

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
IDENTITAS TIM PENGUJI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENULIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat teoritis	4
2. Manfaat praktis	4
E. Kerangka Konsep	5
F. Hipotesis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Hipertensi	7
1. Definisi hipertensi.....	7
2. Klasifikasi hipertensi	8
3. Etiologi hipertensi.....	9
4. Patofisiologi hipertensi	10
5. Diagnosis hipertensi.....	11
6. Faktor – faktor risiko hipertensi	12
7. Tanda dan gejala hipertensi	15
8. Penatalaksanaan medis	16
B. Penyuluhan Gizi.....	22
1. Definisi Penyuluhan	22

2.	Tujuan Penyuluhan	23
3.	Metode Penyuluhan	24
4.	Media Penyuluhan	27
C.	Gambaran Umum Pengetahuan Responden	28
D.	Senam Lansia.....	30
1.	Definisi Olahraga	30
2.	Jenis Olahraga.....	30
3.	Manfaat olahraga	31
4.	Definisi Senam Lansia	32
5.	Manfaat senam lansia	33
6.	Gerakan senam lansia	34
E.	Pola Konsumsi.....	35
1.	Pengertian pola konsumsi	35
2.	Kriteria pola konsumsi.....	36
F.	Tekanan Darah	37
1.	Definisi Tekanan Darah	37
2.	Fisiologi Tekanan Darah.....	38
3.	Cara Mengukur Tekanan Darah	38
G.	Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pola konsumsi dan tekanan darah pada penderita hipertensi	39
H.	Pengaruh senam lansia terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.....	40
BAB III METODE PENELITIAN.....		41
A.	Jenis Penelitian.....	41
B.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	41
C.	Populasi dan Sampel.....	41
1.	Populasi.....	41
2.	Sampel	41
3.	Besar Sampel	42
4.	Teknik Sampling.....	42
D.	Variabel Penelitian	42
1.	Variabel bebas	42
2.	Variabel terikat	42
E.	Instrumen Penelitian	42
F.	Definisi Operasional.....	43

G. Metode Pengumpulan Data	43
1. Tahapan Penelitian	43
2. Teknik Pengumpulan Data	45
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	45
I. Etik Penelitian	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Gambaran Pelayanan Gizi Pada Puskesmas Kedungkandang.....	50
B. Karakteristik Responden.....	50
C. Gambaran Umum Pengetahuan Mengenai Pola Konsumsi Sebelum dan Sesudah di Berikan Penyuluhan	54
D. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pola Konsumsi Tinggi Natrium Pada Penderita Hipertensi	55
E. Pengaruh Pola Konsumsi Tinggi Natrium Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan.....	58
F. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	61
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	75