

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
ABSTRAK	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Kerangka Konsep	5
F. Hipotesis Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Hipertensi	6
1. Pengertian Hipertensi	6
2. Klasifikasi Tekanan Darah	6
3. Etiologi	7
4. Tanda dan Gejala Klinis Hipertensi	8
5. Patofisiologis	9
6. Faktor Risiko Hipertensi	10
7. Komplikasi Hipertensi	15
B. Penatalaksanaan Diet Hipertensi	16
1. Tujuan Diet Hipertensi	16
2. Prinsip Diet Hipertensi	16
3. Syarat Diet Hipertensi	16
4. Macam Diet Hipertensi	17
C. Pola Konsumsi Makanan Terkait Hipertensi	21
1. Natrium	21
2. Lemak	22
D. Aktifitas Fisik	24
1. Pengertian Aktifitas Fisik	24
2. Manfaat Aktifitas Fisik	24
3. Macam Aktifitas Fisik	25
4. Kategori Aktifitas Fisik	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	27
B. Waktu dan Tempat	27
C. Populasi dan Sampel	27
D. Variabel Penelitian	28
E. Definisi Operasional Variabel	28
F. Instrumen Penelitian	29
G. Metode Pengumpulan Data	30
H. Pengolahan dan Analisis Data	31
I. Alur Penelitian	33
J. Etika Penelitian	34

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Gambaran Umum Puskesmas Mulyorejo	35
B. Gambaran Umum Program Prolanis	35
C. Karakteristik Pasien	36
D. Gambaran Tekanan Darah Pasien Hipertensi.....	42
E. Gambaran Jumlah Asupan Natrium Pasien Hipertensi	44
F. Gambaran Jumlah Asupan Lemak Pasien Hipertensi	47
G. Gambaran Aktifitas Fisik Pasien Hipertensi	49
H. Analisis Asupan Natrium dan Tekanan Darah.....	51
I. Analisis Asupan Lemak dan Tekanan Darah	54
J. Analisis Aktifitas Fisik dan Tekanan Darah	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62