

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Lansia (Lanjut Usia)	8
B. Konsep Dasar Hipertensi	12
C. Isometric Handgrip Exercise.....	24
D. Kerangka Berpikir.....	31
E. Kerangka Konsep Penelitian.....	32
F. Hipotesa	32
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian.....	32
B. Kerangka Penelitian	33
C. Populasi, Sample dan Teknik Sampling	34

D. Variabel.....	36
E. Definisi Operasional	36
F. Tempat Penelitian	37
G. Waktu Penelitian.....	37
H. Instrumen Penelitian	38
I. Prosedur Penelitian	38
J. Analisa Data.....	41
K. Etika Penelitian	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Gambaran Umum Penelitian.....	43
B. Hasil.....	43
C. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP.....	60
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	1
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian (Lanjutan)	1
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi menurut Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia	14
Tabel 3.3 Definisi Operasional	37
Tabel 3.4 SOP Isometric Handgrip Exercise dengan Alat Handgrip	39
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Tinggi Badan, dan Berat Badan	44
Tabel 4. 2 Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Eksperimen	45
Tabel 4. 3 Rerata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Kontrol	46
Tabel 4. 4 Perbandingan Rerata Tekanan Darah Antarkelompok	47
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas Perubahan Tekanan Darah	48
Tabel 4. 6 Hasil Uji Wilcoxon pada Kelompok Eksperimen	49
Tabel 4. 7 Hasil Uji Wilcoxon pada Kelompok Kontrol	50
Tabel 4. 8 Hasil Uji Mann-Whitney terhadap Delta Tekanan Darah Sistolik	51
Tabel 4. 9 Hasil Uji Mann-Whitney terhadap Delta Tekanan Darah Diastolik	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Alat Handgrip	30
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir	31
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian.....	32
Gambar 3.1 Kerangka Penelitian.....	33



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Bimbingan Dosen Pembimbing 1
- Lampiran 2 Kartu Bimbingan Dosen Pembimbing 2
- Lampiran 3 Kartu Bimbingan Revisi Proposal dan Skripsi
- Lampiran 4 Angket Persetujuan Seminar Proposal
- Lampiran 5 Angket Persetujuan Seminar Hasil
- Lampiran 6 Surat Izin Etik Penelitian
- Lampiran 7 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Kerahasiaan Data Pribadi Responden
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 Kuisisioner
- Lampiran 11 SOP Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 12 SOP Hand Grip
- Lampiran 13 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Selama 5 Hari
- Lampiran 14 Hasil Olah Data
- Lampiran 15 Surat Keterangan Pengambilan Data
- Lampiran 16 Dokumentasi
- Lampiran 17 Biodata Peneliti Utama