

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	iv
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	v
<b>PENGESAHAN PENGUJI</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>INTISARI</b> .....	ix
<b>ESSENCE</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	6
<b>A. HIPERTENSI</b> .....	6
1. Pengertian Hipertensi .....	6
2. Penyebab .....	7
3. Patofisiologi .....	7
4. Klasifikasi Tekanan Darah.....	9
5. Manifestasi Klinis .....	9
6. Komplikasi .....	10
7. Penatalaksanaan .....	10
<b>B. LANSIA</b> .....	12
1. Pengertian Lansia .....	12
2. Batasan Lansia .....	12
3. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia .....	13
4. Masalah Yang Terjadi Pada Lansia.....	15
<b>C. SENAM PROLANIS</b> .....	17
1. Pengertian Senam Prolanis.....	17
2. Manfaat Dan Teknik Senam Prolanis .....	18
3. Frekuensi Latihan.....	25
<b>D. PENGARUH PENERAPAN SENAM PROLANIS TERHADAP         PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDER         ITA HIPERTENSI</b> .....	26
<b>E. MEDIA VIDEO</b> .....	26

1. Pengertian Video .....	26
2. Karakteristik Video .....	26
3. Manfaat .....	26
4. Keaslian.....	27
<b>BAB III DESKRIPSI YANG DIHASILKAN.....</b>	<b>28</b>
A. TEMA.....	28
B. MEDIA VIDEO .....	28
1. Pengertian.....	28
2. Kelebihan Media Video .....	29
3. Kekurangan Media Video .....	29
4. Manfaat .....	30
5. Karakteristik Video .....	30
C. TUJUAN .....	30
D. PEDOMAN .....	30
1. Praproduksi.....	31
2. Produksi.....	37
3. Pasca Produksi.....	39
4. Tidak Boleh Plagiat Dari Hasil Karya Video Orang Lain ....	40
<b>BAB IV LUARAN YANG DICAPAI.....</b>	<b>41</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>42</b>
A. KESIMPULAN.....	42
B. SARAN .....	42
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>44</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>45</b>