

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Tekanan Dasar Berdasarkan Pedoman ESC 2024	26
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan Pedoman JNC VII	27
Tabel 4. 1 Rancangan Penelitian Pengaruh Meditasi <i>Mindfulness</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	42
Tabel 4. 2 Definisi Operasional	46
Tabel 4. 3 Uji Normalitas Dengan <i>Shapiro-Wilk</i> Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Diberi Meditasi <i>Mindfulness</i>	52
Tabel 5. 2 Karakteristik Sampel Penelitian Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojo Surabaya	56
Tabel 5. 3 Klasifikasi Tekanan Darah <i>Pre-Test & Post-Test</i> Responden Penderita Hipertensi	57
Tabel 5. 4 Tekanan Darah Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Meditasi <i>Mindfulness</i>	58
Tabel 5. 5 Pengaruh Meditasi <i>Mindfulness</i> Terhadap Tekanan Darah	58