

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan anugerah dan pertolongan-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi ini berjudul “PERBEDAAN TEKANAN DARAH DAN KELUHAN PENYERTA *PRE* DAN *POST* TINDAKAN *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* PADA PERIOD HIPERTENSI” ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Strata Satu Universitas Pelita Harapan.

Tim penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan, arahan dan doa skripsi ini tidak dapat diselesaikan. Oleh karena itu, tim penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini, yaitu kepada:

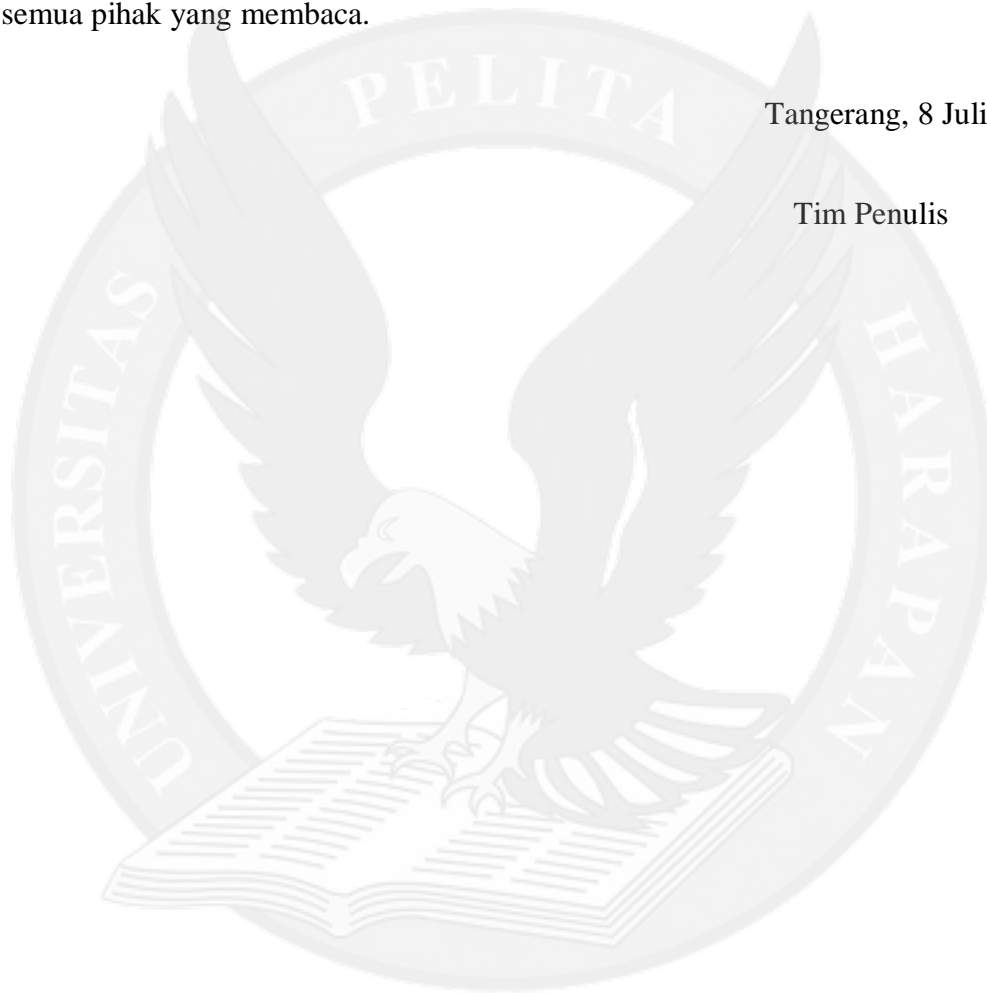
1. Christine Louise Sommers, Ph.D, RN., CNE selaku Dekan Eksekutif Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan
2. Grace Solely Houghty, MBA., M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan
3. Marisa Junianti Manik BSN, M.Kep selaku Dosen Pembimbing 1
4. Ns. Anthina Dorthea Luturmas, S.Kep selaku Dosen Pembimbing 2
5. Bapak Ramlan Waruwu dan Ibu Time Lestari Telaumbanua selaku orangtua Nona Kireina Hana Larati Waruwu
6. Bapak Viktor Halomoan Sembiring dan Ibu Sempamita Br Ginting selaku orangtua Pinta Ulina Br Sembiring

7. Bapak Alm. Dolvi Kalesaran dan Ibu Helmi Allow selaku orangtua Vinny
Florensia Kalesaran

Akhir kata, para penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Tangerang, 8 Juli 2020

Tim Penulis



DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| HALAMAN JUDUL | |
| PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI | |
| PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING | |
| PERSETUJUAN TIM PENGUJI AKHIR | |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRACT | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR BAGAN | xi |
| DAFTAR TABEL | xii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| 1.1 Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 5 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus..... | 5 |
| 1.4 Pertanyaan Penelitian..... | 5 |
| 1.5 Manfaat Penelitian | 6 |
| 1.5.1 Manfaat Teoritis | 6 |
| 1.5.2 Manfaat Praktis..... | 6 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| 2.1 Kerangka Konseptual..... | 8 |
| 2.2 Definisi Konseptual dan Operasional | 9 |
| 2.3 Tinjauan Teori | 11 |
| 2.3.1 Definisi Hipertensi | 11 |
| 2.3.2 <i>Progressive Muscle Relaxation (PMR)</i> | 14 |
| 2.3.3 Nyeri Kepala | 19 |
| 2.3.4 <i>Numeric Rating Scale</i> | 20 |
| 2.4 Kajian Literatur..... | 21 |
| 2.5 Ringkasan..... | 25 |
| | |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | |
| 3.1 Desain Penelitian | 26 |
| 3.1 Pertimbangan Etik..... | 26 |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian..... | 28 |
| 3.3.1 Populasi | 28 |
| 3.3.2 Sampel | 28 |
| 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian | 29 |
| 3.5 Instrumen Penelitian | 29 |

| | | |
|------------------------------------|---|----|
| 3.6 | Validitas dan Reliabilitas | 30 |
| 3.7 | Prosedur Pengambilan Data | 30 |
| 3.8 | Pengolahan Data | 32 |
| 3.9 | Analisis Data | 32 |
| 3.10 | Keterbatasan | 32 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | | |
| 4.1 | Penjelasan Penelitian | 34 |
| 4.2 | Hasil Penelitian..... | 35 |
| 4.2.1 | Karakteristik Responden..... | 35 |
| 4.2.2 | Distribusi Rata-Rata Hasil Perbedaan Dari Tekanan Darah Dan Nyeri <i>Pre</i> Dan <i>Post</i> Dilakukannya Tindakan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> | 39 |
| 4.2.3 | Uji Hubungan Korelasi Antara <i>Pre</i> Dan <i>Post</i> Dilakukannya Tindakan <i>Progressive Muscle</i> <i>Relaxation</i> | 40 |
| 4.2.4 | Hasil Uji <i>Paired Sample Test</i> | 42 |
| 4.1 | Pembahasan Penelitian..... | 45 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | | |
| 5.1 | Kesimpulan..... | 50 |
| 5.2 | Saran | 51 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 53 |
| LAMPIRAN | | |

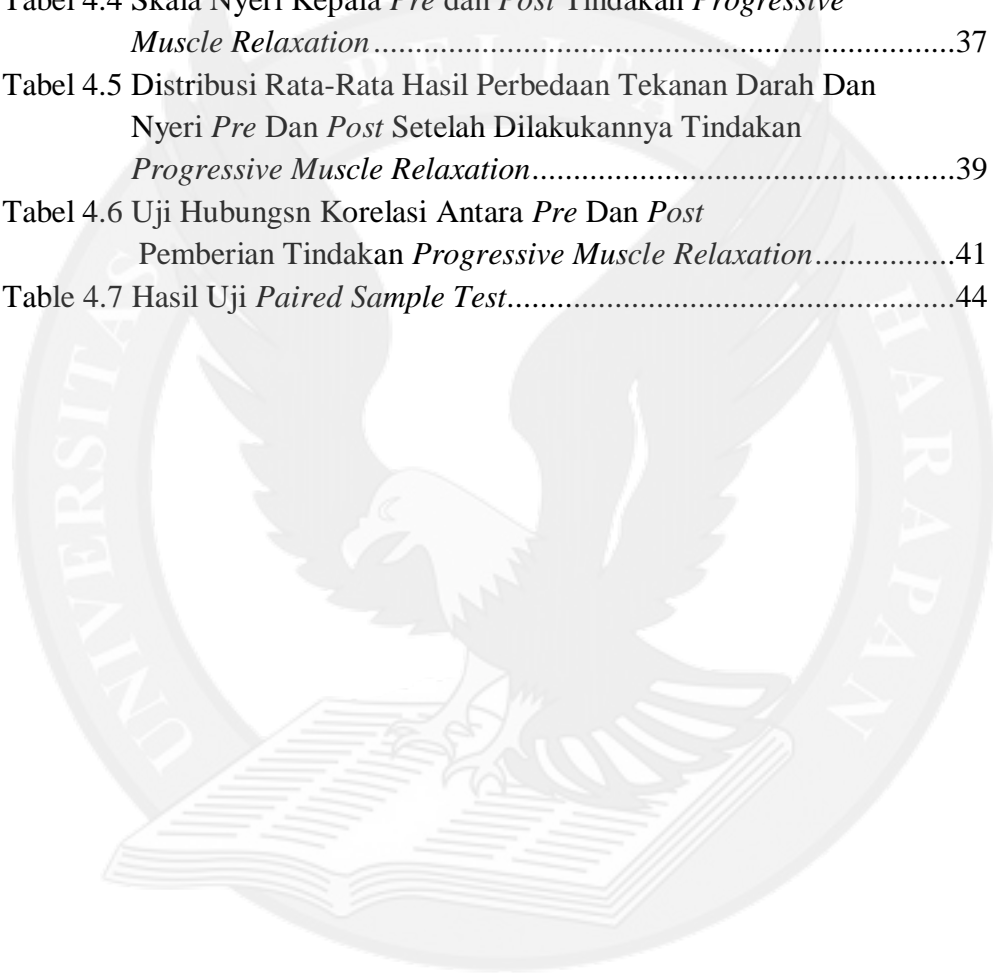
DAFTAR BAGAN

| | |
|-------------------------------------|---|
| Bagan 2.1 Kerangka Konseptual | 8 |
|-------------------------------------|---|



DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Definisi Konseptual dan Definisi Operasional | 9 |
| Tabel 4.1 Data Umur Dan Jenis Kelamin Responden | 35 |
| Tabel 4.2 Tekanan Darah <i>Pre</i> Tindakan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> | 36 |
| Tabel 4.3 Tekanan Darah <i>Post</i> Tindakan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> | 36 |
| Tabel 4.4 Skala Nyeri Kepala <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Tindakan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> | 37 |
| Tabel 4.5 Distribusi Rata-Rata Hasil Perbedaan Tekanan Darah Dan Nyeri <i>Pre</i> Dan <i>Post</i> Setelah Dilakukannya Tindakan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> | 39 |
| Tabel 4.6 Uji Hubungan Korelasi Antara <i>Pre</i> Dan <i>Post</i> Pemberian Tindakan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> | 41 |
| Table 4.7 Hasil Uji <i>Paired Sample Test</i> | 44 |



Daftar Gambar

Gambar 2.2.4 *Numeric Rating Scale*20



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1 Lembar <i>Ethical Approval</i> | 58 |
| Lampiran 2 Lembar Surat Ijin Penelitian..... | 59 |
| Lampiran 3 Lembar Pengkajian Penelitian..... | 60 |
| Lampiran 4 Lembar Hasil Tabulasi Data..... | 65 |
| Lampiran 5 Lembar Konsultasi..... | 66 |
| Lampiran 6 Hasil Turnitin Skripsi..... | 67 |

