



**PENGARUH TERAPI *BACK MASSAGE* (BM) DAN
SLOW DEEP BREATHING (SDB) TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA
PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS
WAIGETE MAUMERE
2015**

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar :

MAGISTER KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

**OLEH :FRANSISKA ALOYSIA MUKIN
NIM : 2013-01-002**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
MEDIKAL BEDAH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS
JAKARTA 2015**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fransiska Aloysia Mukin
NIM : 2013 – 01 – 002
Program studi : Magister Keperawatan Medikal Bedah

menyatakan bahwa proposal tesis ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya tidak mencantumkan tanpa pengakuan bahan-bahan yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis oleh orang lain, atau sebagian bahan yang pernah diajukan untuk gelar atau ijasah pada STIK Sint Carolus atau perguruan tinggi lainnya.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 24 Juli 2015

Fransiska Aloysia Mukin

ORIGINALITY STATEMENT

I, who sign below:

Name : Fransiska Aloysia Mukin

NIM : 2013-01-002

Major : *Master of Medical and Surgical Nursing*

hereby declare that this Thesis is my own work and to the best of my knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of materials which have been accepted for the award of any other degree or diploma at STIK Sint Carolus or any other educational institution, except where due acknowledgement is made in Thesis/Dissertation.

If in the future there's something wrong in my Thesis, I will get the consequence.

Jakarta, July, 24th 2015

Fransiska Aloysia Mukin

PERNYATAAN PERSETUJUAN

**PENGARUH TERAPI *BACK MASSAGE* (BM) DAN *SLOW DEEP BREATHING* (SDB) TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS WAIGETE MAUMERE
2015**

Tesis

Telah disetujui dan diuji dihadapan tim penguji TESIS
Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah **STIKSint Carolus**

Jakarta, 24 Agustus 2015

Pembimbing Metodologi

Pembimbing Materi

Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM,

Maria Astrid, MKep.,Ns.,

Mengetahui :
Ketua Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah

(Emiliana Tarigan, S.Kp, M.Kes)

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis ini diajukan oleh :

Nama : Fransiska Aloysia Mukin
NIM : 2013 – 01 – 002
Program studi : Magister Keperawatan
Judul Tesis : Pengaruh Terapi *Back Massage* (BM) Dan *Slow Deep Breathing* (SDB) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Waigete Maumere

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Keperawatan Medikal Bedah pada Program Studi S-2 Keperawatan, STIK Sint Carolus, Jakarta.

TIM PENGUJI :

Pembimbing : Maria Astrid, MKep.,Ns., Sp.KMB (.....)

Pembimbing : Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM (.....)

Penguji : Risma Yuniarlina RS, SKp., MS (.....)

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 24 Agustus 2015

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik STIK Sint Carolus, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fransiska Aloysia Mukin

NIM : 2013 – 01 – 002

Program studi : Magister Keperawatan

Jenis Karya : Tesis

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIK Sint Carolus **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul “Pengaruh Terapi *Back Massage* (BM) Dan *Slow Deep Breathing* (SDB) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Waigete Maumere” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini STIK Sint Carolus berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya perbuat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Tanggal : 24 Juli 2015

Yang menyatakan,

Fransiska Aloysia Mukin

KATA PENGANTAR

Atas berkat dan kasih Tuhan, peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi *Back Massage* (BM) Dan *Slow Deep Breathing* (SDB) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Waigete Maumere” tepat pada waktunya. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Magister Keperawatan pada Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah STIK Sint Carolus.

Selama proses penyusunan penelitian, peneliti mendapat bimbingan, masukan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

- (1) Ibu Asnet Leo Bunga, S.Kp., M.Kes selaku Ketua STIK Sint Carolus
- (2) Emiliana Tarigan, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah STIK Sint Carolus.
- (3) Ibu Maria Astrid, MKep.,Ns., Sp.KMB selaku pembimbing materi
- (4) Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM, IAI selaku pembimbing metodologi
- (5) Segenap keluarga, sahabat, dan kerabat yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.

Peneliti mengharapkan masukan dan saran demi kesempurnaan penelitian ini, sehingga dapat dijadikan pedoman yang baik untuk penelitian yang akan datang.

Jakarta, 10 Agustus 2015

Peneliti

ABSTRAK
PROGRAM STUDI PASCASARJANA KEPERAWATAN

Tesis,, Agustus 2015

FRANSISKA ALOYSIA MUKIN

Pengaruh Terapi *Back Massage* (BM) Dan *Slow Deep Breathing* (SDB) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Waigete Maumere.

xiv + 177 hal + 81 tabel + 9 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah dipembuluh darah meningkat secara kronis dengan hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi sebagai faktor risiko nomor tiga penyebab kematian di dunia, merupakan faktor pemicu utama stroke, serangan jantung, gagal jantung dan gagal ginjal. Adanya hubungan antara kejadian kardiovaskular dan tekanan darah menjadi masalah kesehatan yang besar dalam masyarakat sehingga membutuhkan pengobatan untuk mengontrol dan menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Panduan JNC VII saat ini pada dasarnya berfokus pada pencegahan dan merekomendasikan penggunaan terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu tindakan non farmakologi untuk mengontrol dan menurunkan tekanan darah adalah terapi *back massage* dan *slow deep breathing*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *back massage* dan *Slow Deep Breathing* (SDB) terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Waigete Maumere. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasi Experiment pre dan post test design* dengan kelompok kontrol. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 80 responden yang dibagi menjadi tiga kelompok intervensi yaitu kelompok BM sebanyak 20 responden, kelompok SDB sebanyak 20 responden, kelompok gabungan BM dengan SDB sebanyak 20 responden dan kelompok kontrol sebanyak 20 responden. Evaluasi penelitian ini dilakukan pada minggu keempat dan kedelapan setelah intervensi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *Simple Random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh intervensi BM ($p=0.003$ dan $p=0.026$), kelompok SDB ($p=0.017$ dan $p=0.122$) dan kelompok gabungan BM dengan SDB ($p=0.000$ dan $p=0.190$) terhadap tekanan darah sistolik dan diastolic pada minggu kedelapan, namun intervensi BM memberi pengaruh lebih kuat terhadap perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik. Hal ini berarti bahwa ketiga intervensi tersebut berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah pasien hipertensi. Penelitian ini merekomendasikan agar intervensi ini perlu diterapkan di Puskesmas atau Rumah Sakit Daerah setempat dan perlu diteliti faktor lain yang berhubungan dengan hipertensi.

Kata kunci : hipertensi; *back massage*; *slow deep breathing*;

Daftar pustaka 58 (2005-2014)

ABSTRACT
NURSING GRADUATE STUDIES PROGRAM

Thesis,, August 2015

Fransiska Aloysia Mukin

Effect of Back Massage Therapy (BM) and Slow Deep Breathing (SDB) Against Blood Pressure Changes In Patients Hypertension at Puskesmas Waigete Maumere.

xiv + 177 point + 81 tables + 9 appendix

ABSTRACT

Hypertension is a condition when the blood pressure is chronically elevated blood dipembuluh with the results of measurements of systolic blood pressure ≥ 140 mmHg or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. Hypertension as a risk factor number three cause of death in the world, is the main trigger factors of stroke, heart attack, heart failure and kidney failure. The relationship between cardiovascular events and blood pressure become major health problem in the community that need treatment to control and lower blood pressure in hypertensive patients. JNC VII guidelines today basically focuses on prevention and recommend the use of pharmacological and non-pharmacological therapies. One non-pharmacological measures to control and lower blood pressure is back massage therapy and slow deep breathing. This study aims to determine the effect of back massage therapy and Slow Deep Breathing (SDB) to changes in blood pressure in hypertensive patients in health centers Waigete Maumere. This study research design Quasi Experiment pre and post test design with a control group. The number of samples in this study were 80 respondents were divided into three groups, namely the intervention BM group of 20 respondents, SDB group of 20 respondents, BM combined group with SDB as many as 20 respondents and the control group of 20 respondents. Evaluation of the research conducted at the fourth and eighth weeks after the intervention. The sampling technique using simple random sampling. The results showed the effect of the intervention BM ($p = 0.003$ and $p = 0.026$), SDB group ($p = 0.017$ and $p = 0.122$) and the combined group with SDB BM ($p = 0.000$ and $p = 0.190$) for systolic and diastolic blood pressure at week eighth, but the combined interventions BM with SDB stronger influence with odd ratio values (16.10) to changes in systolic blood pressure. This means that all three of these interventions influence the change in blood pressure in hypertensive patients. This study recommends that these interventions need to be implemented at the health center or hospital local area and need to be investigated other factors associated with hypertension.

Keywords: hypertension; back massage; slow deep breathing;

Bibliography 58 (2005-2014)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
PERNYATAAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR SKEMA	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penulisan.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	9
2. TINJAUAN TEORITIS.....	10
2.1 Tekanan Darah.....	10
2.2 Hipertensi.....	16
2.3 <i>Massage Therapy</i>	32
2.4 <i>Back Massage</i>	45
2.5 <i>Slow Deep Breathing</i>	52
2.6 Konsep Teori Keperawatan <i>Self Care</i> (Dorothea E. Orem)	56
2.7 Kerangka Teori.....	63
3. KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	71
3.1 Kerangka Konsep.....	71
3.2 Hipotesis.....	72
3.3 Definisi Operasional.....	73
4. METODE PENELITIAN.....	76
4.1 Rancangan Penelitian.....	76
4.2 Populasi dan Sampel.....	79

4.3 Tempat Penelitian.....	82
4.4 Waktu Penelitian.....	82
4.5 Etika Penelitian.....	82
4.6 Alat Pengumpulan Data.....	84
4.7 Prosedur Pengumpulan Data.....	84
4.8 Pengolahan dan Analisa Data.....	88
5. HASIL DAN PEMABAHASAN.....	96
5.1 Gambaran Umum Penelitian.....	96
5.2 Gambaran Lokasi Penelitian.....	97
5.3 Analisis Univariat.....	97
5.4 Analisis Bivariat.....	126
5.5 Analisis Multivariat.....	138
5.6 Keterbatasan Penelitian.....	160
5.7 Implikasi Keperawatan.....	160
6. SIMPULAN DAN SARAN.....	162
6.1 Simpulan.....	162
6.2 Saran.....	164

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	<i>Evident Based</i> Dosis untuk Antihipertensi Obat	22
Tabel 2.2.	Pedoman Perbandingan Goal BP dan Terapi Obat awal untuk Dewasa Dengan Hipertensi.....	23
Tabel 2.3.	<i>Prosedur Melakukan Back Massage</i>	24
Tabel 2.4.	Langkah-langkah dalam latihan <i>slow deep breathing</i>	27
Tabel 2.5.	Definisi Operasional Variabel Penelitian	28
Tabel 5.1.	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015	28
Tabel 5.2.	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	77
Tabel 5.3.	Karakteristik Responden Berdasarkan Penyakit Penyerta di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	88
Tabel 5.4.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sebelum Intervensi di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	127
Tabel 5.5.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Intervensi BM Pada Minggu Keempat dan Kedelapan di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015	128
Tabel 5.6.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Intervensi SDB Pada Minggu Keempat dan Kedelapan di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	159
Tabel 5.7.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Intervensi Gabungan BM Dengan SDB Pada Minggu Keempat dan Kedelapan di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	130
Tabel 5.8.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Keempat Pada Kelompok Intervensi BM di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	131
Tabel 5.9.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi BM di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	132
Tabel 5.10.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Keempat dan Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi BM di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	133
Tabel 5.11.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Keempat Pada	

	Kelompok Intervensi SDB di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	134
Tabel 5.12.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi SDB di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	135
Tabel 5.13.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Keempat dan Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi SDB di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	136
Tabel 5.14.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Keempat Pada Kelompok Intervensi Gabungan BM Dengan SDB di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	137
Tabel 5.15.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi Gabungan BM dan SDB di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015.....	138
Tabel 5.16.	Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Minggu Keempat dan Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi Gabungan BM dan SDB di Puskesmas Waigete Maumere, Tahun 2015	139
Tabel 5.17.	Hasil Uji Beda Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi BM.....	140
Tabel 5.18.	Hasil Uji Beda Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi SDB	141
Tabel 5.19.	Hasil Uji Beda Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi Gabungan BM dan SDB.....	141
Tabel 5.20.	Hasil Uji Beda Independen <i>Mann-Whitney</i> Antara Tekanan Darah Kelompok Intervensi BM dengan Kelompok Intervensi SDB Minggu Keempat dan Kedelapan.....	142
Tabel 5.21.	Hasil Uji Beda Independen <i>Mann-Whitney</i> Antara Tekanan Darah Kelompok Intervensi BM dengan Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB Minggu Keempat dan Kedelapan	143
Tabel 5.22.	Hasil Uji Beda Independen <i>Mann-Whitney</i> Antara Tekanan Darah Kelompok Intervensi SDB dengan Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB Minggu Keempat dan Kedelapan	143
Tabel 5.23.	Hasil Uji Beda Independen <i>Mann-Whitney</i> Antara Tekanan Darah Kelompok Intervensi BM dengan Kelompok Kontrol Minggu Keempat dan Kedelapan.....	144
Tabel 5.24.	Hasil Uji Beda Independen <i>Mann-Whitney</i> Antara Tekanan Darah Kelompok Intervensi SDB dengan Kelompok Kontrol Minggu Keempat dan Kedelapan.....	144

Tabel 5.25.	Hasil Uji Beda Independen <i>Mann-Whitney</i> Antara Tekanan Darah Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB dengan Kelompok Kontrol Minggu Keempat dan Kedelapan.....	145
Tabel 5.26.	Uji Kelayakan <i>Model Fit</i> Tekanan Darah Sistole dan Diastol Minggu Keempat dan Kedelapan Pada Kelompok Intervensi BM	145
Tabel 5.27.	Uji Kelayakan <i>Model Fit</i> Tekanan Darah Sistole dan Diastol Minggu Keempat dan Kedelapan Pada Kelompok Intervensi SDB	146
Tabel 5.28.	Uji Kelayakan <i>Model Fit</i> Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Minggu Keempat dan Minggu Kedelapan Pada Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB	147
Tabel 5.29.	Uji Keseluruhan Model Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Minggu Keempat dan Kedelapan Kelompok Intervensi BM	147
Tabel 5.30	Uji Keseluruhan Model Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Minggu Keempat dan Kedelapan Kelompok Intervensi SDB....	148
Tabel 5.31.	Uji Keseluruhan Model Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Minggu Keempat dan Kedelapan Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB.....	148
Tabel 5.32.	Uji <i>Pseudo R-Square</i> Tekanan Darah Sistolik Antar Kelompok Intervensi	149
Tabel 5.33.	Uji <i>Pseudo R-Square</i> Tekanan Darah Diastolik Antar Kelompok Intervensi	151
Tabel 5.34.	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Minggu Keempat Kelompok Intervensi BM	152
Tabel 5.35.	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Minggu Kedelapan Kelompok Intervensi BM	153
Tabel 5.36.	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Diastolik Pada Minggu Keempat Kelompok Intervensi BM	154
Tabel 5.37.	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Diastolik Pada Minggu Kedelapan Kelompok Intervensi BM.....	163
Tabel 5.38	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Minggu Keempat Kelompok Intervensi SDB.....	
Tabel 5.39	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Minggu Kedelapan Kelompok Intervensi SDB.....	
Tabel 5.40	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Diastole Pada Minggu Keempat Kelompok	

	Intervensi SDB.....
Tabel 5.41	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Diastole Pada Minggu Kedelapan Kelompok Intervensi SDB.....
Tabel 5.42	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Minggu Keempat Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB.....
Tabel 5.43	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Minggu Kedelapan Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB.....
Tabel 5.44	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Diastolik Pada Minggu Keempat Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB.....
Tabel 5.45	Uji <i>Parameters Estimates</i> Variabel Independen Terhadap Tekanan Darah Diastolik Pada Minggu Kedelapan Kelompok Intervensi Gabungan BM dengan SDB.....
Tabel 5.46	Uji <i>Parallel Lines</i> Intervensi BM Minggu Keempat dan Kedelapan Terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik.....
Tabel 5.47	Uji <i>Parallel Lines</i> Intervensi SDB Minggu Keempat dan Kedelapan Terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik..
Tabel 5.48	Uji <i>Parallel Lines</i> Intervensi Gabungan BM dengan SDB Minggu Keempat dan Kedelapan Terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik.....

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik <i>Effleurage</i>	40
Gambar 2.2 Teknik <i>Petrissage</i>	41
Gambar 2.3 Teknik <i>Friction</i>	42
Gambar 2.4 Teknik <i>Tapotement</i>	43
Gambar 2.5 Teknik Vibrasi.....	44
Gambar 2.6 Teknik Kompresi.....	44

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Kerja Keperawatan.....	58
Skema 2.2 Peran Perawat – Peran Pasien.....	59
Skema 2.3 Dasar Sistem Keperawatan Orem.....	62
Skema 2.7 Kerangka Teori Penelitian.....	62
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	70
Skema 4.1 Rancangan Penelitian Pre-test dan Post-test pada Tiga Kelompok Intervensi.....	75
Skema 4.2 Model Penelitian Uji Multivariat pada Kelompok Intervensi I Terhadap Penurunan Tekanan Darah Setelah Intervensi <i>Back Massage</i>	76
Skema 4.3 Model Penelitian Uji Multivariat pada Kelompok Intervensi II Terhadap Penurunan Tekanan Darah Setelah Intervensi <i>Slow Deep Breathing</i>	76
Skema 4.4 Model Penelitian Uji Multivariat pada Kelompok Intervensi III Terhadap Penurunan Tekanan Darah Setelah Intervensi <i>Back Massage</i> digabungkan dengan <i>Slow Deep Breathing</i>	77
Skema 4.5 Populasi dan sampel penelitian pada kelompok intervensi dan control.....	80
Skema 4.5 Prosedur Pengumpulan Data.....	86

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2. Prosedur Pelaksanaan Terapi *Back Massage*
- Lampiran 3. Prosedur Latihan *Slow Deep Breathing*
- Lampiran 4. Leaflet Manajemen Hipertensi
- Lampiran 5. Lembar Observasi Penelitian
- Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Keterangan Telah Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melakukan Latihan Back Massase Dari Fisioterapis
- Lampiran 9. Hasil Uji Statistik