

**PENGARUH AKTIVITAS MEDITASI TERHADAP
PENGENDALIAN TEKANAN DARAH PENDERITA
HIPERTENSI DI LEMBAGA SENI PERNAFASAN
SATRIA NUSANTARA YOGYAKARTA**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat
Sarjana Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh :

SARI AGUSTINA
20020310062

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2006

**PENGARUH AKTIVITAS MEDITASI TERHADAP
PENGENDALIAN TEKANAN DARAH PENDERITA
HIPERTENSI DI LEMBAGA SENI PERNAFASAN
SATRIA NUSANTARA YOGYAKARTA**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat
Sarjana Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh :

**SARI AGUSTINA
20020310062**

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

Pengaruh Aktivitas Meditasi Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta

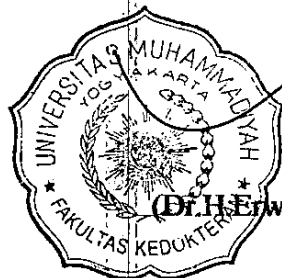
Disusun oleh
Sari Agustina
20020310062

Telah diseminarkan pada tanggal 24 Maret 2006
Dan di setujui oleh
Dosen Pembimbing Dan Penguji



(Tri Pitara M,S,Si.,M.Kes)

Mengetahui
Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta




(Dr. H. Erwin Santoso, Sp.A., M.Kes)

HANAN BERGSON

THE ARTIST'S LIFE

... and the artist's life is a life of suffering and sacrifice. It is a life of struggle and of the search for truth. It is a life of the highest and most noble of all human activities.

... and the artist's life is a life of suffering and sacrifice. It is a life of struggle and of the search for truth. It is a life of the highest and most noble of all human activities.

... and the artist's life is a life of suffering and sacrifice. It is a life of struggle and of the search for truth. It is a life of the highest and most noble of all human activities.

... and the artist's life is a life of suffering and sacrifice. It is a life of struggle and of the search for truth. It is a life of the highest and most noble of all human activities.

... and the artist's life is a life of suffering and sacrifice. It is a life of struggle and of the search for truth. It is a life of the highest and most noble of all human activities.

... and the artist's life is a life of suffering and sacrifice. It is a life of struggle and of the search for truth. It is a life of the highest and most noble of all human activities.

MOTTO

Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat

(QS Al - Mjadtah : 11)

Bila seluruh pohon yang ada di bumi dijadikan pena dan air yang ada di samudra dijadikan tinta ditambah tujuh samudra lain, ilmu Allah tidak akan habis. Allah maha perkasa dan maha bijaksana

(QS Luqman : 27)

Ya Allah berikankah aku kebaikkan dalam agamaku

yang merupakan perlindungan bagi diriku (perkaraku) dan berikankah aku kebaikkan terhadap keduniaanku yang merupakan bagian dari kehidupanku serta berikankah aku kebaikkan dalam keaktifitanku yang merupakan tempat aku kembali dan jadikankah kehidupanku ini untuk tambahan bagiku dalam segala kebaikkan dan jadikankah keamatan itu sebagai tempat istirahat bagiku dari segala kejahatan

(HR. Muslim)

(3) (Quran) ini adalah pernyataan bagi seluruh manusia dan seluruh jasad-jasad yang

KATA PENGANTAR

Assalammu'alaikum wr. Wb.

Alhamdulillah robbil alamin, segala puji dan syukur penulis hanturkan hanya kepada Allah SWT, karena atas karunia dan rahmat-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “ Pengaruh Aktivitas Meditasi Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Lembaga Seni Pernafasan Satria Nusantara Yogyakarta“.

Penulis menyadari sepenuhnya keterbatasan yang penulis miliki dan selesainya Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Dr. H. Erwin Santoso, Sp.A.,M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Tri Pitara, M,S,Si.,M.Kes. selaku Dosen Pembimbing KTI, yang dengan ikhlas menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Prof. Dr. Soejono Aswin, Ph.D, selaku Dosen Metodologi Penelitian Fakultas Kedokteran UMY.
4. Kedua orang tuaku, bapak dan ibu tercinta yang selalu menjadi panutan dalam kehidupan penulis juga atas kasih sayang, doa dan perhatian yang tulus

5. Untuk kakakku tersayang Andria Saraswati, Syailendra Irawan dan Yusva Gunawan, terimakasih atas dukungan, kasih sayang serta doanya kepada penulis selama ini.
6. Buat ponakanku yang lucu-lucu, Gading Salsabila Putri dan Gajendra Sandria Putra, yang selalu menghibur dan memberi semangat kepada penulis.
7. Buat masku terima kasih atas perhatian dan kasih sayangnya yang selalu berada di sisi penulis dalam suka maupun duka.
8. Buat pimpinan dan pelatih Satria Nusantara, terima kasih atas bantuan dan bimbingannya kepada penulis.
9. Bapak dan ibu anggota Satria Nusantara terima kasih atas kerja samanya selama ini yang sudah meluangkan waktu untuk diukur tekanan darahnya.
10. Teman-teman angkatan 2002 : Tika, Yomie, Upie, terima kasih atas bantuannya dan menolongku disaat-saat tersulit.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih memerlukan kritik dan saran yang membangun dan semoga bermanfaat bagi kita semua, aamiin yaa robbal'alam.

Wabillahi taufiq wal hidayah

Wassalamu'alaikum/um Wb

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Moto.....	iii
Kata Pengantar.....	iv
Daftar isi.....	vi
Daftar Tabel.....	ix
Daftar Lampiran.....	x
Intisari.....	xi
Abstract.....	xii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
I. 1. Latar Belakang Masalah.....	1
I. 2. Tujuan Penelitian.....	5
I. 3. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II. 1. Hipertensi.....	6
1.1. Definisi Hipertensi.....	6
1.2. Etiologi Hipertensi.....	8
1.3. Epidemiologi Hipertensi.....	9
1.4. Gambaran Klinik.....	10

1.5. Faktor Resiko	11
1.6. Diagnosis.....	14
1.7. Prognosis.....	15
1.8. Penatalaksanaan.....	16
II. 2. Meditasi.....	17
2. 1. Definisi Meditasi	17
2. 2. Tujuan Meditasi.....	19
2.3. Teknik-Teknik Meditasi.....	19
2. 4. Manfaat Meditasi.....	24
2. 5. Meditasi Dan Perubahan Fisiologi	24
III. 3. Hipotesa	26
BAB III. METODE PENELITIAN.....	27
III. 1. Subyek Penelitian.....	27
III. 2. Alat Penelitian.....	27
III. 3. Rancangan Penelitian	27
III. 4. Cara Penelitian	28
III. 5. Analisa Data.....	30
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	31
IV. 1. Hasil dan Pembahasan.....	31
4. 1. Karakteristik Responden.....	31
4. 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah	35

4.3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Gangguan Kesehatan.....	37
4. 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Meditasi	39
4. 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Penderita Hipertensi	40
4. 6. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Penderita Hipotensi	40
IV. 2. Faktor Pendukung Dan Penghambat Penelitian.....	46
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
V. 1. Kesimpulan	48
V. 2. Saran	49

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1 : Jenis Kelamin Responden.....	31
Tabel 2 : Status Perkawinan Responden.....	32
Tabel 3 : Pekerjaan Responden	33
Tabel 4 : Pendidikan Responden	34
Tabel 5 : Kategori Hipertensi	35
Tabel 6 : Riwayat Hipertensi.....	35
Tabel 7 : Sumber Hipertensi.....	35
Tabel 8 : Keluhan Gangguan Kesehatan.....	37
Tabel 9 : Frekuensi Keluhan Gangguan Kesehatan.....	38
Tabel 10 : Lama Meditasi	39
Tabel 11 : Pernah Hipertensi.....	40
Tabel 12 : Mulai Terkena Hipertensi.....	40
Tabel 13 : Menderita Hipotensi.....	40
Tabel 14 : Mulai Terkena Hipotensi.....	41
Tabel 15 : Hubungan Jenis Kelamin & Tekanan Darah	41
Tabel 16 : Hubungan Jenis Kelamin & Tekanan Darah dengan Uji <i>Chi Square</i>	42
Tabel 17 : Hubungan Pekerjaan & Tekanan Darah.....	42
Tabel 18 : Hubungan Pekerjaan & Tekanan Darah dengan Uji <i>Chi Square</i>	43
Tabel 19 : Tekanan Darah Sebelum & Sesudah Meditasi Dengan Uji t	43