

HALAMAN SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM	i
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	viii
SUMMARY	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Luaran	4
C. Manfaat	4
D. Keaslian Luaran	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Lansia	5
1. Definisi	5
2. Proses Penuaan	5
3. Batasan Lanjut Usia	8
4. Perubahan Fisik Pada Lansia	9
5. Perubahan Psikososial Pada Lansia	12
B. Hipertensi	13
1. Definisi	13
2. Etiologi	13

3. Manifetasi Klinis	14
4. Patofisiologi	15
5. Komplikasi	16
6. Pemeriksaan Penunjang	17
C. Relaksasi Autogenik	18
1. Definisi Relaksasi Autogenik	18
2. Manfaat Relaksasi Autogenik	19
3. Tujuan Relaksasi Autogenik	19
4. Prosedur Relaksasi Autogenik	19
5. Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah	21
D. Media Booklet	22
1. Definisi Booklet	22
2. Kelebihan Dan Keterbatasan Booklet	22
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN	25
A. Tema	25
B. Tujuan	25
C. Pedoman Cara Pembuatan Media Booklet	25
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	27
A. Gambaran Umum Media Booklet	27
B. Pembahasan	27
BAB V PENUTUP	29
A. Kesimpulan	29
B. Saran	29

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR ISI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lembar Konsultasi Tugas Akhir

Lampiran Gambar

Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR SINGKATAN

Kemenkes	Kementrian Kesehatan
KIE	Komunikasi, Informasi, dan Edukasi
Lansia	Lanjut Usia
Riskesdas	Riset Kesehatan Dasar
SUPAS	Survei Penduduk Antar Sensus
WHO	World Health Organization