

DAFTAR TABEL

| | | |
|------------|---|----|
| Tabel 1. 1 | Keaslian Data Penelitian | 5 |
| Tabel 2. 1 | Klasifikasi Hipertensi..... | 10 |
| Tabel 4. 1 | Rancangan <i>one-grup pretest-posttest research design</i> | 30 |
| Tabel 4. 2 | Definisi Operasional Penelitian | 32 |
| Tabel 5. 1 | Hasil Tekanan Darah Hari ke 1-6 | 41 |
| Tabel 5. 2 | Distribusi Frekuensi Data Umum Karakteristik Penderita Hipertensi di Duta <i>Tai Chi</i> Tahun 2024..... | 42 |
| Tabel 5. 3 | Hasil Pengumpulan Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Senam <i>Tai Chi</i> | 44 |
| Tabel 5. 4 | Nilai statistik Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik sebelum Senam <i>Tai Chi</i> | 44 |
| Tabel 5. 5 | Nilai Statistik Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik setelah Senam <i>Tai Chi</i> | 45 |
| Tabel 5. 6 | Hasil uji normalitas Terhadap Tekanan Darah sebelum dan setelah Senam <i>Tai Chi</i> | 46 |
| Tabel 5. 7 | Pengaruh Senam <i>Tai Chi</i> Terhadap Tekanan Darah Sitolik sebelum dan setelah Senam <i>Tai Chi</i> | 46 |