

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC 8.....	5
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi Menurut ASH dan ISH.....	6
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	35
Tabel 4.1 Definisi Operasional	38
Tabel 5.1 Data Karakteristik Penderita Hipertensi di Griya Werdha Jambangan Surabaya 13 September 2025 – 5 Oktober 2025.....	47
Tabel 5.2 Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Senam Hipertensi	49
Tabel 5.3 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Senam Hipertensi.....	50
Tabel 5.4 Hasil Uji Normalitas Sebelum dan Sesudah Dilakukan Senam Hipertensi	51
Tabel 5.5 Hasil Uji Paired Sample T-Test Sebelum dan Sesudah Senam Hipertensi	52