

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	i
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Studi Kasus	5
D. Manfaat Studi Kasus	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. TEKANAN DARAH	7
1. Pengertian	7
2. Regulasi Tekanan Darah	8
3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah	12
4. Pengukuran Tekanan Darah Non Invasif	15
B. HIPERTENSI.....	16
1. Definisi	16
2. Anatomi Fisiologi	17
a. Anatomi.....	17
C. JALAN KAKI 30 MENIT	32
1. Pengertian.....	32
2. Tujuan	33
3. Teknik	33
4. Hal-hal Yang Harus Diperhatikan	34
5. Kontra indikasi jalan kaki 30 menit	35

BAB III METODE STUDI KASUS	38
A. Rancangan studi kasus	38
B. Subyek studi kasus.....	38
C. Fokus Studi.....	39
D. Definisi Operasional	39
E. Instrumen Studi Kasus	41
F. Metode Pengumpulan Data	41
G. Langkah-Langkah Studi Kasus	42
G. Lokasi Dan Waktu Studi Kasus.....	44
H. Analisa Data dan Penyajian Data	44
I. Etika Studi Kasus.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil.....	46
B. Pembahasan	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. KESIMPULAN	61
B. SARAN.....	62
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor tabel	Judul tabel	Halaman
Tabel 1.1	Data rata-rata Tekanan Darah Normal	20
Tabel2.2	Klasifikasi Tekanan Darah	22

DAFTAR GAMBAR

Nomor gambar	Judul Tabel	Halaman
Gambar 1.1	System kardiovaskular	7
Gambar 1.2	Anatomi jantung	9
Gambar 2.1	Pemanasan sebelum Latihan fisik <i>walking exercise</i>	26
Gambar 2.2	Jalan kaki dengan santai selama 30 menit	26

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Tabel
Lampiran	
Lampiran I	Lembar Permohonan Calon Responden
Lampiran II	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran III	Lembar Oprasional Prosedur <i>Walking Exercise</i>
Lampiran IV	Lembar Analisa Jurnal
Lampiran V	Lembar Observasi
Lampiran VI	Lembar Konsultasi pembimbing