

DAFTAR ISI

	HALAMAN
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan.....	10
1.4 Manfaat.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	10
BAB II	12
TINJAUAN TEORI	12
2.1 Kajian Pustaka	12
2.2 Konsep Lansia	13
2.2.1 Pengertian Lansia	13
2.2.2 Perubahan Dan Masalah Yang Terjadi Pada Lansia	13
2.3 Konsep Tekanan Darah.....	16
2.3.1 Pengertian Tekanan Darah	16
2.4 Konsep Hipertensi	16
2.4.1 Pengertian Hipertensi	16

2.4.2	Jenis Hipertensi	18
2.4.3	Etiologi Hipertensi	18
2.4.4	Etiologi Hipertensi Pada Lansia.....	21
2.4.5	Manifestasi Klinis	22
2.4.6	Cara Mencegah Hipertensi	23
2.4.7	Penatalaksanaan Hipertensi.....	24
2.4.8	Komplikasi Hipertensi.....	25
2.5	Konsep Senam Yoga	27
2.5.1	Pengertian Yoga	27
2.5.2	Pengaruh Senam Yoga Untuk Hipertensi.....	29
2.5.3	Keunggulan Senam Yoga.....	32
2.5.4	Gerakan Senam Yoga Yang Dapat Menurunkan Tekanan Darah....	33
2.5.5	Hal Yang Perlu Diperhatikan Saat Yoga.....	37
2.5.6	Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Yoga	38
2.6	Kerangka konseptual (teori yang diadaptasi)	43
BAB III.....		44
METODE PENELITIAN		44
3.1	Jenis Penelitian	44
3.2	Variabel Penelitian.....	44
3.2.1	Variabel Independen (Bebas).....	45
3.2.2	Variabel Dependen (Terikat).....	45
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
3.3.1	Populasi	45
3.3.2	Teknik Sampling	46
3.3.3	Sampel.....	47
3.4	Situs dan Waktu Penelitian.....	48
3.4.1	Situs Penelitian.....	48
3.4.2	Waktu Penelitian	48
3.5	Etika Penelitian.....	49
BAB IV		50
DESAIN PENELITIAN		50
4.1	Prosedur Pengumpulan Data	50

4.1.1	Merumuskan Masalah	50
4.1.2	Pencari Literature	50
4.1.3	Mengevaluasi Kelayakan Data Atau Literature	52
4.2	Analisa Data	53
BAB V	55
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
5.1	Hasil Penelitian.....	55
5.2	Pembahasan	60
BAB VI	68
SIMPULAN DAN SARAN	68
6.1	Kesimpulan.....	68
6.2	Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	69
Lampiran	72

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1 : Klasifikasi Tekanan Darah Menurut WHO16

Tabel 5.1 : Matrix Artikel Hasil Penelitian57

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1 : Kerangka Konseptual.....	43
Bagan 4.1 : Prisma Flow	55

DAFTAR SINGKATAN

1. PTM: Penyakit Tidak Menular
2. WHO: *World Health Organisation*
3. ACE Inhibitor: *Angiotensin-converting enzyme (ACE) inhibitor*
4. SLR: *systematic literature review*
5. JBI: *Joanna Briggs Institute*
6. IQ: *intelegenita Quantion*
7. PICOD: *population, intervention, comparion, outcome, Design*
8. RAAS: *renin-angiotensin-aldosterone system*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar <i>Critical Appraisal</i>
Lampiran 2	Lembar Bimbingan
Lampiran 3	Matrix SUP
Lampiran 4	Hasil Cek Plagiasi
Lampiran 5	Bukti Menjadi Oponen
Lampiran 6	Bukti Acc Pembimbing dan Penguji
Lampiran 7	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 8	Jurnal