DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING v
PENGESAHAN PENGUJI vi
KATA PENGANTAR vii
ABSTRAK ix
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
DAFTAR SINGKATAN xvi
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL xvii
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan 7
D. Manfaat Penelitian 7
BAB II 9
TINJAUAN PUSTAKA 9
A. Konsep Lansia 9
1. Definisi Lansia 9
2. Klasifikasi Lansia 9
3. Tipe Lansia 10
4. Perubahan-Perubahan yang Terjadi Pada Lansia 11
B. Konsep Hipertensi Lansia 13
1. Definisi Hipertensi Lansia 13
2. Etiologi Hipertensi Lansia 14
3. Klasifikasi Hipertensi 15
4. Patofisiologi Hipertensi Lansia 15
5. Tanda Gejala Hipertensi 16
6. Penatalaksanaan Hipertensi 17
7. Komplikasi Hipertensi Pada Lansia 18
C. Konsep Senam Ergonomik 19
1. Definisi Senam Ergonomik 19
2. Tujuan Senam Ergonomik 19
3. Manfaat Senam Ergonomik 19
4. Pengaruh Senam Ergonomik 20
5. Waktu Pelaksanaan Senam Ergonomik 21
6. Indikasi dan Kontraindikasi Senam Ergonomik 21
7. Alat yang Digunakan Pada Senam Ergonomik 22
8. Standart Operasional Prosedure Senam Ergonomik 22
BAB III 25
METODE PENELITIAN 25
A. Rancangan Penelitian 25

B. Subjek Penelitian....25
C. Definisi Operasional....26
D. Tempat dan Waktu Pelaksanaan....26
E. Pengumpulan Data....27
F. Cara Pengolahan Data....29
G. Etika Penelitian Keperawatan....29
BAB IV....31
HASIL DAN PEMBAHASAN....31
A. Hasil....31
1. Gambaran Lokasi Penelitian....31
2. Hasil Penerapan....32
B. Pembahasan....35
1. Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Penerapan Senam Ergonomik....35
2. Tekanan Darah Setelah Dilakukan Penerapan Senam Ergonomik....36
3. Perbandingan Hasil Akhir Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Senam Ergonomik....39
C. Keterbatasan Penelitian....41
BAB V....43
KESIMPULAN DAN SARAN....43
A. Kesimpulan....43
B. Saran....43
DAFTAR PUSTAKA....44
LAMPIRAN....48