

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERNYATAAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan	4
1.3.1. Tujuan Umum	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
1.4.1. Bagi Lansia	4
1.4.2. Bagi Posyandu Lansia	4
1.4.3. Bagi Institusi Pendidikan	4
1.4.4. Bagi Peneliti.....	4
BAB 2 TINJAUN PUSTAKA	
2.1. Konsep Dasar Hipertensi	5
2.1.1. Konsep Hipertensi	5
1. Pengertian Hipertensi	5
2. Klasifikasi Hipertensi.....	6
3. Etiologi Hipertensi	7

4. Patofisiologi.....	8
5. Gejala-gejala Hipertensi	11
6. Faktor Resiko.....	11
7. Komplikasi Hipertensi	12
8. Penatalaksanaan Hipertensi	15

2.1.2. Konsep Senam Lansia	20
1. Pengertian Senam Lansia	20
2. Jenis-jenis Senam Lansia	21
3. Prinsip Senam Lansia.....	21
4. Manfaat Senam Lansia	21
5. Gerakan Senam Lansia.....	21
6. Dampak senam/olahraga terhadap tekanan darah.....	21
2.2. Kerangka Konsep	23

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian	24
3.2. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	24
3.2.1. Populasi	24
3.2.2. Sampel	25
3.2.3. Teknik Sampling	26
3.3. Identifikasi Variabel	26
3.4. Definisi Operasional	26
3.5. Prosedur Pengumpulan Data	28
3.6. Tehnik dan Alat Pengumpulan Data.....	29
3.7. Pengolahan Data.....	29
3.7.1. Pengkajian Data	29
3.7.2. Pemberian Kode.....	29
3.7.3. Skoring.....	30
3.7.4. Tabulasi	30
3.8. Analisa Data	30
3.9. Etika Penelitian.....	31
3.10. Tempat dan Waktu Penelitian	32
3.11. Jadwal Penelitian	32

BAB 4 HASIL PENELITIAN

4.1. Gambaran Umum	49
4.2. Data Umum	49
4.3. Data Khusus	50

BAB 5 PEMBAHASAN

5.1. Klasifikasi hipertensi pada lansia yang telah melakukan senam..... 53

BAB 6 KESIMPULAN SARAN

6.1. Kesimpulan..... 61

6.2. Saran 62

DAFTAR PUSTAKA 63

LAMPIRAN 64

