

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penerapan.....	5
D. Manfaat Penerapan.....	5
BAB II.....	7
TINJAUAN TEORI	7
A. Konsep Teori Hipertensi.....	7
1. Definisi Hipertensi	7
2. Etiologi Hipertensi	8
3. Manifestasi Klinis Hipertensi	10
4. Pemeriksaan Penunjang Hipertensi	10
5. Pencegahan Hipertensi	11
6. Penatalaksanaan Hipertensi	11
7. Komplikasi Hipertensi.....	13
B. Konsep Dasar Brisk Walking Exercise	14
1. Definisi Brisk Walking Exercise	14
2. Tujuan Brisk Walking Exercise	15
3. Manfaat Brisk Walking Exercise	15

4. Kontraindikasi Brisk Walking Exercise	16
5. Teknik Brisk Walking Exercise	16
BAB III	20
METODE PENERAPAN	20
A. Rancangan Penelitian	20
B. Subjek Penelitian.....	20
C. Definisi Operasional.....	21
D. Tempat dan Waktu Penerapan	21
E. Pengumpulan Data	22
F. Cara Pengelolaan Data	23
G. Etika Penelitian	23
BAB IV	26
HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Hasil	26
1. Gambaran Lokasi Penerapan.....	26
2. Hasil Penerapan	27
B. Pembahasan	30
1. Keterbatasan Penerapan	36
BAB V.....	37
KESIMPULAN DAN SARAN.....	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penderita Hipertensi di Kecamatan Grogol

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Hasil Pengkajian Responden

Tabel 4.2 Hasil Penerapan Sebelum *Brisk walking exercise*

Tabel 4.3 Hasil Penerapan Sesudah *Brisk walking exercise*

Tabel 4.4. Hasil Perbandingan Sebelum dan Sesudah *Brisk walking exercise*

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Langkah Pertama *Brisk walking exercise*

Gambar 2.2 Langkah Kedua *Brisk walking exercise*

Gambar 2.3 Langkah Ketiga *Brisk walking exercise*

Gambar 2.4 Langkah Keempat *Brisk walking exercise*

Gambar 2.5 Langkah Kelima *Brisk walking exercise*

Gambar 2.6 Langkah Keenam *Brisk walking exercise*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden 1

Lampiran 3. Lembar Observasi

Lampiran 4. Standar Operasional Prosedur

Lampiran 5. Dokumentasi Penerapan

Lampiran 6. Surat Ijin Penerapan

Lampiran 7. Sertifikat Kalibrasi Alat

Lampiran 8. Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 9. Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

Ny	<i>Nyonya</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>
Riskesdas	<i>Riset Kesehatan Dasar</i>
Kemenkes	<i>Kemetrian Kesehatan</i>