

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PERNYATAAN GELAR	ii
PENGARUH SENAM HIPERTENSI TERHADAP	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Tekanan Darah.....	5
2.2 Konsep Hipertensi	7
2.3 Konsep Lansia	16
2.4 Konsep Senam Hipertensi.....	17
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	29
3.1 Kerangka Konsep.....	29
3.2 Hipotesis Penelitian	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
4.1 Desain Penelitian	32

4.2	Populasi, Teknik sampling dan Sample.....	32
4.3	Variabel Penelitian.....	35
4.4	Definisi Operasional	35
4.5	Tempat Penelitian	37
4.6	Waktu Penelitian.....	37
4.7	Instrumen Penelitian	37
4.8	Prosedur Pengumpulan Data.....	38
4.9	Kerangka Kerja Penelitian	40
4.10	Analisis Data.....	41
4.10.1	Analisis Univariat	41
4.10.2	Analisis Bivariat	41
4.11	Etika Penelitian.....	43
	BAB V HASIL PENELITIAN.....	46
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	46
5.2	Data Umum.....	46
5.3	Data Khusus Lansia Dengan Hipertensi	49
	BAB VI PEMBAHASAN	54
6.1	Tekanan Darah Sebelum Melakukan Senam Hipertensi	54
6.2	Tekanan Darah Sesudah Melakukan Senam Hipertensi	57
6.3	Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah	58
6.4	Keterbatasan Penelitian	60
6.5	Implikasi Untuk Keperawatan	61
	BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
7.1	Kesimpulan.....	63
7.2	Saran	64
	DAFTAR PUSTAKA.....	66
	DAFTAR LAMPIRAN.....	70
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	117