

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Rumusan Masalah .....</b>	<b>4</b>
<b>1.3 Tujuan Penelitian .....</b>	<b>4</b>
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
<b>1.4 Manfaat Penelitian .....</b>	<b>4</b>
1.4.1 Bagi Peneliti .....	4
1.4.2 Bagi Instansi Pendidikan.....	5
1.4.3 Bagi Pelayanan Kesehatan .....	5
1.4.4 Bagi Pembaca.....	5
<b>1.5 Keaslian Penelitian .....</b>	<b>6</b>
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
<b>2.1 Konsep Hipertensi .....</b>	<b>11</b>
2.1.1 Definisi hipertensi .....	11

2.1.2	Klasifikasi .....	11
2.1.3	Etiologi.....	12
2.1.4	Patofisiologi .....	12
2.1.5	Manifestasi Klinik.....	14
2.1.6	Komplikasi .....	14
2.1.7	Pemeriksaan Penunjang .....	16
2.1.8	Penatalaksanaan .....	16
<b>2.2</b>	<b>Konsep Tekanan Darah .....</b>	<b>16</b>
2.2.1	Definisi Tekanan Darah .....	16
2.2.2	Klasifikasi Tekanan Darah.....	17
2.2.3	Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah.....	17
<b>2.3</b>	<b>Konsep Relaksasi .....</b>	<b>18</b>
2.3.1	Relaksasi .....	18
2.3.2	Pengertian Relaksasi Autogenik .....	19
2.3.3	Manfaat Teknik Relaksasi Autogenik .....	20
2.3.4	Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah.....	20
2.3.5	Tatacara Melaksanakan Teknik Relaksasi Autogenik .....	22
<b>2.4</b>	<b>Konsep Lansia.....</b>	<b>29</b>
2.4.1	Definisi Lansia .....	29
2.4.2	Klasifikasi Lansia.....	29
2.4.3	Proses Penuaan.....	30
2.4.4	Perubahan Pada Lansia Yang Menyebabkan Resiko Hipertensi ....	30
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN ....</b>		<b>32</b>
<b>3.1</b>	<b>Kerangka konsep .....</b>	<b>32</b>
<b>3.2</b>	<b>Hipotesis .....</b>	<b>33</b>
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>		<b>34</b>

<b>4.1</b>	<b>Desain penelitian.....</b>	<b>34</b>
<b>4.2</b>	<b>Populasi, Teknik sampling dan Sampel .....</b>	<b>35</b>
4.2.1	Populasi.....	35
4.2.2	Sampel.....	35
4.2.3	Besar Sampel.....	36
4.2.4	Teknik Sampling .....	37
<b>4.3</b>	<b>Variabel .....</b>	<b>37</b>
<b>4.4</b>	<b>Definisi Operasional .....</b>	<b>37</b>
<b>4.5</b>	<b>Tempat Penelitian.....</b>	<b>38</b>
<b>4.6</b>	<b>Waktu Penelitian .....</b>	<b>38</b>
<b>4.7</b>	<b>Kerangka kerja Penelitian.....</b>	<b>39</b>
<b>4.8</b>	<b>Instrumen Penelitian .....</b>	<b>39</b>
<b>4.9</b>	<b>Prosedur Pengumpulan Data .....</b>	<b>40</b>
<b>4.10</b>	<b>Analisis Data .....</b>	<b>42</b>
<b>4.11</b>	<b>Etika Penelitian.....</b>	<b>43</b>
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
<b>5.1</b>	<b>Gambaran Umum Penelitian .....</b>	<b>45</b>
<b>5.2</b>	<b>Karakteristik Sampel .....</b>	<b>45</b>
5.2.1	Data Umum.....	45
5.2.2	Data Khusus.....	46
<b>BAB 6</b>	<b>PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
<b>6.1</b>	<b>Tekanan Darah Pada Kelompok Perlakuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Teknik Relaksasi Autogenik .....</b>	<b>51</b>
<b>6.2</b>	<b>Tekanan Darah Pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Pemberian Teknik Relaksasi Autogenik .....</b>	<b>53</b>
<b>6.3</b>	<b>Pengaruh Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah Kelompok Perlakuan dan Kontrol Sebelum dan Sesudah Pemberian .....</b>	<b>55</b>

<b>BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>58</b>
<b>7.1 Kesimpulan</b> .....	58
<b>7.2 Saran</b> .....	58
7.2.1 Bagi Peneliti selanjutnya .....	58
7.2.2 Bagi Responden .....	58
7.2.3 Bagi Puskesmas Sedati .....	59
7.2.4 Bagi Institusi .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>64</b>