTAKA 52
LAMPIRAN 56