

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritik.....	6
1.4.2 Manfaat Praktik.....	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	8
BAB II TINJAUAN TEORI	9
2.1 Kajian Pustaka	9
2.2 Konsep Lanjut Usia (Lansia)	10
2.2.1 Pengertian Lansia.....	10
2.2.2 Klasifikasi Lansia.....	11
2.2.3 Teori Mengenai Lanjut Usia	11
2.2.4 Perubahan-perubahan Pada Lansia	13
2.3 Konsep Kualitas Tidur	17
2.3.1 Definisi Tidur	17
2.3.2 Kualitas Tidur	17

2.3.3	Fungsi Tidur.....	17
2.4	Konsep Kualitas Tidur Pada Lansia	18
2.4.1	Kualitas Tidur Lansia.....	18
2.4.2	Perubahan Tidur Pada Lansia	19
2.4.3	Kebutuhan Tidur Lansia.....	20
2.4.4	Faktor-faktor yang mempengaruhi Kualitas tidur.....	21
2.4.5	Gangguan Tidur Pada Lansia.....	22
2.4.6	Penatalaksanaan Gangguan Tidur Pada Lansia	24
2.5	Konsep Stres	25
2.5.1	Pengertian Stres.....	25
2.5.2	Gejala stres.....	25
2.5.3	Tingkatan Stres.....	26
2.5.4	Dampak Stres	27
2.5.5	Penyebab Stres Pada Lansia.....	28
2.6	Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia	29
2.7	Kerangka Konseptual.....	30
BAB III METODE PENELITIAN		31
3.1	Jenis Penelitian	31
3.2	Variabel Penelitian.....	31
3.2.1	Variabel Independen (Bebas).....	31
3.2.2	Variabel Dependen (Terikat).....	32
3.3	Populasi dan Sampel.....	32
3.3.1	Populasi	32
3.3.2	Sampel.....	32
3.4	Situs dan Waktu Penelitian	33
3.4.1	Situs Penelitian.....	33
3.4.2	Waktu Penelitian	34
3.5	Etika Penelitian	34
BAB IV DESAIN PENELITIAN		36
4.1	Prosedur Pengumpulan Data.....	36
4.1.1	Perumusan Masalah	36
4.1.2	Pencarian Literature	36
4.1.3	Evaluasi Kelayakan Data	38
4.2	Analisa Data.....	40
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN		42
5.1	Hasil Penelitian	42

5.2	Pembahasan	51
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		57
6.1	Kesimpulan	57
6.2	Saran	57
DAFTAR PUSTAKA		59

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Metode PICO.....	37
Tabel 5. 1 Matriks artikel tentang HubunganTingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pada Lansia: <i>Literature review</i>	42

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Konseptual	30
Bagan 2. Prisma Flow	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Matriks Hasil Penelitian

Lampiran 2 Tabel Hasil Analisa JBI

Lampiran 3 Form Checklist JBI

Lampiran 4 Lembar Cek Plagiarisme

Lampiran 5 Bukti Menjadi Oponen

Lampiran 6 Catatan Bimbingan Skripsi

Lampiran 7 Bukti Acc Pembimbing dan Penguji

Lampiran 8 Riwayat Hidup