

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUTUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Bagi Responden.....	5
1.4.2 Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan.....	5
1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Tingkat Aktivitas.....	6
2.1.1 Definisi.....	6
2.1.2 Klasifikasi.....	6
2.1.3 Faktor Pengaruh.....	7
2.2 Kosep Tingkat Stress.....	9
2.2.1. Definisi.....	9
2.2.2. Penyebab.....	9
2.2.3. Klasifikasi.....	10
2.2.4. Faktor.....	10
2.3 Kosep Tekanan Darah.....	11

2.3.1.	Definisi	11
2.3.2.	Klasifikasi	11
2.3.3.	Eiologi	11
2.3.4.	Tanda dan Gejala	12
2.3.5.	Faktor	12
2.4	Konsep Dewasa Usia 26 – 45 Tahun	14
2.4.1	Definisi	14
2.4.2	Ciri-ciri Masa Dewasa	15
2.5	Hubungan Tingkat Aktifitas dan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah	18
2.6	Kerangka Konsep Penelitian.....	19
2.7	Hipotesis Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN.....		21
3.1.	Desain Penelitian	21
3.2.	Kerangka Kerja	22
3.3.	Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling	23
3.3.1.	Populasi	23
3.3.2.	Sampel	23
3.3.3.	Teknik Sampling.....	24
3.4.	Variabel Penelitian.....	25
3.4.1.	Variabel Dependen	25
3.4.2.	Variabel Independen.....	25
3.5.	Definisi Operasional	25
3.6.	Instrumen Penelitian	27
3.7.	Metode Pengumpulan Data.....	27
3.8.	Pengolahan Data.....	29
3.9.	Lokasi Dan Waktu Penelitian	31
3.10.	Analisa Data.....	32
3.10.1.	Analisa Univariat	32
3.10.2.	Analisa Bivariat	33
3.11.	Penyajian Data	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		34

4.1 Hasil Penelitian	34
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	34
4.1.2 Data Karakteristik Responden	35
4.1.3 Data Khusus	36
4.2 Pembahasan.....	39
4.2.1 Identifikasi Tekanan Darah	40
4.2.2 Identifikasi Fisik	41
4.2.3 Identifikasi Stres	42
4.2.4 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah	43
4.2.5 Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah	44
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	45
BAB V PENUTUP	46
5.1 Kesimpulan.....	46
5.2 Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN	