

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah	2
C. Tujuan penelitian	3
D. Keaslian penelitian.....	3
E. Manfaat penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan pustaka.....	6
1. Tekanan darah.....	6
2. Kesehatan, gaya hidup sehat, dan <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i>	7
3. Kebugaran.....	8
4. Nutrisi.....	8
5. Penghindaran ketergantungan zat	8
6. Manajemen Stres.....	9
7. Kesehatan/kebersihan diri	9
8. Pencegahan penyakit	10
9. Kesehatan emosi	10
10. Keamanan personal	10
11. Kesehatan dan keamanan lingkungan	10
B. Kerangka teori	11
C. Kerangka konsep	12
D. Hipotesis penelitian.....	13
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	14
A. Rancangan Penelitian.....	14
B. Lokasi Penelitian	15

C.	Populasi dan sampel penelitian	15
D.	Definisi operasional	15
1.	Variabel terikat.....	16
2.	Variabel bebas.....	16
E.	Instrumen penelitian.....	16
F.	Langkah Penelitian	17
G.	Keterbatasan penelitian	17
H.	Konsiderasi etik	17
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		19
A.	Hasil	19
1.	Karakteristik Subyek Penelitian.....	19
2.	Hasil Analisis Variabel Tekanan Darah dan <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i>	21
B.	Pembahasan	27
1.	Tekanan darah masyarakat Kota Yogyakarta	27
2.	Beda rerata tekanan darah masyarakat Kota Yogyakarta pada laki-laki dan perempuan.....	27
3.	Beda rerata hasil pengukuran tekanan darah masyarakat Kota Yogyakarta pada kelompok usia dewasa muda dan kelompok usia menengah	28
4.	Penilaian <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> masyarakat Kota Yogyakarta.....	29
5.	Beda rerata nilai per kategori <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> masyarakat Kota Yogyakarta pada laki-laki dan perempuan	31
6.	Beda rerata nilai per kategori <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> masyarakat Kota Yogyakarta pada kelompok usia dewasa muda dan kelompok usia menengah	33
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		34
A.	Simpulan	34
B.	Saran	35
DAFTAR PUSTAKA.....		36
LAMPIRAN.....		40
1.	Konsiderasi Etik.....	40
2.	<i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i>	42

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Klasifikasi Tekanan Darah pada Orang Dewasa.....	6
Tabel 2.	Variabel Terikat.....	16
Tabel 3.	Karakteristik Subyek Penelitian.....	19
Tabel 4.	Kriteria Penilaian <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i>	20
Tabel 5.	Beda rerata tekanan darah pada kelompok perempuan dan laki-laki.....	21
Tabel 6.	Beda rerata tekanan darah pada kelompok dewasa muda dan usia menengah.....	21
Tabel 7.	Klasifikasi tekanan darah berdasarkan jenis kelamin.....	22
Tabel 8.	Klasifikasi tekanan darah berdasarkan kelompok usia.....	22
Tabel 9.	Beda rerata nilai per kategori <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> pada kelompok perempuan dan laki-laki.....	23
Tabel 10.	Beda rerata nilai per kategori <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> pada kelompok dewasa muda dan usia menengah.....	24
Tabel 11.	Hasil penilaian <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> berdasarkan jenis kelamin.....	25
Tabel 12.	Hasil penilaian <i>Wellness Lifestyle Questionnaire</i> berdasarkan kelompok usia.....	26