

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Teori Yang Relevan	11
1. Konsep Lansia	11
2. Konsep Hipertensi	21
3. Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	30
B. Kerangka Konsep	42
C. Hipotesis Penelitian.....	44
BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian.....	45
B. Populasi dan Sampel	45
1. Populasi	45
2. Sampel	46

C.	Variabel Penelitian	48
D.	Definisi Operasional.....	48
E.	Instrumen Penelitian.....	49
F.	Teknik Pengumpulan Data	50
G.	Rancangan Analisi Data dan Uji Hipotesis	52
H.	Etika Penelitian	54
I.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		58
A.	Hasil Penelitian	58
1.	Gambaran Karakteristik Responden.....	59
2.	Tingkat Tekanan Darah Responden Sebelum (<i>Pretest</i>) dan Sesudah (<i>Posttest</i>) pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.	60
3.	Perbandingan Median Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi (dengan Terapi ROP) dan Kelompok Kontrol (tanpa Intervensi).....	63
4.	Hasil Uji Normalitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) pada Kelompok Intervensi dan Kontrol.....	65
5.	Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	65
6.	Hasil <i>Uji Mann-Whitney U Test</i> terhadap Selisih Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	67
B.	Pembahasan.....	68
1.	Tingkat Tekanan Darah Responden Sebelum (<i>Pretest</i>) dan Sesudah (<i>Posttest</i>) pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.	68
2.	Perbandingan Median Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi (dengan Terapi ROP) dan Kelompok Kontrol (tanpa Intervensi).....	69

3. Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	71
4. Hasil Uji <i>Mann-Whitney U Test</i> terhadap Selisih Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA.....	82
LAMPIRAN.....	84