

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iii
ABSTRAK	4
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
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. Kegunaan Penelitian.....	6
1. Kegunaan Teoritis	6
2. Kegunaan Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Lansia	8
1. Pengertian Lansia	8
2. Ciri-Ciri Lansia	9
3. Klasifikasi Lansia.....	10
4. Masalah Yang Dihadapi Lansia	10
5. Tugas Perkembangan Lansia.....	12
B. Hipertensi	14
1. Pengertian Hipertensi	14

2.	Klasifikasi Hipertensi.....	14
3.	Faktor Risiko Hipertensi	16
4.	Tanda Gejala Hipertensi.....	18
5.	Patofisiologi Hipertensi.....	19
6.	Komplikasi Hipertensi	20
C.	Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	21
1.	Pengertian <i>Slow Deep Breathing</i>	21
2.	Tujuan	22
3.	Manfaat Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	22
4.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	22
D.	Kerangka Penelitian	23
E.	Hipotesis.....	25
F.	Pengaruh Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Tekanan Darah Lansia	26
BAB III METODE PENELITIAN		28
A.	Jenis Penelitian.....	28
B.	Populasi dan Sampel	29
C.	Variabel Penelitian	31
1.	Variabel Bebas (<i>independent variable</i>).....	32
2.	Variabel terikat (<i>dependent variable</i>)	32
D.	Definisi Operasional.....	32
E.	Instrumen Penelitian.....	33
F.	Teknik Pengumpulan Data	34
1.	Data Primer	34
2.	Prosedur Pengumpulan Data	35
G.	Uji Kalibrasi	37
H.	Rancangan Analisis Data dan Uji Hipotesis	38
1.	Rancangan Pengolahan Data.....	38
2.	Analisis Data	41

I.	Etika Penelitian	44
J.	Tempat dan Waktu Penelitian	52
1.	Tempat Penelitian.....	52
2.	Waktu Penelitian	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		53
A.	Hasil Penelitian	53
1.	Gambaran Karakteristik Responden	54
2.	Tingkat Tekanan Darah Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Berdasarkan Pengukuran Pagi dan Sore Hari.	55
3.	Rata-Rata Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Berdasarkan Pengukuran Pagi dan Sore Hari.	56
4.	Hasil Uji Normalitas Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) Lansia Penderita Hipertensi Pagi dan Sore Hari.....	58
5.	Hasil Uji Statistik <i>Paired Sample T-Test</i> Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) Lansia Penderita Hipertensi Pagi dan Sore Hari.....	59
B.	Pembahasan.....	60
1.	Gambaran Karakteristik Responden	60
2.	Rata-Rata Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Berdasarkan Pengukuran Pagi dan Sore Hari.	61
3.	Hasil Uji Normalitas Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) Lansia Penderita Hipertensi Pagi dan Sore Hari.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		66
A.	Kesimpulan.....	66
B.	Saran.....	67

DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	73