

## DAFTAR ISI

	Halaman
COVER DEPAN .....	i
COVER DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN PENGUJI .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
BAB I    PENDAHULUAN.....	1
BAB II    TINJAUAN PUSTAKA.....	2
A. Konsep Lansia .....	2
1. Pengertian Lansia.....	6
2. Batasan-Batasan Lanjut Usia .....	6
3. Perubahan Fisik Yang Terjadi Pada Lanjut Usia...	7
4. Masalah-Masalah Yang Terjadi Pada Lanjut Usia	13
B. Konsep Hipertensi .....	15
1. Pengertian Hipertensi .....	15
2. Klasifikasi hipertensi .....	16
3. Etiologi hipertensi.....	17
4. Faktor Resiko Hipertensi.....	18
5. Patofisiologi .....	18
6. Manifestasi Klinis .....	19
7. Penatalaksanaan .....	19
8. Komplikasi .....	20
C. Senam kebugaran lansia.....	22
1. Pengertian.....	22
2. Manfaat Senam Kebugaran Lansia .....	22
3. Prinsip Dan Tahapan Senam Kebugaran Lansia....	23
4. Segmen Dalam Latihan Senam Kebugaran Lansia	24

	5. Cara Melakukan Senam Kebugaran Lansia .....	24
	D. Booklet .....	26
	1. Pengertian.....	26
	2. Manfaat Booklet .....	26
	3. Keunggulan dan kelemahan Booklet.....	26
	4. Keaslian Booklet.....	27
BAB III	DISKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN .....	28
	A. Tema.....	28
	B. Tujuan .....	28
	C. Pedoman Pembuatan Booklet .....	28
BAB IV	LUARAN YANG DICAPAI .....	31
BAB V	PENUTUP.....	32
	A. Kesimpulan .....	32
	B. Saran.....	32
	DAFTAR PUSTAKA .....	34
	LAMPIRAN	