

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENETAPAN PANITIA PENGUJI	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
1. Tujuan Umum	8
2. Tujuan Khusus	8
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tekanan Darah	11
1. Hipertensi	11
a. Pengertian	11
b. Jenis-jenis Hipertensi.....	11
c. Gejala Klinis.....	12

d. Komplikasi	13
e. Faktor Risiko	13
f. Perawatan Hipertensi	17
B. Lanjut Usia	23
1. Pengertian	23
2. Batasan-batasan Lanjut Usia	23
3. Perubahan Yang Sering Terjadi Pada Lanjut Usia	24
4. Penyakit Yang Sering Diderita Lanjut Usia	24
5. Klasifikasi Tekanan Darah Lanjut Usia	25
6. Hipertensi Pada Lanjut Usia	26
C. Senam Lansia	26
1. Definisi	26
2. Tujuan	27
3. Manfaat	27
4. Tahap-tahap Senam Lansia	28
5. Indikasi	29
6. Kontraindikasi	29
7. Gerakan Senam Lansia	29
8. Pelaksanaan Masing-masing Gerakan dan Tujuannya	29

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep	34
B. Kerangka Kerja Penelitian	36
C. Hipotesa	37

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel	38
1. Populasi	38
2. Sampel	39
D. Variabel dan Definisi Operasional	40
E. Teknik Pengumpulan Data	41
F. Instrumen Penelitian	43
G. Pengolahan dan Analisa Data	43
1. Pengolahan Data	43
2. Analisis Data	43
H. Pertimbangan Etik	45

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Penelitian	46
B. Analisa Univariat	46
C. Analisa Bivariat	51

BAB VI PEMBAHASAN

A. Gambaran Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi Pada Penderita Hipertensi Usia Pertengahan Pada Pengukuran Awal	53
B. Perubahan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Awal dan Setelah Tiga Minggu Untuk Penderita Hipertensi Usia Pertengahan Kelompok	

Kontrol	54
C. Perubahan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Awal dan Setelah Tiga Minggu Untuk Penderita Hipertensi Usia Pertengahan Kelompok Intervensi	55
D. Perbedaan Perubahan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Antara Lanjut Usia Hipertensi Kelompok Kontrol Dengan Kelompok Intervensi	58

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	60
B. Saran	63

DAFTAR PUSTAKA