

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....                                                                                                                                                                                     | 5  |
| Tabel 2.1 Langkah-langkah Terapi relaksasi otot progresif.....                                                                                                                                                          | 14 |
| Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi berdasarkan <i>International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines 2020</i> .....                                                                           | 27 |
| Tabel 4. 1 Rancangan penelitian .....                                                                                                                                                                                   | 36 |
| Tabel 4. 2 Definisi operasional pengaruh kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan dzikir terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.....                                                                        | 39 |
| Tabel 4. 3 Uji normalitas tekanan darah pada kelompok perlakuan dan kontrol..                                                                                                                                           | 46 |
| Tabel 4. 6 Interpretasi presentase perhitungan.....                                                                                                                                                                     | 47 |
| Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Data Umum lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Driyorejo Gresik pada bulan Januari 2025 .....                                                                                   | 50 |
| Tabel 5. 2 Tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan dzikir pada kelompok perlakuan di wilayah kerja Pukesmas Driyorejo Gresik bulan Januari 2025 (n=16).....           | 51 |
| Tabel 5. 3 Tekanan darah sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yang tidak diberikan kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan dzikir di wilayah kerja Pukesmas Driyorejo Gresik bulan Januari 2025 (n=16) ..... | 52 |
| Tabel 5. 4 Uji <i>Wilcoxon</i> tekanan darah kelompok perlakuan dan kontrol di wilayah kerja Pukesmas Driyorejo Gresik bulan Januari 2025 (n = 16).....                                                                 | 53 |
| Tabel 5. 5 Uji <i>Mann-Whitney</i> pada Tekanan Darah lansia hipertensi kelompok perlakuan dan kontrol di wilayah kerja Pukesmas Driyorejo Gresik bulan Januari 2025 (n = 16).....                                      | 54 |