

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Kecemasan	6
2.1.1 Pengertian Kecemasan	6
2.1.2 Tingkat kecemasan	6
2.1.3 Tanda dan Gejala Kecemasan	7
2.1.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	8
2.1.5 Patofisiologi Kecemasan	11
2.1.6 Pengukuran Tingkat kecemasan	12
2.2 Hipertensi	13
2.2.1 Pengertian Hipertensi	13
2.2.2 Klasifikasi Hipertensi	13

Sumber : <i>American Heart Association - High Blood Pressure</i>	14
2.2.3 Penyebab Hipertensi	14
2.2.4 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah	15
2.2.5 Cara Pengukuran Tekanan Darah	18
2.2.6 Klasifikasi Tekanan Darah	18
2.2.7 Patofisiologi Hipertensi	19
2.2.8 Manifestasi Klinis	20
2.2.9 Komplikasi Hipertensi	21
2.3 Konsep Hubungan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Dan Tekanan Darah	22
2.4 Konsep Teori Tekanan Darah	22
2.4.1 Fisiologi Tekanan darah	22
2.5 Relaksasi Nafas Dalam	23
2.5.1 Pengertian Relaksasi Nafas Dalam	23
2.5.2 Metode fisiologis dan psikologi	24
2.5.3 Tujuan Terapi Relaksasi Nafas Dalam	26
2.5.4 Manfaat Terapi Relaksasi Nafas Dalam	26
2.5.5 Prosedur Relaksasi Nafas Dalam	28
2.5.6 Mekanisme Fisiologis Relaksasi Nafas Dalam	28
2.5.7 Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan	29
2.5.8 Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah	30
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	36
3.1. Kerangka konsep	36
3.2. Penjelasan Kerangka Konsep	37
3.3. Hipotesis	37
BAB IV METODE PENELITIAN	38
4.1. Desain Penelitian	38
4.2. Populasi, Sampel, Besar Sampel Dan Teknik Sampling	38
4.2.1. Populasi	38
4.2.2. Sampel	38
4.2.3 Teknik sampling	39
4.3. Variabel Penelitian	39
4.3.1 Variabel independent	39
4.3.2 Variabel dependen	40

4.4.	Definisi Operasional Variabel	40
4.5.	Tempat penelitian	43
4.6.	Waktu penelitian	43
4.7.	Instrumen penelitian	43
4.8.	Prosedur pengumpulan data	45
4.8.1.	Tahap Persiapan	45
4.9.	Kerangka kerja	47
4.10.	Analisa data	47
4.10.1.	Analisa univariat	47
4.10.2	Analisa bivariat	48
4.11.	Etika penelitian	50
BAB V HASIL PENELITIAN		51
5.1	Gambaran Umum	51
5.2	Data Umum	52
5.2.1	Karakteristik Responden	52
5.3	Data Khusus	54
5.3.1	Mengidentifikasi kecemasan dan tekanan darah penderita hipertensi di RW 06 kelurahan Mojo Surabaya sebelum dilakukan terapi relaksasi nafas dalam	54
5.3.2	Mengidentifikasi kecemasan dan tekanan darah penderita hipertensi di RW 06 Kelurahan Mojo Surabaya sesudah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam	55
5.3.3	Pengaruh Terapi relaksasi nafas dalam terhadap kecemasan dan tekanan darah penderita hipertensi di RW 06 kelurahan Mojo Surabaya	56
BAB VI PEMBAHASAN		58
6.1	Kecemasan dan tekanan darah sebelum dilakukan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi di RW 06 Kelurahan Mojo Surabaya	58
6.1.1	Tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi	58
6.1.2	Tekanan darah sebelum dilakukan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi	61
6.2	Kecemasan Dan Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Terapi Relaksasi	

Nafas Dalam Pada Penderita Hipertensi Di RW 06 Kelurahan Mojo Surabaya	63
6.2.1 kecemasan setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi	63
6.2.2 Tekanan Darah Setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi.	65
6.3 Pengaruh Terapi relaksasi nafas dalam terhadap kecemasan dan tekanan darah penderita hipertensi di RW 06 kelurahan Mojo Surabaya ..	67
6.4 Keterbatasan Peneliti	70
6.5 Implikasi untuk keperawatan	70
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	72
7.1 Kesimpulan	72
7.2 Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	75
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	142