

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR BEBAS PLAGIARISM	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
RIWAYAT HIDUP.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penulisan.....	6
1.4 Manfaat Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1Konsep Lanjut Usia.....	9
2.1.1 Definisi Lanjut Usia.....	9
2.1.2 Batasan Umur Lanjut Usia	9
2.1.3 Perubahan yang Terjadi pada Lanjut Usia	10
2.2Konsep Tekanan Darah	12
2.2.1 Definisi Tekanan Darah	12
2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah.....	12
2.3 Konsep Hipertensi.....	18
2.3.1 Definisi Hipertensi.....	18
2.3.2 Etiologi Hipertensi.....	18

2.3.3	Patofisiologi	18
2.3.4	Klasifikasi Hipertensi	22
2.3.5	Tanda dan Gejala Hipertensi	23
2.3.6	Penatalaksanaan Hipertensi.....	24
2.4	Konsep Latihan <i>Isometric Handgrip</i>	29
2.4.1	Definisi Latihan <i>Isometric Handgrip</i>	29
2.4.2	Tujuan Latihan <i>Isometric Handgrip</i>	30
2.4.3	Kelebihan dan Kekurangan Latihan <i>Isometric Handgrip</i>	30
2.4.4	Indikasi dan Kontra Indikasi Latihan <i>Isometric Handgrip</i>	31
2.4.5	Mekanisme Penurunan Tekanan Darah dengan Latihan <i>Isometric Handgrip</i>	32
2.5	Kerangka Konsep.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		36
3.1	Jenis Penelitian	36
3.2	Variabel Penelitian.....	36
3.2.1	Variabel Independent.....	37
3.2.2	Variabel Dependent	37
3.3	Populasi dan Sampel	37
3.3.1	Populasi Sampling	37
3.3.2	Teknik Sampling	37
3.3.3	Sampel	38
3.4	Tahapan Literature Review	39
3.4.1	Merumuskan Masalah	40
3.4.2	Mencari dan Mengumpulkan Data/Literature.....	40
3.4.3	Mengevaluasi Kelayakan Data/Literature	42
3.5	Analisa Data	42
3.6	Etika Penelitian	43
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		46
4.1	Hasil Literature Review	46

4.1.1 Analisis Prisma Flow Diagram	46
4.1.2 Penelitian <i>Literature Review</i> Pengaruh Latihan <i>Isometric Handgrip</i> terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi pada Lansia	50
4.2 Pembahasan	66
4.3 Kelemahan Penelitian.....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	77
5.1 Kesimpulan.....	77
5.2 Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.3.1 Klasifikasi Hipertensi menurut WHO	22
Tabel 2.3.2 Klasifikasi Hipertensi menurut AHA & JNC	22
Tabel 2.3.3 Klasifikasi Hipertensi menurut Kemenkes RI	23
Tabel 4.1.2 Critical Appraisal Jurnal Penelitian.....	50

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.5.1 Kerangka Konseptual	35
Bagan 3.4.1 Prisma Flow Diagram.....	39
Bagan 4.1 Prisma Flow Diagram.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Instrumen JBI Critical Appraisal	87
Lampiran 2 Kesiediaan Pemimbing	98
Lampiran 3 Persetujuan Judul	100
Lampiran 4 Catatan Bimbingan.....	101
Lampiran 5 Surat Permohonan Stupen PSRLU Ciparay	106
Lampiran 6 Surat Keterangan Penelitian	109
Lampiran 7 Surat Ijin Studi Pendahuluan	110