

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kebutuhan Lemak Lansia	13
Tabel 2. Sumber Lemak dalam Makanan (100 gr)	14
Tabel 3. Kebutuhan Tidur Normal Berdasarkan Usia.....	16
Tabel 4. Klasifikasi Tekanan Darah.....	21
Tabel 5. Penelitian Yang Relevan.....	35
Tabel 6. Definisi Operasional	42
Tabel 7. Kisi-kisi Instrumen kualitas tidur.....	44
Tabel 8. Kategori Data Karakteristik Responden	47
Tabel 9. EAR berdasarkan jenis kelamin dan usia.....	48
Tabel 10. Kategori Asupan Lemak	48
Tabel 11. Skoring PSQI	49
Tabel 12. Kategori Hipertensi	50
Tabel 13. Besaran Responden Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 14. Sebaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 15. Sebaran Responden Berdasarkan Kategori Pendidikan Terakhir	57
Tabel 16. Sebaran Responden Berdasarkan Kategori Pekerjaan	58
Tabel 17. Sebaran Responden Berdasarkan Pendapatan Responden.....	58
Tabel 18. Sebaran Responden Berdasarkan Besaran Keluarga	59
Tabel 19. Sebaran Responden Berdasarkan Riwayat Konsumsi Obat Hipertensi	60
Tabel 20. Sebaran Responden Berdasarkan Asupan Lemak.....	60
Tabel 21. Sebaran Responden Berdasarkan Kualitas Tidur.....	61
Tabel 22. Sebaran Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi.....	61
Tabel 23. Hubungan Asupan Lemak dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia...	62
Tabel 24. Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia...	63
Tabel 25. Hubungan Asupan Lemak dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.....	64