

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
COVER.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
SKRIPSI.....	iv
SKRIPSI.....	v
MOTTO	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Hipertensi.....	8
2.1.1 Definisi Hipertensi	8
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi.....	8
2.1.3 Patofisiologi Hipertensi pada Lansia	11
2.1.4 Faktor Resiko Hipertensi	12

2.2. Konsep Lansia.....	13
2.2.1 Pengertian Lansia.....	13
2.2.2 Teori Penuaan	13
2.2.3 Perubahan Selama Proses Penuaan.....	16
2.3 Konsep Kualitas Hidup	18
2.3.1 Pengertian	18
2.3.2 Pengukuran Kualitas Hidup.....	19
2.3.3 Kualitas Hidup pada Penderita Hipertensi.....	20
2.4 Olahraga Jalan Kaki	20
2.4.1 Pengertian Olahraga.....	20
2.4.2 Fisiologi Olahraga.....	21
2.4.3 Berjalan Kaki	21
2.5 Tinjauan Teori Adaptasi SC. Roy	25
2.5.1 Manusia Sebagai Sistem Adaptif.....	25
2.5.2 Input (Stimulus)	26
2.5.3 Mekanisme Koping.....	27
2.5.4 Output	28
2.5.5 Subsistem Regulator dan Kognator	28
2.5.6 Tingkat Adaptasi.....	30
2.6 Keaslian Penelitian	31
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	36
3.1 Kerangka Konseptual.....	36
3.2 Hipotesis Penelitian.....	38
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	39
4.1 Desain Penelitian.....	39
4.2 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	40
4.2.1 Populasi.....	40
4.2.2 Sampel.....	40
4.2.3 Sampling	41
4.3 Identifikasi Variabel.....	43

4.3.1 Variabel independen	43
4.3.2 Variabel dependen	43
4.4 Definisi Operasional.....	43
4.5 Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	45
4.5.1 Instrumen.....	45
4.5.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	46
4.5.3 Prosedur Pengambilan Data.....	46
4.6 Analisis Data	48
4.7 Kerangka Operasional.....	49
4.8 Etika Penelitian	50
4.9 Keterbatasan penelitian	51
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	58
5.1 Hasil Penelitian	58
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	58
5.1.2 Karakteristik Responden.....	59
5.1.3 Variabel yang diukur.....	61
5.2 Pembahasan.....	65
5.2.1 Tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia yang menderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi latihan fisik berjalan kaki 30 menit.....	65
5.2.2 Kualitas hidup pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi latihan fisik berjalan kaki 30 menit.....	67
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	71
6.1 Kesimpulan	71
6.2 Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi hipertensi.....	9
Tabel 2.2	Obat – obat antihipertensi.....	18
Tabel 2.3	WHOQOL – BREF Domain.....	29
Tabel 2.4	Keaslian Penelitian.....	42
Tabel 4.1	Rancangan penelitian quasy experimental.....	48
Tabel 4.2	Definisi Operasional.....	50
Tabel 4.3	Kisi – Kisi Kuisisioner.....	52
Tabel 5.1	Data demografi responden.....	59
Tabel 5.2	Analisis tekanan darah sistolik kelompok kontrol dan perlakuan.....	61
Tabel 5.3	Analisis tekanan darah diastolik kelompok kontrol dan perlakuan.....	61
Tabel 5.4	Analisis kualitas hidup kelompok kontrol dan perlakuan.....	62
Tabel 5.5	Analisis pre test perbedaan tekanan darah dan kualitas hidup..... kelompok kontrol dan perlakuan	63
Tabel 5.6	Analisis post test perbedaan tekanan darah dan kualitas hidup..... kelompok kontrol dan perlakuan	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.5 Bagan teori adaptasi Roy.....	37
Gambar 3.1 Kerangka konseptual.....	45
Gambar 4.1 Kerangka operasional.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	lembar penjelasan penelitian.....	75
Lampiran 2	lembar persetujuan menjadi responden (<i>informed consent</i>).....	77
Lampiran 3	lembar kuesioner penelitian.....	78
Lampiran 4	lembar prosedur pengukuran tekanan darah.....	79
Lampiran 5	lembar prosedur latihan fisik berjalan kaki.....	80
Lampiran 6	lembar kuisisioner WHOQOL-BREF.....	81
Lampiran 7	lembar evaluasi pelaksanaan latihan fisik jalan kaki.....	86
Lampiran 8	lembar observasi pengukuran tekanan darah.....	87
Lampiran 9	lembar lolos etik.....	88
Lampiran 10	lembar ijin pengambilan data.....	89
Lampiran 11	lembar ijin KESBANGPOL Jawa Timur.....	90
Lampiran 12	lembar ijin KESBANGPOL Ngawi.....	91
Lampiran 13	lembar ijin DINKES Ngawi.....	92
Lampiran 15	lembar selesai pengambilan data.....	94
Lampiran 16	lembar uji data statistik.....	95

DAFTAR SINGKATAN

PTM	: Penyakit Tidak Menular
ACE	: Angiotensin Converting Enzyme
ARB	: Angiotensin Reseptor Bloker
CCB	: Calcium Channel Bloker
TPR	: Total Pheripeal Resisten
JNC	: Joint National Commitee
ADH	: Anti Diuretic Hormon
TIA	: Transient Ischemic Attack
ACTH	: Adeno Cortico Tropic Hormon
WHO	: World Health Organisation
ADL	: Activity Daily Life
ACSM	: American College of Sport Medicine
AHA	: Alpha Hidroxy Acid
NO	: Nitric Oxide
NOS	: Nitric Oxide Synthase