

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Lansia .....	6
1. Definisi lansia .....	6
2. Batasan usia lansia .....	6
3. Perubahan yang Terjadi pada Lansia .....	7
B. Pola Makan .....	8
1. Definisi Pola Makan .....	8
2. Indikator Pola Makan .....	9
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan .....	11
4. Metode Pengukuran Konsumsi .....	12
C. Lemak .....	13
1. Definisi Lemak .....	13
2. Fungsi Lemak .....	14
3. Jenis Lemak .....	14
4. Efek Kelebihan dan Kekurangan Lemak .....	15
5. Jumlah Asupan Lemak Sehari .....	16
6. Bahan Makanan Sumber Lemak .....	16
D. Tekanan Darah .....	17
1. Definisi Tekanan Darah .....	17
2. Penggolongan Tekanan Darah .....	17
3. Pengukuran Tekanan Darah .....	18
4. Klasifikasi Tekanan Darah .....	19
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah Lansia .....	20
E. Hubungan Antara Pola Makan dan Asupan Lemak terhadap Tekanan Darah pada Lansia .....	22
1. Hubungan Pola Makan dengan Tekanan Darah pada Lansia .....	22
2. Hubungan Asupan Lemak dengan Tekanan Darah pada Lansia .....	22
F. Kerangka Konsep.....	23
G. Hipotesis .....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
A. Jenis Penelitian .....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel .....	25
D. Variabel Penelitian .....	27
E. Definisi Operasional Variabel .....	27

F. Instrumen Penelitian .....	28
G. Metode Pengumpulan Data.....	29
H. Metode Pengolahan Data.....	32
I. Analisis Data .....	33
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	34
B. Data Demografi (Karakteristik Responden) .....	34
C. Hubungan antara Pola Makan dan Asupan Lemak dengan Tekanan Darah pada Lansia di Desa Ngajum .....	44
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
A. Kesimpulan .....	47
B. Saran .....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>52</b>