

## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>Lembar Persetujuan .....</b>                    | <b>i</b>    |
| <b>Lembar Pengesahan.....</b>                      | <b>ii</b>   |
| <b>Surat Pernyataan Bebas Plagiat .....</b>        | <b>iii</b>  |
| <b>Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi.....</b> | <b>iv</b>   |
| <b>Motto dan Persembahan .....</b>                 | <b>v</b>    |
| <b>Abstrak.....</b>                                | <b>vi</b>   |
| <b>Kata Pengantar .....</b>                        | <b>viii</b> |
| <b>Daftar Isi .....</b>                            | <b>x</b>    |
| <b>Daftar Tabel.....</b>                           | <b>xii</b>  |
| <b>Daftar Lampiran .....</b>                       | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                      | <b>1</b>    |
| A. Latar belakang .....                            | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                           | 6           |
| C. Tujuan Penelitian.....                          | 6           |
| D. Manfaat Penelitian.....                         | 6           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                | <b>8</b>    |
| A. Landasan Teori .....                            | 8           |
| 1. Konsep Dasar Lanjut Usia.....                   | 8           |
| a. Definisi Lanjut Usia.....                       | 8           |
| b. Klasifikasi Lanjut Usia .....                   | 8           |
| c. Perubahan Fisik Pada Lanjut Usia .....          | 9           |
| 2. Konsep Dasar Hipertensi.....                    | 11          |
| a. Definisi Hipertensi .....                       | 11          |
| b. Etiologi.....                                   | 12          |
| c. Klasifikasi .....                               | 14          |
| d. Patofisiologi Hipertensi .....                  | 14          |
| e. Gejala Hipertensi .....                         | 15          |
| f. Faktor Risiko Hipertensi .....                  | 16          |
| g. Penatalaksanaan Hipertensi .....                | 18          |
| h. Komplikasi Hipertensi .....                     | 20          |
| 3. Konsep Senam Hipertensi .....                   | 21          |
| a. Definisi Senam Hipertensi .....                 | 21          |

|  |           |
|--|-----------|
| b. Patofisiologi Senam Hipertensi.....                   | 22        |
| c. Hubungan Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah..... | 22        |
| d. Gerakan Senam Hipertensi .....                        | 23        |
| B. Kerangka Teori .....                                  | 25        |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>               | <b>26</b> |
| A. Desain Studi Kasus .....                              | 26        |
| B. Subjek Studi Kasus .....                              | 26        |
| C. Definisi Operasional.....                             | 28        |
| D. Instrumen Penelitian .....                            | 30        |
| E. Tempat dan Waktu .....                                | 31        |
| F. Cara Pengumpulan Data.....                            | 31        |
| G. Pengelolaan Data.....                                 | 33        |
| H. Etika Penelitian .....                                | 34        |
| I. Informed Consent.....                                 | 36        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>                 | <b>38</b> |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....                 | 38        |
| B. Gambaran Umum Kegiatan.....                           | 38        |
| C. Karakteristik Responden .....                         | 38        |
| D. Hasil Penelitian Studi Kasus .....                    | 40        |
| E. Pembahasan .....                                      | 42        |
| F. Keterbatasan Penelitian .....                         | 53        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                  | <b>54</b> |
| A. Kesimpulan .....                                      | 54        |
| B. Saran.....  | 55        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                              | <b>56</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                     | <b>58</b> |