

DAFTAR ISI

Lembar Persetujuan.....	i
Lembar Pengesahan	iii
Surat Pernyataan Keaslian.....	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	vii
<i>Abstract</i>	viii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Tabel	xii
Daftar Skema.....	xii
Daftar Lampiran.....	xiv
Daftar Singkatan.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktisi	5
1.5 Keaslian Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Hipertensi	9
2.1.1 Definisi Hipertensi	9
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	10
2.1.3 Etiologi.....	10
2.1.4 Faktor Resiko	11
2.1.5 Manifestasi Klinis	14
2.1.6 Komplikasi.....	17
2.1.7 Pola Hidup Penderita Hipertensi.....	19
2.1.8 Kendalikan Hipertensi dengan Cerdik dan Patuh	21
2.2 Konsep Senam <i>Tai Chi</i>	21

2.2.1	Pengertian Senam <i>Tai Chi</i>	21
2.2.2	Manfaat Senam <i>Tai Chi</i>	22
2.2.3	Kontra dan indikasi Senam <i>Tai Chi</i>	22
2.2.4	Faktor-faktor yang mempengaruhi Senam <i>Tai Chi</i>	23
2.2.5	Komponen utama senam <i>Tai Chi</i>	23
2.3	Konsep Tekanan Darah	24
2.3.1	Pengertian Tekanan Darah.....	24
2.3.2	Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah	25
BAB 3	KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	28
3.1	Kerangka Konsep	28
3.2	Penjelasan Kerangka Konsep	29
3.3	Hipotesis.....	29
BAB 4	METODE PENELITIAN	30
4.1	Desain Penelitian.....	30
4.2	Populasi, Teknik Sampling Dan Sampel.....	30
4.2.1	Populasi.....	30
4.2.2	Sampel	31
4.2.3	Teknik Sampling.....	32
4.3	Variabel Penelitian	32
4.3.1	Variabel Independen	32
4.3.2	Variabel Dependen	32
4.4	Definisi Operasional.....	32
4.5	Tempat Penelitian.....	33
4.6	Waktu Penelitian	34
4.7	Instrumen Penelitian.....	34
4.8	Prosedur Pengumpulan Data	34
4.9	Kerangka Operasional	36
4.10	Analisa Data	37
4.10.1	Analisis Univariat.....	37
4.10.2	Analisa Bivariat.....	37
4.11	Etika Penelitian	38
BAB 5	HASIL PENELITIAN	40
5.1	Data umum	40
5.1.1	Gambaran umum.....	40

5.1.2	Data Umum Karakteristik Responden	42
5.2	Data Khusus	43
5.2.1	Tekanan darah penderita hipertensi sebelum melakukan senam <i>Tai Chi</i>	44
5.2.2	Tekanan darah penderita hipertensi setelah melakukan senam <i>Tai Chi</i>	45
5.2.3	Analisis pengaruh Senam <i>Tai Chi</i> terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi	45
BAB 6 PEMBAHASAN		48
6.1	Tekanan darah penderita hipertensi sebelum melakukan senam <i>Tai Chi</i> .	48
6.2	Tekanan darah penderita hipertensi setelah melakukan senam <i>Tai Chi</i>	50
6.3	Pengaruh senam <i>Tai Chi</i> terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi	52
6.4	Keterbatasan Penelitian	54
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN.....		55
7.1	Kesimpulan.....	55
7.2	Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA		57
LAMPIRAN.....		60