

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN KEASLIAN TULISAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumus Masalah	4
C. Tujuan Studi Kasus	4
D. Manfaat Studi Kasus	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Hipertensi	6
B. Konsep Lansia	15
C. Konsep Senam Ergonomik	15
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Metode Penelitian	24
B. Populasi Dan Sampel	25
C. Tehnik Sampling	26
D. Variabel Penelitian	26
E. Instrument Penelitian	27
F. Lokasi dan Waktu	27
G. Prosedur Pengumpulan Data	27
H. Tehnik Analisa Data	28
I. Etika Penelitian	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Analisa Univariat	31
B. Analisa Bivariat	34

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	37
A. KESIMPULAN.....	37
B. SARAN.....	37
DAFTAR PUSTAKA.....	39

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	12
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian <i>One group pra-post t est design</i>	24
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.	31
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	32
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan	32
Tabel 4.4 Perbandingan Tekanan Darah (MAP).....	33
Tabel 4.5 <i>Paired T Test</i>	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Berdiri Sempurna	17
Gambar 2.2 Lapang Dada	18
Gambar 2.3 Tunduk Syukur	19
Gambar 2.4 Duduk Perkasa.....	20
Gambar 2.5 Duduk Pembakaran	21
Gambar 2.6 Berbaring Pasrah	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I : Lembar Bukti Konsultasi Penyusunan Karya Tulis Ilmiah

Lampiran II : SOP Senam Ergonomik

Lampiran III : Inform Consent

Lampiran IV : Lembar Observasi

Lampiran V : Dokumentasi Penelitian

Lampiran VI : Surat Izin Penelitian ke RT.005 RW.004