

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Lansia.....	6
1. Pengertian Lansia.....	6
2. Klasifikasi Lansia	6
3. Perubahan Terjadi Pada Lansia	7
4. Faktor Resiko Hipertensi Pada Lansia.....	9
B. Hipertensi	10
1. Definisi hipertensi.....	10
2. Klasifikasi Hipertensi	10
3. Etiologi Hipertensi.....	10
4. Tanda Gejala Hipertensi	12
5. Penatalaksanaan Hipertensi	12
6. Komplikasi Hipertensi	15
7. Pencegahan Hipertensi	15
C. Jalan pagi	15
1. Pengertian jalan pagi.....	15
2. Manfaat Jalan Pagi.....	16
3. Latihan Jalan Pagi.....	16
4. Cara Jalan Pagi	17
5. Waktu Pelaksanaan Aktivitas Jalan Pagi.....	17
6. Indikasi dan Kontraindikasi dilakukan Aktivitas Jalan Pagi	18
BAB III METODE PENERAPAN	19
A. Rancangan Penerapan	19
B. Subyek Penerapan.....	19
C. Definisi Operasional	20

D. Tempat dan Waktu Penerapan.....	21
E. Pengumpulan Data.....	21
F. Cara Pengolahan Data.....	21
G. Etika Penerapan	22

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 23

A. Hasil Penelitian	23
B. Pembahasan	27
C. Keterbatasan Penelitian	34

BAB V PENUTUP..... 35

A. Kesimpulan	35
B. Saran	35

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hipertensi Lansia di Puskesmas Kedawung	12
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	11
Tabel 4.1 Hasil pengukuran tekanan darah sebelum	25
Tabel 4.2 Hasil pengukuran tekanan darah sesudah	25
Table 4.3 Hasil perkembangan angka tekanan darah sebelum dan sesudah.....	26
Table 4.4 Hasil perbandingan angka tekanan darah sebelum dan sesudah.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan	40
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian	41
Lampiran 3 Informed Consent	42
Lampiran 4 Surat Keterangan Hipertensi	44
Lampiran 5 Sertifikat Kalibrasi	46
Lampiran 6 Lembar Observasi	50
Lampiran 7 Lembar SOP	52
Lampiran 8 Dokumentasi Penerapan	53
Lampiran 9 Lembar Konsultasi Tugas Akhir	55
Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pasca Seminar Proposal	57
Lampiran 11 Lembar Konsultasi Pasca Sidang Hasil	60
Lampiran 12 Riwayat Hidup	62

DAFTAR SINGKATAN

ISH	<i>The International Society of Hypertension</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>
PTM	Penyakit Tidak Menular
ACE	<i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ARBs	<i>Angiotensin II Receptor Blockers</i>
SOP	Standar Operasional Prosedur
HDL	<i>High Density lipoprotein</i>
LDL	<i>Low Density Lipoprotein</i>