

**DAFTAR ISI**

Halaman Judul dan Prasyarat Gelar .....	i
Lembar Pernyataan .....	ii
Halaman Pernyataan .....	iii
Lembar Persetujuan .....	iv
Lembar Penetapan Panitia Penguji .....	v
Motto .....	vi
Ucapan Terima Kasih .....	vii
Abstrak .....	ix
<i>Abstract</i> .....	x
Daftar Isi .....	xi
Daftar Tabel .....	xiv
Daftar Gambar .....	xv
Daftar Lampiran .....	xvi
Daftar Arti Lambang dan Singkatan .....	xvii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.2 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.3 Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1. Konsep Lanjut Usia (Lansia) .....	8
2.1.1 Pengertian Lansia .....	8
2.1.2 Perubahan Selama Proses Penuaan .....	9
2.2 Konsep Tekanan Darah .....	13
2.2.1 Pengertian Tekanan Darah .....	13
2.2.2 Pengaturan Tekanan Darah .....	15
2.2.3 Alat Pengukuran Tekanan Darah .....	21
2.2.4 Prinsip Pengukuran Tekanan Darah .....	23
2.3 Konsep Hipertensi .....	25
2.3.1 Pengertian dan Klasifikasi Hipertensi .....	25
2.3.2 Etiologi .....	26
2.3.3 Faktor Resiko Hipertensi .....	29
2.3.4 Patofisiologi .....	33
2.3.5 Komplikasi .....	39

2.3.6 Manifestasi Klinis .....	41
2.3.7 Pemeriksaan Diagnostik .....	42
2.3.8 Penatalaksanaan .....	42
2.4 Konsep Olahraga .....	46
2.4.1 Pengertian Olahraga .....	46
2.4.2 Fisiologi Olahraga .....	48
2.4.3 Jenis Olahraga Sesuai Usia .....	49
2.4.4 Olahraga Berjalan Kaki .....	50
2.5 Hidroterapi .....	52
2.5.1 Definisi Hidroterapi Kaki .....	53
2.6 Konsep Teori Adaptasi Roy .....	55
2.5.1 Manusia .....	56
2.5.2 Konsep Lingkungan .....	60
2.7 Keaslian Penelitian .....	61
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN ....</b>	<b>68</b>
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian .....	68
3.2 Hipotesis .....	71
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>72</b>
4.1 Desain Penelitian .....	72
4.2 Populasi, Sampel, dan <i>Sampling</i> .....	73
4.2.1 Populasi .....	73
4.2.2 Sample dan besar sampel .....	73
4.2.3 <i>Sampling</i> .....	73
4.3 Identifikasi Variabel .....	74
4.4 Definisi Operasional .....	75
4.5 Instrumen Penelitian .....	76
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	76
4.7 Prosedur Pengumpulan Data .....	76
4.7.1 Prosedur Administrasi .....	76
4.7.2 Prosedur Etik .....	77
4.7.3 Prosedur Teknis Pengumpulan Data .....	77
4.8 Analisa Data .....	80
4.8.1 <i>Editing</i> .....	80
4.8.2 <i>Coding</i> .....	80
4.8.3 <i>Entry Data</i> .....	81
4.8.4 Analisis Statistik .....	81
4.9 Kerangka Operasional .....	82
4.10 Etika Penelitian .....	83
4.11 Keterbatasan Penelitian .....	85

<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>87</b>
5.1 Hasil Penelitian .....	87
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	89
5.1.2 Data umum .....	89
5.1.3 Data khusus .....	91
5.2 Pembahasan .....	96
<b>BAB 6 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>104</b>
6.1 Simpulan .....	104
6.2 Saran .....	104
Daftar Pustaka .....	106
Lampiran .....	109

**DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut ESH/ESC (2013) .....	25
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi Menurut AHA (2017) .....	26
Tabel 2.3 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VIII (2014) .....	26
Tabel 2.4 Keaslian Penelitian .....	59
Tabel 4.1 Definisi Operasional Pengaruh Berjalan Kaki dan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi .....	75
Tabel 5.1 Distribusi Responden Menurut Karakteristik Demografi di UPTD Griya Werdha Surabaya .....	90
Tabel 5.2 Hasil Uji Normalitas Data Penelitian .....	91
Tabel 5.3 Hasil <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Tekanan Darah Sistolik Subjek Sebelum Dan Sesudah Intervensi .....	92
Tabel 5.4 Hasil <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Tekanan Darah Sistolik Subjek Sebelum Dan Sesudah Intervensi .....	94

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Pengukuran Tekanan Darah dengan Menggunakan Sfigmomanometer .....	24
Gambar 2.2 Peran Angiotensin II Dalam Pengaturan Tekanan Darah .....	38
Gambar 2.3 Teori Adaptasi Roy .....	56
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Berjalan Kaki dan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah .....	68
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Operasional .....	82

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian .....	109
Lampiran 2 Surat ijin penelitian Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Surabaya .....	110
Lampiran 3 Surat Penelitian UPTD Griya Werdha .....	111
Lampiran 4 Surat lulus kaji etik .....	112
Lampiran 5 Lembar Permohonan menjadi Responden Penelitian .....	113
Lampiran 6 Lembar Penjelasan Penelitian Bagi Responden .....	114
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian .....	115
Lampiran 8 SOP Merendam kaki dengan air hangat .....	116
Lampiran 9 SOP Pemeriksaan Tekanan Darah Dengan Sphygmomanometer .....	117
Lampiran 10 Lembar Penjaringan Responden .....	118
Lampiran 11 Indeks Katz .....	119
Lampiran 12 SOP TUGT .....	120
Lampiran 13 Lembar Observasi Tekanan Darah .....	122

**DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN**

**Daftar Arti Lambang**

/	: per
%	: persen atau per seratus
<	: kurang dari
>	: lebih dari
&	: dan
+	: tambah atau di jumlahkan
=	: sama dengan
±	: kurang lebih

**Daftar Arti Singkatan**

Depkes	: Departemen Kesehatan
Dinkes	: Dinas Kesehatan
JNC	: Joint National Commite
Lansia	: Lanjut Usia
WHO	: World Health Organization
Riskedes	: Riset Kesehatan Dasar
BUN	: Blood Urea Nitrogen
BMR	: Basal Metabolic Rate
BMI	: Body Mass Index
ACE	: Angiotensin Converting Enzyme
AVP	: Arigin Vaso Pressin
ESH	: <i>European Society of Hypertension</i>
ESC	: <i>European Society of Cardiology</i>
ACC	: American College of Cardiology
AHA	: American Heart Association
AI	: Angiotensin I
AII	: Angiotensin II
CHF	: Chronic Heart Failure
CRF	: Chronic Renal Failure