

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Lansia.....	8
1. Definisi Lansia	8
2. Klasifikasi Lansia.....	8
3. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	8
B. Konsep Tekanan Darah.....	10
1. Definisi Tekanan Darah	10
2. Cara Pengukuran Tekanan Darah.....	10

C. Konsep Hipertensi	11
1. Definisi Hipertensi	11
2. Etiologi Hipertensi	11
3. Tanda dan Gejala Hipertensi	12
4. Komplikasi Hipertensi	13
5. Klasifikasi Hipertensi	14
6. Patofisiologi Hipertensi	14
7. Penatalaksanaan Hipertensi	15
D. Aktivitas Jalan Kaki	17
1. Definisi Jalan Kaki	17
2. Tujuan Jalan Kaki	17
3. Manfaat Jalan Kaki	18
4. Cara Jalan Kaki Yang Benar	18
5. Posisi Jalan Kaki Yang Benar	18
6. Waktu Pemberian Aktivitas Jalan Kaki	19
7. Pengaruh Jalan Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah ..	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Rancangan Penelitian	20
B. Subyek Penelitian	20
C. Definisi Operasional	21
D. Tempat dan Waktu Penelitian	22
E. Pengumpulan Data	22
F. Cara Pengolahan Data	23
G. Etika Penelitian	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	26
A. Hasil	26
B. Pembahasan	30
C. Keterbatasan Penelitian	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	35
A. Kesimpulan	35
B. Saran	36

DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN.....	40

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penerapan Jalan Kaki Dua Puluh Menit
Terhadap Perubahan Tekanan Darah

Tabel 4.1 Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Aktivitas Jalan Kaki

Tabel 4.2 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Aktivitas Jalan Kaki

Tabel 4.3 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Aktivitas Jalan Kaki Pada
Ny.K

Tabel 4.4 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Aktivitas Jalan Kaki Pada
Ny.J

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informasi & Pernyataan Persetujuan (Informed Consent)

Lampiran 2. Informasi & Pernyataan Persetujuan (Informed Consent)

Lampiran 3. Lembar Observasi

Lampiran 4. Lembar Observasi

Lampiran 5. SOP (Standar Operasional Prosedur)

Lampiran 6. Dokumen Kegiatan Penerapan

Lampiran 7. Lembar Peizinan

Lampiran 8. Sertifikat Kalibrasi

Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 10. Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

ACE	<i>Angiotensin Converting Enzim</i>
CCB	<i>Calcium Chanel Blocker</i>
DINKES	Dinas Kesehatan
WHO	<i>World Health Organization</i>
RI	Republik Indonesia

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

&	Dan
%	Persen
<	Kurang Dari
>	Lebih Dari
mmHg	<i>Milimeter Merkuri Hydrargyrum</i>