

DAFTAR PUSTAKA

- Aritonang, Y. A. (2020). The Effect of Slow Deep Breathing Exercise on Headache and Vital Sign in Hypertension Patients. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 8(2), 174-182.
- Aras, Djohan. 2013. Buku Ajar Mata Kuliah: Proses Dan Pengukuran Fisioterapi. Makassar: CV. Physio Sakti.
- Adrian, S. J. (2019). Hipertensi Esensial: Diagnosis dan Tatalaksana Terbaru pada Dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 172-178.
- Angela, L. T., Nur, A., Cici, D., & La, R. W. (2018). The Effectiveness of Slow Deep Breathing to Decrease Blood Pressure in Hypertension: a Systematic Review.
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi hipertensi dalam kaitannya dengan pengetahuan penderita terhadap hipertensi dan upaya pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 54-61.
- Andri, J., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Nastashia, D. (2018). Efektivitas Isometric Handgrip Exercise dan Slow Deep Breathing Exercise terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi.
- Barral, JP., Marcier, P., 2005. Visceral manipulation, Revised Edition, Florida
- Battaglini, D., Robba, C., Caiffa, S., Ball, L., Brunetti, I., Loconte, M., ... & Pelosi, P. (2020). Chest physiotherapy: an important adjuvant in critically ill mechanically ventilated patients with COVID-19. *Respiratory physiology & neurobiology*, 103529.
- Benetos, A., Petrovic, M., & Strandberg, T. (2019). Manajemen hipertensi pada penderita yang lebih tua dan lemah. *Penelitian sirkulasi*, 124 (7), 1045-1060.
- Bolon, C. M. T., Siregar, D., Kartika, L., Supinganto, A., Manurung, S. S., Sitanggang, Y. F., ... & Noradina, N. (2020). *Anatomi dan Fisiologi untuk Mahasiswa Kebidanan*. Yayasan Kita Menulis.
- Chindy, N. S., S. Isti and T. L. Nugraheni (2019). Hubungan Asupan Natrium Kalium Dan Lemak Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan Di Puskesmas Mlati I, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Darwis, d. Pengaruh kombinasi progressive muscle relaxation dan deep breathing relaxation terhadap perubahan tekanan darah.
- Dewi, I. R., A. S. M. Leni and D. L. Romadhoni (2020). Morning Exercise Dan Deep Breathing Exercise Untuk Mengatasi Hipertensi Pada Lansia, Universitas Aisyiyah Surakarta.
- Setiyowati, E., & Atmodjo, S. (2019). Hubungan Kontrasepsi Hormonal Dengan kejadian Hipertensi Pada Wanita di Indonesia (Analisis Data IFLS 5 tahun 2014). *JURNAL DUNIA KESMAS*, 8(1).

- Faizah, M. N. (2015). Identifikasi gen angiotensin converting enzyme (ACE) insersi/delesi (I/D) pada penderita hipertensi di Rumah Sakit dr. Saiful Anwar Malang, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Fitriyah, R., Fernandez, G. V., Samudera, W. S., Arifin, H., & Wulandari, S. M. (2019). Deep Breathing Relaxation for Decreasing Blood Pressure in People with Hypertension. *Jurnal Ners*, 14(3), 141-145.
- Anonim, guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines." *Journal of the American College of Cardiology* 71(19): e127-e248.
- Garwahasada, E., & Wirjatmadi, R. B. (2020). HUBUNGAN JENIS KELAMIN, PERILAKU MEROKOK, AKTIVITAS FISIK DENGAN HIPERTENSI PADA PEGAWAI KANTOR [Correlation of Sex, Smoking Habit, Physical Activity and Hypertension among Office Employee]. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 60-65
- Hall, J. E. (2015). Guyton and Hall textbook of medical physiology e-Book, Elsevier Health Sciences.
- Hartanti, R. D., D. P. Wardana and R. A. Fajar (2016). "Terapi relaksasi napas dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 9(1): 97268.
- Herawati, http://file.upi.edu/Direktori/FPMIPA/JUR. PEND. BIOLOGI/1970033_11997022-HERNAWATI/FILE_6.pdf (diakses pada tanggal 19 Februari 2021)
- Hoesny, R., Alim, Z., & Darmawati, D. (2019). The Effect of Deep Breathing Therapy on the Blood Pressure of Hypertension Patients in Health Centre. *Journal of Health Science and Prevention*, 3(3S), 127-130.
- Juwita, L. and E. Efriza (2018). "Pengaruh Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi." *Real in Nursing Journal* 1(2): 51-59.
- Kholidatin, Y. (2017). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus, Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Mahtani, K. R. et al. (2016) 'Device-Guided Breathing for Hypertension: a Summary Evidence Review', *Current Hypertension Reports*, 18(4). doi: 10.1007/s11906-016- 0631-z.

- Martini FH. 2001. Fundamentals of anatomy and physiology. Fifth Edition. Upper Sadle River, New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Purwandari, K. P. (2018). EFEKTIFITAS MASSAGE PUNGGUNG UNTUK MENGURANGI NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI. *Jurnal Keperawatan GSH*, 5(2), 13-21.
- Putri, P. J. Y. (2018). Pengaruh Pemberian Deep Breathing Exercise terhadap Saturasi Oksigen pada Penderita PPOK di IGD RSUD Sanjiwani Gianyar Tahun 2018 (Doctoral dissertation, Jurusan Keperawatan 2018).
- Rahayu, D. and P. Santoso (2018). "Pengaruh Teknik Relaksasi Pernapasan Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi." *Jurnal Keperawatan* 10(3): 149-155.
- Rahayu, I. M. (2020). Gambaran Tekanan Darah Berdasarkan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya Pada Lansia Penderita Hipertensi di Satuan Pelayanan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Garut (Doctoral dissertation).
- Rahayu, L. A. (2018). Pengaruh Pemberian Deep Breathing Exercise terhadap Arus Puncak Ekspirasi pada Penderita PPOK di IGD RSUD Sanjiwani Gianyar tahun 2018 (Doctoral dissertation, Jurusan Keperawatan 2018).
- Sartika, A., A. Wardi and Y. Sofiani (2018). "Perbedaan Efektivitas Progressive Muscle Relaxation (PMR) dengan Slow Deep Breathing Exercise (SDBE) terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi." *Jurnal Keperawatan Silampari* 2(1): 356-370.
- Setiawan, B. (2017). Pengaruh Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe Iidi Puskesmas Banjardawa, Muhammadiyah University of Semarang.
- Silva, A. C. de O., Biasotto-Gonzalez, D. A., Oliveira, F. H. M., Andrade, A. O., Gomes, C. A. F. de P., Lanza, F. de C., ... Politti, F. (2018). Effect of Osteopathic Visceral Manipulation on Pain, Cervical Range of Motion, and Upper Trapezius Muscle Activity in Patients with Chronic Nonspecific Neck Pain and Functional Dyspepsia: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Pilot Study. *Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine (ECAM)*, 1–9.
- Solehudin, R. H. (2019). Pengalaman Terapi Non Farmakologi Pada Klien Dengan Hipertensi Primer, University of Muhammadiyah Malang.
- Suranti. Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun. 2016.
- Trybahari, R., Busjra, B., & Azzam, R. (2019). Perbandingan Slow Deep Breathing dengan Kombinasi Back Massage dan Slow Deep Breathing terhadap

Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 106-118

- Tirtasari, S. and N. Kodim (2019). "Prevalensi dan karakteristik hipertensi pada usia dewasa muda di Indonesia." *Tarumanagara Medical Journal* 1(2): 395-402.
- Ultawiningrum, S. (2018). Pengaruh senam yoga hatha terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lanjut usia dengan riwayat hipertensi, University of Muhammadiyah Malang.
- Hartati, U. T., & Imania, D. R. (2018). Pengaruh Penambahan Deep Breathing Pada Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi.
- Utami, D. W., Mustikasari, I., & Rahmawatie RBU, D. (2020). PENINGKATAN PENGETAHUAN TERAPI SPIRITUAL UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI.
- Whelton, P. K., R. M. Carey, W. S. Aronow, D. E. Casey, K. J. Collins, C. D. Himmelfarb, S. M. DePalma, S. Gidding, K. A. Jamerson and D. W. Jones (2018). "2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA
- Wiharja, W., Pranata, R., Fatah, A., Deka, H., & Damay, V. A. (2017). 59 Contribution of Age in Effectiveness of Slow Deep Breathing Maneuver in Patients with Hypertension. *Journal of Hypertension*, 35, e9.
- Yulanda, G. and R. Lisiswanti (2017). "Penatalaksanaan Hipertensi Primer." *Jurnal Majority* 6(1): 28-33.

LAMPIRAN**Lampiran 1. *Informed Consent******INFORMED CONSENT***

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kamrawati

NIM : R021191061

Saya mahasiswa Program Studi Fisioterapi, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin, bermaksud melakukan penelitian mengenai “***Perbedaan Efek Antara Manual Visceral Technique dan Deep Breathing Exercise untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*** ”.Penelitian ini dilakukan sebagai tahap akhir dalam menyelesaikan kuliah di Program Studi S1 Fisioterapi, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin. Identitas responden dan informasi yang diperoleh dalam penelitian ini akan di jamin kerahasiaannya dan menjadi tanggung jawab peneliti apabila informasi yang diberikan dapat merugikan responden maupun tempat penelitian di kemudian hari. Atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu, saya ucapkan terima kasih.

Makassar,.....2021

Kamrawati

Lampiran 2. Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden***INFORMED CONSENT***

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :
Alamat :
Umur :
Jenis Kelamin :
Pekerjaan :

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti, saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin atas nama Kamrawati dengan judul ***“Perbedaan Efek Antara Manual Visceral Technique dan Deep Breathing Exercise untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi”***.

Demikian surat persetujuan ini saya buat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar,2021

yang membuat pernyataan

(_____)

Lampiran 3. Formulir Identitas Penderita**DATA RESPONDEN****A. Identitas Diri**

1. Kode Responden :
2. Nama :
3. Jenis Kelamin :
4. Tempat, Tanggal Lahir :
5. Alamat :
6. No Hp/WA :
7. Agama :
8. Pekerjaan :
9. Hobi :

B. Anamnesis

1. Riwayat Penyakit Lainnya : (1) Ada (2) Tidak ada
Jika ada, sebutkan _____
2. Apakah selama latihan anda
merasa capek/lelah? : (1) Iya (2) Tidak
3. Tekanan Darah
4. Denyut Nadi

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari PTSP




PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
BIDANG PENYELENGGARAAN PELAYANAN PERIZINAN

Nomor : 135643.81/PTSP/2021 Kepada Yth,
Lampiran : Bupati Siringi
Perihal : Izin Penelitian

+
Tersurat

Berdasarkan surat Dekan Fak. Kesehatan UNHAS Makassar Nomor : 2020/UNH.16.1/PF.01.04/001 tanggal 12 April 2021 perihal terasbut diatas, mahasiswa/pemohon di bawah ini:

Nama : **KANRAWATI**
Nomor Pokok : **R012191001**
Program Studi : **Fisioterapi**
Pekerjaan/Lembaga : **Makassar (2021)**
Alamat : **Jl. P. Karambakean Km. 10, Makassar**

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/venue saudara dalam rangka penyusunan Skripsi, dengan judul:

"PERSEDIAAN EPK ANTARA MANUAL VISCERAL TECHNIQUE DAN DEEP BREATHING EXERCISE UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RSUD SINGI"

PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PTSP
Yang akan dilaksanakan dari: **Tgl. 15 April s.d 19 Mei 2021**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami menyediakan layanan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik dan Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan **Barcode**.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar @ Makassar
Pada tanggal: 19 April 2021

A. a. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN
Sebagai Administrator Pelayanan Perizinan Terpadu


Dr. JAYADIMAS, S.Sos., M.Si
Pangkat: Pembina Tk. I
Np: 107100011056031004

Tersurat Via:
1. Dekan Fak. Kesehatan UNHAS Makassar Makassar
2. Pengantar

2021/PTSP 004/021



Jl. Bugenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 449306
Website: <http://danmo.sulawesi.go.id> Email: ptsp@sulawesi.go.id
Makassar 90031



Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari PTSP Kab. Sinjai

PEMERINTAH KABUPATEN SINJAI
DINAS PENANAMAN MODAL & PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Alamat: Jalan Persegi Kuda No. 116, Kelurahan Biringre Kabupaten Sinjai Telp: (0403) 1000114 - (0403) 2040 Kuda Putih (0217) Kabupaten Sinjai

No. Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Kab. Sinjai

Nomor : 00436/1641-1/DPM-PTSP/1W/2021
 Sifat : S664
 Lampiran :
 Perihal : Izin Penelitian

Di Tempat

Berdasarkan Surat Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sulawesi Selatan, Nomor : 13504/S.D1/PTSP/2021, Tanggal 19 April 2021 Perihal Penelitian, Bahwa Mahasiswa/Peneliti yang tersebut di bawah ini:

Nama : KAMRAWATI, A.Md, FI
 Tempat / Tanggal Lahir : Sinjai/08 September 1982
 Nama Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS HASANUDDIN MAKASSAR
 NIM : R221191081
 Program Studi : FISIOTERAPI
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Pekerjaan : Mahasiswa (S1)
 Alamat : Dusun Baocana, Kal./Desa Tongka - Tongka, Kec. Sinjai Timur, Kabupaten Sinjai

Bermaksud akan mengadakan Penelitian di Daerah/Istansi Saudara Dalam Rangka Penyusunan Skripsi, Dengan Judul : PERBEDAAN EFEK ANTARA MANUJAL VISCERAL TECHNIQUE DAN DEEP BREATHING EXERCISE UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RSUD SINJAI


Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. 19 April s/d 19 Mei 2021

Pengikut

Selubungan dengan hal tersebut di atas, pada prinsipnya kami dapat menyetujui kegiatan dimaksud dengan ketentuan:

1. Sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan yang bersangkutan harus melaporkan diri kepada Instansi tersebut di atas;
2. Kegiatan tidak boleh menyimpang dari masalah yang telah diizinkan semesta-mata kepentingan pengumpulan data;
3. Menjalani semua peraturan penunjang-untangan dan mengindahkan adat istiadat setempat;
4. Menyampaikan 1 (satu) berkas copy hasil Laporan kepada instansi tersebut di atas; dan
5. Menyampaikan 1 (satu) berkas copy hasil Laporan kepada Bupati Sinjai Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Sinjai.

Dengan Surat Izin Penelitian ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditentukan di Kabupaten Sinjai
 Pada tanggal : 26 April 2021
 a.n. BUPATI SINJAI
 KEPALA DINAS,

LUKMAN DAHLAN, S.P., M.Si
 Pangkat : Pembina Utama Madya / I/c
 NIP : 197011301990021002

Tambahan Stempel/kepada YB:

1. Bupati Sinjai (sebagai laporan);
2. Dusun Pak Kabupaten UNHAS Makassar
3. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Sinjai di Sinjai
4. Yang bersangkutan (Kamrawati A.Md FI)
5. Ampir

Lampiran 6. Surat Keterangan Selesai Meneliti


PEMERINTAH KABUPATEN SINJAI
KANTOR RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
 Alamat : Jl. Andiari Sudirman No. 47 Kabupaten Sinjai Provinsi Sulawesi Selatan
 Telp. (0821) 21112, Fax. (0821) 21115 Kode Pos 92811 E-Mail: rsudsinjai@gmail.com

SURAT KETERANGAN
 NO : 800/42.0925/RSUD-SJ

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: dr. Kabir Arica, Sp.B
Nip	: 19780304 200502 1 002
Pangkat/Gol	: Penata Tk. I / III d
Jabatan	: Direktur

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama	: Kamrawati, A.Md.Pt
Nim	: R021191061
Institusi	: Universitas Hasanuddin Makassar
Judul Skripsi	: Perbedaan Efek Antara Manual Visceral Technique dan Deep Breathing Exercise Untuk menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RSUD Sinjai

Yang tersebut namanya di atas benar telah melaksanakan Penelitian pada Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Sinjai selama 30 Hari dari tanggal 19 April s.d tanggal 19 Mei 2021.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.


 Sinjai, 19 Mei 2021
 Direktur
 dr. Kabir Arica, Sp.B
 Nip: 19780304 200502 1 002

Tersusun Yth:

1. Ketua Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin Makassar
2. Mahasiswa Yang bersangkutan
3. Arsip

Lampiran 7. Surat Persetujuan Etik



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN**

Sekretariat :
Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245, Telp. (0411) 585658, 516-005,
Fax (0411) 586013E-mail : kepkfkmuh@gmail.com, website : www.fkm.uhas.ac.id

REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor : 3725/UN4.14.1/TP.01.02/2021

Tanggal : 25 Mei 2021

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No.Protokol	7521091091	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	Kamrawati	Sponsor	PPSDM KEMENKES
Judul Peneliti	Perbedaan Efek Antara Manual Visceral Technique dan Deep Breathing Exercise untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	7 Mei 2021
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	7 Mei 2021
Tempat Penelitian	RSUD Sinjai, Kabupaten Sinjai		
Judul Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku 25 Mei 2021 sampai 25 Mei 2022	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju, M.Sc, Ph.D	Tanda tangan 	Tanggal 25 Mei 2021
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM., M.Kes	Tanda tangan 	Tanggal 25 Mei 2021

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporkan penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan

Lampiran 8. Hasil Uji SPSS

SISTOLIK MVT PRE-POST

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	10 ^a	5.50	55.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

- a. Post Test < Pre Test
- b. Post Test > Pre Test
- c. Post Test = Pre Test

Wilcoxon Signed Ranks Test

Test Statistics^a

		Post Test - Pre Test
		Test
Z		-2.805 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.005

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

SISTOLIK DEEP BREATHING EXERCISE

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	10 ^a	5.50	55.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

- a. Post Test < Pre Test
- b. Post Test > Pre Test
- c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^a

Post Test - Pre Test	
Z	-2.805 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

DIASTOLIK MVT

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	10 ^a	5.50	55.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^a

Post Test - Pre Test	
Z	-2.821 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

*DIASTOLIK DEEP BREATHING EXERCISE***Wilcoxon Signed Ranks Test**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	9 ^a	5.56	50.00
	Positive Ranks	1 ^b	5.00	5.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

- a. Post Test < Pre Test
- b. Post Test > Pre Test
- c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^a

Post Test - Pre Test	
Test	
Z	-2.296 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.022

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

		Umur	JK	Pekerjaan	Sistolik	Post test 1	Post test 2	Post test 3	Post test 4
N	Valid	20	20	20	20	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		54.80	1.50	1.65	3.15	3.05	2.80	2.55	2.40
Median		52.00	1.50	1.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00
Std. Deviation		10.943	.513	.813	.366	.394	.410	.510	.503
Minimum		37	1	1	3	2	2	2	2
Maximum		76	2	3	4	4	3	3	3

		Umur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	37	1	5.0	5.0	5.0
	44	1	5.0	5.0	10.0
	46	4	20.0	20.0	30.0
	47	2	10.0	10.0	40.0
	48	1	5.0	5.0	45.0
	52	2	10.0	10.0	55.0
	55	1	5.0	5.0	60.0
	57	1	5.0	5.0	65.0
	60	1	5.0	5.0	70.0
	62	1	5.0	5.0	75.0
	67	3	15.0	15.0	90.0
	74	1	5.0	5.0	95.0
	76	1	5.0	5.0	100.0
	Total		20	100.0	100.0

		JK			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	10	50.0	50.0	50.0
	Perempuan	10	50.0	50.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

		Sistolik			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hipertensi derajat 1	17	85.0	85.0	85.0
	Hipertensi derajat 2	3	15.0	15.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

		Post test 1			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Prehipertensi	1	5.0	5.0	5.0
	Hipertensi derajat 1	17	85.0	85.0	90.0
	Hipertensi derajat 2	2	10.0	10.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

		Post test 2			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Prehipertensi	4	20.0	20.0	20.0
	Hipertensi derajat 1	16	80.0	80.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

		Post test 3			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Prehipertensi	9	45.0	45.0	45.0
	Hipertensi derajat 1	11	55.0	55.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

		Post test 4			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Prehipertensi	12	60.0	60.0	60.0
	Hipertensi derajat 1	8	40.0	40.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Lampiran 1. Data Penderita

Nama	JK	Usia	Intervensi	Pre test	Post test	Selisih
HB	P	76	DB	155	150	5
ST	P	74	DB	153	140	13
NK	P	55	DB	147	140	7
AN	L	46	DB	148	140	8
IN	P	46	DB	145	135	10
JA	P	47	DB	149	140	9
STR	P	60	DB	163	151	12
BA	L	57	DB	143	135	8
FAT	P	67	DB	145	130	15
ABD	L	46	DB	141	127	14
AK	P	47	MVT	141	120	21
HAL	L	48	MVT	147	119	28
YNS	L	62	MVT	155	132	23
HAL	P	52	MVT	154	138	16
AN	P	46	MVT	144	130	14

SI	P	67	MVT	165	145	20
MR	L	44	MVT	154	134	20
AH	L	37	MVT	143	130	13
SA	P	52	MVT	156	130	26
STF	P	67	MVT	152	131	21

Uji Friedman Sistolik MVT

Descriptive Statistics								
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	25th	Percentiles 50th (Median)	75 th
Sistolik	10	3.10	.316	3	4	3.00	3.00	3.00
Post test 1	10	2.90	.316	2	3	3.00	3.00	3.00
Post test 2	10	2.90	.316	2	3	3.00	3.00	3.00
Post test 3	10	2.60	.516	2	3	2.00	3.00	3.00
Post test 4	10	2.70	.483	2	3	2.00	3.00	3.00

Ranks	
	Mean Rank
Sistolik	3.65
Post test 1	3.15
Post test 2	3.15
Post test 3	2.40
Post test 4	2.65

Test Statistics ^a	
N	10
Chi-Square	12.667
df	4
Asymp. Sig.	.013

a. Friedman Test

Uji Friedman Diastolik MVT

	Descriptive Statistics							
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	25th	Percentiles 50th (Median)	75 th
Diastolik	10	2.80	.422	2	3	2.75	3.00	3.00
Post test 1	10	2.30	.675	1	3	2.00	2.00	3.00
Post test 2	10	2.30	.675	1	3	2.00	2.00	3.00
Post test 3	10	2.10	.568	1	3	2.00	2.00	2.25
Post test 4	10	1.50	.527	1	2	1.00	1.50	2.00

Ranks

Mean Rank

Diastolik	4.35
Post test 1	3.25
Post test 2	3.25
Post test 3	2.75
Post test 4	1.40

Test Statistics^a

N	10
Chi-Square	28.563
df	4
Asymp. Sig.	.000

a. Friedman Test

Data Friedman Sistolik deep Breathing

Descriptive Statistics								
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	25th	Percentiles 50th (Median)	75 th
Sistolik	10	3.20	.422	3	4	3.00	3.00	3.25
Post test 1	10	3.20	.422	3	4	3.00	3.00	3.25
Post test 2	10	2.70	.483	2	3	2.00	3.00	3.00
Post test 3	10	2.50	.527	2	3	2.00	2.50	3.00
Post test 4	10	2.10	.316	2	3	2.00	2.00	2.00

Ranks

Mean Rank

Sistolik	4.05
Post test 1	4.05
Post test 2	2.90
Post test 3	2.40
Post test 4	1.60

Test Statistics^a

N	10
Chi-Square	27.695
df	4
Asymp. Sig.	.000

a. Friedman Test



Uji Fiedman diastolik deep breathing

Descriptive Statistics								
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	25th	Percentiles 50th (Median)	75th
Diastolik	10	2.80	.422	2	3	2.75	3.00	3.00
Post test 1	10	2.30	.675	1	3	2.00	2.00	3.00
Post test 2	10	2.40	.516	2	3	2.00	2.00	3.00
Post test 3	10	2.10	.568	1	3	2.00	2.00	2.25
Post test 4	10	1.60	.516	1	2	1.00	2.00	2.00

Ranks

Mean Rank

Diastolik	4.30
Post test 1	3.15
Post test 2	3.40
Post test 3	2.65
Post test 4	1.50

Test Statistics^a

N	10
Chi-Square	26.740
df	4
Asymp. Sig.	.000

a. Friedman Test

Test Normalitas Master Tabel Sistolik

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Standardized Residual for Sistolik	.509	20	.000	.433	20	.000
Standardized Residual for Possatu	.450	20	.000	.545	20	.000
Standardized Residual for Posdua	.487	20	.000	.495	20	.000
Standardized Residual for Postiga	.361	20	.000	.637	20	.000c/
Standardized Residual for Posempat	.387	20	.000	.626	20	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Test Normalitas Master Tabel Diastolik

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Standardized Residual for Diastolik	.300	20	.000	.793	20	.001
Standardized Residual for Possatu	.349	20	.000	.796	20	.001
Standardized Residual for Posdua	.398	20	.000	.671	20	.000
Standardized Residual for Postiga	.375	20	.000	.720	20	.000
Standardized Residual for Posempat	.372	20	.000	.728	20	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

