

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBIG	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
LEMBAR ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Hipertensi Pada Lansia	8
2.1.1 Pengertian Lansia.....	8

2.2.2	Klasifikasi Hipertensi.....	17
2.2.3	Etiologi Hipertensi	17
2.2.4	Patofisiologi Hipertensi	21
2.2.5	Pathway Hipertensi	23
2.2.6	Manifestasi Klinis Hipertensi	23
2.2.7	Komplikasi Hipertensi	24
2.3	Konsep Kualitas Tidur Lansia.....	25
2.3.1	Pengertian Tidur.....	25
2.3.2	Tahapan Tidur	26
2.3.3	Durasi Tidur Normal.....	27
2.3.4	Masalah Yang Ditimbulkan Dari Gangguan Tidur Lansia	27
2.3.5	Kualitas Tidur Lansia.....	29
2.3.6	Cara Mengukur Kualitas Tidur	31
2.4	Terapi Relaksasi Nafas Dalam	31
2.4.1	Pengertian Relaksasi Nafas Dalam	31
2.4.2	Manfaat Terapi Relaksasi Nafas Dalam.....	32
2.4.3	Tujuan Relaksasi Nafas Dalam	33
2.5	Konsep Terapi Musik Langgam Jawa.....	33
2.5.1	Pengertian Terapi Musik.....	33
2.5.2	Manfaat Terapi Musik.....	34
2.5.3	Pengertian Terapi Musik Langgam Jawa.....	34
2.5.4	Manfaat Terapi Musik Langgam Jawa.....	35
2.5.5	Tipe Musik Langgam Jawa.....	35
2.6	Efektivitas Relaksasi Nafas Dalam Dengan Terapi Musik Langgam Jawa Terhadap Kualitas Tidur Lansia dengn Hipertensi	36
2.7	Kerangka Konseptual	38

2.8 Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
3.1 Metode Penelitian.....	40
3.2 Populasi, Sample, Sampling Penelitian.....	41
3.2.1 Populasi.....	41
3.2.2 Sampel	41
3.2.3 Sampling	42
3.3 Variabel Penelitian	43
3.3.1 Variabel Bebas	43
3.3.2 Variabel Terikat	43
3.4 Definisi Operasional.....	43
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	46
3.6 Instrumen Penelitian.....	46
3.7 Langkah-langkah Pengumpulan Data	47
3.7.1 Tahap Persiapan	47
3.7.2 Tahap Pengumpulan Data	47
3.7.3 Tahap Pelaksanaan	48
3.7.4 Tahap Pengolahan Data	49
3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian	51
3.8.1 Lokasi Penelitian.....	51
3.8.2 Waktu Penelitian.....	51
3.9 Analisa Data	51
3.10 Penyajian Data	55
3.11 Etika penelitian.....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	58
4.1 Hasil Penelitian	58

4.1.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	58
4.1.2 Data Umum Karakteristik Responden	59
4.1.3 Data Khusus	62
4.2 Pembahasan	66
4.2.1 Perbedaan Kualitas Tidur antara sebelum dan sesudah Relaksasi Nafas Dalam	67
4.2.2 Perbedaan Kualitas Tidur antara sebelum dan sesudah Terapi Musik Langgam Jawa	69
4.2.3 Analisis Perbedaan Kualitas Tidur Sesudah Relaksasi Nafas Dalam dengan Terapi Musik Langgam Jawa.....	71
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V KESIMPULAN.....	75
5.1 Kesimpulan	75
5.2 Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	82