

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG DEPAN.....	
HALAMAN SAMBUNG DALAM .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Bagi Peneliti .....	4
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian .....	4
1.4.3 Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan .....	4
1.4.4 Bagi Masyarakat Umum.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Konsep Dasar Tekanan Darah.....	5
2.1.1 Pengertian Tekanan Darah .....	5
2.2 Konsep Dasar Lansia.....	6
2.2.1 Pengertian Lansia .....	6
2.2.2 Klasifikasi Lansia .....	6
2.2.3 Perubahan Fisiologi dan Psikologi Pada Lansia .....	7
2.3 Konsep Dasar Hipertensi.....	8
2.3.1 Pengertian Hipertensi .....	8
2.3.2 Klasifikasi Hipertensi .....	9
2.3.3 Faktor Risiko Hipertensi .....	10
2.3.4 Patofisiologi Hipertensi.....	13
2.3.5 Tanda dan Gejala Hipertensi .....	14
2.3.6 Komplikasi .....	15
2.3.7 Penatalaksanaan Hipertensi.....	16
2.4 Senam Lansia .....	17
2.4.1 Pengertian Senam Lansia .....	17
2.4.2 Manfaat Senam.....	18
2.4.3 Prinsip Senam Lansia.....	18
2.4.4 Hubungan Senam Lansia Dan Tekanan Darah .....	20

2.5 Kerangka Konseptual .....	21
2.5.1 Penjelasan Kerangka Konsep.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
3.1 Rancangan Penelitian.....	23
3.2 Populasi dan Sampel .....	23
3.2.1 Populasi .....	23
3.2.2 Sampel Penelitian.....	23
3.2.3 Besar Sampel.....	24
3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	24
3.4 Variabel Penelitian .....	25
3.5 Definisi Operasional .....	25
3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	26
3.7 Prosedur Pengumpulan Data .....	26
3.8 Instrumen Pengumpulan data.....	27
3.8.1 Teknik Pengumpulan Data .....	27
3.8.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	28
3.9 Analisa Data .....	29
3.10 Metode Pengolahan Data .....	30
3.11 Etika Penelitian .....	31
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>33</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	33
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	33
4.1.2 Data Umum .....	34
4.1.3 Data Khusus .....	35
4.2 Pembahasan.....	40
4.2.1 Frekuensi Senam Lansia Pada Lansia Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan..	40
4.2.2 Tekanan Darah Sebelum Melakukan Senam Lansia Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan.....	42
4.2.3 Tekanan Darah Sesudah Melakukan Senam Lansia Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan.....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>48</b>
5.1 Kesimpulan .....	48
5.2 Saran .....	48
5.2.1 Bagi Klien .....	48
5.2.2 Bagi Tempat Penelitian .....	49
5.2.3 Bagi Penelitian Lain .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>50</b>