

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN PENGUJI .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan .....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN LITERATUR.....</b>	<b>6</b>
A. Konsep Dasar Hipertensi .....	6
1. Pengertian .....	6
2. Etiologi.....	6
3. Klasifikasi .....	8
4. Manifestasi Klinis .....	9
5. Patofisiologi.....	10
6. Komplikasi.....	10
7. Faktor Resiko .....	11
8. Pemeriksaan Klinis .....	15
9. Penatalaksanaan .....	16
10. Cara Pengukuran Tekanan Darah .....	19
B. Konsep Senam Prolanis .....	20
1. Pengertian Senam Prolanis .....	20
2. Tujuan Senam Prolanis .....	20
3. Manfaat Senam Prolanis .....	21
4. Macam-Macam Senam Prolanis .....	22
5. Teknik Senam Prolanis .....	23
6. Alat Dan Bahan.....	34
7. Waktu Pelaksanaan .....	34

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Subyek Penelitian .....	35
C. Gambaran Kasus .....	36
D. Definisi Operasional .....	36
E. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	38
F. Teknik Pengumpulan Data .....	38
H. Etika Penelitian Keperawatan.....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	40
B. Hasil .....	40
C. Pembahasan .....	42
D. Keterbatasan .....	47
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>48</b>
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Hipertensi Puskesmas Surakarta.....	2
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut Join National Commite 7.....	8
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi Menurut World Health Organization .....	8
Tabel 2. 3 Gerakan Pemanasan .....	23
Tabel 2. 4 Gerakan Inti.....	29
Tabel 2. 5 Gerakan Pendinginan .....	33
Tabel 3. 1 Pengkajian Identitas Klien .....	36
Tabel 3. 2 Riwayat Penyakit Klien .....	36
Tabel 3. 3 Definisi Operasional .....	36
Tabel 4. 1 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dilakukan penerapan senam prolanis.....	41
Tabel 4. 2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Setelah dilakukan penerapan senam prolanis.....	41
Tabel 4. 3 Tekanan Darah Pada Kedua Responden Yang dilakukan Penerapan Senam Prolanis.....	42

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	:	World Health Organization
JNC	:	Join National Commite 7
BUN	:	Blood urea nitrogen
ACE	:	Angiotensin converting enzyme
ARB	:	Angiotensin receptor blocker
CCB	:	Calcium Channel Blockers
DASH	:	Dietary Approaches to Stop Hypertension