

DAFTAR ISI

Halaman Judul dan Prasyarat Gelar	i
Halaman Pernyataan.....	ii
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi	iii
Halaman Persetujuan.....	iv
Lembar Penetapan Panitia Penguji.....	v
Motto	vi
Ucapan Terima Kasih.....	vii
<i>Abstract</i>	ix
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Daftar Arti Singkatan dan Istilah	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.4.1 Tujuan umum	5
1.4.2 Tujuan khusus.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.5.1 Manfaat teoritis.....	6
1.5.2 Manfaat praktis.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Pra Lansia.....	7
2.1.1 Pengertian Lanjut usia	7
2.1.2 Batasan-Batasan Lanjut usia	7
2.1.3 Teori Penuaan.....	8
2.1.4 Perubahan Selama Proses Penuaan	14
2.2 Hipertensi	19
2.2.1 Pengertian Hipertensi	19
2.2.2 Kriteria Hipertensi	19
2.2.3 Klasifikasi Hipertensi	20
2.2.4 Faktor Risiko Hipertensi	21
2.2.5 Patofisiologi Hipertensi	24
2.3 Kontributor Hipertensi pada Pra Lansia.....	26
2.3.1 Aktivitas Fisik	26
2.3.2 Kebiasaan merokok	37
2.3.3 Hubungan Konsumsi Garam dan Hipertensi	41
2.3.4 Konsumsi Lemak Jenuh	42
2.3.5 Obesitas	43
2.3.6 Stress	46

2.4	Keaslian Penelitian	46
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	48
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian	48
3.2	Hipotesis Penelitian	50
BAB 4	METODE PENELITIAN	52
4.1	Rancangan Penelitian	52
4.2	Populasi, Sampel, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	52
4.2.1	Populasi	52
4.2.2	Sampel dan sampling	52
4.3	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	52
4.3.1	Variabel independen (bebas)	53
4.3.2	Variabel dependen (terikat)	53
4.3.3	Definisi Operasional	53
4.4	Instrumen Penelitian	59
4.5	Lokasi dan Waktu Penelitian	60
4.6	Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data	60
4.7	Analisis Data	62
4.8	Kerangka Operasional	64
4.9	<i>Ethical Clearance</i>	64
4.10	Keterbatasan Penelitian	65
BAB 5	HASIL DAN PEMBAHASAN	67
5.1	Hasil Penelitian	67
5.1.1	Gambaran umum lokasi penelitian	67
5.1.2	Karakteristik Responden	68
5.1.3	Data Khusus	69
5.1.4	Hubungan antara aktivitas fisik yang kurang dengan hipertensi	74
5.1.5	Hubungan antara merokok dengan hipertensi	75
5.1.6	Hubungan antara konsumsi garam dengan hipertensi	76
5.1.7	Hubungan antara konsumsi lemak jenuh dengan hipertensi	77
5.1.8	Hubungan antara obesitas dengan hipertensi	78
5.1.9	Hubungan antara stres dengan hipertensi	78
5.2	Pembahasan	79
BAB 6	SIMPULAN DAN SARAN	87
	Daftar pustaka	89
	Lampiran	89

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi.....	20
Tabel 2.2	Kategori Aktivitas fisik RDA.....	27
Tabel 2.3	Skala <i>Rating of Perceived Exertion</i>	31
Tabel 2.4	Tabel Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (WHO 2004).....	44
Tabel 2.5	Klasifikasi IMT (WHO, Western Asia Pasifik).	44
Tabel 2.6	Keaslian penelitian	46
Tabel 5.1	Distribusi pra lansia berdasarkan tingkat pendidikan.	68
Tabel 5.2	Distribusi pra lansia berdasarkan pekerjaan.....	69
Tabel 5.3	Distribusi pra lansia berdasarkan riwayat keluarga.....	69
Tabel 5.4	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko kurangnya aktivitas. .	70
Tabel 5.5	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko kebiasaan merokok...	70
Tabel 5.6	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko konsumsi garam.	71
Tabel 5.7	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko lemak jenuh.	72
Tabel 5.8	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko obesitas.....	73
Tabel 5.9	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko stres.	73
Tabel 5.10	Distribusi responden berdasarkan faktor risiko hipertensi.....	73
Tabel 5.11	Hubungan aktivitas fisik yang dengan hipertensi	74
Tabel 5.12	Hubungan antara merokok dengan hipertensi.....	75
Tabel 5.13	Hubungan antara konsumsi garam dengan hipertensi.....	76
Tabel 5.14	Hubungan antara lemak jenuh dengan hipertensi	77
Tabel 5.15	Hubungan antara obesitas dengan hipertensi	78
Tabel 5.16	Hubungan antara stres dengan hipertensi.....	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Identifikasi Masalah	4
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	48
Gambar 4.1 Kerangka operasional	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Keperawatan.....	93
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Bakesbang, Pol, dan Linmas.....	94
Lampiran 3. Lembar Pernyataan telah melakukan Penelitian dari Kelurahan.....	95
Lampiran 4. Lembar Pernyataan telah melakukan Penelitian dari Komunitas.....	95
Lampiran 5. Lembar Penjelasan Penelitian.....	96
Lampiran 6. Lembar <i>Informed Consent</i>	99
Lampiran 7. Lembar Kuisisioner.....	100
Lampiran 8. Tabulasi jadwal.....	104
Lampiran 9. Tabulasi data.....	105
Lampiran 10. Uji statistik.....	107

DAFTAR ARTI SINGKATAN DAN ISTILAH

- Recoil elastic : Mengacu pada seberapa mudah paru kembali ke bentuknya setelah diregangkan. Sifat ini menentukan kembalinya paru ke volume pra inspirasinya sewaktu otot-otot inspirasi melemas di akhir respirasi.
- Sfingter esophagus : Sfingter adalah struktur berotot berbentuk cincin yang jika tertutup, mencegah lewatnya benda melalui saluran yang dijaganya. Sfingter esophagus adalah sfingter faringoesofagus dan sfingter bawah adalah sfingter gastroesofagus.