

DAFTAR ISI

Halaman

Halaman Sampul Depan	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pernyataan	iv
Halaman Pengesahan	v
Halaman Panitia Ujian Sidang Skripsi	vi
Halaman Persembahan	vii
Abstrak	ix
Abstrack	x
Kata Pengantar	xi
Daftar Isi	xii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Bagan	xv
Daftar Tabel	xvi
Daftar Lampiran	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Ruang Lingkup Penelitian	8
F. Penelitian Terkait	8
G. Definisi Istilah Kunci	10

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Lansia	12
1. Teori-teori Proses Penuaan	12
2. Pengertian lansia	14
3. Batasan-batasan Lanjut Usia	14
4. Klasifikasi Lansia	15
5. Karakteristik Lansia.....	16
6. Tipe Lansia	16
B. Konsep Tidur	18
1. Pengertian	18
2. Fisiologi Tidur	18
3. Tahapan Tidur	19
4. Pengaturan Tidur	21
5. Pola Tidur Normal Berdasarkan Usia	22

6. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Tidur	23
7. Kualitas Tidur	25
8. Pengukuran Kualitas Tidur	26
9. Gangguan Tidur	27
C. Konsep Insomnia	28
1. Pengertian	28
2. Penyebab Insomnia	28
3. Gejala-gejala Insomnia	29
4. Tipe Insomnia	31
5. Terapi Insomnia	31
D. Konsep Terapi Musik	33
1. Pengertian	33
2. Manfaat Terapi Musik	34
3. Indikasi Terapi Musik	35
4. Kontraindikasi Terapi Musik	35
5. Hal-hal Yang Perlu Diperhatikan	35
6. Teknik Terapi Musik	36
7. Mekanisme Terapi Musik Dengan Proses Tidur	37
8. Musik Keroncong	38
9. Anatomi Fisiologi Telinga (Pendengaran)	39
KerangkaTeori	41

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep	42
B. Definisi Operasional	43
C. Hipotesis	43

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	44
B. Tempat/Lokasi Dan Waktu Penelitian	45
C. Populasi Dan Sampel	45
D. Tehnik Pengumpulan Data	46
E. Alat Pengumpulan Data	48
F. Tehnik Analisis Data Metode Penelitian	49
G. Jadwal Pelaksanaan	51
H. Etika Penelitian	51

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	54
B. Hasil Penelitian.....	58
C. Pembahasan	63
D. Keterbatasan Penelitian	68

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan.....	70
B. Saran.....	70

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Anatomi Telinga.....	18
Gambar 2.2 Proses Pendengaran.....	19

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Teori	43
Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	44
Bagan 4. 2 Alur Penelitian	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	44
Tabel 4.1 <i>One Group Pre Test Pos Test Design</i>	47

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Konsultasi
- Lampiran 3 Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Pengambilan Data
- Lampiran 5 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Penelitian (Pengolahan Data)
- Lampiran 10 Riwayat Penelitian