

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERSYARATAN GELAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERSYARATAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>vi</b>
<b>PENGESAHAN PENGUJI</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL</b> .....	<b>xix</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>20</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah .....	2
C. Tujuan Penelitian .....	2
D. Manfaat Penelitian .....	3
E. Keaslian Penelitian .....	3
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
A. Landasan Teori .....	7
1. Lanjut usia (Lansia) .....	7
2. Kualitas Hidup .....	10

3. Senam Tera.....	32
B. Kerangka Teori.....	17
C. Kerangka konsep .....	18
D. Hipotesis.....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	19
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	20
C. Populasi dan Sampel.....	20
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	21
E. Instrument Penelitian .....	22
F. Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas.....	22
G. Tehnik dan Pengumpulan Data.....	23
H. Teknik Analisa Data .....	24
I. Jalannya Penelitian .....	25
J. Etika Penelitian Fisioterapi.....	26
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
A. Hasil Penelitian.....	28
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	46
2. Analisa Univariat.....	28
3. Analisa Bivariat.....	30
B. Pembahasan .....	31
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	33
2. Karakteristik Responden Berdasarkan jenis kelamin .....	51
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan .....	34
4. Karakteristik Skor <i>SF-36</i> Sebelum Perlakuan.....	35
5. Uji Pengaruh.....	37
C. Keterbatasan Penelitian .....	42
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>42</b>
A. Saran.....	43

B. Kesimpulan ..... 61

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**