

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN LAPORAN PROJEK AKHIR	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERSETUJUAN BIMBINGAN.....	iv
PENGESAHAN PENGUJU	v
UPAYA PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN METODE MUROTTAL AL-QU'AN	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	viii
SUMMARY.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
BAB II TINAUAN PUSTAKA.....	5
A. Lansia	5
B. Tidur	8
C. MUROTAL AL-QUR'AN.....	13
D. Ketepatan Solusi yang Ditawarkan	15
E. Media Video	16
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DI HASILKAN	18
A. Nama Project Luaran	18
B. Tujuan.....	18
C. Keaslian Karya Project	18
D. Deskripsi Desain Project Luaran Secara Naratif	19
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI	25
BAB V PENUTUP	27
A. Kesimpulan.....	27
B. Saran	27
DAFTAR PUSTAKA	28
LAMPIRAN.....	30