

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi

BAB I PENDAHULUAN

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

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Lansia	
1. Pengertian	11
2. Batasan-batasan Lansia	11
3. Perubahan-perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	12
4. Teori Yang Mempengaruhi Proses Penuaan	14
B. Konsep Tidur	
1. Pengertian	16
2. Fisiologi	17
3. Fungsi dan Tujuan Tidur	17
4. Pola Tidur Berdasarkan Perkembangan /Usia	17
5. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Tidur	18
6. Gangguan Tidur	19
7. Cara Mengukur Pola Tidur	19
C. Konsep Kecemasan	
1. Pengertian	20
2. Tanda-tanda Cemas	20

3. Tingkat Kecemasan	21
4. Skala Kecemasan	21
5. Kerangka Teori	24

BAB III KERANGKA PIKIR DAN DEFINISI ISTILAH

A. Definisi Konseptual	25
B. Operasional Variabel	27
C. Hipotesis	28

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	29
B. Tempat/Lokasi Dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi Sampel	29
D. Tehnik Pengumpulan Data	30
E. Alat Pengumpulan Data	31
F. Teknik Analisis Data Metode Penelitian	31
G. Jadwal Pelaksanaan	33
H. Etika Penelitian.....	33

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran umum Panti Werdha Dharma Bakti KM 7 Palembang	
B. Hasil Penelitian	38
C. Pembahasan	40
D. Keterbatasan Peneliti	43

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	45
B. Saran	45

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Pola Tidur Berdasarkan Perkembangan	21
Tabel 3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Kecemasan	39
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Pola Tidur	39
Tabel 5.3 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia	39

DAFTAR BAGAN

Nomor	Halaman
2.1 Kerangka Teori	28
3.1 Kerangka Konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 3 : Surat Ijin Pengambilan Data dan Penelitian dari Institusi
- Lampiran 4 : Surat Balasan Ijin Pengambilan Data
- Lampiran 5 : Surat ijin Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 8 : Kuesioner
- Lampiran 9 : Hasil Penelitian (Pengolahan Data)
- Lampiran 10 : Riwayat Peneliti

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
Depkes	: Departemen kesehatan
BPS	: Badan Pusat Statistik
REM	: Rapid Eye Movement
NREM	: Non Rapid Eye Movement
UU	: Undang-undang
ESS	: The Epworth Sleepiness Scale
HARS	: Hamilton Anxiety Rating Scale
DASS 42	: Depression Anxiety Stress Scale 42